

การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ ในจังหวัดลำพูน

DEVELOPMENT PROMOTION OF WELL-BEING ACCORDING TO BHAVANA PRINCIPLES OF SOCIAL WORKERS IN LAMPHUN PROVINCE.

รจนา แก้วกาศ

ROTJANA KAEWKAS

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

nuna_kaew@hotmail.co.th

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสภาพสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน 2) เพื่อศึกษาการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน 3) แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ ในจังหวัดลำพูน ควรเป็นอย่างไร การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยเป็นการศึกษากระบวนการ การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน เครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นการสัมภาษณ์ที่มีการเตรียมประโยคสำคัญเนื้อหาเฉพาะมาใช้ในการสัมภาษณ์แต่เปิดโอกาสให้ผู้ถูกสัมภาษณ์ได้พูดเนื้อหาอื่นแต่มีความเกี่ยวข้องกับประเด็นที่ต้องการให้ ได้เนื้อหาในระหว่างสัมภาษณ์ และข้อมูลจากเอกสารต่าง ๆ การวิเคราะห์ข้อมูลและประมวลผลจะออกมาในลักษณะของการพรรณนาซึ่งนำไปสู่คำตอบ ในการศึกษาและสรุปตามหลักวิชาการประกอบการเขียนรายงานเพื่อชี้ให้เห็นการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ตามหลักภavana ๔ ผลการวิจัย พบว่า

1) ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ มี 3 ปัจจัยสำคัญ คือ ปัจจัยด้านการทำงาน ปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ และปัจจัยด้านร่างกาย จิตใจ สังคม 2) การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ คือ การสร้างวินัยเชิงบวก การสร้างพลังบวก โดยใช้แนวคิดการปรับ

สมดุลชีวิตระหว่างงานและชีวิตส่วนตัว เพื่อลดผลกระทบของสุขภาวะจากการทำงาน 3) แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภาวา๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน นักสังคมสงเคราะห์ให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพร่างกายและการนอนหลับพักผ่อน สร้างพฤติกรรมความเป็นมิตรกับเพื่อนร่วมงาน มีความเมตตาจิตอาสาในการปฏิบัติงาน และให้ความสำคัญในการถอดบทเรียนประสบการณ์การปฏิบัติงานเพื่อนำมาปรับปรุงการทำงานให้มีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะ, นักสังคมสงเคราะห์, ภาวา๔

Abstract

This Article aimed to study (1) To study the wellbeing conditions of social workers in Lamphun Province(2) To study the well-being development of social workers in Lamphun Province. 3) What should be the approach to promoting the development of wellbeing according to bhavana principles of social workers in Lamphun province. the sample was Qualitative They was selected by In-depth interviews the instrument for collecting data was Interview Research and Documentary Research Analysis data by Descriptive statistics and Content Analysis. The research results were found as follows;

1. There are 3 factors affecting the wellbeing of social workers. An important factor is the work factor. Economic and physical, mental, social factors
2. Promoting the development of the wellbeing of social workers is to create positive discipline. Positive energy creation by using the concept of balancing life between work and personal life to reduce the impact of work well-being.
- 3 . Guidelines for promoting the development of wellbeing according to bhavana principles of social workers in Lamphun Province Social workers value physical health and sleep. Create co-friendly behavior There is a meta-volunteering performance and a focus on transcription of operational experience to improve work efficiency.

Keywords: Promoting the development of wellbeing; Social workers; bhavana principles

บทนำ

ประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงทางการเมือง เศรษฐกิจ และสังคม อยู่เป็นระยะซึ่งในปัจจุบัน ประเทศไทยอยู่ภายใต้การบริหารประเทศที่มีการกำหนดแผนยุทธศาสตร์ชาติระยะ ๒๐ ปี (พ.ศ.๒๕๖๑-๒๕๘๐) เพื่อให้บรรลุวิสัยทัศน์ “ประเทศมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืนเป็นประเทศพัฒนาแล้วด้วยการพัฒนา ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” ซึ่งกรอบแนวทางที่สำคัญของยุทธศาสตร์ชาติฯ ในด้านที่ ๓ ที่มุ่งเน้นด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน ด้วยการพัฒนาศักยภาพตลอดช่วงชีวิต ยกกระตือรือร้นการศึกษาและการเรียนรู้ให้มีคุณภาพเท่าเทียมและทั่วถึง ปลุกฝังระเบียบวินัย คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่พึงประสงค์ การสร้างเสริมให้คนมีสุขภาวะที่ดี การสร้างความอยู่ดีมีสุขของครอบครัวไทย ซึ่งแผนยุทธศาสตร์ชาติฯ ได้มีความสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๒ (พ.ศ.๒๕๖๐-๒๕๖๔) ซึ่งเป็นแผนพัฒนาฉบับแรกตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ซึ่งตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจฯ ฉบับที่ ๑๒ นี้ได้กำหนดให้ยุทธศาสตร์ที่ ๑ การเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ ซึ่งมีแนวทางในการพัฒนาคนให้มีทักษะความรู้ และความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า หากพิจารณาตามวิธีการปฏิบัติงาน สังคมสงเคราะห์ ซึ่งแบ่งออกเป็น การสังคมสงเคราะห์เฉพาะราย (Case Work) สังคมสงเคราะห์กลุ่มชน (group work) สังคมสงเคราะห์ชุมชน (community work) และการวิจัยทางสังคมสงเคราะห์ (social work research) โดยในปัจจุบันได้มีทฤษฎีการปฏิบัติงานสังคมสงเคราะห์สมัยใหม่ในระดับนานาชาติ ที่ได้ผสมผสานศาสตร์และทฤษฎีที่มีความเกี่ยวข้องมาเพื่อประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานสังคมสงเคราะห์ อาทิ ศาสตร์เกี่ยวกับจิตวิทยา และพฤติกรรมมนุษย์เพื่อการปฏิบัติงานสังคมสงเคราะห์ที่สามารถตอบโจทย์ผู้ใช้บริการได้อย่างตรงจุดและครอบคลุมในทุกประเด็นมากยิ่งขึ้น

ในจังหวัดลำพูนมีนักสังคมสงเคราะห์ จำนวน ๒๒ คน ซึ่งปฏิบัติงานในหน่วยงานรัฐ ดังนี้ สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนจังหวัดลำพูน จำนวน ๑ คน เรือนจำจังหวัดลำพูน จำนวน ๑

คน โรงพยาบาลลำพูน จำนวน ๓ คน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จำนวน ๓ คนและหน่วยงานใน
สังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จำนวน ๑๔ คน ซึ่งแต่ละคนจะปฏิบัติ
หน้าที่ตามภารกิจของหน่วยงานที่ตนสังกัดอยู่ ผู้วิจัยขอยกตัวอย่างการปฏิบัติงานของนักสังคม
สงเคราะห์ในสังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ในจังหวัดลำพูน ที่มีจำนวน
๑๔ คน ในปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ให้ความช่วยเหลือผู้ประสบปัญหาทางสังคม จำนวน ๔,๖๔๕ คน
คิดเป็น ๓๓๒ คนต่อนักสังคมสงเคราะห์ ๑ คน ข้อมูลดังกล่าวเป็นการช่วยเหลือด้านเงินสงเคราะห์
ไม่รวมถึงปัญหาที่ให้ความช่วยเหลือด้านอื่น เช่น การคุ้มครองผู้ถูกกระทำทารุณรุนแรงในครอบครัว
ผู้ที่ถูกแสวงหาผลประโยชน์จากการค้ามนุษย์ คนเร่ร่อนขอทาน กลุ่มเป้าหมายอื่นเช่น ผู้ต้องขัง ผู้ที่
ได้รับผลกระทบจากโควิด-๑๙ นอกจากนี้ นักสังคมสงเคราะห์ยังได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงานอื่นตาม
นโยบายของรัฐบาลและนโยบายของจังหวัด เช่น การจัดอบรม เป็นวิทยากร การเข้าร่วมประชุม
การลงพื้นที่ช่วยเหลือกับหน่วยงานระดับจังหวัด จากภาระงานในหน้าที่ดังกล่าว จึงทำให้นักสังคม
สงเคราะห์ในฐานะผู้ปฏิบัติงานเกิดสภาวะกดดันตนเอง เกิดความคาดหวังในการช่วยเหลือผู้อื่น
หากไม่เป็นไปตามสิ่งที่คาดหวังก็ก่อให้เกิดความเครียด ส่งผลกระทบต่อตัวนักสังคมสงเคราะห์
หรือบุคคลที่ใกล้ชิดตามมา อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อการดูแลสุขภาพทั้งทางสุขภาพกาย สุขภาพจิต
ของนักสังคมสงเคราะห์

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาวิธีการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคม
สงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน โดยการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา หลักภavana ๔ มาใช้ในการ
ส่งเสริมและพัฒนาสุขภาวะ เพื่อให้ได้แนวทางการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคม
สงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน

บทความวิจัยนี้นำเสนอ การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ตามหลัก
ภavana๔ ผู้วิจัยได้สร้างแบบสัมภาษณ์ เพื่อการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบบสัมภาษณ์ที่ใช้เป็นแบบมี
โครงสร้าง (Structured Interview) ซึ่งมีสาระสำคัญดังนี้ ๑.ความคิดเห็นต่อสภาพสุขภาวะของนัก
สังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน ๒.ความคิดเห็นต่อการศึกษาการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคม
สงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน ๓.ความคิดเห็นต่อแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana
๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน ดังนั้น ข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากการตอบประเด็น
สัมภาษณ์ (Interview Research) และข้อมูลจากเอกสารต่าง ๆ (Documentary Research) จะถูก

นำมาวิเคราะห์และประมวลผลในลักษณะของการพรรณนาซึ่งนำไปสู่คำตอบในการศึกษาและสรุป
ตามหลักวิชาการประกอบการเขียนรายงานเพื่อชี้ให้เห็นการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคม
สงเคราะห์ตามหลักภวนา๔

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน
2. เพื่อศึกษาการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน
3. เพื่อหาแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภวนา๔ ของนักสังคม
สงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative) โดยเป็นการศึกษากระบวนการ
การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภวนา๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน โดยใช้
วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) และการสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group
Discussion) เพื่อหาแนวทางกำหนดรูปแบบงานวิจัย ดังนี้

1) การศึกษาการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภวนา ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์
ในจังหวัดลำพูน เป็นการศึกษาและค้นคว้าหนังสือที่เกี่ยวข้อง รวมถึงรายงานการวิจัย รายงานการ
ประชุม ภาพถ่าย เอกสารแสดงความสัมพันธ์ที่แสดงประกอบการตอบคำถามการวิจัยให้เป็นไปตาม
วัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาสภาพสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน 2) เพื่อศึกษา
การพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน 3) เพื่อหาแนวทางการส่งเสริมการพัฒนา
สุขภาวะตามหลักภวนา๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน

2) การศึกษาในภาคสนาม (Field Study) เพื่อทราบถึงแนวคิด หลักการ ความเป็นมา
รูปแบบ ความสัมพันธ์ กระบวนการสร้าง การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภวนา ๔ ของ
นักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน ทั้งในระดับนโยบาย ประชาชน ชุมชน องค์กร/สถาบันการศึกษา
ในพื้นที่ที่เป็นกรณีศึกษา โดยมีขั้นตอนการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

(1) ทำการศึกษาและคัดเลือกองค์กร ชุมชน องค์กรนโยบายในประเทศไทย โดยการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ตามความสำคัญของเรื่อง คือ การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน

(2) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ การประชุมกลุ่มย่อยร่วมกับนักสังคมสงเคราะห์ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านสังคมสงเคราะห์

(3) ดำเนินการศึกษาวិเคราะห์แนวคิด รูปแบบ การจัดการ และแนวทางการพัฒนาความสัมพันธ์ การประยุกต์ใช้องค์ความรู้ และกระบวนการบริหารจัดการเกี่ยวกับการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน ในลักษณะของการวิเคราะห์เชิงลึก โดยเน้นกระบวนการมีส่วนร่วมของผู้ที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการศึกษาวิจัย

(4) สรุปและนำเสนอผลการศึกษาที่ได้ทั้งจากการศึกษาในเชิงเอกสารและภาคสนาม โดยนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นที่สำคัญ คือแนวคิด หลักการ ความเป็นมา รูปแบบ ความสัมพันธ์ กระบวนการ การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน ทั้งนี้ เน้นการนำผลการศึกษาวิจัยมาเผยแพร่ให้นักสังคมสงเคราะห์และผู้สนใจ รวมถึงผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องของในระดับประเทศได้รับทราบ

(5) วิเคราะห์รูปแบบและแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน

(6) สรุปผลการศึกษาวิจัย และข้อเสนอแนะ

3) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant)

การวิจัยเรื่องการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน มี จำนวน 17 คน แบ่งผู้ให้ข้อมูลสำคัญออกเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่ 1.นักสังคมสงเคราะห์ทางกระบวนการยุติธรรม 2.นักสังคมสงเคราะห์ทางการแพทย์ 3.นักสังคมสงเคราะห์ในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น 4.นักสังคมสงเคราะห์ในหน่วยงานในสังกัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ 5.พระภิกษุสงฆ์

4) เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เป็นการสัมภาษณ์ที่มีการเตรียมประโยคสำคัญเนื้อหาเฉพาะมาใช้ในการสัมภาษณ์แต่เปิดโอกาสให้

ผู้ถูกสัมภาษณ์ได้พูดเนื้อหาอื่นแต่มีความเกี่ยวข้องกับประเด็นที่ต้องการให้ ได้เนื้อหาในระหว่าง
สัมภาษณ์ การตั้งคำถามในแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคม
สงเคราะห์ตามหลักภานา๔ โดยแบบสัมภาษณ์จะแบ่งออกเป็น ๒ ตอน คือ

ตอนที่ ๑ แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัว

ตอนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของนักสังคม
สงเคราะห์ตามหลักภานา๔

5) การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการนำข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก(In-Depth Interview)
หาประเด็นและสรุปหาแนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภานา ๔ ของนักสังคม
สงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน

6) การวิเคราะห์ข้อมูล นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก(In-Depth Interview) นำมา
วิเคราะห์ ร่วมกับเอกสารการทบทวนวรรณกรรม เพื่อหาข้อสรุปที่ตอบโจทย์ให้เป็นไปตาม
วัตถุประสงค์การวิจัย

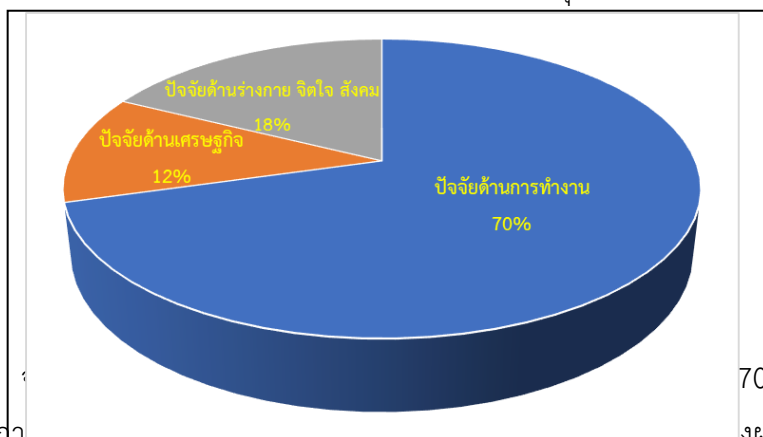
7) การนำเสนอผลการศึกษารวบรวม โดยการเสนอการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลัก
ภานา ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1. ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาวะของนักสังคม
สงเคราะห์ เกิดจาก 3 ปัจจัยสำคัญคือ 1) ปัจจัยด้านการทำงาน เปลี่ยนแปลงของสังคมทำให้ผู้ประสบ
ปัญหาทางสังคมมีเพิ่มมากขึ้นก่อให้เกิดภาระงานที่มาก และการปฏิบัติงานภายใต้นโยบายกระทรวง
นโยบายกรม นโยบายจังหวัดที่เร่งด่วนและไม่มีแนวทางในการปฏิบัติงาน เกิดความวิตกกังวลในงานที่
ปฏิบัติ ทำให้งานที่ได้รับมอบหมายไม่มีประสิทธิภาพ 2) ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ รายได้และสิทธิ
สวัสดิการมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมารับประทานอาหาร การดูแลสุขภาพรวมถึงการได้รับการตรวจ
สุขภาพประจำปีและที่อยู่อาศัยสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของนักสังคมสงเคราะห์ 3) ปัจจัยด้าน
ร่างกาย จิตใจ สังคม การได้รับสิทธิสวัสดิการในการดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจ มีโรคประจำตัว มี
ความพิการ การยอมรับตนเองแยกแยะภาวะปัญหาของผู้ประสบปัญหาทางสังคมไม่นำภาวะปัญหา
ของผู้ประสบปัญหาทางสังคมมาเป็นภาวะปัญหาของตนเอง ซึ่งจะก่อให้เกิดภาวะความเครียดและโรค

ซึมเศร้า สัมพันธภาพในครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคม นั้นต่างมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการ
เผชิญสภาวะกดดัน

ภาพที่ 1 แสดงร้อยละของปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสภาวะของนักสังคมสงเคราะห์



เนื่องจาก

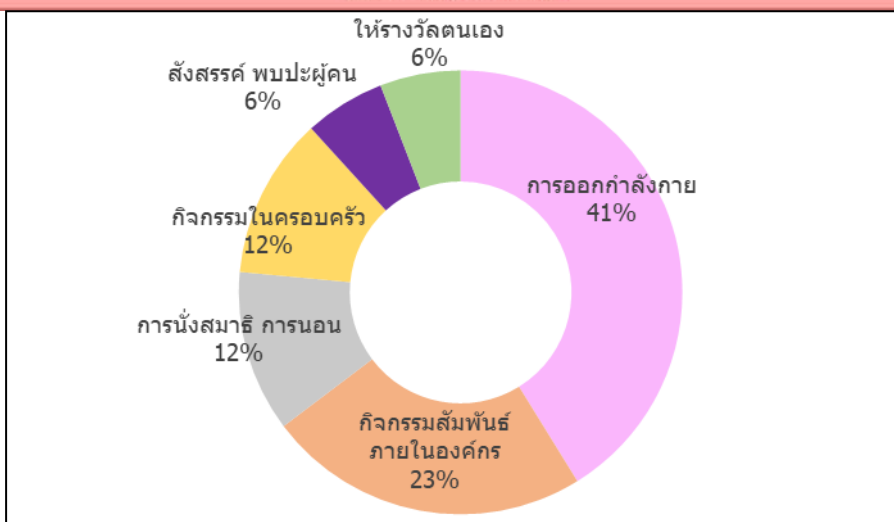
70 เกิดจากการทำงาน
ผลกระทบในหลาย ๆ

ด้าน ร้อยละ 18 เกิดจากสุขภาพทางร่างกาย การมีโรคประจำตัว มีความพิการ ภาวะความเครียดและ
โรคซึมเศร้า อีกทั้งสัมพันธภาพในครอบครัวมีส่วนสำคัญในสภาวะที่ดีของนักสังคมสงเคราะห์ ร้อยละ
12 รายได้และสิทธิสวัสดิการมีผลต่อการดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจของนักสังคมสงเคราะห์

วัตถุประสงค์ที่ 2. ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาสภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ คือ การ
สร้างวินัยเชิงบวก การสร้างพลังบวก ในการทำงานและชีวิตประจำวัน รายละเอียดดังแผนภาพที่ 2

ภาพที่ 2 แสดงร้อยละของการพัฒนาสภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน

รายงานสืบจากการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 8 และระดับนานาชาติ ครั้งที่ 1 เรื่อง “พระพุทธศาสนา กับ แนวโน้มโลกยุคใหม่ : วิถีครู
 บาศวีชัยสู่อารยธรรมร่วมสมัย” “Buddhism and New Global Trends : The Footprint of Khrua Sriwichai Towards
 Contemporary Civilization”



จากภาพที่ 2 การพัฒนาสุขภาวะของนักสงฆ์ในจังหวัดลำพูน แต่แตกต่างกัน ดังนี้ 1) พัฒนาสุขภาวะตนเองด้วยการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 41 อาทิเช่น การเล่นแบดมินตัน การวิ่ง การเล่นโยคะ 2) พัฒนาสุขภาวะด้วยการจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ภายในองค์กร คิดเป็นร้อยละ 23 เช่นการจัดทัศนศึกษา การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันและกันของนักสงฆ์สงเคราะห์ รวมทั้งการพัฒนาศักยภาพ 3) การนั่งสมาธิและการนอนพักผ่อน 4) การทำกิจกรรมสานสัมพันธ์ครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 12 ครอบครัวเป็นกำลังใจที่ดี เป็นพลังบวกในการใช้ชีวิตประจำวัน 5) การสังสรรค์และพบปะพูดคุยกันในสถานที่อื่น คิดเป็นร้อยละ 6 และการหารางวัลให้กับตนเอง คิดเป็นร้อยละ 6 ด้วยการซื้อสิ่งของ การท่องเที่ยว การรับประทานอาหารที่ตนเองต้องการ การพัฒนาสุขภาวะช่วยให้นักสงฆ์สงเคราะห์มีความสุขกับงานและชีวิตมากขึ้น

วัตถุประสงค์ที่ 3. แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภาวะ ๔ ของนักสงฆ์สงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน ผลการวิจัยพบว่า 1) ด้านกายภาวนา นักสงฆ์สงเคราะห์ต้องได้รับการส่งเสริมการออกกำลังกายและพักผ่อนอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งได้รับสิทธิสวัสดิการการตรวจร่างกายประจำปี 2) ด้านศีลภาวนา นักสงฆ์สงเคราะห์ควรเคารพ ให้เกียรติซึ่งกันและกัน สร้างความเป็นมิตรกับเพื่อนร่วมงาน ช่วยเหลือเกื้อกูล และมีจิตใจเอื้ออาทรเป็นวัฒนธรรมองค์กรที่ดี 3) ด้านใจภาวนา นักสงฆ์สงเคราะห์ควรหมั่นพัฒนาจิตใจตนเอง ด้วยการฝึกปฏิบัติธรรม ทำสมาธิสม่ำเสมอ เพื่อยกระดับจิตใจ ปฏิบัติงานด้วยจิตอาสาช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยความเต็มใจ 4) ด้านปัญญาภาวนา

การพัฒนาศักยภาพของนักสังคมสงเคราะห์ การจัดกิจกรรมนิเทศงานนักสังคมสงเคราะห์ ทำให้นักสังคมสงเคราะห์ได้ถอดบทเรียนจากการทำงานของแต่ละบุคคล เพื่อนำมาปรับใช้ในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ เกิดจาก 3 ปัจจัยสำคัญคือ 1) ปัจจัยด้านการทำงาน คิดเป็นร้อยละ 70 การเปลี่ยนแปลงของสังคมทำให้ผู้ประสบปัญหาทางสังคมมีเพิ่มมากขึ้นก่อให้เกิดภาระงานที่มาก และการปฏิบัติงานภายใต้นโยบายกระทรวง นโยบายกรม นโยบายจังหวัดที่เร่งด่วนและไม่มีแนวทางในการปฏิบัติงานเกิดความวิตกกังวลในงานที่ปฏิบัติ ทำให้งานที่ได้รับมอบหมายไม่มีประสิทธิภาพ 2) ปัจจัยด้านร่างกาย จิตใจ สังคม คิดเป็นร้อยละ 18 การได้รับสิทธิสวัสดิการในการดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจมีโรคประจำตัว มีความพิการ การยอมรับตนเองแยกแยะภาวะปัญหาของผู้ประสบปัญหาทางสังคมไม่นำภาวะปัญหาของผู้ประสบปัญหาทางสังคมมาเป็นภาวะปัญหาของตนเอง ซึ่งจะก่อให้เกิดภาวะความเครียดและโรคซึมเศร้า สัมพันธภาพในครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคม นั้นต่างมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมและการเผชิญสุขภาวะถดถอย 3) ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ คิดเป็นร้อยละ 12 รายได้และสิทธิสวัสดิการมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมรับประทานอาหาร การดูแลสุขภาพรวมถึงการได้รับการตรวจสุขภาพประจำปีและที่อยู่อาศัยสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของนักสังคมสงเคราะห์ ซึ่งมีความสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต ซึ่งระวี ภาวิไล ได้ให้คำนิยามว่า คุณภาพชีวิต คือ ชีวิตที่มีคุณภาพพึงประสงค์ คือ ชีวิตที่อาศัยสภาพแวดล้อมทั้งปวง เอื้ออำนวยสุขภาพทางกาย เพื่อเป็นรากฐานของสันติภาพทางจิตใจ ทำให้เกิดบูรณาการทางความรู้สึกนึกคิดเต็มที่ ตามศักยภาพในมนุษย์ มีความสามารถสร้างสรรค์และผลิตผลรวมกันเข้าเป็นสังคมที่มั่นคง ผาสุก สมบูรณ์ และปราศจากความขัดแย้ง นักสังคมสงเคราะห์ต่างก็มีความต้องการให้ตนเองมีคุณภาพชีวิตที่ดี ทั้งการทำงาน การใช้ชีวิต

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า การพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ คือ การสร้างวินัยเชิงบวก การสร้างพลังบวก ในการทำงานและชีวิตประจำวัน 1) พัฒนาสุขภาวะตนเองด้วยการออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 41 อาทิเช่น การเล่นแบดมินตัน การวิ่ง การเล่นโยคะ 2)

พัฒนาสุขภาวะด้วยการจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ภายในองค์กร คิดเป็นร้อยละ 23 เช่นการจัด
ทัศนศึกษา การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันและกันของนักสังคมสงเคราะห์ รวมทั้งการพัฒนา
ศักยภาพ 3) การนั่งสมาธิและการนอนพักผ่อน 4) การทำกิจกรรมสานสัมพันธ์ครอบครัว คิดเป็นร้อย
ละ 12 ครอบครัวเป็นกำลังใจที่ดี เป็นพลังบวกในการใช้ชีวิตประจำวัน 5) การสังสรรค์และพบปะ
พูดคุยกันในสถานที่อื่น คิดเป็นร้อยละ 6 และการหารางวัลให้กับตนเอง คิดเป็นร้อยละ 6 ด้วยการซื้อ
สิ่งของ การท่องเที่ยว การรับประทานอาหารที่ตนเองต้องการ การพัฒนาสุขภาวะช่วยให้นักสังคม
สงเคราะห์มีความสุขกับงานและชีวิตมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดตามทฤษฎีของมาสโลว์ จึงเป็น
แนวทางหนึ่งในการพัฒนาบุคคลให้เป็นผู้มีคุณธรรมจริยธรรม บุคคลที่พัฒนาถึงขั้นตระหนักในตนเอง
(self-actualization) เป็นบุคคลที่มีจริยธรรม มีวินัยในตนเอง และมีบุคลิกภาพประชาธิปไตย การ
พัฒนาจากขั้นต้นไปสู่ขั้นต่อไปนั้น ต้องอาศัยความ“พอ”ของบุคคล ซึ่งความพอนี้ นอกจากจะขึ้นกับ
สภาพทางกายแล้ว ยังขึ้นอยู่กับความรู้สึกพอใจด้วยจึงมิได้หมายความว่าทุกคนจะต้องได้รับการ
สนองตอบความต้องการพื้นฐานเท่า ๆ กัน แต่เป็นไปตามลำดับขั้นเหมือนกัน แผนภาพที่แสดงลำดับ
ความต้องการของมนุษย์ตามแนวคิดของมาสโลว์

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลัก
ภาวนา^๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน ผลการวิจัยพบว่า 1) ด้านกายภาวนา นักสังคม
สงเคราะห์ต้องได้รับการส่งเสริมการออกกำลังกายและพักผ่อนอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งได้รับสิทธิ
สวัสดิการการตรวจร่างกายประจำปี 2) ด้านศีลภาวนา นักสังคมสงเคราะห์ควรเคารพ ให้เกียรติซึ่ง
กันและกัน สร้างความเป็นมิตรกับเพื่อนร่วมงาน ช่วยเหลือเกื้อกูล และมีจิตใจเอื้ออารีเป็นวัฒนธรรม
องค์กรที่ดี 3) ด้านใจภาวนา นักสังคมสงเคราะห์ควรหมั่นพัฒนาจิตใจตนเอง ด้วยการฝึกปฏิบัติธรรม
ทำสมาธิสม่ำเสมอ เพื่อยกระดับจิตใจ ปฏิบัติงานด้วยจิตอาสาช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยความเต็มใจ
4) ด้านปัญญาภาวนา การพัฒนาศักยภาพของนักสังคมสงเคราะห์ การจัดกิจกรรมนิเทศงานนักสังคม
สงเคราะห์ ทำให้นักสังคมสงเคราะห์ได้ถอดบทเรียนจากการทำงานของแต่ละบุคคล เพื่อนำมาปรับใช้
ในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับพจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวล
ธรรม การพัฒนาตามความหมายของพระพุทธศาสนา ก็คือ ภาวนา หมายถึง การทำให้เป็นให้มีขึ้น,
การฝึกอบรม, การพัฒนา ซึ่งมีการพัฒนาอยู่ ๔ ประเภทคือ

รายงานสืบจากการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 8 และระดับนานาชาติ ครั้งที่ 1 เรื่อง “พระพุทธศาสนา กับ แนวโน้มโลกยุคใหม่ : วิถีครู
บาศรีวิชัยสู่อารยธรรมร่วมสมัย” “Buddhism and New Global Trends : The Footprint of Khrua Sriwichai Towards
Contemporary Civilization”

๑. กายภาวนา คือ การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรม ให้รู้จักติดต่อกับสิ่ง
ทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษให้
กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

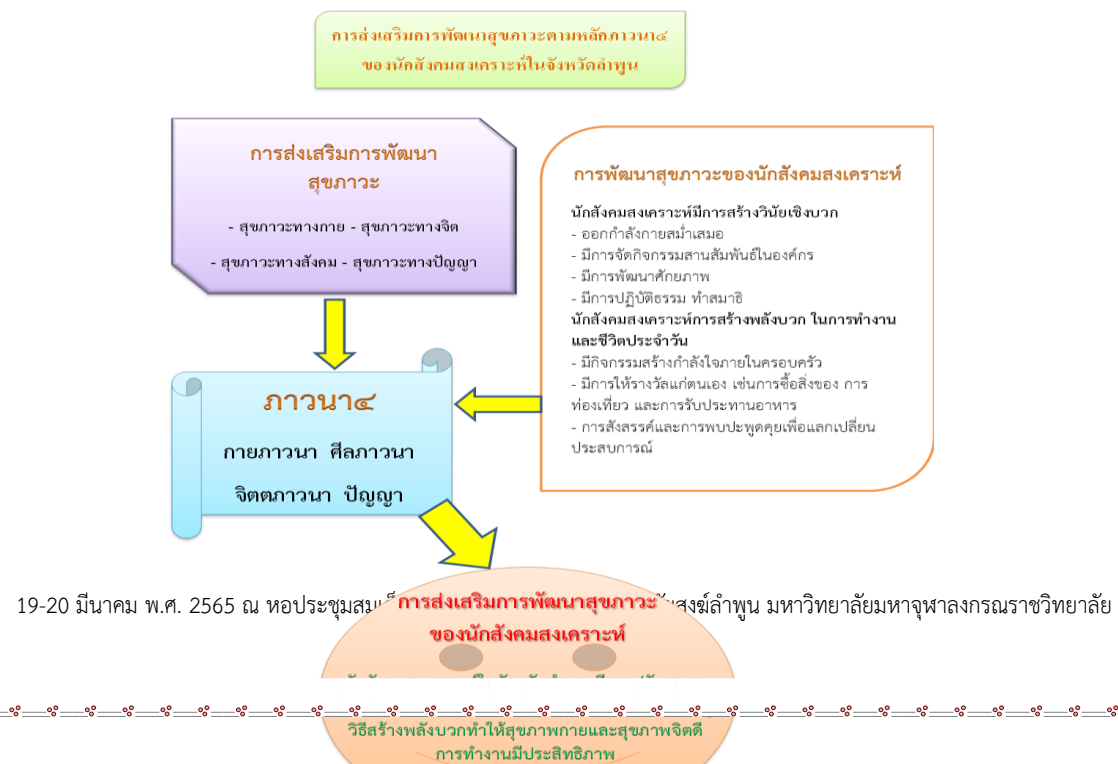
๒. ศิลภาวนา คือ การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ใน
ระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน

๓. จิตตภาวนา คือ การเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญอก
งามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีการเมตตา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิก
บาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น

๔. ปัญญาภาวนา คือ การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่ง
ทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์
จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญาความหมายการพัฒนา
ทรัพยากรมนุษย์ตามแนวพระพุทธศาสนานั้นต้องพัฒนาร่วมกันหลายอย่างเช่น การพัฒนากายการพัฒนา
จิต การพัฒนาปัญญา เข้าด้วยกันจึงจะเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืน โดยไม่เน้นอย่างใดอย่างหนึ่ง

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภาวนา๔ ของนักสังคม
สงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน” ผู้วิจัยได้สรุปองค์ความรู้ดังแสดงในแผนภาพที่ 5



แผนที่ 5 ภาพองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากแผนภาพองค์ความรู้จากการวิจัยการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภavana ๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน สรุปได้ว่า

การพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน คือการสร้างวินัยเชิงบวก เช่น ออกกำลังกายสม่ำเสมอ มีการจัดกิจกรรมสานสัมพันธ์ในองค์กร มีการพัฒนาศักยภาพทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ มีการปฏิบัติธรรม ทำสมาธิเพื่อให้มีสติในการดำเนินชีวิต และการสร้างพลังบวก เช่น มี กิจกรรมสร้างกำลังใจจากครอบครัว มีการให้รางวัลแก่ตนเอง เช่นการซื้อสิ่งของ การท่องเที่ยว และการรับประทานอาหาร การสังสรรค์และการพบปะพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ พร้อมทั้งการ ปรับสมดุลระหว่างการทำงานและการใช้ชีวิตส่วนตัว เพื่อลดผลกระทบจากการทำงานของนักสังคม สงเคราะห์ อันจะช่วยให้ สุขภาพกายและสุขภาพจิตดีขึ้น มีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างมากขึ้นและมีการเรียนรู้วิธีสร้างความสุขให้กับตนเอง

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ หลักภavana 4 ควรปฏิบัติดังนี้ ด้านกายภavana ต้อง ได้รับการส่งเสริมการออกกำลังกายและพักผ่อนอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งได้รับสิทธิสวัสดิการการตรวจ ร่างกายประจำปี 2) ด้านศีลภavana ควรเคารพ ให้เกียรติซึ่งกันและกัน สร้างความเป็นมิตรกับเพื่อน ร่วมงาน ช่วยเหลือเกื้อกูล และมีจิตใจเอื้ออารีเป็นวัฒนธรรมองค์กรที่ดี 3) ด้านใจภavana ควรหมั่น พัฒนาจิตใจตนเอง ด้วยการฝึกปฏิบัติธรรม ทำสมาธิสม่ำเสมอ เพื่อยกระดับจิตใจ ปฏิบัติงานด้วยจิต อาสาช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยความเต็มใจ 4) ด้านปัญญาภavana ต้องมีการพัฒนาศักยภาพ การจัด กิจกรรมนิเทศงานนักสังคมสงเคราะห์ ทำให้นักสังคมสงเคราะห์ได้ถอดบทเรียนจากการทำงานของแต่ละบุคคล เพื่อนำมาปรับใช้ในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น

สรุป

การส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะตามหลักภาวะนา๔ ของนักสังคมสงเคราะห์ในจังหวัดลำพูน
นักสังคมสงเคราะห์ต้องมีการสร้างวินัยเชิงบวก การสร้างพลังบวก ในการทำงานและชีวิตประจำวัน
โดยการนำหลักภาวะนา 4 มาปรับใช้เพื่อสร้างสมดุลในการทำงานและสมดุลในการใช้ชีวิตของนักสังคม
สงเคราะห์

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสุขภาวะของนักสังคม
สงเคราะห์ เกิดจาก 3 ปัจจัยสำคัญคือ 1) ปัจจัยด้านการทำงาน 2) ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ 3) ปัจจัย
ด้านร่างกาย จิตใจ สังคม ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรให้ความสำคัญในการสร้างแรงจูงใจในการ
ทำงานและสนับสนุนการปรับสมดุลการทำงานและการใช้ชีวิตของนักสังคมสงเคราะห์ ควรมีการให้นัก
สังคมสงเคราะห์มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นหรือความต้องการของตนเอง

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า การพัฒนาสุขภาวะของนักสังคมสงเคราะห์
คือ การสร้างวินัยเชิงบวก การสร้างพลังบวก ในการทำงานและชีวิตประจำวัน ดังนั้นหน่วยงานที่
เกี่ยวข้องควรดำเนินการ ลดภาระงานให้นักสังคมสงเคราะห์ให้มีเวลาในการใช้ชีวิตของตนเอง ในการ
ออกกำลังกาย ทำสมาธิ รวมไปถึงการใช้เวลาร่วมกับครอบครัว

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า การพัฒนาสุขภาวะตามหลักภาวะนา๔ ของนัก
สังคมสงเคราะห์ ด้านกายภาวนา นักสังคมสงเคราะห์ต้องได้รับการส่งเสริมการออกกำลังกายและ
พักผ่อนอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งได้รับสิทธิสวัสดิการการตรวจร่างกายประจำปี ด้านศีลภาวนา นัก
สังคมสงเคราะห์ควรเคารพ ให้เกียรติซึ่งกันและกัน สร้างความเป็นมิตรกับเพื่อนร่วมงาน ช่วยเหลือ
เกื้อกูล และมีจิตใจเอื้ออาทรเป็นวัฒนธรรมองค์กรที่ดี ด้านจิตตภาวนา นักสังคมสงเคราะห์ควรหมั่น
พัฒนาจิตใจตนเอง ด้วยการฝึกปฏิบัติธรรม ทำสมาธิสม่ำเสมอ เพื่อยกระดับจิตใจ ด้านปัญญาภาวนา

การพัฒนาศักยภาพของนักสังคมสงเคราะห์ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการจัดกิจกรรมนิเทศงาน
นักสังคมสงเคราะห์ เพื่อให้ นักสังคมสงเคราะห์ ได้ถอดบทเรียนจากประสบการณ์การทำงานของแต่ละ
บุคคล เพื่อนำมาปรับใช้ในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบ (องค์ความรู้) ที่สำคัญ คือ แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาสุขภาวะของ
นักสังคมสงเคราะห์ ในจังหวัดลำพูน คือการนำหลักท้าว 4 มาประยุกต์ใช้กับการดำรงชีวิตของนัก
สังคมสงเคราะห์ โดยมุ่งเน้นให้นักสังคมสงเคราะห์ ใส่ใจดูแลสุขภาวะทางร่างกาย สุขภาวะจิตใจ สุข
ภาวะสังคม และสุขภาวะปัญญา สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ
คู่มือการปฏิบัติงานและการพัฒนาศักยภาพของนักสังคมสงเคราะห์โดยใช้เครื่องมือ นวัตกรรม
เทคโนโลยีในการถ่ายทอดองค์ความรู้ให้กับนักสังคมสงเคราะห์จังหวัดอื่นได้เข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้

References

ประกาศราชกิจจานุเบกษา, เรื่องยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ.๒๕61-๒๕80), เล่มที่ 13๕ ตอนที่ 8๒ ก, ๒๕
61.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม
แห่งชาติ ฉบับที่สิบสอง พ.ศ. ๒๕60 - ๒๕64, (ธันวาคม ๒๕๕9).

ยศวดี อ้อยสุข, “นักสังคมสงเคราะห์ในกระแสการเปลี่ยนแปลงศตวรรษที่ ๒1 บทบาทที่ท้าทายต่อการ
พัฒนาเด็กเยาวชนและครอบครัว”, วารสารสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, ปีที่ ๒6 ฉบับที่ ๒
(กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕61).

ระวี ภาวิไล , คุณภาพชีวิต จดหมายข่าวสภาวะแวดล้อม , กรุงเทพฯ:จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ,๒๕๒3.
ประภัสสร วัฒนา, แนวความคิดมนุษยนิยมของมาสโลว์ (Maslow) และแนวความคิดอัตถิภาวนิยม
ของฌอง ปอล ซาร์ตร์ (Jean Paul Sartre) ที่ปรากฏผ่านนวนิยายเรื่อง “วันหนึ่งในชีวิตของอี
วาน เดนิโซวิช”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรบัณฑิต:มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕60.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, นนทบุรี : เอส.อาร์
พรินติ้ง แมสโปรดักส์, ๒๕๕4.