

การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน
STRENGTHENING QUALITY OF LIFE ACCORDING TO THE PRINCIPLES OF SIKKHĀ
PERSONAL'S WIANG YONG SUBDISTRICT MUNICIPALITY
MUANGLAMPHUN DISTRICT LAMPHUN PROVINCE.

ดร.ณิ อุตเจริญ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

yuizar@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เรื่อง การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ใช้ระเบียบวิธีแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) โดยระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ ประชากรในการศึกษาคือบุคลากรในเทศบาลตำบลเวียงยอง จำนวน 137 คน มีกลุ่มตัวอย่างที่ได้กำหนดไว้จำนวน 103 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาคือ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าทีและค่าเอฟ ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และการวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 10 รูปหรือคน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหาเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า

1) ระดับคุณภาพชีวิตของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูนมีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.84$, S.D. = 0.587) และเมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า ด้านสังคม ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสิ่งแวดล้อม ทุกด้านมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

2) ผลการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ในภาพรวมจำแนกตาม เพศ อายุ รายได้ ระดับการศึกษา สถานภาพ ตำแหน่ง ในภาพรวมทุกด้านไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย

3) แนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน พบว่า ด้านศีลคือการจัดสวัสดิการด้านสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น ด้านสมาธิคือการสร้างความสัมพันธ์อันดีในองค์กรและการจัดสภาพแวดล้อมในที่ทำงานให้ร่มรื่น ด้านปัญญาคือจัดให้มีหลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธที่สามารถนำไปใช้เพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิตทั้ง ครอบครัว การทำงาน และสังคมได้

คำสำคัญ : การเสริมสร้าง, คุณภาพชีวิต, ไตรสิกขา, บุคลากร

Abstract

This research on Strengthening Quality Of Life According To The Principles Of Sikkhā Personal's Wiang Yong Subdistrict Municipality in Muanglamphun District Lamphun Province., using Mixed Methods Research by quantitative research methodology. The population of the study was 137 personnel in Wiang Yong Sub-district Municipality. There were 103 sample groups of 103 people. Data were collected by using a questionnaire. The data were analyzed using descriptive statistics such as frequency, percentage, mean, standard deviation. and the T-value and the F-value test with one-way analysis of variance and qualitative research Data were collected by interviewing 10 key informants or people. Data were analyzed by descriptive content analysis.

The results showed that

1) Quality of Life of Wiang Yong Subdistrict Municipality Personnel Muang Lamphun District Lamphun Province had an overall average at a high level (= 3.83, S.D. = 0.587). All aspects were averaged at a high level.

2) The results of comparing the quality of life level according to the trisikkha principles of Wiang Yong Subdistrict Municipality personnel Muang Lamphun District, Lamphun Province overall classified by sex, age, income, educational level, status, position in all aspects were not different. therefore reject the research hypothesis

3) The guidelines for enhancing the quality of life according to the trisikkha principles of personnel of Wiang Yong Subdistrict Municipality, Mueang Lamphun District, Lamphun Province found that the precepts were better health welfare provision. Concentration is building good relationships in the organization and creating a pleasant work environment. The intellectual aspect is to provide a Buddhist quality of life development course that can be applied to improve the quality of life in the family, work and society.

Keywords : enhancing, quality of life, triad, personnel

บทนำ

มนุษย์ทุกคนต้องการมีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยองค์ประกอบคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นมีหลายด้านซึ่งประกอบด้วยมิติด้านเศรษฐกิจ มิติด้านครอบครัว มิติด้านการทำงาน มิติด้านสังคมและการมีส่วนร่วม มิติด้านสุขภาพและการดูแลสุขภาพและมิติด้านการพัฒนาตนเอง (ศิรินันท์ กิตติสุขสถิตและคณะ, 2556 : 21) โดยคุณภาพชีวิตของบุคลากรมีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากการแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในด้านต่าง ๆ เนื่องจากลักษณะของงานแต่ละงานมีความแตกต่างกัน การปกครองบังคับบัญชาเป็นปัจจัยสำคัญอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติงาน และมีผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานด้านทั้งด้านความก้าวหน้าในงาน ด้านการพัฒนาความรู้ความสามารถและด้านสิทธิส่วนบุคคล ขณะเดียวกันการเสริมสร้างวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของชาวไทยที่ได้รับการกล่อมเกลาจากหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาตั้งแต่ยุคแรกของประวัติศาสตร์ชาติไทย โดยมีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สามารถนำมาปรับใช้ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามวิถีพุทธหรือวิถีวัฒนธรรมของชาวไทยมีความเป็นเอกลักษณ์ที่ทั่วโลกตระหนักและให้การยอมรับพุทธธรรมหรือพุทธศาสตร์ มุ่งเน้นให้เข้าใจธรรมชาติของโลกและชีวิตที่แท้จริง และให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสมในการดำเนินชีวิตประจำวันของคนทั่วไป ยังผลให้ทุกคนมีความสุขพร้อม ๆ กับช่วยให้คนรอบข้างและสังคมมีความสุขตามหลักไตรสิกขา 3 ประการ คือ อริสัณห์สิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา (สุหัชชา พิมพ์เนาว์, 2561 : หน้า 1-2)

แต่จากปัญหาที่เทศบาลเวียงยองพบเจอคือ เมื่อบุคลากรเข้ามาทำงานในองค์กรและได้รับการฝึกฝนจนสามารถทำงานในหน้าที่ของตนเองได้ดีในระยะเวลาหนึ่ง พบว่า มีการลางานบ่อยขึ้น อีกทั้งบุคลากรไม่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมหรืองานส่วนรวมขององค์กร จะมีเพียงบุคลากรบางกลุ่มเท่านั้นที่ให้ความร่วมมือ จะต้องมีการจัดกลุ่มบังคับและมีบางส่วนที่มีการโยกย้ายหรือลาออกไป หากบุคลากรไม่มีแรงจูงใจในการทำงานให้องค์กรแล้ว องค์กรย่อมเกิดความเสียหาย

ดังนั้นบุคลากรของเทศบาลตำบลเวียงยอง ถือเป็นทรัพยากรที่มีค่าที่สุดในองค์กร ที่ต้องทำหน้าที่ในการรับใช้ดูแลประชาชนในพื้นที่อย่างเต็มกำลังความสามารถ เพราะบุคลากรเป็นปัจจัยสำคัญขององค์กรและเป็นตัวแปรในความสำเร็จในการบริหารจัดการขององค์กรให้ก้าวหน้าไปสู่ความสำเร็จตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายขององค์กร การพัฒนาคุณภาพชีวิตจึงเป็นส่วนหนึ่งที่จะทำให้บุคลากรในเทศบาลเวียงยองมีความพร้อมในการปฏิบัติหน้าที่ และมีการพัฒนาตัวเองในการปฏิบัติงานและพัฒนามนุษยสัมพันธ์ในการอยู่ร่วมกันทั้งในที่ทำงานและชุมชน ซึ่งจะก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงานและประสิทธิผลโดยรวมขององค์กรตามมา

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของบุคลากรเทศบาลตำบล เวียงยอง อำเภอลำพูน จังหวัดลำพูน
2. เพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอลำพูน จังหวัดลำพูน โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล
3. เพื่อนำเสนอแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอลำพูน จังหวัดลำพูน

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอลำพูน จังหวัดลำพูน ได้ใช้การวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) โดยประกอบไปด้วย

1) การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการแจกแบบสอบถาม (Questionnaire) กับกลุ่มประชากรที่ได้กำหนดไว้คือ พนักงานเทศบาล ลูกจ้างประจำ พนักงานจ้างตามภารกิจ พนักงานจ้างทั่วไป และพนักงานจ้างเหมาบริการ ของเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ทั้งหมดไม่รวมผู้วิจัยมีจำนวน 137 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) โดยใช้สูตรคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างของทาโร่ ยามาเน่ (Taro Yamane) ที่มีค่าความคลาดเคลื่อนที่จะยอมรับได้ (allowable error 0.05)

2) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) โดยกำหนดผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่มีคุณสมบัติสอดคล้องกับประเด็นสาระสำคัญของการวิจัยครั้งนี้ จำแนกเป็น 4 กลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มผู้บริหาร กลุ่มบุคลากร กลุ่มพระสงฆ์ กลุ่มนักวิชาการ รวมทั้งหมดจำนวน 10 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1) แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้ศึกษาพัฒนาขึ้นตามกรอบของการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน โดยแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ภูมิการศึกษา รายได้ สถานภาพ และตำแหน่ง (Check List) ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน จำนวน 4 ด้าน ดังนี้ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ โดยมีขั้นตอนการวิจัยดังนี้ 1) ขอคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบเครื่องมือที่สร้างไว้ 2) หาความเที่ยงตรง (Validity) โดยการนำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จเสนอเพื่อขอความเห็นชอบและนำเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม จำนวน 5 ท่านโดยได้ค่า IOC (Item – Objective Congruence Index : IOC) ตั้งแต่ 0.6 – 1.0 หมายความว่า แบบสอบถามมีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ 3) หาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) แก่ประชาชนทั่วไปในตำบลศรีบัวบาน อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α coefficient) ตามวิธีการของครอนบาคห์ (Cronbach) ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.856 4)

นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์เพื่อขอความเห็นชอบ
 และจัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อใช้แจกกลุ่มตัวอย่างจริงในการวิจัยต่อไป

2) แบบสัมภาษณ์ โดยแบบสัมภาษณ์ที่ใช้เป็นแบบมีโครงสร้างซึ่งมีสาระสำคัญดังนี้ 1. แนว
 ทางการนำ “ศีล” (การประพฤติ ปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรมที่ดีงาม) มาใช้ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต
 ของบุคลากร 2. แนวทางการนำ “สมาธิ” (ทำจิตใจให้มีสมรรถภาพและประสิทธิภาพในการคิด
 พิจารณาตัดสินใจ) มาใช้ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของบุคลากร 3. แนวทางการนำ “ปัญญา”
 (ความรู้ ความเข้าใจ สามารถแยกแยะ วิเคราะห์) มาใช้ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของบุคลากร โดย
 มีขั้นตอนดังนี้ 1) ออกแบบเครื่องมือแบบสัมภาษณ์ 2) นำแบบสัมภาษณ์ให้อาจารย์ที่ปรึกษาและ
 ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ 3) นำเครื่องมือไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูล

ผลการวิจัย

1) บุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน มีระดับคุณภาพชีวิตตาม
 หลักไตรสิกขา ค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.83$, S.D. = 0.587) และเมื่อจำแนกเป็นรายด้าน
 พบว่า บุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยองมีระดับคุณภาพชีวิตด้านสังคม ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และ
 ด้านสิ่งแวดล้อม ทุกด้านอยู่ในระดับมากตามลำดับ ดังตาราง

ข้อ	คุณภาพชีวิตของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน	ระดับคุณภาพชีวิต		แปลผล
		$\bar{X}$	S.D	
๑.	ด้านร่างกาย	๓.๘๒	๐.๗๒๗	มาก
๒.	ด้านจิตใจ	๓.๗๘	๐.๖๓๓	มาก
๓.	ด้านสังคม	๔.๐๐	๐.๖๒๑	มาก
๔.	ด้านสิ่งแวดล้อม	๓.๗๔	๐.๖๗๐	มาก
ภาพรวม		๓.๘๔	๐.๕๘๗	มาก

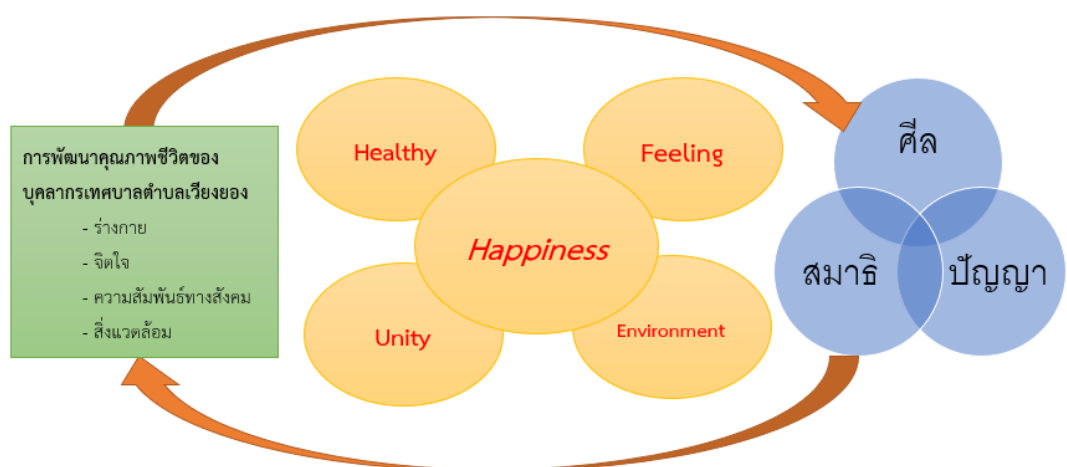
2) ผลการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียง
 ยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ในภาพรวม จำแนกตามเพศ อายุ รายได้ ระดับการศึกษา
 สถานภาพ ตำแหน่ง ในภาพรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันจึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย ดังตาราง

สมมติฐาน	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า t	ค่า F	Sig.	ผลการศึกษา	
						ยอมรับ	ปฏิเสธ
๑.	เพศ	คุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากร	๐.๐๐๙	-	๐.๙๙๓	-	✓
๒.	อายุ	คุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากร	-	๐.๖๗๕	๐.๕๖๙	-	✓
๓.	รายได้	คุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากร	-	๒.๕๖๑	๐.๐๕๙	-	✓
๔.	วุฒิการศึกษา	คุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากร	-	๒.๑๖๒	๐.๐๙๗	-	✓
๕.	สถานภาพ	คุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากร	-	๑.๖๘๔	๐.๑๗๕	-	✓
๖.	ตำแหน่ง	คุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากร	-	๑.๘๗๘	๐.๐๙๒	-	✓

3) แนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน พบว่า 1) ด้านศีลมีแนวทางโดยการจัดสวัสดิการด้านสุขภาพที่ดีขึ้น ให้บุคลากรและจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ร่างกายมีความสมบูรณ์ทั้งสุขภาพและบุคลิกภาพเพื่อให้บุคลากรเกิดความสุขจากร่างกายที่สมบูรณ์ซึ่งจะส่งผลต่อบุคลิกภาพที่ดีที่จะทำให้บุคลากรดูมีความน่าเชื่อถือซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติหน้าที่ 2) ด้านสมาธิมีแนวทางโดยจัดให้มีการปฏิบัติธรรม เพื่อฝึกสมาธิ กิจกรรมสันทนาการเพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีและเพื่อความสามัคคีระหว่างบุคลากร และการจัดสภาพแวดล้อมในที่ทำงานให้ร่มรื่นเพื่อให้รู้สึกสบายใจเรียกได้ว่าเป็นการสร้างสภาพแวดล้อมที่ทำให้บุคลากรรู้สึกสบายใจมีภูมิทัศน์ทางด้านจิตใจที่ดี 3) ด้านปัญญาโดยจัดให้มีหลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธที่สามารถนำไปใช้เพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิตทั้ง ครอบครัว การทำงาน และสังคมเพื่อสร้างความเข้าใจผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่ทำให้ได้ทบทวนพิจารณาประสบการณ์ที่ผ่านมาของตนเอง การปฏิบัติงาน และความสัมพันธกับบุคคลอื่นซึ่งจะทำให้เกิดความเข้าใจเรียนรู้การพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสมที่จะส่งผลให้มีความสุขกับชีวิตประจำวันนั่นเอง

องค์ความรู้จากการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน” ที่ได้นำหลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้เพื่อให้บุคลากรเกิดคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งสามารถอธิบายได้ตามแผนภาพดังนี้



การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน เป็นการเอาหลักการพัฒนามคุณภาพชีวิตมืองค์ประกอบคือ ร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสภาพแวดล้อม ซึ่งต้องมีการพัฒนาเพื่อให้บุคลากรเกิดความสุขในการทำงาน พร้อมทั้งยังได้มีการนำหลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้เพื่อสร้างแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง เมืองค์ประกอบสำคัญดังนี้

๑) **Healthy การมีสุขภาพร่างกายที่ดี แข็งแรง** ทำให้ให้บุคลากรมีความสมบูรณ์ทางร่างกายทั้งสุขภาพและบุคลิกภาพซึ่งจะส่งผลต่อบุคลิกภาพที่ดีที่จะทำให้บุคลากรมีความน่าเชื่อถือซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติหน้าที่ โดยได้นำศีลเข้ามาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมในการดูแลรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ใช้ชีวิตด้วยความไม่ประมาท

๒) **Good Feeling ความรู้สึกที่ดี** เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการมีสุขภาพจิตใจที่ดีเป็นคนที่เข้าใจชีวิตมีจุดหมายในชีวิต ไม่มีความรู้สึกสิ้นหวัง คิดบวกซึ่งจะต้องมีการฝึกทางด้านจิตใจ โดยควรนำหลักสมาธิมาเป็นการฝึกจิตใจให้รู้ตัวอยู่ตลอดเวลาไม่หลงไปกับสิ่งต่าง ๆ เมื่อเกิดสมาธิก็ย่อมช่วยทำให้จิตใจมีความมั่นคงตามมา

๓) **Unity ความสามัคคี** ความสัมพันธ์ทางสังคมที่เกิดจากกิจกรรมสันตนาการเพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีและเพื่อความสามัคคีระหว่างบุคลากร เกิดความรักความเข้าใจอันดีระหว่างกัน ซึ่งควรนำหลักไตรสิกขาเข้ามาช่วยเหลือ โดยใช้ศีลเป็นกรอบการปฏิบัติในการอยู่ร่วมกัน ใช้สมาธิเป็นสิ่งที่ปลูกฝังความคิดทัศนคติที่ดีต่อกัน และส่วนปัญญาเพื่อสนับสนุนให้เกิดการพิจารณาร่วมกันทบทวนพฤติกรรมแสดงออกที่มีต่อกันเพื่อนำมาพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น

๔) **Good Environment สภาพแวดล้อมที่ดี** ต้องมีการจัดสถานที่ทำให้มีบรรยากาศที่ผ่อนคลายและร่มรื่น ที่สามารถพักผ่อนหรือคลายเครียดได้ ได้นำหลักไตรสิกขามาเป็นแนวทางในการพัฒนาสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม โดยใช้ศีลเป็นแนวทางการปฏิบัติในการรักษาสภาพแวดล้อมที่ดีเหมาะสมกับการเรียนรู้

การอภิปรายผลการวิจัย

1) บุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน มีระดับคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา ค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.83$, S.D. = 0.587) สอดคล้องกับผลการวิจัย

19-20 มีนาคม พ.ศ. 2565 ณ หอประชุมสมเด็จพระมหารัชมังคลาจารย์วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ของ พระเอกพล กิตติปัญญา (กันทะยวง) (2560 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อเสริมสร้างความสุขของประชาชนในเขตเทศบาลตำบลบ้านแปะ อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษาพบว่า โดยภาพรวมการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อเสริมสร้างความสุขของประชาชนในเขตเทศบาลตำบลบ้านแปะ ประชาชนมีระดับความคิดเห็นโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($X = 3.88$) และเมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า บุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยองมีระดับคุณภาพชีวิตด้านสังคม อยู่ในลำดับมากที่สุด ($\bar{X} = 3.99$, S.D. = 0.621) รองลงมาคือด้านร่างกาย ($\bar{X} = 3.82$, S.D. = 0.728) รองลงมาคือด้านจิตใจ ($\bar{X} = 3.77$, S.D. = 0.634) ส่วนด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในลำดับน้อยที่สุด ($\bar{X} = 3.73$, S.D. = 0.671) ส่วนการจำแนกเป็นรายด้านมีการลำดับที่มีความแตกต่างกับผลการวิจัยของ นิศาภัทร ม่วงคำ (2559 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “คุณภาพชีวิตในการทำงานของบุคลากร : กรณีศึกษา เจ้าหน้าที่อาสาสมัครกู้ภัย มูลนิธิมิราเคิล ออฟไลฟ์ในพุทธระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญาสิริวัฒนาพรรณวดี” ผลการศึกษาพบว่า ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสุขภาพกาย และด้านจิตใจ

2) ผลการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ในภาพรวม จำแนกตามเพศพบว่าไม่แตกต่างกัน ($t = -0.088$, Sig.= 0.930) จำแนกตามอายุพบว่าไม่แตกต่างกัน ($F=0.895$, Sig.=0.466) จำแนกตามรายได้พบว่าไม่แตกต่างกัน ($F=2.416$, Sig.=0.071) จำแนกตามระดับการศึกษาพบว่าไม่แตกต่างกัน ($F=2.103$, Sig.=0.105) จำแนกตามสถานภาพพบว่าไม่แตกต่างกัน ($F=1.536$, Sig.=0.210) จำแนกตามตำแหน่งพบว่าไม่แตกต่างกัน ($F=1.863$, Sig.=0.095) ดังนั้นในภาพรวมทุกด้านไม่แตกต่างกันจึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย สอดคล้องกับผลการวิจัยของ พระเอกพล กิตติปัญญา (กันทะยวง) (2560 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อเสริมสร้างความสุขของประชาชนในเขตเทศบาลตำบลบ้านแปะ อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษาพบว่า จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และจำนวนสมาชิกในครอบครัวพบว่า ประชาชนที่มีเพศ สถานภาพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และจำนวนสมาชิกในครอบครัวต่างกัน มีความคิดเห็นต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน

3) แนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาของบุคลากรเทศบาลตำบลเวียงยอง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน พบว่า 1) ด้านศีลมีแนวทางโดยการจัดสวัสดิการด้านสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น

ให้บุคลากรและจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ร่างกายมีความสมบูรณ์ทั้งสุขภาพและบุคลิกภาพเพื่อให้บุคลากรเกิดความสุขจากร่างกายที่สมบูรณ์ซึ่งจะส่งผลต่อบุคลิกภาพที่ดีที่จะทำให้บุคลากรมีความน่าเชื่อถือซึ่งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติหน้าที่ 2) ด้านสมาธิมีแนวทางโดยจัดให้มีการปฏิบัติธรรมเพื่อฝึกสมาธิ กิจกรรมสันทนาการเพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีและเพื่อความสัมพันธ์ระหว่างบุคลากรและการจัดสภาพแวดล้อมในที่ทำงานให้ร่มรื่นเพื่อให้รู้สึกสบายใจเรียกได้ว่าเป็นการสร้างสภาพแวดล้อมที่ทำให้บุคลากรรู้สึกสบายใจมีภูมิทัศน์ทางด้านจิตใจที่ดี 3) ด้านปัญญาโดยจัดให้มีหลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธที่สามารถนำไปใช้เพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิตทั้ง ครอบครัวการทำงาน และสังคมเพื่อสร้างความเข้าใจผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่ทำให้ได้ทบทวนพิจารณาประสบการณ์ที่ผ่านมาของตนเอง การปฏิบัติงาน และความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นซึ่งจะทำให้เกิดความเข้าใจเรียนรู้การพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสมที่จะส่งผลให้มีความสุขกับชีวิตประจำวันนั่นเอง สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ภฤศ โสภณณิกุล (2561 : หน้า ก) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา สำหรับผู้ต้องขัง เรือนจำจังหวัดน่าน พบว่ามีการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาด้านพฤติกรรมตามหลักศีล โดยจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อการฝึกระเบียบวินัย การพัฒนาจิตโดยการปฏิบัติสมาธิ เช่น ปฏิบัติสมาธิตามหลักสูตรสัจธรรมสมาธิ และด้านปัญญาเป็นการจัดหลักสูตรการศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม

References

ศิรินันท์ กิตติสุขสถิตและคณะ. **คุณภาพชีวิต การทำงานและความสุข**. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล 2556. หน้า 21.

สุหัชชา พิมพ์เนาว์. การจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาผู้เรียน กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ของโรงเรียนศรีกระนวนวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2561,

พระเอกพล กิตติปัญญา (กันทะยวง). “การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อเสริมสร้างความสุขของประชาชนในเขตเทศบาลตำบลบ้านแปะ อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธ**

ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณวิทยาลัย, 2560.

ภฤศ โสภณนิชกุล. “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2561.