

การประยุกต์หลักไตรสิกขาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่

ของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน

The Application Of Threefold Training Principle In (TAI-YAI) Shan's Quality Of
Life Development Of Government Sector In Muaeng District, Lamphun Province

พระอาตุลย์ ปสนนจิตโต (แสนดี)

Phra Adul Pasannajitto (Sandee)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

adulpasannachitto@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวไทยใหญ่ในอำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน 2) เพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของชาวไทยใหญ่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ และ 3) เพื่อนำเสนอแนวทางการประยุกต์หลักไตรสิกขาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ดำเนินการวิจัยโดยการวิจัยแบบผสมวิธีคือเชิงปริมาณ และเชิงคุณภาพ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที และค่าเอฟ ในส่วนของแบบสัมภาษณ์ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหาโดยวิธีการพรรณนาอ้างอิงคำพูดบุคคล

ผลการวิจัย 1) ชาวไทยใหญ่ ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับคุณภาพชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.91$) 2) การทดสอบสมมติฐาน พบว่า ชาวไทยใหญ่ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ และระยะเวลาที่อาศัยอยู่ในประเทศไทย แตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกันในทุกด้าน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ และ 3) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญส่วนใหญ่เน้นในเรื่องของการสร้างรับรู้ สร้างความเข้าใจว่าหลักธรรมไตรสิกขาคืออะไร ในด้านศีลนั้น เป็นการสร้างสติในเบื้องต้นให้เกิดขึ้นในชีวิต การประยุกต์ใช้หลักสมาธิ นั้น เป็นการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ เพราะสติและสมาธิเป็นผลต่อเนื่องกัน และการใช้ปัญญา อันเป็นความรู้ความสามารถของตนเองในการหาหนทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้อย่างยั่งยืน

คำสำคัญ : ไตรสิกขา, คุณภาพชีวิต, ชาวไทยใหญ่

Abstract

The objectives of this research were 1) to study the level of development of the quality of life of the Tai Yai people in Mueang Lamphun District, Lamphun Province; 2) to compare the opinions of the Tai Yai people about the improvement of the quality of life of the Tai Yai people and 3) to present guidelines for application of threefold training principle in (TAI-YAI) Shan's quality of life development of government sector in Mueang District, Lamphun Province. Conduct research by mixed research are Quantitatively and Qualitatively. The statistics used in the analysis are the frequency, percentage, mean, standard deviation t-test and the F-test. In the part of the interview content analysis was carried out by means of descriptive speech.

Results of the research : 1) The Thai Yai respondents had a high level of overall quality of life (3.91). 2) Hypothesis testing found that Thai Yai people with different gender, age, occupation, income and length of stay in Thailand, there were no differences in opinions about the level of quality of life improvement in all aspects, thus rejecting the hypothesis and 3) Most key informants focus on building awareness. Build an understanding of what the Threefold Dharma is. In that respect It is the creation of good deeds in the beginning to occur in life. The application of meditation It's a conscious lifestyle. because mindfulness and concentration are continual results, and use of wisdom which is their own knowledge and ability to find ways to improve the quality of life for a sustainable better

Key words: Threefold Training, Quality Of Life, Tai Yai people

บทนำ

ประเทศไทย นับเป็นประเทศปลายทางที่มีแรงงานข้ามชาติเข้ามาทำงานจำนวนมาก โดยเฉพาะ แรงงานข้ามชาติจากประเทศเพื่อนบ้าน ข้อมูลสำนักบริหารแรงงานต่างด้าว (2563) ประจำเดือนพฤษภาคม 2563 แสดงให้เห็นว่า ประเทศไทยมีแรงงานข้ามชาติที่ได้รับอนุญาตเข้ามา

งานที่วราชาอาณาจักรจำนวนทั้งสิ้น 2,531,309 คน โดย 91% เป็นแรงงานข้ามชาติจากประเทศเพื่อนบ้านใน 4 ประเทศ ได้แก่ เมียนมา ลาว กัมพูชา และเวียดนาม (พิริยะ ผลพิรุฬห์, 2552 : 39)

ประเทศไทยนั้นเป็นประเทศที่ต้องพึ่งพาแรงงานข้ามชาติพอสมควร แรงงานต่างด้าวหรือข้ามชาติโดยทั่วไปหมายถึง บุคคลผู้ซึ่งไม่มีสัญชาติไทย แต่ก็มีผู้ให้ความหมายที่แตกต่างกันไปทั้งในแง่กฎหมายและในทางวิชาการ แต่ความหมายของคนต่างด้าวตามพระราชบัญญัติการทำงานของคนต่างด้าว พ.ศ. ๒๕๕๓ หมายถึงบุคคลธรรมดาซึ่งไม่มีสัญชาติไทย และกำหนดไว้ว่าคนต่างด้าวจะทำงานได้เมื่อได้รับอนุญาตจากอธิบดีกรมการจัดหางาน หรือเจ้าพนักงานซึ่งอธิบดีมอบหมายเท่านั้น (นภสร เจริญโพธิ์, 2560 : 232) ปัญหาสำคัญของแรงงานต่างด้าวและแรงงานข้ามชาติ คือเมื่อเข้ามาทำงานในประเทศไทยกลับต้องประสบกับปัญหาต่างๆ มากมาย อาทิ การใช้ภาษา เป็นอุปสรรคสำคัญในการทำงาน แรงงานที่พูดภาษาไทยไม่ได้หรือพูดได้แต่น้อย มักจะถูกนายจ้างใช้ความสามารถในการพูดภาษาไทยเป็นเกณฑ์สำคัญในการตั้งเงินเดือนและในการปฏิบัติต่อแรงงานต่างด้าว ทำให้ส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตที่มักได้รับค่าจ้างที่ไม่เหมาะสม และด้วยทักษะเชิงลบที่มีต่อแรงงานข้ามชาติ โดยเฉพาะปัญหาด้านความมั่นคง ทำให้ประเทศไทยดำเนินนโยบายที่เน้นไปในเรื่องของความมั่นคงของประเทศ โดยมองว่าการเข้ามาของแรงงานข้ามชาติส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของชาติ และความสงบเรียบร้อยของสังคม (ภักสิทธิ์ แอนิหน, 2560 : 117) ในขณะที่แรงงานข้ามชาติได้ก่อให้เกิดการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศ โดยเฉพาะในภาวะของการขาดแคลนแรงงานในระดับล่าง ดังนั้นหากแรงงานข้ามชาติได้รับการดูแลเช่นเดียวกับแรงงานในประเทศ ก็จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการใช้แรงงานข้ามชาติของประเทศไทยได้ โดยเฉพาะการดำเนินการผ่านทางนโยบายต่าง ๆ ทั้งนโยบายในรูปแบบของกฎ ระเบียบและข้อบังคับ และนโยบายในรูปแบบของกิจกรรม ซึ่งไม่ควรเป็นเพียงนโยบายที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมแรงงานข้ามชาติเท่านั้น แต่สมควรครอบคลุมทั้งการใช้แรงงานข้ามชาติ การดำเนินชีวิตของแรงงาน ข้ามชาติ สุขภาพของแรงงานข้ามชาติ การป้องกันปัญหาความรุนแรง และการละเมิดสิทธิของแรงงานข้ามชาติ เป็นต้น (ทรงชัย ทองปาน, 2563 : 3)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวไทยใหญ่ในอำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน

2. เพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของชาวไทยใหญ่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล
3. เพื่อนำเสนอแนวทางการประยุกต์หลักไตรสิกขาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบผสม (Mixed Methods) ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ชาวไทยใหญ่ที่อยู่ในความดูแลของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมืองลำพูน จำนวน 4,997 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มโดยใช้สูตรของ Taro Yamane และใช้หลักการสุ่มแบบแบ่งชั้น ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง คือ 369 คน จากนั้นจึงสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบโควต้า และเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ เพื่อหาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และทำการทดสอบสมมติฐานด้วยการทดสอบค่าที (t-test) และค่าเอฟ (F-test) ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-Way Anova) เมื่อพบว่ามีความแตกต่างจึงทดสอบความแตกต่างรายคู่โดยวิธีการหาผลต่างนัยสำคัญน้อยที่สุด (Least Significant Difference : LSD) ในส่วนของข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยทำการจัดกลุ่มข้อมูล (Data Grouping) สารสำคัญของประเด็นการสัมภาษณ์ จากนั้นทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis Technique)

ผลการวิจัย

1. ชาวไทยใหญ่ ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับคุณภาพชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.91$, S.D. = 0.486) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านการใช้สติปัญญา อยู่ในลำดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.00$, S.D. = 0.539) รองลงมาคือด้านสาธารณสุข, ด้านชีวิตการทำงาน และด้านสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 3.97$, S.D. = 0.633, 0.457, 0.486), ส่วนด้านความมั่นคงในด้านเศรษฐกิจ อยู่ในลำดับน้อยที่สุด ($\bar{X} = 3.67$, S.D. = 0.775)

2. ผลการเปรียบเทียบระดับความคิดเห็นของชาวไทยใหญ่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ด้วยการทดสอบสมมติฐานโดยการ

วิเคราะห์ความแตกต่างตามการจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ชาวไทยใหญ่ที่มีเพศ อายุ อาชีพ รายได้ และระยะเวลาที่อาศัยอยู่ในประเทศไทย แตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับระดับการพัฒนา คุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการ ประยุกต์หลักไตรสิกขาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมือง ลำพูน จังหวัดลำพูน สรุปได้ดังนี้

ปัญหาอุปสรรค

- 1) สมาชิกในครอบครัวมีจำนวนเยอะ ทำให้เกิดผลกระทบในการทำมาหากินเลี้ยงชีพ
- 2) สุขภาพร่างกายไม่ค่อยสมบูรณ์แข็งแรง ทานอาหารไม่ครบ ๕ หมู่
- 3) การแก้ปัญหาต่างๆ ยังไม่สามารถแก้ไขได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) ชาวไทยใหญ่บางคนยังคงสร้างปัญหาให้กับชุมชนสังคมอยู่บ้าง และมักจะพา เพื่อนชาวไทยใหญ่จากพื้นที่อื่นมาร่วมสังสรรค์อยู่เป็นประจำ ทำให้เป็นการรบกวนเพื่อนบ้านและ ชุมชน

ข้อเสนอแนะ

- 1) ควรมีการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของชาวไทยใหญ่ ได้เข้าถึงบริการต่างๆ จากรัฐไทย ได้มากขึ้น
- 2) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องด้านแรงงานและด้านสาธารณสุข ควรให้การส่งเสริมด้าน โภชนาการที่ดีแก่แรงงานชาวไทยใหญ่
- 3) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการให้ความรู้เกี่ยวกับข้อกฎหมาย กฎระเบียบต่างๆ ที่ เกี่ยวข้องกับแรงงานข้ามชาติ
- 4) ชาวไทยใหญ่ควรลดการสังสรรค์ การดื่มสุราหลังเลิกงาน และไม่สร้างปัญหา ให้กับผู้อื่นในชุมชน

4. การประยุกต์หลักไตรสิกขาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดหา งานในอำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน

ควรมีการสร้างรับรู้ สร้างความเข้าใจว่าหลักธรรมไตรสิกขาคืออะไร ในด้านศีลนั้น เป็น การสร้างความดีในเบื้องต้นให้เกิดขึ้นในชีวิต การประยุกต์ใช้หลักสมาธินั้น เป็นการดำเนินชีวิตอย่างมี

สติ เพราะสติและสมาธิเป็นผลต่อเนื่องกัน และการใช้ปัญญา อันเป็นความรู้ความสามารถของตนเอง
ในการหาหนทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้อย่างยั่งยืน

อภิปรายผล

1) ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ด้านความมั่นคงในด้านเศรษฐกิจ ในเรื่องของการที่ครอบครัวมีปัจจัยในการอำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิต ซึ่งมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.02 =$ มาก) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าชาวไทยใหญ่มีครอบครัวที่มีปัจจัยในการอำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิตที่มีความพร้อม และสามารถที่จะแสดงให้เห็นถึงการที่ครอบครัวชาวไทยใหญ่มีสภาพความมั่นคงด้านเศรษฐกิจที่ดี เพราะการที่มีปัจจัยในการอำนวยความสะดวกที่สมบูรณ์พร้อมได้นั้น จะต้องมีความมั่นคงทางด้านเศรษฐกิจ ความมั่นคงทางรายได้ และความมั่นคงทางอาชีพด้วย ซึ่งจะเป็นเหตุปัจจัยสำคัญที่ทำให้ครอบครัวสามารถที่จะซื้อหาสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ในการดำรงชีวิตได้ และประการสำคัญ การสร้างรายได้ที่เพียงพอจะเป็นหลักประกันความมั่นคงทางเศรษฐกิจได้เป็นอย่างดี เพราะในยุคปัจจุบันเงิน จะเป็นสิ่งที่ขับเคลื่อนทางเศรษฐกิจที่สำคัญ และเงินจะเป็นส่วนที่ทำให้ชีวิตมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจเพิ่มมากขึ้น อันจะส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ เอกพล เคราเซ (2562) ซึ่งได้วิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: ถอดรหัสจากผู้รู้และผู้เป็น โดยผลการวิจัยพบว่าการสร้างความมั่นคงและปลอดภัย ในที่นี้ครอบคลุมทั้งความปลอดภัยทางกายภาพและจิตใจ ซึ่งเกิดมาจากการมีหลักประกันหรือมั่นคงทางเศรษฐกิจ เพราะจะทำให้ไม่เกิดความวิตกกังวลรบกวนต่อทั้งกายใจ ผู้รู้ได้ตั้งข้อสังเกตว่า โดยเฉพาะสังคมเมืองที่มีความซับซ้อน ค่าครองชีพและค่าใช้จ่ายมากกว่าชนบท ผู้นำทางด้านการเงินจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง การมีหลักประกันเป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กลมกลืนกับการเตรียม ความพร้อม การวางแผนและการจัดการทางการเงินเหล่านี้ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุข

2) ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดหางานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ด้านสาธารณสุข ในเรื่องของการมีสุขภาพด้านกายและใจที่ดี ซึ่งมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.07 =$ มาก) และการรับประทานอาหารเช้า 5 หมู่ และทานอาหารเพื่อสุขภาพ ($\bar{X} = 3.99 =$ มาก) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ไทยใหญ่มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เป็นไปในทิศทางที่ดี มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์แข็งแรง มีการรับประทานอาหารเช้า 5 หมู่ และทานอาหารเพื่อ

สุขภาพ ซึ่งจะเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้คุณภาพชีวิตของชาวไทยใหญ่นั้นมีคุณภาพที่ดีมากยิ่งขึ้น ประการสำคัญ การมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดีนั้น จะเป็นส่วนช่วยทำให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านอื่นๆ เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้ สุขภาพร่างกายและจิตใจ เป็นพื้นฐานสำคัญของการที่จะดำเนินชีวิต และการรับประทานอาหารที่มีคุณภาพ ทานอาหารเพื่อสุขภาพ ก็จะเป็นส่วนช่วยในการเสริมสร้างสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ก่อให้เกิดความสมบูรณ์พร้อมของสุขภาพที่จะช่วยให้แรงงานชาวไทยใหญ่นั้นทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ **กัญจน์ คงหนู** (2563) ได้วิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตของประชาชนด้านการแพทย์และสาธารณสุขภายใต้การบริหารงานของหน่วยเฉพาะกิจกรมทหารพรานที่ 47 บ้านสะปาวะระ อำเภอยะหา จังหวัดยะลา ผลการวิจัยพบว่า ประเด็นด้านสุขภาพอนามัย สุขภาพจิต และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม กว่าร้อยละ 80 ของผู้ให้ข้อมูลเห็นตรงกันว่าสุขภาพกายและสุขภาพจิตของประชาชนอยู่ในระดับปกติ กล่าวคือ ไม่ได้รับรายงานว่ามีการเป็นป่วยอย่างรุนแรง โดยทั่วไปมีอาการเจ็บปวดตามร่างกายเนื่องจากเป็นผู้สูงอายุ มีอาการเป็นไข้ตัวร้อนเนื่องจากอากาศเปลี่ยน ด้านสภาพจิตใจ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เห็นว่าประชาชนมีสุขภาพจิตดี โดยสังเกตเห็นได้จากการพูดคุยเรื่องสนุกสนานและยิ้มหัวเราะทุกครั้งเมื่อเข้าเยี่ยมประชาชนตามหมู่บ้าน

3) ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดงานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ด้านการใช้สติปัญญา ในเรื่องของการที่สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่เกิดขึ้นได้อย่างทันท่วงที ($\bar{X} = 4.10 =$ มาก) และการมีสติปัญญาที่สามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ ($\bar{X} = 4.07 =$ มาก) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ชาวไทยใหญ่มีสติปัญญาในการที่จะแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่เกิดขึ้นได้อย่างทันท่วงที เพราะการใช้สติปัญญาในการแก้ปัญหานั้น เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ชาวไทยใหญ่สามารถที่จะเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น รวมไปถึงการคิดแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตจริงได้ การใช้ปัญญาหรือความรู้ที่มีอยู่เป็นการช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น รู้จักการดำรงชีวิตด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองเรื่องราวต่างๆ หรือสิ่งใดที่เป็นประโยชน์หรือไม่เป็นประโยชน์ต่อชีวิต การใช้ปัญญาเป็นส่วนช่วยในการพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างมาก ปัญญาจะช่วยในเรื่องของการรู้แจ้งเห็นจริงในการดำเนินชีวิตว่าควรต้องเป็นไปในทิศทางใด การที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้นั้นต้องอาศัยปัญญาในการพิจารณาไตร่ตรองให้ละเอียดรอบคอบ ซึ่งจะเป็นการนำมาซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืน สอดคล้องกับงานวิจัยของ **ภฤศ โสภณนิชกุล** (2561) ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขัง

เรือนจำจังหวัดน่าน ผลการวิจัยพบว่า จากผลการนำหลักไตรสิกขาเข้ามาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ต้องขังในเรือนจำจังหวัดน่าน สามารถสรุปได้ว่า ด้านปัญญา ผู้ต้องขังสามารถใช้ทักษะแก้ปัญหาของชีวิตได้ เช่น การตัดสินใจ การคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพกับคนอื่น การเข้าใจตนเองและบุคคลอื่น การจัดการอารมณ์ การจัดการความเครียด การตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง

4) ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดงานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ด้านชีวิตการทำงาน ในเรื่องของการเดินทางไปทำงานไม่มีปัญหาและอุปสรรคต่ออาชีพ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.07 =$ มาก) และรองลงมาคือการมีอาชีพการทำงานเป็นหลักแหล่งที่มั่นคง ($\bar{X} = 3.99 =$ มาก) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า แรงงานชาวไทยใหญ่ไม่ได้มีปัญหาในการเดินทางไปทำงาน และไม่ได้มีอุปสรรคใดๆ ต่อการประกอบอาชีพ เพราะแรงงานชาวไทยใหญ่มากส่วนมากจะมีใบอนุญาตประกอบอาชีพ หรือใบอนุญาตทำงานในประเทศไทยอยู่แล้ว จึงไม่ได้มีปัญหาและอุปสรรคต่อการทำงาน ประการสำคัญ แรงงานชาวไทยใหญ่นั้นถือได้ว่าเป็นแรงงานคุณภาพ ที่มีทักษะวิชาชีพที่ดีเทียบเท่ากับคนไทย จนในบางครั้งแรงงานชาวไทยใหญ่นั้นกลายเป็นแรงงานที่นายจ้างชาวไทยต้องการเป็นอย่างมาก จึงเกิดการแย่งชิงแรงงานชาวไทยใหญ่ และเมื่อแรงงานชาวไทยใหญ่เป็นที่ต้องการของนายจ้างแล้ว นายจ้างย่อมที่จะทำทุกวิถีทางในการที่จะได้แรงงานชาวไทยใหญ่ไปทำงานด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ โสภณ อินริสพงศ์ (2555) ซึ่งได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ความคาดหวังของพนักงาน บริษัท เอ็น เอ็กซ์ พี เซมิ คอนดักเตอร์ (ไทยแลนด์) จำกัด ที่มีต่อบทบาทของสหภาพแรงงานในการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงาน” ผลการวิจัยพบว่า ด้านความมั่นคงและความก้าวหน้าในการทำงาน พบว่า พนักงานมีความคาดหวังอยู่ในระดับมาก พนักงานมีความคาดหวังว่าบริษัทจะมีการจ่ายค่าชดเชยที่เป็นธรรมและเหมาะสมกรณีเลิกจ้างพนักงาน เพื่อเป็นการตอบสนองขั้นพื้นฐานให้พนักงานเกิดความพึงพอใจในงานและทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

5) ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดงานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ด้านสิ่งแวดล้อม ในเรื่องของการมีสภาพที่อยู่อาศัยถูกสุขลักษณะ ถูกสุขอนามัย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.00 =$ มาก) และรองลงมาคือการมีสภาพที่อยู่อาศัยมีความสะอาดน่าอยู่ ร่มรื่น น่ามอง ($\bar{X} = 3.99 =$ มาก) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ชาวไทยใหญ่โดยส่วนใหญ่เป็นผู้ที่รักษาความสะอาดเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะวัยหนุ่มสาวและวัยทำงาน ชอบในการที่จะทำความสะอาดบ้านเรือน ที่พักอาศัยให้สะอาดอยู่เสมอ การสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีด้านที่อยู่อาศัยจึงเป็นความจำเป็น

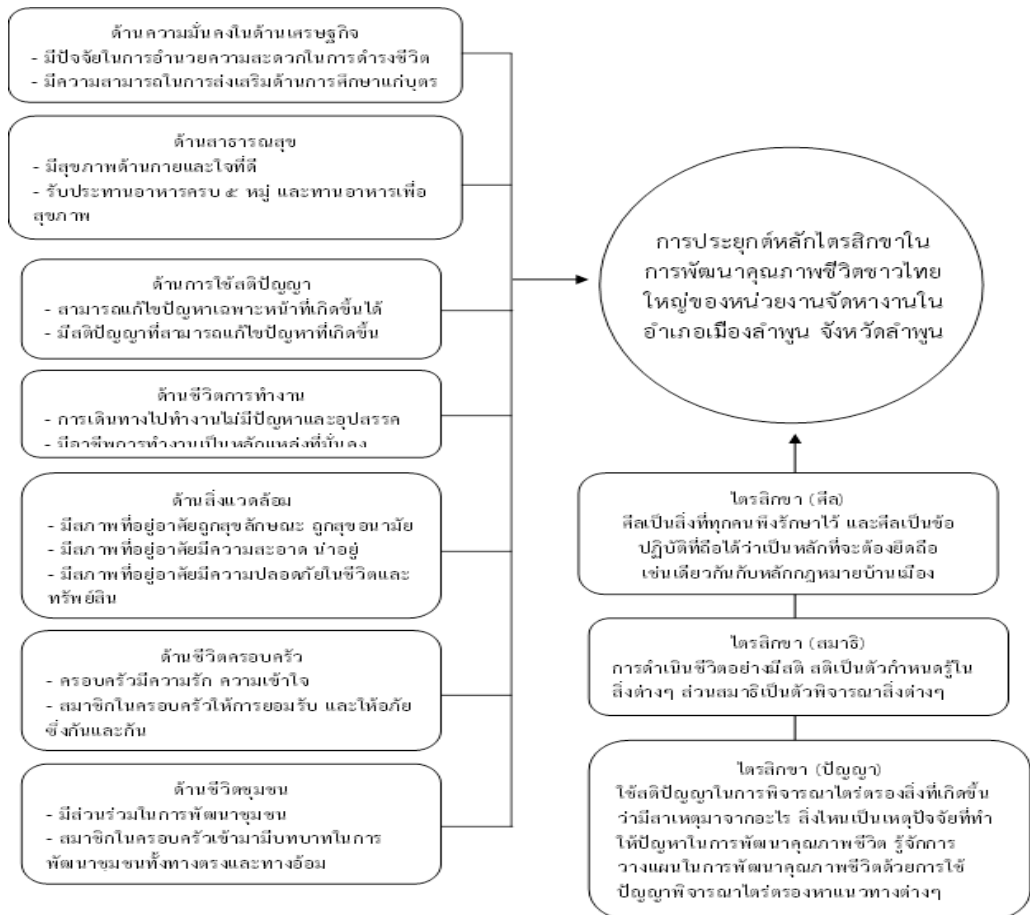
เช่นเดียวกันในการเสริมสร้างการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวไทยใหญ่ ซึ่งถึงแม้ว่าที่อยู่อาศัยของชาวไทยใหญ่จะไม่ได้มีความมั่นคง ใหญ่โตเท่าใดนัก แต่การสร้างสภาพแวดล้อมให้น่าอยู่ย่อมเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยเช่นกัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ **อนรรฆ อีสเฮาะ (2562)** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา” ซึ่งมีข้อค้นพบสำคัญคือ คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา ด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า โดยภาพรวมคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดี ทั้งนี้เนื่องจากสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมในพื้นที่ติดต่อสุขภาพ การคมนาคม สัญจรในพื้นที่มีความสะดวก เมื่อเจ็บป่วยสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ตามความจำเป็น อีกทั้งมีเงินหรือรายได้นำมาใช้จ่ายตามความจำเป็น และรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยในแต่ละวัน จึงไม่รู้สึกว่าไม่มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินจากพื้นที่ที่ตนเองพักอาศัย

6) ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดงานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ด้านชีวิตครอบครัว ในเรื่องของการมีครอบครัวมีความรัก ความเข้าใจ มีค่าเฉลี่ยสูงสุดที่ $(\bar{X}=4.00 = \text{มาก})$ และรองลงมาคือ การมีสมาชิกในครอบครัวให้การยอมรับและให้อภัยซึ่งกันและกัน $(\bar{X}=3.98 = \text{มาก})$ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ชาวไทยใหญ่มีครอบครัวที่มีความรักความเข้าใจอันดีต่อกัน ซึ่งจะเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ชีวิตครอบครัวนั้นมีความสุข มีความเข้าใจอันดีต่อกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว รวมไปถึงการที่สมาชิกในครอบครัวให้การยอมรับและให้อภัยซึ่งกันและกันนั้น ก็จะเป็นส่วนที่ทำให้สร้างความรักความเข้าใจในครอบครัวได้ดียิ่งขึ้นไปอีก ประการสำคัญครอบครัวที่มีความรักความเข้าใจ มีการยอมรับและให้อภัยซึ่งกันและกัน มีความเข้มแข็งอบอุ่น จะสามารถสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีของชาวไทยใหญ่ได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ **เทพไทย โชติชัย และคณะ (2563)** ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “คุณภาพชีวิตของเกษตรกรที่ปลูกผัก อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น” ซึ่งมีข้อค้นพบสำคัญคือ สมาชิกในครอบครัวช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สมาชิกในครอบครัวมีความรับผิดชอบต่อกัน เมื่อเกิดปัญหาสมาชิกในครอบครัวให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และทุกครั้งที่เกิดปัญหาครอบครัวสามารถช่วยกันแก้ปัญหาได้

7) ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่ของหน่วยงานจัดงานในอำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ด้านชีวิตชุมชน ในเรื่องของการมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน มีค่าเฉลี่ยสูงสุดที่ $(\bar{X}=3.94 = \text{มาก})$ และรองลงมาคือ การมีสมาชิกในครอบครัวเข้ามามีบทบาทในการพัฒนาชุมชนทั้งทางตรงและทางอ้อม $(\bar{X}=3.83 = \text{มาก})$ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ชาวไทยใหญ่นั้นได้ให้

ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมกับชุมชน ซึ่งถือได้ว่าการที่ชาวไทยใหญ่ได้เข้าไปอยู่ในชุมชนต่างๆ นั้นได้เข้าไปมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชนด้วย ไม่ว่าจะเป็นทางตรงและทางอ้อม โดยเฉพาะในการเป็นสมาชิกที่ดีของชุมชน จะเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ชาวไทยใหญ่ได้รับความรักความเข้าใจจากผู้คนในชุมชนนั้นๆ เป็นการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตในด้านวิถีชีวิตชุมชนของชาวไทยใหญ่ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีจะอยู่ในชุมชนนั้นได้เป็นอย่างดี เพราะการที่จะไปอยู่ในชุมชนใดก็ตามอย่างมีความสุขนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของชุมชน เข้าไปมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน และจะเป็นการทำความรู้จัก ทำความคุ้นเคยกับผู้คนในชุมชนนั้นๆ ด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ **ญาดินันท์ โคกมา และ พิชิต รัชตพิบูลภพ (2563)** ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “คุณภาพชีวิตของประชาชนที่สัมพันธ์กับความผูกพันต่อชุมชน อำเภอป่าตอง จังหวัดอุดรธานี” ผลการวิจัยพบว่า ระดับความผูกพันของประชาชนต่อชุมชน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีความรู้สึกที่ดีต่อเพื่อนบ้านทุกคนและคนในชุมชน มีความสามัคคีเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีความรักชุมชนและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน การร่วมสร้างความสมัคสมานสามัคคีกันของคนในชุมชนให้เหนียวแน่นมาก คนในชุมชนมีความสุข และมีการพัฒนาชุมชนมากขึ้น

สรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย



สรุปองค์ความรู้จากการวิจัย สรุปได้คือ ศีลเป็นรากฐานแห่งความประพฤติที่ดีงาม เป็นบ่อเกิดสำคัญที่ทำให้การพัฒนาคุณภาพชีวิต ศีลเป็นพื้นฐานแห่งการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข ดังนั้น ศีลจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงรักษาไว้ และศีลยังเป็นข้อปฏิบัติที่ถือได้ว่าเป็นหลักที่จะต้องยึดถือ เช่นเดียวกับหลักกฎหมายบ้านเมือง (**หลักศีล**) การดำเนินชีวิตอย่างมีสติ สติเป็นตัวกำหนดรู้ในสิ่งต่างๆ ส่วนสมาธิเป็นตัวพิจารณาสิ่งต่างๆ เพื่อให้รู้แจ้งอันเป็นทางไปสู่ปัญญาในที่สุด การส่งเสริมให้ใช้สมาธิหรือสติในการดำรงชีวิต จะเป็นการเสริมสร้างการดำรงชีวิตที่ไม่ประมาทด้วย (**หลักสมาธิ**) และการใช้ปัญญาในการพิจารณาถึงสิ่งต่างๆ ในการดำรงชีวิตทุกขณะเพื่อให้เกิดการพัฒนาที่มีประสิทธิภาพ การใช้ปัญญาอันเป็นความรู้ความสามารถของตนเองในการหาหนทางในการพัฒนา

คุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้อย่างยั่งยืน รู้จักการวางแผนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยการใช้ปัญญา
พิจารณาไตร่ตรองหาแนวทางต่างๆ เพื่อสร้างการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน (หลักปัญญา)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

ชาวไทยใหญ่ควรมีการดูแลสุขภาพของตนเองเป็นสำคัญในเบื้องต้น มีการสร้างอาชีพเสริม
หรือการพัฒนาทักษะด้านอาชีพเสริมเพื่อเป็นการสร้างรายได้เพิ่มเติมอีกช่องทางหนึ่ง และการ
ประพัตินในทางที่ถูกต้อง

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวไทยใหญ่เชิงบูรณาการของหน่วยงาน
ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการส่งเสริมด้านการศึกษาให้กับชาวไทยใหญ่เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่สมบูรณ์แบบ
และทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสนใจของชาวไทยใหญ่ที่มีความต้องการในการเข้า
มาทำงานในประเทศไทย

References

- กัญจน์ คงหนู. (2563). คุณภาพชีวิตของประชาชนด้านการแพทย์และสาธารณสุขภายใต้การ
บริหารงานของหน่วยเฉพาะกิจกรมทหารพรานที่ 47 บ้านสะปาวะ อำเภอยะหา
จังหวัดยะลา. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี*. 12(2) : 329.
- ญาตินันท์ โคกมา และ พิชิต รัชตพิบูลภพ. (2563). คุณภาพชีวิตของประชาชนที่สัมพันธ์กับ
ความผูกพันต่อชุมชน อำเภอน้ำปาด จังหวัดอุดรดิตร. *วารสารบัณฑิตวิทยาลัยสวน
ดุสิต*. 16(1) : 202 - 203.
- ทรงชัย ทองปาน. (2563). สภาพปัญหา และข้อเสนอเชิงนโยบายที่เกี่ยวข้องกับแรงงานข้ามชาติ
ในประเทศไทย: ผลจากการสังเคราะห์งานวิจัยที่ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงาน
คณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. *วารสารสังคมวิจัยและพัฒนา*. 2(4) : 3.
- เทพไทย โชติชัย และคณะ. (2563). คุณภาพชีวิตของเกษตรกรที่ปลูกผัก อำเภอเมือง จังหวัด
ขอนแก่น. *วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์*. 7(2) : 209 - 215.

- นภสร เจริญโพธิ์. (2560). การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์: การให้บริการแรงงานต่างด้าวแบบจุดเดียวเบ็ดเสร็จในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ประเทศไทย. *วารสารสมาคมนักวิจัย*. ๒๒(๑) : 232.
- พิริยะ ผลพิรุฬห์. (2552). แรงงานไทยภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์. *วารสารพัฒนศาสตร์*. 49(3) : 39.
- ภฤศ โสภณนิชกุล. (2561). แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขาสำหรับผู้ต้องขังเรือนจำจังหวัดน่าน. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ภักสิริ แอนิหน. (2560). แรงงานต่างด้าว: การบริหาร และการจัดการในประเทศไทย. *วารสารศิลปการจัดการ*. 2(2) : 117.
- โสภณ อินริสพงศ์. (2555). ความคาดหวังของพนักงาน บริษัท เอ็น เอ็กซ์ พี เซมิ คอนดักเตอร์ (ไทยแลนด์) จำกัด ที่มีต่อบทบาทของสหภาพแรงงานในการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงาน. *วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิตสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง*.
- อนรรฆ อีสเฮาะ. (2562). คุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลสะกอม อำเภอกะเปอร์ จังหวัดสงขลา. *สารนิพนธ์หลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- เอกพล เคราเซ. (2562). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: ถอดรหัสจากผู้รู้และผู้เป็น. *วารสารสังคมสงเคราะห์ศาสตร์*. 27(2) : 146.