

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพล ตามหลักปรัชญา  
ของเศรษฐกิจพอเพียง ของกรมยุทธศึกษาทหารบก

เอกสารวิจัยส่วนบุคคล



โดย

พันเอก สุรศิษฐ์ กิจพิทักษ์  
รองผู้อำนวยการกองปลัดบัญชาการ กรมยุทธศึกษาทหารบก

วิทยาลัยการทัพบก

กันยายน 2563

เอกสารวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของกรมยุทธศึกษาทหารบก  
โดย พันเอก สุรศิษฏ์ กิจพิทักษ์  
อาจารย์ที่ปรึกษา พันเอก ประภาส แก้วศรีงาม

วิทยาลัยการทัพบก อนุมัติให้เอกสารวิจัยส่วนบุคคลฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรหลักประจำ วิทยาลัยการทัพบก ปีการศึกษา 2563 และเห็นชอบให้เป็นเอกสารวิจัยส่วนบุคคลที่อยู่ในเกณฑ์ระดับ

พลตรี ผู้บัญชาการวิทยาลัยการทัพบก  
( มหศักดิ์ เทพหัสดิน ณ อยุธยา )

คณะกรรมการควบคุมเอกสารวิจัยส่วนบุคคล

พันเอก ประธานกรรมการ  
( ประภาส แก้วศรีงาม )

พันเอก ผู้ทรงคุณวุฒิที่ปรึกษา  
( ธวัชชัย พุทธิโคตร )

พันเอกหญิง กรรมการ  
( ศศพินิจ วิชระธรรม )

พันเอกหญิง กรรมการ  
( จิตติญา จันทร์วุฒิ )

พันเอกหญิง กรรมการ  
( ปัทมา สมสนั่น )

## บทคัดย่อ

**ผู้วิจัย** พันเอก สุรศิษฐ์ กิจพิทักษ์  
**เรื่อง** แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของกรมยุทธศึกษาทหารบก  
**วันที่** กันยายน 2563 **จำนวนคำ :** 5,680 **จำนวนหน้า :** 16  
**คำสำคัญ** คุณภาพชีวิต, หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง, กรมยุทธศึกษาทหารบก  
**ชั้นความลับ** ไม่มีชั้นความลับ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาสภาพการดำเนินการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ศึกษาปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของกรมยุทธศึกษาทหารบก ที่มีประสิทธิภาพ โดยนำยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี แผนแม่บทด้านความมั่นคงภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ และนโยบายของผู้บังคับบัญชา และองค์ความรู้จากผู้ทรงคุณวุฒิมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยนี้

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า กรมยุทธศึกษาทหารบกได้ดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาโดยตลอด เป็นไปตามนโยบายของกองทัพบก คือ มีการประชาสัมพันธ์หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอย่างกว้างขวาง มีการจัดให้มีการศึกษา อบรมหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงให้กำลังพลและครอบครัวได้เข้าใจอย่างจริงจัง จัดดูงานโครงการเกษตรทฤษฎีใหม่ หรือโครงการที่เกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มีกิจกรรมให้กำลังพล ลด ละ เลิก อบายมุข และดำรงชีวิตอย่างพอมีพอกิน มีโครงการจัดสอนหลักสูตรการเสริมรายได้แก่ครอบครัวของกำลังพล เช่น หลักสูตรสอนตัดผม ฯลฯ มีกิจกรรมส่งเสริมให้กำลังพลและครอบครัว มีรายได้จุนเจือครอบครัวเพิ่มขึ้น เช่น จักรยานยนต์รับจ้าง ฯลฯ มีมาตรการช่วยเหลือกำลังพลที่มีปัญหาหนี้สิน ทั้งระยะสั้นและระยะยาว ผู้บังคับหน่วยเป็นที่พึ่ง ที่ปรึกษา ช่วยเหลือกำลังพลได้ทุกระดับ เพื่อให้อยู่ร่วมกับสังคมภายนอกได้อย่างมีเกียรติ มีศักดิ์ศรี จัดกิจกรรมเศรษฐกิจ

พอเพียงที่เป็นรูปธรรมอย่างเป็นระบบในหน่วย เช่น กิจกรรมส่งเสริมให้ประหยัดคอตออม  
โดยเชิญ บมจ.ธนาคารทหารไทย จำกัด (มหาชน) มาบรรยาย มีการบริหารจัดการพื้นที่  
ว่างเปล่าของหน่วยให้ใช้ประโยชน์ได้อย่างเป็นรูปธรรมทั้งการเกษตร และพืชผักสวนครัว

## ABSTRACT

**AUTHOR** : Colonel Surasit Kitpitak  
**TITLE** : The guidelines for the development of the quality of life  
with the Sufficiency Economy for Army training command  
**DATE** : September 2020 **WORD COUNT** : 5,680 **PAGES** : 16  
**KEY TERMS** : The quality of life, Sufficiency Economy, Army training  
command  
**CLASSIFICATION:** Unclassified

The objectives of this study were to develop the quality of life with the Sufficiency economy for Army training command, factors that affect the quality of life development and the guidelines for the development of quality of life. According to the 20-year national strategy; national security, policies from supervisors and knowledge from the experts.

The results revealed that the Army training command has been developing the quality of life with the Sufficiency economy as Army policies those are give information about the Sufficiency economy, training philosophy of Sufficiency economy to the personnel and their families, learning New Theory Agriculture or project about the Sufficiency economy, activity for personnel to avoid drugs and live life without extravagance, the project has taught courses to supplement the personnel's families income for example barber courses, etc., activities for personnel and families have rose their income for example motorcycle taxi etc., measures to assist personnel with short-term and long-term debt problems. The commanders are who helps the troops at all levels in order to co-exist with society with honor and

dignity. Activities about the Sufficiency economy for example activity to frugal that has invited TMB bank public company limited to be a lecturer, management of empty areas for agriculture and vegetable garden.

## กิตติกรรมประกาศ

เอกสารวิจัยส่วนบุคคลฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความรู้และความกรุณาจากคณาจารย์ของวิทยาลัยการทัพบกทุกท่านที่กรุณาประสิทธิประสาทวิชาให้ความรู้และประสบการณ์ที่ทรงคุณค่าอย่างสูง โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาจารย์ที่ปรึกษา พันเอก ประภาส แก้วศรีงาม พันเอกหญิง ฐิติญา จันทวุฒิ พันเอกหญิง ศศพินธุ์ วัชรธรรม และ พันเอกหญิง ปัทมา สมสนั่น ที่กรุณาให้แนวคิดที่เป็นประโยชน์ในการจัดทำเอกสารวิจัยส่วนบุคคล รวมถึงตรวจสอบต้นฉบับอย่างละเอียดจนทำให้งานวิจัยนี้เสร็จสมบูรณ์ นอกเหนือจากข้อเสนอแนะทางวิชาการอันเป็นประโยชน์ในการวิจัยแล้ว ยังได้รับกำลังใจและคำชี้แนะที่เป็นประโยชน์ยิ่ง

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ พันเอก ธวัชชัย พุทธิโคตร ผู้ทรงคุณวุฒิที่ปรึกษา ที่กรุณาสนับสนุนข้อมูลอันเป็นประโยชน์ต่อการวิจัย พลตรี มหศักดิ์ เทพหัสดิน ณ อยุธยา ผู้บัญชาการวิทยาลัยการทัพบก ที่กรุณาอนุมัติให้ ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลอันเป็นประโยชน์จากผู้เกี่ยวข้อง

ขอขอบคุณผู้อยู่เบื้องหลังทุกท่านที่คอยเป็นกำลังใจ ในการทำวิจัยฉบับนี้ ให้สำเร็จสมบูรณ์ ได้สมตามความมุ่งหวัง ความดีอันเกิดจากผลงานการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยขอมอบให้ผู้ที่มีส่วนร่วมในงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นทุกท่านด้วยความเคารพรัก และหวังว่าวิจัยฉบับนี้ น่าจะเป็นประโยชน์ ก่อให้เกิดผลดีต่อวิทยาลัยการทัพบก กองทัพบก และประเทศชาติสืบไป

## แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญา ของเศรษฐกิจพอเพียง ของกรมยุทธศึกษาทหารบก

เกิดวิกฤตการณ์ทางการเงินในเอเชียในปี พ.ศ.2540 หรือวิกฤตต้มยำกุ้ง เป็นช่วงวิกฤตการณ์เงินซึ่งส่งผลกระทบต่อหลายประเทศในทวีปเอเชียเริ่มตั้งแต่เดือนกรกฎาคม 2540 ก่อให้เกิดความกลัวว่าจะเกิดการล่มสลายทางเศรษฐกิจทั่วโลก เนื่องจากการแพร่ระบาดของทางการเงิน วิกฤตดังกล่าวเริ่มต้นในประเทศไทย เมื่อค่าเงินบาทลดลงอย่างมากอันเกิดจากการตัดสินใจของรัฐบาลไทย ซึ่งมี พลเอกชวลิต ยงใจยุทธ เป็นนายกรัฐมนตรีในขณะนั้น ได้ประกาศลอยตัวค่าเงินบาท ตัดการอิงเงินสกุลดอลลาร์สหรัฐ หลังจากความพยายามทั้งหมดที่จะสนับสนุนค่าเงินบาทเมื่อเผชิญกับการแผ่ขยายแบบเกินเลยทางการเงิน (financial overextension) อย่างรุนแรง โดยเฉพาะอย่างยิ่งส่วนขับเคลื่อนอสังหาริมทรัพย์ในเวลานั้น ประเทศไทยมีภาระหนี้สาธารณะซึ่งทำให้ประเทศอยู่ในสภาพล้มละลายก่อนหน้าการล่มสลายของค่าเงิน และเมื่อวิกฤตดังกล่าวขยายออกนอกประเทศ ทำให้ค่าเงินของประเทศส่วนใหญ่ในเอเชีย ตะวันออกเฉียงใต้และญี่ปุ่นก็ได้ทรุดตัวลงไปด้วยเช่นกัน ตลาดหลักทรัพย์ปรับตัวลดลงและรวมไปถึงราคาสินทรัพย์อื่นๆ และทำให้หนี้เอกชนเพิ่มสูงขึ้น

จากปัญหาต่าง ๆ ที่กล่าวมา รัฐบาลไทยตลอดจนหน่วยงานราชการ ได้เล็งเห็นความสำคัญและหาแนวทางแก้ไขปัญหานี้อย่างเร่งด่วน ดังนั้นแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (2545-2549) ที่เป็นแผนที่ได้อัญเชิญแนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 มาเป็นปรัชญานำทางการพัฒนาและบริหารประเทศ โดยได้อัญเชิญ “ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” มาเป็นปรัชญานำทางการพัฒนาและบริหารประเทศ ควบคู่ไปกับกระบวนการพัฒนาแบบบูรณาการเป็นองค์รวมที่มี “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” ต่อเนื่องจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 โดยยึดหลักทางสายกลาง เพื่อให้ประเทศรอดพ้นจากวิกฤตสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคง และนำไปสู่การพัฒนาที่สมดุล มีคุณภาพและยั่งยืน ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์และสถานการณ์เปลี่ยนแปลงต่าง ๆ โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาที่สมดุลทั้งด้านตัวคน สังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมเพื่อนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืนตลอดจนความอยู่ดีมีสุขของคนไทย<sup>1</sup>



ดังนั้นแนวทางอันจะเป็นทางออกสำหรับปัญหาคุณภาพชีวิตที่ประชาชนของประเทศไทย ในปัจจุบันยึดถือปฏิบัติ ก็คือ การรู้จักความพอประมาณหรือความพอดี ไม่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น การมีเหตุผลในการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างเหมาะสมเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี เพื่อพร้อมรับผลกระทบ และการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ในปัจจุบัน ซึ่งเป็นหลักสำคัญของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง อันเป็นกระแสพระราชดำริ ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 เป็นหลักปรัชญาที่ทรงพระราชทานแนวพระราชดำริ เพื่อชี้แนะแนวทางสำหรับการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมากกว่า 30 ปี นับตั้งแต่ ก่อนเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ โดยได้ทรงเน้นย้ำแนวทางแก้ไข เพื่อให้ประเทศไทยได้ รอดพ้นต่อปัญหาการเปลี่ยนแปลงของเศรษฐกิจ สังคมในปัจจุบัน อันจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ และความผันผวนทางเศรษฐกิจและสังคม ในยุคปัจจุบัน โดยหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง จึงเป็นปรัชญาแนวทางสำหรับการ ดำรงอยู่และการปฏิบัติตนที่สามารถนำมาใช้ได้สำหรับประชาชนในทุกระดับ นับตั้งแต่ระดับ ครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ด้วยหลักแห่งความพอเพียง ความพอประมาณ ความ มีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกัน ความรู้ คุณธรรม เพื่อเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของประชากรในชาติ ให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์ สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความ อดทน ความเพียร มีสติปัญญา และรอบคอบ

จากการเปลี่ยนแปลงที่ได้กล่าวมาข้างต้น ได้ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของข้าราชการทหาร ซึ่งมีรายได้เป็นลักษณะของเงินเดือน โดยเฉพาะอย่างยิ่งข้าราชการทหารระดับต่ำกว่าชั้น สัญญาบัตร ที่มีโอกาสปรับหรือได้รับการเลื่อนระดับขึ้นเงินเดือนที่น้อยกว่าข้าราชการทั่วไป ด้วยมีข้อจำกัดในเรื่องการแบ่งระดับขั้นยศทางทหารที่เป็นไปได้โดยยาก เนื่องจากอัตราการเพิ่ม ของรายได้ต่อปีอยู่ในเกณฑ์ที่ต่ำ ไม่สัมพันธ์ต่อการเปลี่ยนแปลงของค่าครองชีพที่สูงขึ้นในยุค ปัจจุบัน ทำให้ข้าราชการเหล่านี้ได้รับผลกระทบจากปัญหาเศรษฐกิจโดยตรง ทั้งจากการที่ มีรายได้ไม่เพียงพอต่อรายจ่าย นอกจากนั้นยังไม่สามารถมีเงินออม แล้วยังอาจจะก่อให้เกิด ภาระหนี้สินตามมาอีกด้วย ซึ่งสิ่งเหล่านี้ได้เป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบโดยตรงต่อขวัญกำลังใจ และพฤติกรรมการทำงานของข้าราชการทหาร อีกทั้งยังมีข้าราชการจำนวนมากต้องหาอาชีพ เสริมนอกเวลาราชการ เพื่อเลี้ยงดูตนเองและจุนเจือครอบครัวเพิ่มเติม ซึ่งปัญหาดังกล่าว ทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานของข้าราชการลดลงไปเป็นอย่างมาก<sup>2</sup>

ตามนโยบายและแผนแห่งชาติ ว่าด้วยความมั่นคงแห่งชาติ ซึ่งกำหนดให้การนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นหนึ่งในกลยุทธ์ของแผนการเสริมสร้างความมั่นคงของสถาบันหลักของชาติ ภายใต้การปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นแนวทางสำคัญที่สามารถตอบสนองต่อนโยบายและแผนดังกล่าว การวิจัยนี้จึงให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง<sup>3</sup>

การพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลของกองทัพบก เป็นภารกิจในสายงานกำลังพลที่มีความสำคัญต่อการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ชาติด้านความมั่นคง ยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างการเติบโตบนคุณภาพชีวิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ได้นำอมนาศาสตร์พระราชาสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน โดยยึดหลัก 3 ประการ “มีความพอประมาณ มีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกัน” ซึ่งการดำเนินการให้ประสบผลสำเร็จบรรลุตามเป้าหมาย ต้องอาศัยกำลังพลที่มีประสิทธิภาพ โดยปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตมีส่วนสำคัญที่ส่งผลโดยตรงต่อประสิทธิภาพการปฏิบัติงาน การพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ผ่านมา ได้นำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ แต่ยังคงขาดความจริงจังและต่อเนื่อง ทำให้ยังไม่สามารถดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลจากกองการเงิน กรมยุทธศึกษาทหารบก ในเดือนพฤศจิกายน 2562 ข้าราชการในสังกัดกรมยุทธศึกษาทหารบก มีหนี้สินจำนวน 6.1 ล้านบาท ดังนั้นผู้วิจัยซึ่งเป็นข้าราชการในสังกัดกรมยุทธศึกษาทหารบก ได้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหานี้ จึงสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของรัชกาลที่ 9 เพื่อที่จะได้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์สำหรับผู้บังคับบัญชาระดับสูงได้พิจารณาและใช้เป็นแนวทางในการแก้ไขในการบริหารจัดการกำลังพลข้าราชการทหารของกรมยุทธศึกษาทหารบก เพื่อเป็นการสร้างขวัญกำลังใจ สร้างศักยภาพในการครองตน และครองชีพที่ดี โดยยึดตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อส่งเสริมให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี อันจะส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผล เพื่อเพิ่มศักยภาพในการปฏิบัติงานของข้าราชการและกำลังพลให้มากยิ่งขึ้นให้กับกองทัพบกต่อไปในอนาคต จึงสนใจที่จะศึกษาเรื่องการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของข้าราชการกรมยุทธศึกษาทหารบก

ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์ที่จะศึกษาสภาพการดำเนินการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ศึกษาปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของกรมยุทธศึกษาทหารบก ที่มีประสิทธิภาพ โดยนำยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี แผนแม่บทด้านความมั่นคงภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ และนโยบายของผู้บังคับบัญชา และองค์ความรู้จากผู้ทรงคุณวุฒิมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยนี้

### แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

คำว่า "คุณภาพชีวิต" เป็นคำที่นำมาใช้กันอย่างแพร่หลาย โดยมักนำมาใช้กับงานและโครงการพัฒนาต่าง ๆ เพื่อบ่งชี้ถึงเป้าหมายของการพัฒนาบุคคลหรือสังคม ปัจจุบันมีนักวิชาการสาขาต่าง ๆ ได้ให้ความสนใจศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต จึงทำให้มีการพัฒนาแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกันออกไป

คุณภาพชีวิต ประกอบด้วยคำ 2 คำ คือ คุณภาพ หมายถึง ลักษณะความดี ลักษณะประจำบุคคลหรือสิ่งของ ส่วนชีวิต หมายถึง ความเป็นอยู่ ดังนั้น คุณภาพชีวิต จึงหมายถึง ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล <sup>4</sup>

คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตที่มีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมที่ตนอยู่ได้เป็นอย่างดี ขณะเดียวกันก็สามารถดำรงชีวิตที่เป็นประโยชน์ให้ตนเอง สังคม และประเทศชาติด้วย <sup>5</sup>

คุณภาพชีวิต หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจและมีความสุขในชีวิตของแต่ละบุคคลตามสภาพที่ตนดำรงอยู่ เป็นการรับรู้และตัดสินใจโดยบุคคลนั้น <sup>6</sup>

คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตที่ไม่เป็นภาระ และไม่ก่อให้เกิดปัญหาภัยกับสังคม เป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีความเพียบพร้อม และสามารถที่จะดำรงสถานภาพทางเศรษฐกิจสังคมและการเมือง ให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม และค่านิยมของสังคม สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าหรือปัญหาที่สลับซับซ้อนได้ สามารถคาดคะเนเหตุการณ์ภายหน้า

ได้อย่างถูกต้องและสามารถหาวิธีการอันชอบธรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนประสงค์ ภายใต้อุปกรณ์มือและทรัพยากรที่มีอยู่<sup>7</sup>

คุณภาพชีวิต คือ ชีวิตที่มีความสุขพอสมควรทั้งร่างกาย และจิตใจ ความสุข ความสุขกาย คือ ได้ตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานอย่างเพียงพอ เช่น การได้รับการเลี้ยงดู และอบรมสั่งสอนจากครอบครัวอย่างดีพอ สุขภาพอนามัยแข็งแรง ศึกษาดี อาชีพการงานดี โอกาสเลื่อนฐานะตามความเหมาะสม ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน และโอกาสแสวงหาความบันเทิงรื่นเริงใจตามสมควร ส่วนความสุขใจ คือ การหล่อหลอมปัจจัยทางด้าน ความเชื่อ ค่านิยม ศีลธรรม และจริยธรรม ให้เกิดความสมดุล<sup>8</sup>

คุณภาพชีวิต คือ สภาพทั้งหลายซึ่งนำมาซึ่งความพึงพอใจแก่บุคคล ทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ ในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ๆ<sup>9</sup>

ปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต 3 ด้าน ได้แก่<sup>10</sup>

1. มาตรฐานความเป็นอยู่ทางร่างกาย หมายถึง โภชนาการ สุขภาพ ที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม สิ่งอำนวยความสะดวก การศึกษา น้ำ การสุขาภิบาล การขนส่ง ฯลฯ
2. จิต/อารมณ์ หมายถึง ความรัก ความเป็นเพื่อน การสมรส การมีบุตร สันตนา การความพึงพอใจในงาน ความมั่นคง ฯลฯ
3. จิตวิญญาณ หมายถึง ความเป็นอิสระจากความเชื่อ ความมีอิสระต่อการปฏิบัติตามความเชื่อ ฯลฯ

องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต แบ่งเป็น 4 ด้าน คือ<sup>11</sup>

1. ด้านความพึงพอใจในชีวิต เป็นสิ่งที่บุคคลรับรู้ เป็นสิ่งที่ตนครอบครองอยู่ ซึ่งอยู่ระหว่างความปรารถนาที่ตั้งไว้กับความสำเร็จที่ได้รับ
2. ด้านอัตมโนทัศน์ เป็นความเชื่อมั่น และความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองในช่วงเวลาหนึ่ง
3. ด้านสุขภาพ และการทำงานของร่างกาย เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม โดยนอกจากการประเมินทางคลินิกแล้ว ยังประเมินในเรื่องการรับรู้ ภาวะสุขภาพของบุคคล สิ่งที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพ ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวและสังคมด้วย
4. ด้านสังคม และเศรษฐกิจ เป็นการประเมินการประกอบอาชีพ การศึกษา รายได้ ซึ่งถูกกำหนดเป็นมาตรฐานทางสังคม

องค์ประกอบนำมาซึ่งคุณภาพชีวิต แบ่งได้เป็น 2 ส่วนคือ <sup>12</sup>

1. ส่วนที่จำเป็นพื้นฐานทำให้พอมีชีวิตอยู่ได้ คือปัจจัย 4 ต้องมีอย่างพอเพียง
2. ส่วนที่มีความจำเป็นต่อการเพิ่มคุณภาพชีวิต เพื่อจะทำให้มนุษย์มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ได้แก่ การมีค่านิยมที่เหมาะสม มีจุดมุ่งหมายของชีวิต มีชีวิตกลมกลืนกับครอบครัว ชุมชน และสิ่งแวดล้อม

### แนวคิดเกี่ยวกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

“เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมาโดยตลอดนานกว่า 30 ปี ตั้งแต่ก่อนเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ แต่เมื่อภายหลัง ได้ทรงย้ำแนวทางการแก้ไข เพื่อให้รอดพ้นและสามารถดำรงอยู่อย่างมั่นคง และยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ และความเปลี่ยนแปลงต่างๆ

### ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่ และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่ง ในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับให้มีจิตสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี โดยประมวลและกลั่นกรองจากพระราชดำรัสของ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งพระราชทานในวโรกาสต่าง ๆ รวมทั้งพระราชดำรัสอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยได้รับพระราชทานพระบรมราชานุญาตให้นำไปเผยแพร่ เมื่อวันที่ 29 พฤศจิกายน 2542 เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติของทุกฝ่ายและประชาชนโดยทั่วไป

คณะกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง ได้กล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียงว่า เป็นปรัชญาที่เป็นทั้งแนวคิด หลักการและแนวทางปฏิบัติของแต่ละบุคคล องค์กร โดยคำนึงถึงความพอประมาณกับศักยภาพของตนเองและสภาวะแวดล้อม ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวเอง โดยใช้ความรู้อย่างถูกหลักวิชาการด้วยความรอบคอบ ระมัดระวัง ควบคู่ไปกับการมีคุณธรรม ไม่เบียดเบียนกัน แบ่งปันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ร่วมมือปรองดองกันในสังคม ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างสายใยเชื่อมโยงคนในภาคส่วนต่าง ๆ ของสังคมเข้าด้วยกัน สร้างสรรค์พลังในทางบวกนำไปสู่ความสามัคคี การพัฒนา ที่สมดุล ยั่งยืนพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ได้

“เศรษฐกิจพอเพียง (Sufficiency Economy) นี้ ไม่มีในตำราเศรษฐกิจ จะมีได้อย่างไร เพราะว่าเป็นทฤษฎีใหม่ Sufficiency Economy นั้น ไม่มีในตำราเพราะหมายความว่าเรามีความคิดใหม่ และโดยที่ท่านผู้เชี่ยวชาญสนใจ ก็หมายความว่า เราก็สามารถที่จะไปปรับปรุงหรือใช้หลักการเพื่อที่จะให้เศรษฐกิจของประเทศและของโลกพัฒนาดีขึ้น” พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 23 ธันวาคม 2542

### **คุณลักษณะเศรษฐกิจพอเพียง**

คุณลักษณะของเศรษฐกิจพอเพียงข้างต้นผู้วิจัยพอสรุปได้ว่า คุณลักษณะของเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ ประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผลและการมีภูมิคุ้มกัน ซึ่งมีความหมายที่ซ้อนกันอยู่และมีความเกี่ยวเนื่องกันการมีเหตุผลย่อมบ่งชี้ถึงความพอประมาณในขณะที่ความพอประมาณจะไปสร้างภูมิคุ้มกัน ขณะเดียวกันการมีภูมิคุ้มกันเป็นเงื่อนไขที่สำคัญของการมีเหตุผล ส่วนเงื่อนไขของการมีความรู้คู่คุณธรรมจะเป็นเครื่องมือที่สำคัญ ที่จะหนุนช่วยองค์ประกอบทั้งสามให้ดำเนินไปได้อย่างมั่นคง ไม่สามารถแยกจากกันได้อย่างเด็ดขาด ดังนั้น ความพอประมาณ คือ ความพอดี โดยเฉพาะ

การอุปโภคบริโภคปัจจัยต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตให้พอดี พอเหมาะกับความต้องการของร่างกาย ดำรงชีวิตด้วยการประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่กอบโกยไว้เฉพาะตนจนทำให้เกิดความขาดแคลน ไม่สมดุล รู้จักพอประมาณในการแสวงหา รู้จักรับและสละปัจจัยที่ควรสละเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวม รู้จักตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบเราอย่างพอเหมาะพอควร ไม่มากเกินไปและไม่น้อยเกินไป รวมถึงไม่กระทำการอันเป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นให้เดือดร้อน

1. ความมีเหตุผล คือ การรู้จักใช้เหตุผลเข้าพิจารณาทุก ๆ ปัญหาที่เข้ามากกระทบโดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง มีเหตุปัจจัยอะไรเป็นตัวก่อให้เกิดจะหลุดออกจากเหตุนั้นได้โดยอาศัยช่องทางใดและจะใช้วิธีการใด ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ ทั้งต่อตนเอง สังคมส่วนรวม ด้วยความรู้ความเข้าใจ วิเคราะห์ วางแผน ประสานงานและดำเนินการอย่างมีระบบรอบคอบ
2. การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี คือ การรู้เท่าทันตนเอง รู้เท่าทันเหตุการณ์ ที่เกิดขึ้นและหาทางป้องกันรับมือได้ คำนึงถึงผลดีและผลเสียของการเปลี่ยนแปลงปัจจัยเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดปัญหาขึ้น ความล้มเหลวหากไม่สามารถรับมือได้ ความสามารถในการพึ่งตนเอง มีวินัยในตนเอง เพื่อช่วยให้ฟื้นตัวได้ง่ายเมื่ออยู่ในภาวะเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรุนแรงและรับมือกับสถานการณ์ที่อยู่นอกเหนือความคาดหมาย เป็นการเตรียมพร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ในอนาคตทั้งใกล้และไกล
3. เงื่อนไขความรู้ คือ รู้ตนเองอยู่เสมอว่ากำลังทำอะไร มีความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน มีความรอบคอบที่จะนำความรู้มาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ ศึกษาหาความรู้ อยู่เสมอ มีอุดมการณ์และอุดมคติซึ่งเป็นสิ่งสำคัญของการดำเนินชีวิต ผู้ที่มีอุดมการณ์ในการทำงานและดำรงชีวิตจะทำงานเพื่องานด้วยความวิริยะอุตสาหะ ซื่อสัตย์ สุจริต เสียสละ อดทน รู้จักเกรงใจและให้อภัย
4. เงื่อนไขคุณธรรม คือ พฤติกรรมที่ประกอบไปด้วยจริยธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต ความซื่อตรง ความพากเพียรพยายาม ความพร้อมที่จะทำงานไม่คิดเอาเปรียบผู้อื่น สามัคคีช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

สรุปได้ว่า หลักแนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ การพัฒนาทั้งอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลางและความไม่ประมาท โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกัน

ที่ดีในตัว ตลอดจนใช้ความรู้ความรอบคอบ และคุณธรรม ประกอบการวางแผน การตัดสินใจ และการกระทำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ฉะนั้นแล้วการได้น้อมนำหลักแนวคิดไปใช้ในการดำรงชีพก็จะส่งผลให้เกิดผลในแง่บวกแก่บุคคลที่นำไปประพฤติปฏิบัติตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง<sup>13</sup>

### เศรษฐกิจพอเพียงกับทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ

จากแนวพระราชดำริเกี่ยวกับ “ทฤษฎีใหม่” แล้ว เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2540 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานกระแสพระราชดำรัสแก่ปวงชนชาวไทยและทรงรับสั่งตอนหนึ่งเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งเป็นแนวทางเพื่อให้ประชาชนทุกหมู่เหล่าน้อมรับไปเป็นแนวปฏิบัติเพื่อการดำรงชีวิตในยามที่ประเทศชาติประสบภาวะวิกฤติทางเศรษฐกิจเป็นแนวทางที่บุคคลทุกอาชีพ และทุกระดับชั้นสามารถปฏิบัติได้แต่อาจจะปฏิบัติได้มากบ้างน้อยบ้าง ตามแต่พื้นบนทางเศรษฐกิจของแต่ละคนในปัจจุบัน แต่ถ้าพยายามปฏิบัติได้อย่างน้อย 1 ใน 4 ก็น่าจะพอใจได้ในระดับหนึ่งแต่สำหรับประชาชนในชุมชนชนบทโดยเฉพาะเกษตรกร “ทฤษฎีใหม่” ในขั้นแรกนั้น “เศรษฐกิจพอเพียง” หมายถึง การพยายามพึ่งตนเองช่วยตนเองให้มากที่สุดที่จะทำได้ให้ “พอมี พอกิน” โดยเฉพาะอาหารและที่อยู่อาศัยส่วนที่ไม่สามารถผลิตเองได้ก็แลกเปลี่ยนหรือซื้อจากภายนอกบ้าง แต่ควรซื้อและใช้จากของที่ผลิตได้ในท้องถิ่นหรือในประเทศให้ได้มากที่สุด พยายามก่อกินให้น้อยที่สุด และควรมีชีวิตความเป็นอยู่ที่เรียบง่ายและพอใจในสิ่งที่ได้รับมาโดยชอบธรรม ไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย เพื่อให้มีรายจ่ายไม่เกินรายรับ

เศรษฐกิจพอเพียงและแนวทางปฏิบัติของทฤษฎีใหม่เป็นแนวทางในการพัฒนาที่นำไปสู่ความสามารถในการพึ่งตนเองในระดับต่าง ๆ อย่างเป็นขั้นตอน โดยลดความเสี่ยงเกี่ยวกับความผันแปรของธรรมชาติ หรือการเปลี่ยนแปลงจากปัจจัยต่าง ๆ โดยอาศัยความพอประมาณและความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี มีความรู้ ความเพียรและความอดทน สติและปัญญา การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และความสามัคคี

เศรษฐกิจพอเพียงมีความหมายกว้างกว่าทฤษฎีใหม่โดยที่ เศรษฐกิจพอเพียงเป็นกรอบแนวคิดที่บอกหลักการและแนวทางปฏิบัติของทฤษฎีใหม่ในขณะที่ แนวพระราชดำริ



เกี่ยวกับการพัฒนาภาคเกษตรอย่างเป็นขั้นตอนนั้น เป็นตัวอย่างการใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในทางปฏิบัติ ที่เป็นรูปธรรมเฉพาะในพื้นที่ที่เหมาะสม

ทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริ อาจเปรียบเทียบกับหลักเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งมีอยู่ 2 แบบ คือ แบบพื้นฐานกับแบบก้าวหน้า

**ความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัวโดยเฉพาะเกษตรกร เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน** เทียบได้กับทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 1 ที่มุ่งแก้ปัญหาของเกษตรกรที่อยู่ห่างไกลแหล่งน้ำ ต้องพึ่งพาฝนและประสบความเสี่ยงจากการที่น้ำไม่พอเพียง แม้กระทั่งสำหรับการปลูกข้าวเพื่อบริโภค และมีข้อสมมติว่ามีที่ดินพอเพียงในการขุดบ่อเพื่อแก้ปัญหาในเรื่องดังกล่าว จากการแก้ปัญหาความเสี่ยงเรื่องน้ำจะทำให้เกษตรกรสามารถมีข้าวเพื่อการบริโภคยังชีพในระดับหนึ่งได้และใช้ที่ดินส่วนอื่น ๆ สนองความต้องการพื้นฐานของครอบครัว รวมทั้งขายในส่วนที่เหลือเพื่อมีรายได้ที่จะใช้เป็นค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ที่ไม่สามารถผลิตเองได้ ทั้งหมดนี้เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในตัวให้เกิดขึ้นในระดับครอบครัวอย่างไรก็ตาม แม้กระทั่งในทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 1 ก็จำเป็นที่เกษตรกรจะต้องได้รับความช่วยเหลือจากชุมชน ราชการ มูลนิธิ และภาคเอกชน ตามความเหมาะสม

**ความพอเพียงในระดับชุมชน และระดับองค์กรเป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า** ซึ่งครอบคลุมทฤษฎีใหม่ขั้นที่ 2 เป็นเรื่องของการสนับสนุนให้เกษตรกรรวมพลังกันในรูปกลุ่มหรือสหกรณ์ หรือการที่ธุรกิจต่าง ๆ รวมตัวกันในลักษณะเครือข่ายวิสาหกิจเมื่อสมาชิกในแต่ละครอบครัวหรือองค์กรต่าง ๆ มีความพอเพียงขั้นพื้นฐานเป็นเบื้องต้นแล้วก็จะรวมกลุ่มกัน เพื่อร่วมมือสร้างประโยชน์ให้แก่กลุ่มและส่วนรวมบนพื้นฐานของการไม่เบียดเบียนกัน การแบ่งปันช่วยเหลือซึ่งกันและกันตามกำลังและความสามารถของตน ซึ่งจะสามารถทำให้ชุมชนโดยรวมหรือเครือข่ายวิสาหกิจนั้น ๆ เกิดความพอเพียงในวิถีปฏิบัติอย่างแท้จริง<sup>14</sup>

### เป้าประสงค์ของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1. เป้าประสงค์ ให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากภายนอกได้เป็นอย่างดี

2. วิเคราะห์เป้าประสงค์ แกนของเป้าประสงค์ของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ ความสมดุลและความพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง

สมดุล คือ ไม่หนักไปข้างใดข้างหนึ่ง หรือด้านใดด้านหนึ่ง หรือไม่ขาด ไม่เกิน แต่พอเหมาะพอดีเชื่อมต่อกันเป็นเอกภาพเป็นหนึ่งเดียวได้ซึ่งจะส่งผลให้เกิดพลังพร้อม คือ เมื่อมีความสมดุลมีพลังก็พร้อมที่จะรองรับกับความเปลี่ยนแปลงทั้งด้านสังคม วัฒนธรรม และธรรมชาติได้ คนที่มีความสมดุลด้านกายใจ หรือสุขภาพกาย สังคม ใจ จิตวิญญาณ ก็จะเกิดความพร้อมที่จะต่อสู้กับโรคร้ายทั้งข้างในและนอกกายได้ ครอบครัว ชุมชน รัฐ ก็เช่นกัน ถ้ามีความสมดุลทุกภาคส่วน คือ ทรัพยากรธรรมชาติ คน สังคม และภูมิรัฐ ภูมิปัญญา และภูมิธรรม ก็พร้อมที่จะต่อสู้กับความเปลี่ยนแปลงทุก ๆ ด้านได้ ทั้งภายนอกและภายในความสมดุลและความพร้อมที่ว่ามีไว้เพื่อรองรับหรือต่อสู้กับอะไร มีไว้ต่อสู้หรือรองรับกับเรื่อง / สิ่งต่อไปนี้ ที่มาจากภายนอกสังคมเรา คือ

1. วัตถุสิ่งของ หรือที่เรียกกันว่าเทคโนโลยี นวัตกรรมต่าง ๆ ที่ไหลเข้ามา เพราะเกิดภาวะโลกไร้พรมแดน มีการเปิดประตูการค้าเสรี เป็นต้น
2. สังคม คือ รูปแบบความคิดและพฤติกรรมความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน ระหว่างเพศ ระหว่างวัย ระหว่างกลุ่ม ระหว่างองค์กร ก็จะถูกผลักเข้ามาจากภายนอกสังคม / ชุมชน ครอบครัว เป็นต้น ถ้าไม่มีมาตรการ ระวังป้องกัน กลั่นกรอง ก็จะพบกับอันตรายได้ง่าย เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ พ่อแม่กับลูก นายจ้างกับลูกจ้าง
3. สิ่งแวดล้อม ประเทศด้อยพัฒนา หรือกำลังพัฒนาที่เวลานั้น เป็นที่หมายตาของประเทศพัฒนาที่จะขยายฐานการผลิตด้านอุตสาหกรรมมาทดลอง โดยอ้างว่าต้นทุนต่ำจะได้สินค้าราคาถูก แต่มีตัวร้ายแอบแฝงอยู่ด้วย คือ กากของอุตสาหกรรม เศษของอุตสาหกรรม ซึ่งส่งผลเป็นพิษภัยต่อคนในท้องถิ่น นั้น อย่างมโหฬารจะอย่างไร ต้องระวังอย่างหนัก ไม่คิดจะได้จะเอาแต่ประโยชน์จากมุมเดียว
4. วัฒนธรรม คือ วิธีคิดและรูปแบบปฏิบัติในชีวิตประจำวันของมนุษย์ ที่แตกต่างกัน มีระดับสูง-ต่ำกว่ากัน เมื่อมีการเปิดพรมแดนด้านต่าง ๆ มีด้านการค้า การท่องเที่ยว เป็นต้น

## เงื่อนไขปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1. จะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจให้มีสำนึกในคุณธรรมความซื่อสัตย์สุจริตและให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม
2. ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน มีความเพียร มีสติและความรอบคอบ
3. จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญา เป็นหลักคิดหลักการ เพื่อให้เกิดผลต้องมีกรอบเกณฑ์ ตัวชี้วัด มาเป็นตัวช่วย เป็นแนวทาง เป็นเครื่องมือเพื่อให้เรานำเศรษฐกิจพอเพียงไปปฏิบัติอย่างได้ผล สอดคล้องกับชีวิตของเรา งานที่เราทำ องค์กร สถาบันที่เราอยู่ และตามที่หมอบประเวศ วะสี ซึ่งขยายความเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงว่า ถึงใช้คำว่าเศรษฐกิจก็จริง แต่มันเป็นเศรษฐกิจในความหมายที่ใหญ่กว่าที่เราเข้าใจ เราอาจเข้าใจเศรษฐกิจในความหมายของเงินทอง แต่เศรษฐกิจ แปลว่า ความเจริญ เศรษฐกิจคำนี้มีความหมายกว้างกว่าเงินทอง มันหมายถึงความพอเพียงทางจิตใจ ความพอเพียงทางปัญญา ความพอเพียงทางสิ่งแวดล้อม ทางสังคมพร้อมกันหมด มันจึงจะนำไปสู่การแก้ความยากจนได้<sup>15</sup>

## สภาพการดำเนินการตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของกำลังพลของกรมยุทธศึกษาทหารบก

1. มีการศึกษา อบรม หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ตามที่กรมยุทธศึกษาทหารบก จัดขึ้น
2. มีการไปดูงานโครงการเกษตรทฤษฎีใหม่ หรือโครงการที่เกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
3. มีส่วนร่วมกับกิจกรรมให้ ลด ละ เลิก อบายมุข และดำรงชีวิตอย่างพอมีพอกิน
4. มีการทำกิจกรรมเสริมสร้างรายได้แก่ครอบครัว
5. มีการทำกิจกรรมการเกษตร และปลูกพืชผักสวนครัว

**ปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพล ของกรมยุทธศึกษาทหารบก คือสภาพการใช้จ่ายต่างๆไปของกำลังพล ประกอบด้วย**

1. ค่าอาหาร และเครื่องดื่ม เป็นค่าใช้จ่ายที่มีสัดส่วนสูงที่สุดในการใช้จ่ายทั้งหมดของข้าราชการ เพราะจำเป็นต่อการครองชีพมากที่สุด
2. ค่าชื้อยานพาหนะ และเครื่องใช้ส่วนบุคคล เป็นค่าใช้จ่ายที่มีสัดส่วนรองลงมาในการใช้จ่ายทั้งหมดของข้าราชการซึ่งมีความจำเป็นต่อการดำรงชีพ
3. ค่าเครื่องแต่งกาย และเครื่องใช้ส่วนบุคคล ค่าใช้จ่ายประเภทนี้มีความสำคัญ และจำเป็นต่อการครองชีพ
4. ค่าที่พักอาศัย ไฟฟ้า น้ำประปา
5. ค่ารักษาพยาบาล เป็นค่าใช้จ่ายที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่กองทัพบกเป็นสวัสดิการในการรักษาพยาบาลแต่ก็มีส่วนหนึ่งใช้จ่ายไปเพื่อความสะดวกโดยใช้บริการจากร้านขายยาทั่วไป
6. ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการเดินทาง เป็นค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการคมนาคมขนส่ง
7. ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการพักผ่อน และการบันเทิง
8. ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการศึกษา เป็นค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นกับทุกครอบครัวของข้าราชการ เพราะส่วนใหญ่แล้วจะใช้ไปเพื่อการศึกษาของบุตร ธิดา หรือของตัวเองของข้าราชการเอง
9. ค่าใช้จ่ายทางสังคม เช่น เงินช่วยเหลือหรือร่วมทำบุญในงานต่าง ๆ

**แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพล ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของกรมยุทธศึกษาทหารบก ควรปฏิบัติตนดังนี้**

1. ยึดความประหยัด ตัดทอนค่าใช้จ่ายในทุกด้าน ลดละความฟุ่มเฟือยในการดำรงชีพอย่างจริงจัง ดังพระราชดำริที่ว่า ความเป็นอยู่ที่ดีต้องไม่ฟุ้งเฟ้อ ต้องประหยัดไปในทางที่ถูกต้อง
2. ยึดถือการประกอบอาชีพด้วยความถูกต้อง สุจริต แม้จะตกอยู่ในภาวะขาดแคลนในการดำรงชีพก็ตาม ดังพระราชดำริที่ว่า ความเจริญของคนทั้งหลาย ย่อมเกิดมาจากการประพฤติชอบและการหาเลี้ยงชีพชอบเป็นหลักสำคัญ

3. ละ เลิก การแก่งแย่งผลประโยชน์และแข่งขันกันในทางการค้าขายประกอบอาชีพแบบต่อสู้กันอย่างรุนแรงดังอดีต ซึ่งมีพระราชดำรัสเรื่องนี้ว่า ความสุขความเจริญอันแท้จริงนั้น หมายถึง ความสุขความเจริญที่บุคคลแสวงหามาได้ด้วยความเป็นธรรมทั้งในเจตนาและการกระทำ ไม่ใช่ได้มาด้วยความบังเอิญหรือด้วยการแก่งแย่งเบียดบังมาจากผู้อื่น
4. ไม่หยุดนิ่งที่จะหาทางให้ชีวิตหลุดพ้นจากความทุกข์ยากครั้งนี้ โดยต้องขวนขวายใฝ่หาความรู้ให้เกิดมีรายได้เพิ่มพูนขึ้นจนถึงขั้นพอเพียงเป็นเป้าหมายสำคัญ พระราชดำรัสตอนหนึ่งที่ทำให้ความชัดเจนว่า การที่ต้องการให้ทุกคนพยายามที่จะหาความรู้ และสร้างตนเองให้มั่นคงนี้เพื่อตนเอง เพื่อที่จะให้ตัวเองมีความเป็นอยู่ที่ก้าวหน้าที่มีความสุข พอมีพอกินเป็นขั้นหนึ่ง และขั้นต่อไปก็คือให้มีเกียรติว่ายืนได้ด้วยตนเอง
5. ปฏิบัติตนในแนวทางที่ดี ลดละสิ่งชั่วให้หมดสิ้นไป ทั้งนี้ด้วยสังคมไทยที่ล่มสลายลงในครั้งนี้ เพราะยังมีบุคคลจำนวนมากมิใช่น้อยที่ดำเนินการโดยปราศจากละอายต่อแผ่นดิน พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานพระราชโองการว่า พยายามไม่ก่อความชั่วให้เป็นเครื่องทำลายตัว ทำลายผู้อื่น พยายามลดพยายามละความชั่วที่ตัวเองมีอยู่ พยายามก่อความดีให้แก่ตัวอยู่เสมอ พยายามรักษาและเพิ่มพูนความดีที่มีอยู่นั้นให้งอกงามสมบูรณ์ขึ้น

## สรุป

จากการศึกษาหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงจากแนวความคิดของผู้ที่ได้ศึกษาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง สามารถสรุปแนวความคิดได้ดังนี้ การดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงนั้นจะต้องอยู่บนพื้นฐานของการรู้จักตนเอง การคิดพึ่งพาตนเองและพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันอย่างเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และที่สำคัญคือการใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ซึ่งสอดคล้องกับหลักคำสอนของศาสนาพุทธที่ให้เราดำรงชีวิตแบบทางสายกลาง ไม่ทำกาไรใด ๆ ที่เบียดเบียนตนเองหรือผู้อื่น ไม่ฟุ้งเฟ้อหรือทำอะไรเกินตน รู้จักแบ่งปันและช่วยเหลือผู้อื่นตามความเหมาะสมและกำลังความสามารถของตน เชื่อในผลของการกระทำหรือเรียกว่ากฎแห่งกรรมซึ่งอยู่บนพื้นฐานของเหตุและปัจจัย รวมทั้งการดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง คือ คำนึงถึงความพอดี ไม่มากเกินไปหรือน้อยเกินไป สามารถนำหลักปรัชญาไปใช้ได้กับคนทุกเพศ ทุกวัย และทุกระดับสังคม

ซึ่งกรมยุทธศึกษาทหารบกได้ดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตกำลังพลตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาโดยตลอด เป็นไปตามนโยบายของกองทัพบก คือ มีการประชาสัมพันธ์ “หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” อย่างกว้างขวาง ทั้ง เอกสาร หนังสือ และนิทรรศการ จัดให้มีการศึกษา อบรม “หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” ให้กำลังพลและ ครอบครัว เข้าใจอย่างจริงจัง จัดดูงานโครงการเกษตรทฤษฎีใหม่ หรือโครงการที่เกี่ยวกับ “หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” มีการตรวจสอบหนี้สินของกำลังพลทั้งในระบบและนอกระบบ การซื้อเชื่อสินค้าจากร้านค้า และมีมาตรการ ควบคุม มีกิจกรรมให้กำลังพล ลด ละ เลิก อบายมุข และดำรงชีวิตอย่างพอมีพอกิน มีโครงการ จัดสอนหลักสูตรการเสริมรายได้แก่ครอบครัวของกำลังพล เช่น หลักสูตรสอนตัดผม ฯลฯ มีกิจกรรมส่งเสริมให้กำลังพลและครอบครัว มีรายได้จุนเจือ ครอบครัวเพิ่มขึ้น เช่น จักรยานยนต์รับจ้าง ฯลฯ มีมาตรการทางการปกครอง ช่วยเหลือกำลังพลที่มีปัญหาหนี้สิน ทั้งระยะสั้นและระยะยาว ผู้บังคับหน่วยมีศักยภาพเป็นที่พึ่ง ที่ปรึกษา ช่วยเหลือกำลังพลได้ ทุกระดับ เพื่อให้อยู่ร่วมกับสังคมภายนอกได้อย่างมีเกียรติ มีศักดิ์ศรี จัดกิจกรรมเศรษฐกิจพอเพียงที่เป็นรูปธรรมอย่างเป็นระบบในหน่วย เช่น กิจกรรมส่งเสริมให้ประหยัดอดออมโดยเชิญ บมจ.ธนาคารทหารไทย จำกัด (มหาชน) มาบรรยาย จัดกิจกรรมหารายได้เสริมที่สุจริต มีการบริหารจัดการพื้นที่ว่างเปล่าของหน่วยให้ใช้ประโยชน์ได้อย่างเป็นรูปธรรมทั้งการเกษตร และพืชผักสวนครัว

### ข้อเสนอแนะ

1. ผู้บังคับบัญชากรมยุทธศึกษาทหารบก ควรส่งเสริมข้าราชการกรมยุทธศึกษาทหารบก ได้มีขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงาน เพื่อให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
2. ควรส่งเสริมความเข้าใจและชี้แนะถึงการปฏิบัติตนในการดำรงชีวิตตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อยังผลให้เกิดการน้อมนำและปฏิบัติตามแนวทางที่วางไว้ได้อย่างเท่าเทียมกัน และส่งผลให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี ตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
3. ควรส่งเสริม และสร้างวัฒนธรรม ค่านิยมในการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มาใช้ในการดำเนินชีวิต มีการใช้จ่ายที่เหมาะสมกับรายได้ มีการวางแผนเรื่องรายรับ

รายจ่ายของครอบครัวอย่างเข้มงวด และมีการจัดทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายอย่างรัดกุม เพื่อสร้างวินัยที่ดีแก่ข้าราชการกรมยุทธศึกษาทหารบกต่อไป โดยมีการขอคู่มือบัญชีรายรับรายจ่ายเป็นระยะ เพื่อเป็นการกระตุ้นให้ดำเนินการอย่างจริงจัง

4. ควรจัดเตรียมสถานที่เพื่อส่งเสริมวิชาชีพให้กับกำลังพลของกรมยุทธศึกษาทหารบก โดยไม่เก็บค่าเช่าสถานที่ เพื่อเป็นการสนับสนุนให้กำลังพลได้มีการพัฒนาชีวิตอย่างจริงจัง เช่น การจัดสถานที่ตัดผม การจัดสถานที่เพื่อทำเป็นที่จอดรถรับผู้โดยสารของ จักรยานยนต์รับจ้าง เป็นต้น
5. กำลังพลควรศึกษาและนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาปฏิบัติอย่างจริงจัง เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

## เอกสารอ้างอิง

---

- 1 สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. เศรษฐกิจพอเพียงคืออะไร. กรุงเทพฯ; 2549.
- 2 คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง. นานาคำถามเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ; 2549
- 3 ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561 – พ.ศ. 2580)
- 4 พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน; 2525.
- 5 ภัสสร ลิมานนท์ และคณะ. วิสัยทัศน์และแนวนโยบายการพัฒนาคุณภาพประชากรไทย; 2540.
- 6 ลัดดาวัลย์ สิงห์คำฟู. ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการดูแลตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก; 2532. หน้า 38
- 7 ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์ และประภาเพ็ญ สุวรรณ. ประชากรศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช; 2520. หน้า 7
- 8 สุพรรณิ ไชยอำพร และสนธิ สมัครการ. คุณภาพชีวิตของคนไทยเปรียบเทียบระหว่างเมืองกับชนบท. กรุงเทพฯ: สำนักวิจัยสถาบันพัฒนาบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์; 2535. หน้า 7
- 9 Wallance. S.A.. Identifying Quality of Life indicators for use in Family Planning Programs In Developing Countries. America: (M.A.Thesis). University of Pennsylvania; 1974.
- 10 Kondo, A.K.. Population and Quality of Life. Training in Population Education in the Pacific. Bangkok: Unesc Regional Office for Population Education in Asia and the Pacific; 1985.
- 11 Zhan L.. Quality of Life: Conceptual and Measurement Issues. Journal of Advance Nursing; 13: 795-800



- 
- <sup>12</sup> เย็นใจ เลาหวณิช. คุณภาพชีวิต: ความคิดรวบยอดของประชากรศึกษา. วารสาร  
ประชากรศึกษา. กรุงเทพฯ; 2520: หน้า 50-52
- <sup>13</sup> ประเวศ วะสี. เศรษฐกิจพอเพียงและ ประชาสังคม แนวทางพลิกฟื้นเศรษฐกิจสังคม.  
กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน; 2550.
- <sup>14</sup> จิรายุ อิศรางกูร ณ อยุธยา. ต้นแบบเศรษฐกิจพอเพียงระดับครัวเรือน. กรุงเทพฯ:  
แสงดาว; 2549: หน้า 31-33
- <sup>15</sup> เสรี พงศ์พิศ. แนวชีวิตเศรษฐกิจชุมชน. กรุงเทพฯ: พลังปัญญา; 2548.

## ประวัติย่อผู้วิจัย

ยศ ชื่อ พันเอก สุรศิษฐ์ กิจพิทักษ์

วัน เดือน ปี เกิด 18 กรกฎาคม 2517

### ประวัติสำเร็จการศึกษา

- พ.ศ. 2535 โรงเรียนโยธินบูรณะ  
พ.ศ. 2541 ครุศาสตร์บัณฑิต สาขาการศึกษา เอกพลศึกษา  
วิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต  
พ.ศ. 2553 หลักสูตรหลักประจำโรงเรียนเสนาธิการทหารบก ชุดที่ 88  
พ.ศ. 2560 รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการภาครัฐ  
และเอกชน มหาวิทยาลัยออร์ท กรุงเทพ

### ประวัติการทำงาน

- พ.ศ. 2541 ผู้ช่วยนายทหารการกีฬา ศูนย์การทหารปืนใหญ่  
พ.ศ. 2551 ประจำแผนกธุรการ ศูนย์การทหารปืนใหญ่  
พ.ศ. 2552 ประจำโรงเรียนเสนาธิการทหารบก  
พ.ศ. 2553 หัวหน้าแผนกเตรียมพล กองกำลังพล กรมยุทธศึกษาทหารบก  
พ.ศ. 2555 หัวหน้าแผนกปกครอง กองกำลังพล กรมยุทธศึกษาทหารบก  
พ.ศ. 2557 หัวหน้าแผนก ศูนย์พัฒนาหลักนิยม กรมยุทธศึกษาทหารบก  
พ.ศ. 2559 หัวหน้าแผนกงบประมาณ กองพลัดบัญชี กรมยุทธศึกษาทหารบก  
พ.ศ. 2560 รองผู้อำนวยการกองกำลังพล กรมยุทธศึกษาทหารบก (เม.ย.)  
พ.ศ. 2560 รองผู้อำนวยการกองพลัดบัญชี กรมยุทธศึกษาทหารบก (ต.ค.)

### ตำแหน่งปัจจุบัน

พ.ศ.2560 - ปัจจุบัน รองผู้อำนวยการกองพลัดบัญชี กรมยุทธศึกษาทหารบก