



การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรมและทุนทางสังคม*

THE DEVELOPMENT OF QUALITY OF LIFE ACCORDING TO
BUDDHADHAMMA PRINCIPLES AND SOCIAL CAPITAL

สุรัตน์ พักน้อย

Surat Paknoi

กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ

Department of Social Development and Welfare

Email: suwansunti@gmail.com

บทคัดย่อ

บนโลกใบนี้ มนุษย์ถือว่าเป็นสัตว์สังคมจำพวกหนึ่ง เพราะมีความเกี่ยวข้องและสัมพันธ์กันและกัน มนุษย์มักจะรวมกลุ่มอยู่ด้วยกัน สร้างบ้านเรือนและที่อยู่อาศัย ทำมาหากิน และอาศัยอยู่ร่วมกัน พึ่งพาอาศัยกัน ซึ่งในลักษณะเช่นนี้จะเรียกว่าเป็นชุมชน หลังจากที่มีมนุษย์อาศัยอยู่ร่วมกันก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงของสภาพสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เหมาะสมกับการดำรงชีวิต ความสะดวกสบายในความเป็นอยู่ และต้องการความปลอดภัยในชีวิต ต้องการในการทำให้ตนเองมีคุณภาพชีวิตดีขึ้นซึ่งเรียกว่า Quality of Life โดยการที่บุคคลจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ต้องขึ้นอยู่กับองค์ประกอบมากมายหลายด้าน ซึ่งแต่ละองค์ประกอบจะมีความสำคัญมากน้อยแตกต่างกันไป ตามแต่ละทัศนะของแต่ละบุคคลหรือสังคมนั้น ๆ โดยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตนั้นประกอบไปด้วย 1) ด้านร่างกาย (physical domain) คือ สภาพด้านร่างกายของบุคคลซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น สภาพความสมบูรณ์ของร่างกาย ความสามารถในการทำงาน เป็นต้น 2) ด้านจิตใจ (psychological domain) คือ การรับรู้ทางสภาพจิตใจของตนเอง เช่น ความรู้สึกทางบวกและทางลบที่บุคคลมีต่อตนเอง เป็นต้น 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) คือ ความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การที่ได้รับความช่วยเหลือ และได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคม 4) ด้านสิ่งแวดล้อม (environment) คือ การมีสิ่งแวดล้อมที่ดี ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต การที่ตนมีชีวิตรอยู่อย่างอิสระ มีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต 5) ด้านเศรษฐกิจ (economy) คือ สถานะทางเศรษฐกิจการเงินและรายได้ที่มั่นคง เป็นต้น โดยคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคลในแต่ละสังคมนั้นแตกต่างกันไป ซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านได้พยายามศึกษาค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต และแนวทางในการพัฒนาตนเองเพื่อไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้นมีหลากหลายแนวทาง ในบทความนี้ผู้เขียนจึงได้เสนอแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรม และทุนทางสังคมเท่านั้น

คำสำคัญ: การพัฒนา; คุณภาพชีวิต; ทุนทางสังคม; พุทธธรรม

* Received August 11, 2022; Revised October 27, 2022; Accepted November 25, 2022



ABSTRACT

In this world, humans are considered a kind of social animal because humans are related to each other. Humans are often grouped together, they Build houses and residences, then they have to work as various occupations and join many activities together. This manner is called a community. After humans live together as community, they need to make themselves have a better life and there will be a change of environmental conditions to suit life to provide comfort in living and safety in life which is called quality of life. There are many elements for good quality of life and each element is more or less important differently according to each individual point of view or the viewpoint of the society. Therefore, the quality of life for humans depends on those elements too. The components for quality of life consist of 1) Physical domain which is the physical condition of a person which affects daily life, such as the state of physical integrity, ability to work, etc. 2) Psychological domain which is the perception of one's own mental state, such as the positive and negative feelings that a person for oneself, etc. 3) Social relationships which are their relationships with other people or to receive help and to be a helper to other people in society. 4) Environment which is having a good environment that affects life, they live independently, safe and stable in life. 5) Economy which is the state of the economy, finances and stable income, etc. The quality of life of each individual in each society is different. There are many scholars who have tried to study and research on various factors affecting the improvement for quality of life and there are various approaches for self-improvement towards improving the quality of life. In this article, the author has proposed the idea of Improve the quality of life according to Buddhaddhamma principles and social capital only.

Keywords; development; quality of life; social capital; Buddhaddhamma



บทนำ

ชีวิตที่มีความสุขทั้งทางร่างกาย และจิตใจย่อมเกิดมาจากการได้รับการตอบสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ อย่างเพียงพอ และเหมาะสม เพราะความสุขทางกายของมนุษย์นั้น คือการมีปัจจัยพื้นฐานของการดำเนินชีวิต เช่น ปัจจัย 4 หรือปัจจัยที่เอื้ออำนวยความสะดวกต่าง ๆ อันได้แก่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค อย่างเหมาะสมกับสภาพ และฐานะของตน ส่วนการเกิดความสุขทางจิตใจได้แก่การได้รับความรักความอบอุ่น การยอมรับจากสังคม และความมั่นคงทางจิตใจ ถือว่าเป็นลักษณะของคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ซึ่งมีความสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560 - 2564 ระบุว่า การพัฒนาประเทศไทยไปสู่การเป็นประเทศที่พัฒนาแล้ว มีความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืนในระยะยาวได้นั้น ประเทศต้องเร่งพัฒนาปัจจัยพื้นฐานเชิงยุทธศาสตร์ในทุกด้าน ได้แก่ การเพิ่มการลงทุนเพื่อการวิจัย และพัฒนา การพัฒนาวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และนวัตกรรม ซึ่งต้องดำเนินการควบคู่กับการเร่งยกระดับทักษะฝีมือแรงงานกลุ่มที่กำลังจะเข้าสู่ตลาดแรงงาน และกลุ่มที่อยู่ในตลาดแรงงานในปัจจุบันให้สอดคล้องกับสาขาการผลิต และบริการเป้าหมาย และการเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยี รวมถึงการพัฒนาคนในภาพรวมให้เป็นคนที่สมบูรณ์ในทุกช่วงวัยที่สามารถบริหารจัดการการเปลี่ยนแปลงที่เป็นสภาพแวดล้อมการดำเนินชีวิตได้อย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนาทุนมนุษย์จากการยกระดับคุณภาพการศึกษา การเรียนรู้ การพัฒนาทักษะ และยกระดับคุณภาพบริการสาธารณสุขให้ทั่วถึงในทุกพื้นที่พร้อมทั้งต้องส่งเสริมบทบาทสถาบันทางสังคมในการหล่อหลอมสร้างคนดี มีวินัย มีค่านิยมที่ดี และมีความรับผิดชอบต่อสังคม เพื่อให้คนในสังคมมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นโดยมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งในด้านร่างกาย และอารมณ์

ในยุคปัจจุบัน การมีคุณภาพชีวิตที่ดี ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการดำรงชีวิตของคนในประเทศ รวมทั้งถูกกำหนดให้เป็นเป้าหมายหลักของการพัฒนาประเทศอย่างที่ได้กล่าวมาข้างต้น เนื่องจากคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชน จะทำให้การพัฒนาประเทศในด้านต่าง ๆ สามารถกระทำได้อย่างมีประสิทธิภาพ หรือประสบผลสำเร็จอย่างรวดเร็ว เป้าหมายของการพัฒนาทุกด้านล้วนมุ่งไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของมนุษย์ในสังคม และชีวิตที่มีคุณภาพเป็นชีวิตที่ต้องฝึกฝนตนเอง หรือพัฒนาตนทั้งวิถีคิด การประพฤติปฏิบัติตนให้อยู่ในสังคม ชุมชน ท้องถิ่นที่ตนอยู่อาศัย ตามวัฒนธรรมประเพณี ของสังคมในชุมชน ท้องถิ่นนั้น ๆ และฝึกตนเองให้มีความรู้ความสามารถเพื่อประกอบอาชีพการงานดำรงตนให้เป็นผู้มีคุณค่าในสังคมมีชีวิตประจำวันในรูปแบบการดำเนินชีวิตตามวิถีของประชากรของชาติที่ชี้ให้เห็นถึงความสมดุลของการพัฒนาประเทศโดยรวมที่แสดงผลของศักยภาพคุณภาพชีวิตของประชากรในชาติ ความสามารถในการดำรงชีวิตของมนุษย์ (Life-ability of the Person) เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการปัญหาของแต่ละบุคคล ซึ่งการมีชีวิตที่ดี (Good Life) ในความหมายของศาสตร์ต่าง ๆ ได้มีการให้นิยามศัพท์ต่างกัน เช่น วงการแพทย์ และนักจิตวิทยาได้ใช้คำว่า คุณภาพชีวิต และความอยู่ดีมีสุข เป็นต้น

ส่วนคุณภาพชีวิตตามแนวของพระพุทธศาสนา หมายถึง การมีสภาวะความพร้อมของบุคคล หรือการที่บุคคลมีทั้งร่างกาย จิตใจ (อารมณ์) ปัญญา และสังคมที่ดี เป็นการดำรงชีวิตของมนุษย์ในภาวะที่มีระดับเหมาะสมตามความจำเป็นพื้นฐานในสังคมหนึ่ง ๆ ในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ สามารถแสวงหาปัจจัย และบริการ



ต่าง ๆ และยังครอบคลุมไปถึงนามธรรมอันมีคุณค่าต่าง ๆ ที่จะช่วยให้ชีวิตนั้นน่าอยู่ยิ่งขึ้น สามารถปรับตนเองให้เข้ากับธรรมชาติ และปรับธรรมชาติให้เข้ากับตนเองโดยไม่เบียดเบียนธรรมชาติ และสังคมไม่เบียดเบียนผู้อื่น บุคคล สังคมและประเทศชาติ สามารถกำหนดมาตรฐานคุณภาพชีวิตแตกต่างกันไปตามความเหมาะสม และสามารถเปลี่ยนแปลงไปตามภาวะการณ์ตามยุคสมัย นั่นคือ การมีชีวิตที่ดีมีคุณภาพ

ถึงแม้ว่า การพัฒนาประเทศเพื่อมุ่งสู่ความเจริญให้มีความทัดเทียมนานาชาติประเทศตามอุดมคติของชาติตะวันตก และได้กำหนดมาตรฐานการดำรงชีวิตให้มีคุณภาพตามแนวคิดของตน เพื่อขีดแบ่งและเป็นเส้นกันให้ผู้คนที่มีมาตรฐานไม่เป็นไปตามกำหนด คนเหล่านั้นถือว่าเป็นคนยากจน โดยการนำเอารายได้มาเป็นตัวชี้วัดของความยากจนนั้น หรือใช้เพื่อแสดงสถานะทางสังคม รวมถึงฐานะความร่ำรวย เป็นผลทำให้ประชากรในพื้นที่อื่น ๆ ที่ตกขบวนแห่งการพัฒนาได้รับผลกระทบจากกระแสการพัฒนาที่ไม่เท่าเทียมเหล่านี้ ทั้งจากปัญหาโครงสร้างเศรษฐกิจภายใน โครงสร้างทางการตลาดที่ไม่เป็นธรรม จนทำให้ขายผลผลิตทางการเกษตรได้ในราคาต่ำ ความไม่เท่าเทียมในโอกาสทางการศึกษา การไม่มีที่ดินเป็นของตนเอง และความยากจน เป็นต้น หากแต่ประชาชนกลุ่มนี้มิได้ยอมจำนนกับปัญหาที่เกิดขึ้นในขณะเดียวกันก็ได้ลุกขึ้นต่อสู้กับความไม่เท่าเทียมเหล่านี้ โดยการก้าวเดินออกไปแสวงหาโอกาสในเมืองใหญ่ เพื่อไปขายแรงงานในเมือง สร้างโอกาสทางการศึกษา โอกาสทางเศรษฐกิจ และเข้าถึงบริการด้านต่าง ๆ เป็นต้น

เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองให้มีความทัดเทียมกับบุคคลอื่น และมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น รวมถึงการยกสถานะทางสังคมให้สูงขึ้น บุคคลเหล่านี้ จึงเคลื่อนย้ายไปอยู่ในพื้นที่เมือง และต้องแสวงหาที่ดินว่างเปล่า หรือเช่าที่ดินของคนอื่นในราคาถูกเยา เพื่อตั้งถิ่นฐานของครอบครัว โดยการสร้างเพิงพักอาศัยกระจุกตัวอยู่ใจกลางเมือง เพื่อให้อยู่ใกล้กับแหล่งงาน หรือมีความสะดวกในการเดินทางไปทำงานให้มากที่สุด ทั้งนี้เพื่อลดค่าใช้จ่าย และนำรายได้มาเลี้ยงดูครอบครัว จากนั้นได้มีการชักชวนเครือญาติให้เดินทางเข้ามาทำงานในเมือง และทำการปลูกสร้างบ้านเรือนในบริเวณใกล้เคียงกัน จนทำให้หลังคาบ้านซ้อนทับกันไปมาท้ายที่สุด ได้ก่อเกิดเป็นสลัม หรือชุมชนแออัดขึ้นมา แม้คนในชุมชนแออัดจะอาศัยอยู่ในเมืองอยู่ไม่ห่างจากห้างสรรพสินค้าใหญ่ หากแต่พวกเขาเหล่านี้กลับถูกมองข้าม ถูกละเลย จนขาดโอกาสในการเข้าถึงทรัพยากร เช่น ไม่มีงานทำหรือหากมีงานทำแต่มีรายได้ไม่เพียงพอจกจ่ายการศึกษา และบริการของรัฐ เป็นต้น ในการยกระดับคุณภาพชีวิตของตนเอง และครอบครัว จนทำให้ชีวิตต้องติดอยู่ในวังวนของความยากจน ยิ่งไปกว่านั้น ได้เกิดการถ่ายทอดความยากจนจากรุ่นหนึ่งสู่รุ่นหนึ่ง อีกทั้งได้ก่อเกิดช่องว่างระหว่างคนในชุมชนแออัดกับคนปกติทั่วไปเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ จนท้ายที่สุดได้ก่อเกิดปัญหาความเหลื่อมล้ำทางสังคมตามมา

เมื่อประชาชนในชุมชนแออัดต้องติดอยู่ในวังวนของความเหลื่อมล้ำเหล่านี้ผู้คนส่วนใหญ่มิได้ยอมจำนนกับสิ่งที่เกิดขึ้นขณะเดียวกันได้มีความหวังในชีวิตที่ต้องการให้ตนเองและครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น พร้อมทั้งได้พยายามแสวงหาโอกาสเพื่อทำการต่อสู้กับความไม่เท่าเทียมเหล่านี้ และก้าวข้ามความเหลื่อมล้ำที่เกิดขึ้น แต่ทว่า ด้วยคนในชุมชนแออัดมีความสามารถศักยภาพและมีต้นทุนชีวิตที่แตกต่างหลากหลายเป็นผลทำให้มิใช่คนในชุมชนแออัดทุกคนจะสามารถก้าวข้ามความเหลื่อมล้ำเหล่านี้ไปได้มีคนในชุมชนแออัดบาง



คนเท่านั้นที่มีความสามารถในการแสวงหาโอกาส และนำต้นทุนที่ตนเองแสวงหามาได้มาใช้ต่อรองกับบุคคล และโครงสร้างทางสังคมจนทำให้ตนเองสามารถมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น และยกระดับคุณภาพชีวิตของตนเอง ให้หลุดพ้นจากวังวนแห่งความยากจนกลายเป็นที่ยอมรับของคนในสังคมได้สิ่งเหล่านี้ถือเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่แท้จริง

ทฤษฎีการพัฒนา

มโนทัศน์ “พัฒนา” (development concept) เกิดขึ้นครั้งแรกในคริสต์ศตวรรษที่ 19 เพื่อใช้เรียกการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการปฏิวัติอุตสาหกรรมในยุโรป (Industrial Revolution) โดยสังคมมีการเปลี่ยนแปลงจากการทำเกษตรกรรมไปสู่การประกอบอาชีพทางด้านอุตสาหกรรม (industrialization) วิธีการผลิตเปลี่ยนจากการยังชีพเป็นวิธีการผลิตเพื่อการค้า (commercialization) เกิดการขยายตัวเป็นเมือง (urbanization) ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อม และวิถีชีวิตของผู้คนในสังคม

2.1 ความหมายของการพัฒนา (meaning of development)

คำว่า “การพัฒนา” ถูกนำไปใช้อย่างแพร่หลายที่สุด แต่อาจกล่าวได้ว่าการพัฒนามีความหมายที่หลากหลาย แตกต่าง และมีความเลื่อนไหลมากที่สุดคำหนึ่ง เนื่องจากการพัฒนาเป็นคำแฝงไปด้วยค่านิยม (value-add) และผูกพันกับวัฒนธรรม (culture-bound) ภายหลังได้มีการนิยามขยายความให้กว้างขึ้น โดยครอบคลุมในหลาย ๆ มิติ ดังนั้น จึงพบว่า ความหมายของการพัฒนานั้น ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของบุคคล สังคม วัฒนธรรม และกาลเวลา แต่อย่างไรก็ตาม คำว่า การพัฒนานั้น ซึ่งตรงกับภาษาอังกฤษว่า Development โดยนำมาใช้เป็นคำเฉพาะและใช้ประกอบคำอื่นก็ได้ เช่น การพัฒนาประเทศ การพัฒนาชนบท การพัฒนาเมือง เป็นต้น การพัฒนาจึงถูกนำไปใช้กันโดยทั่วไป และมีความหมายแตกต่างกันออกไปเกี่ยวกับความหมายของการพัฒนานานี้ได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลายความหมายด้วยกันทั้งความหมายที่คล้ายคลึงกัน และแตกต่างกัน ดังนี้

ความหมายโดยทั่วไป

การพัฒนา มาจากคำภาษาบาลีว่า วัฒนะ แปลว่า เจริญ แบ่งออกได้เป็น 2 ส่วน คือ การพัฒนาคน เรียกว่า ภาวนา กับการพัฒนาสิ่งอื่น ๆ ที่ไม่ใช่คน เช่น วัตถุสิ่งแวดลอมต่าง ๆ เรียกว่า พัฒนา หรือ วัฒนา เช่น การสร้างถนน บ่อน้ำ อ่างเก็บน้ำ เป็นต้น ซึ่งเป็นเรื่องของการเพิ่มพูนขยาย ทำให้มากหรือทำให้เติบโตขึ้น ดังนั้น การพัฒนาจึงเป็นสิ่งที่ทำแล้วมีแต่ความเจริญจริง ๆ คือ ต้องไม่เกิดปัญหาติดตามมาหรือไม่เสื่อมลงกว่าเดิม ถ้าเกิดปัญหาหรือเสื่อมลง ไม่ใช่เป็นการพัฒนา แต่เป็นหายนะ ซึ่งตรงกันข้ามกับการพัฒนาในมุมมองและการให้ความหมายจากสำนักงานราชบัณฑิตยสภาได้ให้นิยามคำว่า “การพัฒนา” คือ การทำความเจริญ การเปลี่ยนแปลงในทางที่เจริญขึ้น การคลี่คลายไปในทางที่ดี ถ้าเป็นกริยา ใช้คำว่า พัฒนา หมายความว่า ทำให้เจริญ คือ ทำให้เติบโต ทำให้ งามงาม ทำให้งอกงาม และมากขึ้น เช่น เจริญทางไมตรี



แต่หากมองในมุมมองของรูปศัพท์มาจากภาษาอังกฤษ คือ คำว่า “Development” ซึ่งแปลได้ว่าการเปลี่ยนแปลงที่ละเล็กละน้อย โดยผ่านลำดับขั้นตอนต่าง ๆ ไปสู่ระดับที่สามารถขยายตัวขึ้น เติบโตขึ้น มีการปรับปรุงให้ดีขึ้น และเหมาะสมกว่าเดิม หรืออาจก้าวหน้าไปถึงขั้นที่อุดมสมบูรณ์เป็นที่น่าพอใจ และคำว่า การพัฒนา หากมองโดยความหมายจากรูปศัพท์ จึงหมายถึง การเปลี่ยนแปลงสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้เกิดความเจริญเติบโตงอกงามและดีขึ้น จนเป็นที่พึงพอใจ ซึ่งความหมายดังกล่าวนี้ ถือว่าเป็นที่มาของความหมายในภาษาไทย และเป็นแนวทางในการกำหนดความหมายอื่น ๆ ในความหลากหลายของการให้ความหมายต่าง ๆ จากหลาย ๆ ทักษะของผู้ให้ความหมาย คำว่า การพัฒนา ที่เราสามารถรับรู้ และเข้าใจได้โดยทั่วไปนั้น มีความหมายใกล้เคียงกับความหมายจากรูปศัพท์ คือ การทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากสภาพหนึ่งไปสู่อีกสภาพหนึ่งที่ดีกว่าเดิมอย่างเป็นระบบ หรือการทำให้ดีขึ้นกว่าสภาพเดิมที่เป็นอยู่อย่างเป็นระบบ

กล่าวโดยสรุป จากการศึกษาทักษะเกี่ยวกับความหมายของการพัฒนาในมุมมองต่าง ๆ ของนักวิชาการที่กล่าวมานั้น โดยในทัศนะของผู้เขียนเองได้มองว่า การพัฒนา หมายถึง การทำให้สิ่งต่าง ๆ เกิดการเปลี่ยนแปลงจากสภาพหนึ่งไปสู่อีกสภาพหนึ่งที่มีความเจริญขึ้นกว่าเดิม ทำให้เติบโตมากขึ้น และทำให้มีความงอกงามมากยิ่งขึ้นอย่างเป็นระบบโดยไม่ก่อให้เกิดปัญหา หรือเกิดการเสื่อมถอยตามมาในภายหลัง

ความหมายทางเศรษฐศาสตร์

ในทางเศรษฐศาสตร์มีนักวิชาการได้ให้ความหมายกับ คำว่า การพัฒนา หมายถึง ความเจริญเติบโต โดยเน้นความเจริญเติบโตทางด้านเศรษฐกิจเป็นสำคัญ เช่น ผลผลิตรวมของประเทศเพิ่มขึ้น รายได้ประชาชาติเพิ่มขึ้น รายได้เฉลี่ยต่อหัวต่อคนของประชากรเพิ่มขึ้น ความเจริญเติบโตที่เกิดขึ้นนั้น เป็นความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ ตามเนื้อหาของวิชาเศรษฐศาสตร์ ซึ่งเป็นการเน้นความหมายเชิงปริมาณ คือ การเพิ่มขึ้น หรือการขยายตัวทางเศรษฐกิจมากกว่าด้านอื่น ๆ เห็นได้ว่า การพัฒนา ในความหมายของทางเศรษฐศาสตร์ หมายถึง ความเจริญเติบโตทางด้านเศรษฐกิจ หรือการขยายตัวทางเศรษฐกิจ คือรายได้ประชาชาติมีมากขึ้น รายได้เฉลี่ยต่อหัวต่อคนของประชากรในประเทศมีปริมาณที่เพิ่มขึ้นกว่าเดิม ซึ่งโดยรวมแล้ว จึงหมายถึงประชาชนในประเทศมีความร่ำรวย และมั่งคั่งมากขึ้น

ความหมายทางพัฒนาบริหารศาสตร์

ในทัศนะของนักพัฒนาบริหารศาสตร์ได้ให้ความหมายของ การพัฒนา เป็น 2 นัยยะ คือ ความหมายในบริบทอย่างแคบ และความหมายในบริบทอย่างกว้าง นัยยะในบริบทอย่างแคบ การพัฒนา หมายถึง การเปลี่ยนแปลงในตัวระบบการกระทำทำให้ดีขึ้นอันเป็นการเปลี่ยนแปลงในด้านคุณภาพเพียงด้านเดียว ส่วนความหมายในนัยยะอย่างกว้างนั้น การพัฒนา คือ เป็นกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงในตัวระบบการกระทำทั้งด้านคุณภาพ ปริมาณ และสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้นไปพร้อม ๆ กัน ไม่ใช่ด้านใดด้านหนึ่งเพียงด้านเดียว หมายถึง การเปลี่ยนแปลงของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทั้งในด้านคุณภาพ (ดีขึ้น) ปริมาณ (มากขึ้น) และสิ่งแวดล้อม (มีความเหมาะสม) ไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงด้านใดด้านหนึ่งเพียงด้านเดียวกล่าวได้ว่า ความหมายของการพัฒนา



ในทัศนะของนักพัฒนาบริหารศาสตร์ หมายถึง กระบวนการของการเปลี่ยนแปลงในตัวระบบการกระทำทั้งด้านคุณภาพ คือทำสิ่งต่าง ๆ ให้ดีขึ้นกว่าเดิม ด้านปริมาณ คือทำสิ่งต่าง ๆ ให้มีจำนวนมากขึ้น และสิ่งแวดล้อม คือการปรับเปลี่ยนสิ่งต่าง ๆ ให้มีความเหมาะสมและดีขึ้นไปพร้อม ๆ กัน

2.2 การพัฒนาในยุคการพัฒนา (The Age of Development)

ทฤษฎีการพัฒนาแบบทันสมัย (Modernization theory) เป็นแนวคิดที่ทำให้เกิดยุคแห่งการพัฒนาเกิดขึ้นในช่วงหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 ลึกลับสุดลง ประเทศต่าง ๆ ที่ยากจนหรือที่เรียกกันว่าประเทศในโลกที่สาม (The third world) ซึ่งหมายรวมถึงประเทศไทย ต่อมามีนโยบายการพัฒนาที่ให้ความสำคัญสูงสุดแก่เรื่องการพัฒนาเศรษฐกิจและอุตสาหกรรม (Economic development and industrial model) ตามแบบทฤษฎีความทันสมัย (Modernization theory) โดยเห็นว่า “การพัฒนา” คือ การส่งเสริมอุตสาหกรรม การเจริญเติบโต ทางเศรษฐกิจ และสนับสนุนให้รายได้ประชาชาติขยายตัวเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ดังนั้น ยุทธศาสตร์ที่ใช้เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์นี้ คือ ยุทธศาสตร์ของความเจริญเติบโต (Growth strategy) โดยการขยายตัวทางเศรษฐกิจ และการผลิตของชาติขึ้นอยู่กับ การเพิ่มประสิทธิภาพของปัจจัยการผลิต (ทุน แรงงาน ทรัพยากร ผู้ประกอบการ) การระดมทุน การสะสมทุนในอัตราที่สูง และการขยายตัวของการลงทุนเพื่อสร้างโรงงาน เครื่องจักร เครื่องมือต่าง ๆ ดังจะเห็นได้ว่าในช่วงแรกประเทศที่กำลังพัฒนาทั่วโลกต่างถูกครอบงำโดยกระแสความคิดของแนวคิดทันสมัยที่เน้นความเจริญเติบโต (Growth) ความทันสมัย (Modernized) ตามคำประกาศของประธานาธิบดีทรูแมนของสหรัฐอเมริกาเมื่อวันที่ 20 มกราคม 2492 ซึ่งนิยามประเทศแถบแอฟริกา เอเชีย และละตินอเมริกาว่า “ด้อยพัฒนา” (underdevelopment) และต้องมีการพัฒนาประเทศให้หลุดพ้นจากความด้อยพัฒนา โดยการเลียนแบบประเทศตะวันตก (Westernization)

ยุคแห่งการพัฒนา (The age of development) จึงได้ถือกำเนิดขึ้นมาจากแนวคิดความทันสมัย และดำเนินมาอย่างยาวนานกว่าครึ่งศตวรรษ ในยุคนี้เองที่โครงการการพัฒนาต่าง ๆ ถือเป็นเรื่องสำคัญในการแผ่อิทธิพล และขยายอำนาจของประเทศมหาอำนาจในช่วงยุคสงครามเย็น (Cold War) ที่มีการแข่งขันกันระหว่างอุดมการณ์ทางการเมือง 2 ขั้ว คือ คอมมิวนิสต์ และประชาธิปไตยแบบเสรีนิยมที่ได้เติบโตและแพร่กระจายอย่างรวดเร็วในประเทศโลกที่สามหรือประเทศด้อยพัฒนาที่มีสภาพยากจน คุณภาพชีวิตต่ำ ด้อยการศึกษา การผลิตอยู่ในระดับต่ำ ฯลฯ ประเทศมหาอำนาจที่ชนะสงครามฝ่ายตะวันตกที่มีอุดมการณ์แบบเสรีนิยมร่วมกับองค์การระหว่างประเทศที่มีบทบาทให้คำแนะนำและช่วยเหลือประเทศด้อยพัฒนาที่สำคัญในขณะนั้น ได้แก่ ธนาคารโลก (World Bank) และสหประชาชาติ (United Nations) จึงได้เข้ามาช่วยเหลือ สนับสนุน และเสนอแนะแนวทางการพัฒนาเพื่อฟื้นฟูประเทศต่าง ๆ ให้ทันสมัยแบบประเทศตะวันตก ด้วยการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน เทคโนโลยี และการศึกษา เพื่อเพิ่มผลิตภาพ และผลิตผลของประเทศ และได้มีการเสนอแนะแนวทางการพัฒนาตามแนวคิดความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจของทีกล่าวถึงลำดับขั้นแห่งการพัฒนา (The stages of economic growth) 5 ขั้น ได้แก่



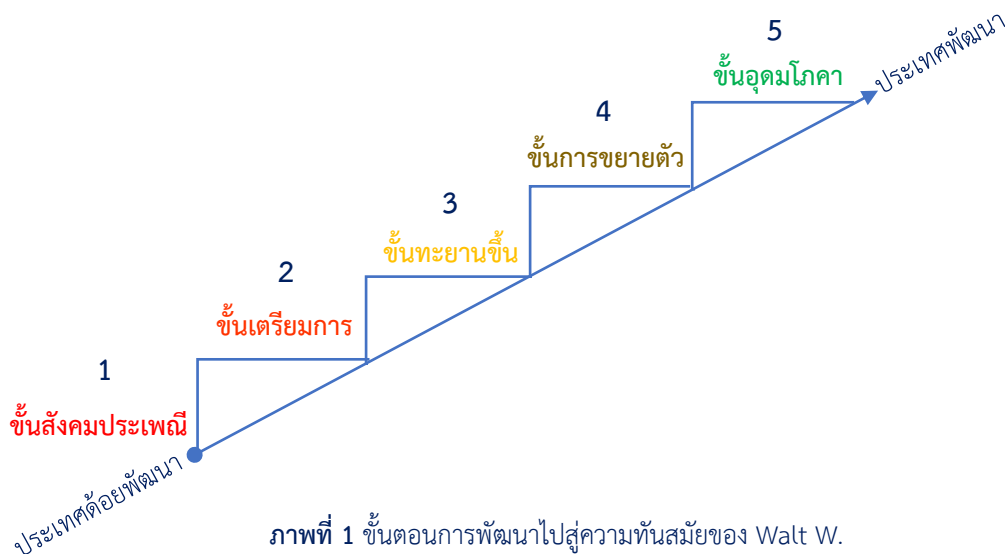
1) **ขั้นสังคมประเพณี หรือสังคมโบราณ (Traditional Society)** ซึ่งเป็นสังคมเกษตรกรรมแบบดั้งเดิมโดยประสิทธิภาพการผลิตมีข้อจำกัด และผลผลิตต่ำ เนื่องจากความล้าหลังของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

2) **ขั้นเตรียมการ (Pre-conditions for Take-off)** เป็นขั้นตอนของสังคมที่กำลังเปลี่ยนผ่าน (Transitional society) ไปสู่สังคมอุตสาหกรรมที่มีความก้าวหน้าทางเศรษฐกิจ ความเจริญทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และมีการผลิต และการประกอบการแบบทันสมัยที่สำคัญคือมีการลงทุนเพิ่มขึ้น

3) **ขั้นทะยานขึ้น (Take-off)** เป็นช่วงที่การพัฒนาทางเศรษฐกิจสามารถเอาชนะอุปสรรคและการต่อต้านจากสังคมประเพณี เนื่องจากมีการยอมรับเอาเทคโนโลยีสมัยใหม่มาใช้อย่างกว้างขวาง การลงทุนและอุตสาหกรรมใหม่ได้ขยายตัวอย่างรวดเร็วและแผ่ขยายไปอย่างทั่วถึงทั้งสังคม ในขณะเดียวกัน ยังเกิดพลังทางการเมืองต่าง ๆ ที่เอื้อต่อความก้าวหน้าซึ่งสามารถทำให้เศรษฐกิจมีความเจริญเติบโต และมีความทันสมัยมากขึ้น

4) **ขั้นการขยายตัวหรือการขับเคลื่อนไปสู่ความเติบโตเต็มที่ (Drive to Maturity)** เป็นขั้นที่เน้นการลงทุนขนาดใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการลงทุนทางอุตสาหกรรมใหม่ที่มีการใช้เทคโนโลยีขั้นสูง และมีความซับซ้อนในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเทคนิคการผลิตให้ก้าวหน้าส่งผลให้อัตราการเพิ่มของผลผลิตสูงสามารถทำการผลิตเพื่อการส่งออกได้มากทำให้ประเทศมีความสามารถในการแข่งขันทางเศรษฐกิจระหว่างประเทศ

5) **ขั้นอุดมโภคาหรือขั้นของการบริโภคขนาดใหญ่ (The Age of High Mass-consumption)** เน้นการผลิตเพื่อการบริโภคของมวลชน โดยมีการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจที่เน้นความเจริญเติบโตไปสู่การผลิตสินค้าเพื่อการบริโภคและการบริการต่าง ๆ ซึ่งสังคมในขั้นนี้ประชาชนได้รับการตอบสนองความต้องการหรือความจำเป็นพื้นฐานอย่างเต็มที่แล้ว ดังนั้นจุดเน้นจึงอยู่ที่การจัดการทางด้านสวัสดิการทางสังคม (Social welfare) การสร้างความมั่นคงปลอดภัยทางสังคม (Social security) และการตอบสนองความต้องการด้านการบริโภคอย่างไม่มีขีดจำกัด ในขณะที่ความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี และการเพิ่มผลผลิตทางอุตสาหกรรมยังคงมีอยู่อย่างต่อเนื่องไปพร้อมกับการสร้างความมั่นคงของชาติ **ดังภาพที่ 1**



2.3 แนวคิดหลังการพัฒนา (Post Development Perspective)

แนวคิดหลังการพัฒนา (Post Development) มีจุดเน้นที่สำคัญร่วมกันกับแนวคิดหลังอาณานิคม (Post-Colonial) คือ สนใจมิติทางอำนาจที่มากับความรู้ว่าด้วยการพัฒนาซึ่งมีตะวันตกเป็นศูนย์กลาง ความรู้ดังกล่าวปรากฏตัวในรูปของวาทกรรม ในขณะที่หลังอาณานิคมเน้นการรื้อสร้างทางวัฒนธรรมที่ยังคงติดยึดฝังแน่นมาตั้งแต่สมัยที่เป็นอาณานิคม หลังการพัฒนาที่มีจุดยืนที่ต้องการแสวงหาทางเลือกใหม่ ๆ ของการพัฒนาที่มาจากท้องถิ่นผ่านขบวนการเคลื่อนไหวทางสังคม แนวคิดทั้งสองได้ทำให้มันทัศน์การพัฒนาในฐานะที่เป็นวาทกรรมที่ถูกประกอบสร้างขึ้นได้รับความสนใจมากขึ้นในลักษณะที่วาทกรรมการพัฒนาได้ก่อให้เกิดระบบความสัมพันธ์เชิงอำนาจที่ไม่เท่าเทียมกัน ซึ่งได้สร้างความหมายของการพัฒนา (Development) และความก้าวหน้า (Progress) ตามแบบประเทศตะวันตก ในขณะที่เดียวกันก็ได้นิยามลักษณะความด้อยพัฒนา (Underdevelopment) ให้กับประเทศโลกที่สาม

ดังนั้น การวิเคราะห์ วาทกรรมแนววิพากษ์เช่นนี้จึงมักเกิดขึ้นในประเทศกำลังพัฒนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในแถบลาตินอเมริกา แอฟริกา และเอเชีย โดยนักคิดหลังการพัฒนาเห็นว่า ประเทศตะวันตกได้สร้างแนวทางการพัฒนาให้ประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกดำเนินรอยตามมาเป็นเวลาหลายร้อยปีนับตั้งแต่ยุคอาณานิคม (Colonialism) โดยปราศจากการรับฟังเสียงหรือความคิดเห็นของประเทศที่ถูกพัฒนา และถูกเอารัดเอาเปรียบ โดยมีการสร้างเงื่อนไขว่าการพัฒนาตามแบบตะวันตกมีความจำเป็นและมีความสำคัญอย่างยิ่งในประเทศโลกที่สาม ส่งผลให้ผู้นำทางสังคม เศรษฐกิจ และนักวิชาการในประเทศโลกที่สามต่างให้ความสำคัญกับการขยายตัวของภาคเศรษฐกิจและภาคอุตสาหกรรมอย่างต่อเนื่อง และยาวนานตามการพัฒนากระแสหลักที่เน้นการเติบโตภายใต้ระบบทุนนิยมสังคมอุตสาหกรรม สังคมร่ำรวย มีความก้าวหน้าทาง



เศรษฐกิจใช้เทคโนโลยีทางการผลิต ขั้นสูงและมีความทันสมัย จึงถือว่าเป็นประเทศที่พัฒนาแล้ว (Developed countries) ส่วนสังคมที่ยังไม่ทันสมัยยากจน และมีความขาดแคลนทางเศรษฐกิจจึงถูกทักท้วงเอาไว้เป็นสังคม

ด้อยกว่า และถูกจัดประเภทว่าเป็นประเทศด้อยพัฒนา (Underdeveloped countries) หรือประเทศกำลังพัฒนา (Developing countries) ซึ่งประเทศเหล่านี้ต้องมีการพัฒนาตามแนวทาง และขั้นตอนการพัฒนาแบบประเทศตะวันตกเพื่อให้ก้าวไปทัดเทียมกับประเทศที่พัฒนาแล้ว

ฉะนั้น แนวคิดหลังการพัฒนา (Post Development) จึงถูกเรียกว่าเป็นแนวคิดที่ต่อต้านการพัฒนา หรือ ต่อต้านการพัฒนานิยม (Anti-developmentalism) เพราะแนวคิดหลังการพัฒนาปฏิเสธ มโนทัศน์การพัฒนาแบบตะวันตก และทำการรื้อสร้าง วาทกรรม การพัฒนา (The deconstruction of development) โดยเสนอว่าในยุคหลังการพัฒนา (Post development era) มโนทัศน์ และแนวทางการพัฒนาแบบเดิมไม่อาจใช้อธิบายได้อีกต่อไป นักคิดหลังการพัฒนาได้แสดงการตอบโต้ต่อปัญหาความล้มเหลวของการพัฒนาและการทำให้ทันสมัย (Modernization) ที่วนเวียนอยู่กับการสร้างบรรทัดฐาน (Normalize) ผ่านตัวชี้วัดการพัฒนาจำนวนนับไม่ถ้วน เช่น ผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (Gross Domestic Product: GDP) ผลิตภัณฑ์มวลรวมประชาชาติ (Gross National Product: GNP) ดัชนีการพัฒนามนุษย์ (Human Development Index: HDI) เส้นความยากจน (Poverty line) ทุนนิยมเสรี และการพัฒนาแบบตะวันตกทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม และกระบวนการทางการเมือง จนเกิดภาพลักษณ์การพัฒนาในแบบตะวันตก (The image of the West)

แนวคิดหลังพัฒนายังได้วิพากษ์วิจารณ์แนวทางการพัฒนาของประเทศตะวันตกและการทำให้ทันสมัยใน 2 ประเด็นหลัก ที่ก่อให้เกิดความล้มเหลวของการพัฒนาในฐานะปรากฏการณ์ระดับโลก คือ 1) ความไม่ยั่งยืน (Unsustainability) และ 2) การไม่ยอมรับคุณค่าของท้องถิ่น (Nonrecognition of local values) เพราะตั้งอยู่บนเงื่อนไขที่ว่า ความล้มเหลวของสังคมประเพณีขัดขวางการพัฒนา ทำให้สังคมดั้งเดิมต้องมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาให้ทันสมัยตามแบบตะวันตก การกระทำเช่นนี้ ถือเป็นการลดทอนคุณค่าและศักยภาพของชุมชนท้องถิ่นดั้งเดิมและส่งผลต่อการพัฒนาที่ไม่ยั่งยืนภายใต้แบบจำลองการพัฒนาที่โลกตะวันตกสร้างขึ้น เนื่องจากการละเลยบริบทสังคม วัฒนธรรม และระบบนิเวศท้องถิ่น ซึ่งเห็นว่าในความเป็นจริงแล้ว วัฒนธรรมชุมชน ประเพณี และความคิดแบบดั้งเดิมที่ถูกมองว่าล้าหลังนั้น มีมูลค่าต่อการพัฒนาชุมชนท้องถิ่นมากกว่าการพัฒนาไปสู่ความทันสมัยตามทฤษฎีสมัยใหม่ (Modernization theory) วิธีดั้งเดิมเหล่านี้เป็นวัฒนธรรมเชิงบวกที่สามารถสร้างรูปแบบใหม่ของการพัฒนาได้ โดยผู้เขียนได้สรุป ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 การพัฒนาในยุคหลังการพัฒนา

3. คุณภาพชีวิต

คุณภาพชีวิต มีความแตกต่างและมีความหลากหลาย เนื่องด้วยเหตุผลหลาย ๆ ประการ คือ 1) คุณภาพชีวิตเป็นกระบวนการทางด้านจิตใจที่สามารถบรรยายผ่านความคิดที่แตกต่างกัน จากมุมมองที่หลากหลาย จากประสบการณ์ พื้นฐานความรู้ และประเด็นการนำเสนอจากข้อเท็จจริงต่าง ๆ 2) แนวคิดในเรื่องของคุณภาพชีวิต ขึ้นอยู่กับการกำหนดกรอบความหมายให้ชัดเจน เพื่อให้สามารถประเมินกระบวนการและผลต่าง ๆ และเพื่อให้เป็นที่ยอมรับร่วมกันของบุคคลในสังคมเดียวกัน 3) เป็นความคิดที่ก่อให้เกิดความเข้าใจในความเจริญงอกงามและการพัฒนาการของมนุษย์ รวมทั้ง การมีอายุยืนยาว กระบวนการทางด้านจิตใจล้วนอยู่ภายใต้อิทธิพลขององค์ประกอบต่าง ๆ ซึ่งคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับบริบททางสังคม



วัฒนธรรมและค่านิยม ในเวลานั้น ๆ และมีความสัมพันธ์กับจุดมุ่งหมาย ความคาดหวังและมาตรฐานที่แต่ละคนกำหนดขึ้น ซึ่งประกอบด้วย 4 มิติ (WHO) ดังนี้ คือ

- 1) มิติด้านสุขภาพกาย (Physical)
- 2) มิติด้านสุขภาพจิต (Psychological)
- 3) มิติด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social relationships)
- 4) มิติด้านสภาพแวดล้อม (Environmental)

3.1 ความหมายของคุณภาพชีวิต

คุณภาพชีวิต คือ ชีวิตที่มีคุณภาพ มีความสมบูรณ์ทั้งด้านสุขภาพ ร่างกายและจิตใจ สามารถดำรงชีวิตให้สอดคล้องตามสภาวะทางสังคม เศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรม สภาพแวดล้อมในการดำเนินชีวิต และทรัพยากรที่มีอยู่ โดยแต่ละบุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสม ไม่เป็นภาระและไม่ก่อให้เกิดปัญหาให้แก่สังคม เป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ และสามารถดำเนินชีวิตที่ชอบธรรม สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ค่านิยมของสังคม สามารถแก้ไขปัญหา ตลอดจนการแสวงหาสิ่งที่ตนปรารถนาให้ได้มาอย่างถูกต้อง ภายใต้เครื่องมือและทรัพยากรที่มีอยู่ทำให้สามารถยกระดับสภาพการดำรงชีวิตของมนุษย์ตามองค์ประกอบของชีวิตอันได้แก่ ทางร่างกาย ทางอารมณ์ ทางสังคม ทางความคิด และจิตใจ รวมไปถึง สภาพความเป็นอยู่ที่ดี มีอุปการะและเกื้อกูลซึ่งกันและกันภายในของแต่ละหน่วยชีวิตและระหว่างสิ่งมีชีวิตกับสิ่งแวดล้อมด้วย

ซึ่งทัศนะของผู้เขียนมองว่า คุณภาพของชีวิต หมายถึง ชีวิตที่มีคุณค่าแก่การดำรงอยู่โดยต้องมีความสมบูรณ์ทางร่างกาย คือ การมีสุขภาพทางกายที่ดี ความสมบูรณ์ทางจิตใจ คือ การมีสภาวะทางอารมณ์ที่อิสระทางความคิด ร่าเริง แจ่มใส ความสมบูรณ์ทางสังคม คือ การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในสังคมการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม ความสมบูรณ์ทางสภาพแวดล้อม คือ การมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัย มั่นคงในชีวิต มีสิ่งแวดล้อมที่ดี ปราศจากมลพิษต่าง ๆ คมนาคมสะดวก

3.2 องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต

การที่บุคคลจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นต้องขึ้นอยู่กับองค์ประกอบมากมายหลายด้าน ซึ่งแต่ละองค์ประกอบจะมีความสำคัญมากน้อยแตกต่างกันไป ตามแต่ละทัศนะของแต่ละบุคคลหรือสังคมนั้น ๆ โดยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตนั้น มีองค์ประกอบ ดังนี้

3.2.1) ด้านร่างกาย (Physical Domain) คือ การรับรู้สภาพทางกายของร่างกายของบุคคล ซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสบายไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกายได้ การรับรู้ถึงผลกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้ถึงความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น การรับรู้ถึงความสามารถ



ในการเคลื่อนไหวของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการทำงาน การรับรู้ว่าตนไม่ต้องพึ่งพายาต่าง ๆ หรือการรักษาทางการแพทย์อื่น ๆ เป็นต้น

3.2.2) ด้านจิตใจ (Psychological Domain) คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง การรับรู้ถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ถึงความมั่นใจในตนเอง การรับรู้ถึงความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจ และความสามารถในการเรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความเศร้า ความกังวล การรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อต่าง ๆ ของตน ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ถึงความเชื่อด้านวิญญาณ ศาสนา การให้ความหมายของชีวิต และความเชื่ออื่น ๆ ที่มีผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิต มีผลต่อการเอาชนะอุปสรรค เป็นต้น

3.2.3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social Relationships) คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ทางเพศ

3.2.4) ด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่าตนเองมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัย มีความมั่นคงในชีวิต มีที่อยู่อาศัยที่เอื้อต่อสุขภาพ การรับรู้ว่าได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดีปราศจากมลพิษ ต่าง ๆ การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงิน การบริการทางสุขภาพและสังคมสงเคราะห์ การรับรู้ว่าตนเองมีโอกาสที่จะได้รับข่าวสารหรือฝึกฝนทักษะต่าง ๆ การรับรู้ว่าได้มีกิจกรรมนันทนาการและมีกิจกรรมในเวลาว่าง เป็นต้น

3.2.5) ด้านเศรษฐกิจ (economy) คือ สถานะทางเศรษฐกิจการเงินและรายได้ที่มั่นคง เป็นต้น จากองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตเหล่านี้ ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามลักษณะกฎของธรรมชาติ คือ มีการเกิด มีแก่ มีเจ็บ และมีการตายจากไป จึงทำให้มนุษย์เกิดความต้องการด้านต่าง ๆ ที่จะเป็แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่่อมุ่งความสำเร็จให้แก่ตนเองสืบต่อไป

3.2.5) ด้านเศรษฐกิจ (economy) คือ สถานะทางเศรษฐกิจการเงินและรายได้ที่มั่นคง เป็นต้น จากองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตเหล่านี้ ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามลักษณะกฎของธรรมชาติ คือ มีการเกิด มีแก่ มีเจ็บ และมีการตายจากไป จึงทำให้มนุษย์เกิดความต้องการด้านต่าง ๆ ที่จะเป็แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่่อมุ่งความสำเร็จให้แก่ตนเองสืบต่อไป

4. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต

ทุกคนในฐานะที่เป็นสมาชิกสังคมมีสิทธิในความมั่นคงทางสังคม และมีสิทธิในการบรรลุซึ่งสิทธิทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม และมีสิทธิในมาตรฐานการครองชีพที่เพียงพอสำหรับสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของตนและครอบครัวรวมทั้งการได้รับอาหารเครื่องนุ่งห่มที่อยู่อาศัย และการดูแลรักษาทางแพทย์



และการบริการทางสังคมที่จำเป็นแก่มารดาและเด็กที่จะได้รับการดูแล และการช่วยเหลือพิเศษ และทุกคนมีสิทธิในการศึกษา (ปฎิญา ว่าด้วยสิทธิมนุษยชนขององค์การสหประชาชาติ) คุณภาพชีวิตเป็นสิ่งที่มนุษย์กำหนดสร้างขึ้น และชวนชวนให้ได้มาด้วยตัวของมนุษย์เอง และยังเป็นเกณฑ์หรือมาตรฐานที่จะทำให้มนุษย์ได้พัฒนาตัวเองไปสู่เป้าหมายที่พึงปรารถนา บุคคลและครอบครัวที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีย่อมมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตให้ดีขึ้นในทุก ๆ ด้าน ตลอดเวลา เช่น ด้านความรู้ความสามารถ การศึกษา อาชีพ รายได้ ที่อยู่ อาศัย สุขอนามัย คุณธรรมจริยธรรม ฯลฯ คุณภาพเหล่านี้ย่อมมีผลต่อความสามารถในการปรับปรุงตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม ให้เกิดคุณค่าหรือเกิดประโยชน์สูงสุดซึ่งแนวทางในการพัฒนาตัวตนเพื่อไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้นมีหลากหลายแนวทาง หลายมิติ แต่ผู้เขียนจะนำเอาแนวทางของหลักพุทธธรรม และทุนทางสังคมตามทัศนะของผู้เขียนมี ดังนี้

4.1 แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรม

การพัฒนาตามหลักพระพุทธธรรม เป็นการนำคำสอนทางพุทธศาสนาไปประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาตน ให้บรรลุเป้าหมายตามที่ได้กำหนดไว้ พระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่ส่งเสริมให้มนุษย์สามารถพัฒนาตนให้เป็นทั้งคนดีและคนเก่งอยู่มากรมาย โดยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา หรือพระธรรมคำสั่งสอนทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง ซึ่งสามารถนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นได้ หรือหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จ ในทัศนคติ หรือ มุมมองของผู้เขียนเห็นว่า การที่เราจะพัฒนาตนเองเพื่อให้มีคุณภาพที่ดีขึ้นได้นั้น ต้องอาศัยองค์ประกอบทั้งด้านกระบวนการความคิด และการลงมือปฏิบัติ ดังนี้

4.1.1 กระบวนการความคิดตามหลักโยนิโสมนสิการ

โยนิโสมนสิการ หมายถึง การใช้ความคิดถูกวิธี คือ การทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณา สืบค้นถึงต้นเค้า สวหาเหตุผลจนตลอดสาย แยกแยะออก พิเคราะห์ดูด้วยปัญญา ความคิดเป็นระเบียบและโดยอุบายวิธี

โยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำในใจให้แยบคาย หรือ การพิจารณาโดยแยบคาย กล่าวคือ ความเป็นผู้ฉลาดในการคิด คิดอย่างถูกวิธี ถูกระบบ พิจารณาไตร่ตรองสาวไปจนถึงสาเหตุหรือต้นตอของเรื่องที่กำลังคิด คือคิดถึงรากถึงโคนนั่นเอง แล้วประมวลความคิดรอบด้านจนกระทั่งสรุปออกมาได้ว่าสิ่งนั้น

ควรหรือไม่ควร ดีหรือไม่ดี เป็นวิธีทางแห่งปัญญา เป็นธรรมสำหรับกลั่นกรองแยกแยะข้อมูล หรือแหล่งข่าวกับทั้งเป็นบ่อเกิดแห่งความคิดชอบหรือ “สัมมาทิฐิ” ทำให้มีเหตุผล และไม่มกมาย

ในทัศนะของผู้เขียน โยนิโสมนสิการ คือ การใช้ความคิดถูกวิธี คือ การทำในใจโดยแยบคาย เป็นไปตามหลักธรรมชาติ และเป็นการคิดที่ปราศจากความลำเอียง แต่เป็นไปด้วยสติปัญญา เพื่อความ



เข้าใจสถานะต่าง ๆ อย่างแท้จริง เป็นกระบวนการความคิดที่เป็นไปในทิศทางการพัฒนา โยนิโสมนสิการ คือ กรอบแนวคิด หรือกระบวนการความคิด (Mindset) ของแต่ละบุคคลในการแสดงออกและทัศนคติ ซึ่งการแสดงออกและทัศนคติเหล่านั้นย่อมมีผลมาจากความคิด ความรู้สึก ความเชื่อและจากประสบการณ์ที่ผ่านมา โดยการเลี้ยงดู สังคม ครอบครัว การศึกษา เป็นต้น โดยความคิดนั้นเป็นตัวกำหนดพฤติกรรม มุมมอง และทัศนคติของบุคคลด้วย เช่น หากเราเชื่อแบบไหนโลกของเราก็จะเป็นแบบนั้น เราเชื่อว่าตัวเองเป็นแบบไหนเราก็จะเป็นแบบนั้น ความคิดและวิธีคิดของเรามีผลต่อชะตาชีวิตของเราเองอย่างมาก ชีวิตเราจะเดินไปทางไหนก็ขึ้นอยู่กับว่าเรามองและตีความสิ่งต่าง ๆ อย่างไร หากเป็นกรอบแนวคิด หรือกระบวนการคิดที่เป็นไปในทิศทางการพัฒนา เรียกว่า Growth Mindset

Growth Mindset คือ คนที่มีความเชื่อว่าตัวเองสามารถพัฒนาได้ สามารถประสบความสำเร็จได้ และทำในสิ่งต่าง ๆ ได้ ด้วยความพยายาม ความอดทน การต่อสู้กับอุปสรรคปัญหาที่ถาโถมเข้า

มาถึงแม้คนเราจะเกิดมาแตกต่างกันจากพรสวรรค์ ความถนัด ความสนใจ หรือนิสัยใจคอ แต่ทุกคนก็สามารถเปลี่ยนแปลงได้ด้วยความพยายาม การเรียนรู้ และประสบการณ์ โดยการใช้สติปัญญา ความคิดที่ถี่ถ้วน รอบคอบ และมีจริยธรรม ซึ่งทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า ความคิดแบบโยนิโสมนสิการ นั่นเอง การคิดแบบโยนิโสมนสิการ เป็นการใช้ความคิดอย่างถูกวิธี ซึ่งเป็นองค์ธรรมสำคัญยิ่งในกระบวนการของการศึกษา หรือในการพัฒนาตน อยู่ที่จุดแกนกลางคือการพัฒนาปัญญา เป็นองค์ธรรมที่จำเป็นสำหรับการมีชีวิตที่ดีงาม ซึ่งแก้ปัญหาและพึ่งพาตนได้ ถ้าบุคคลคิดเป็นก็ย่อมเกิดปัญญาไม่ปล่อยใจให้เพลิดเพลนหลงไหลในความสำเร็จต่าง ๆ ในโลกสมมติ กับเห็นคุณค่าและโทษของมัน มีปัญญาในการสลัดสิ่งไม่ดีออกไปอีกทั้งรู้จักคิดที่จะดำรงชีวิตให้ตั้งอยู่ในทิศทางที่เหมาะสม ส่งผลต่อความสุขสงบของชีวิต และถ้าทุกคนในสังคมยึดถือแนวคิดแบบโยนิโสมนสิการ ก็ย่อมส่งผลต่อความสงบสุขความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสังคมตลอดไปอีกด้วย

4.1.2 การลงมือปฏิบัติตามหลักอิทธิบาท 4

การลงมือปฏิบัติ คือ การได้กระทำการสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองโดยผ่านการปฏิบัติจริงได้ฝึกในสภาพสิ่งแวดล้อมจริง ได้ฝึกคิดและลงมือทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง แต่เป็นที่น่าสนใจว่าคนจำนวนมากเฝ้ารอให้ถึงเวลาที่ดียิ่งที่สุด รอฤกษ์งามยามดี หรือให้ถึงความพร้อมเสียก่อนแล้วจึงค่อยลงมือทำ และสุดท้ายก็ไม่เคยได้ลงมือทำสักที ซึ่งเป็นเรื่องที่น่าเสียดายอย่างมาก เพราะความจริงแล้วเพียงแค่เรารู้ว่าไม่จำเป็นต้องดีที่สุดในตอนแรกก็พอแค่นั้น นั่นก็ควรค่าแก่การลงมือทำแล้ว เพราะเคล็ดลับของความสำเร็จ และการพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้ ก็คือความเชื่อมั่นว่า ตนเองเป็นผู้มีความสามารถและมีคุณค่าเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ เพียงแต่จะต้องค้นหาความเป็นตัวตนของตนเองให้เจอ คือการเรียนรู้ที่จะทำความเข้าใจถึงนิสัยใจคอของตัวเองให้มากพอ เพื่อที่จะทำให้มองเห็นถึงวิธีการตัดสินใจของเรา ซึ่งรูปแบบการตัดสินใจนี้เองจะช่วยให้คำตอบให้กับสิ่งที่เราลงมือทำว่าทำไมเราถึงเลือกที่จะทำแบบนั้น หรือทำไมเราถึงเลือกแบบนี้ และเมื่อเรามีความเชื่อมั่นในตนเอง รับรู้ถึงความสามารถ สิ่งที่ตนเองชื่นชอบ และสิ่งที่ตนเองมีความถนัด จะยิ่งส่งผลให้ประสบความสำเร็จทั้งด้านหน้าที่งานที่ทำอยู่ รวมถึงความสำเร็จในชีวิตได้แน่นอน เพราะความสำเร็จย่อมมีจุด



เริ่มต้นที่การลงมือทำ และทำตามหลักอิทธิบาท 4 คือ ธรรมเครื่องให้ถึงอิทธิ (ฤทธิ์หรือความสำเร็จ) หรือธรรมที่เป็นเหตุให้ประสบความสำเร็จ หรือแปลง่าย ๆ ว่าทางแห่งความสำเร็จ ดังนี้

1. การลงมือด้วยความรัก (ฉันทะ) ความมีใจรักในสิ่งที่ทำ และพอใจฝักใฝ่รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้นอยากทำสิ่งนั้น ๆ ให้สำเร็จ อยากให้งานนั้นหรือสิ่งนั้นบรรลุถึงจุดหมาย คือรักงานและรักจุดหมายของงาน ถ้าสามารถปลุกเร้าฉันทะให้เกิดขึ้นอย่างแรงกล้า เกิดความรักในคุณค่าความดีงาม ความสมบูรณ์ของสิ่งนั้นหรือจุดหมายนั้นอย่างเต็มที่แล้ว คนก็จะทุ่มเทชีวิตจิตใจให้แก่สิ่งนั้น เมื่อรักแท้ก็มอบใจให้อาจถึงขนาดยอมสละชีวิตเพื่อสิ่งนั้นได้ ใจที่รักอันเกิดจากความศรัทธาและเชื่อมั่นต่อสิ่งที่ทำ การมีใจรัก ถือว่าสำคัญมาก ถ้าเรามีใจศรัทธาอันแรงกล้าแล้ว พลังสร้างสรรค์ก็จะบังเกิดขึ้นกับเราอย่างมหัศจรรย์ทีเดียว เพราะจะทำให้เราเป็นผู้มีความพอใจ และมีใจรักต่องาน ทำให้เกิดความรู้สึกเต็มใจในการทำงาน เกิดการทำงานด้วยความสุขไม่รู้สึกเบื่อหน่ายง่าย ไม่เกิดอาการท้อแท้ ช่วยให้งานดำเนินต่อไปอย่างต่อเนื่อง และเกิดการสร้างสรรค์ในงาน

2. การลงมือด้วยความขยัน (วิริยะ) คือ การลงมือทำด้วยความสม่ำเสมอ อดทน ปรับแก้จากสิ่งที่ทำอยู่ทุกวันให้ดีขึ้น มุ่งมั่นทุ่มเท ทั้งกายและใจ เรียนรู้และทำให้เข้าถึงแก่นแท้ของสิ่งนั้น แต่สิ่งเหล่านี้ต้องมาคู่กับความอดทนอดกลั้น เป็นความรู้สึกไม่ย่อท้อต่อปัญหาและมีความหวังที่จะเอาชนะอุปสรรคทั้งปวง โดยมีศรัทธาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ นำใจ และเตือนใจ ความอดทนเป็นเครื่องมือสำหรับคนใจเย็น และใจงามด้วย ไม่ใช่มุทะลุดันรบเร้าและรุ่มร้อน เพราะมันจะทำให้มีโอกาสผิดพลาดได้ง่าย หรือสูญเสียความอดทนในที่สุด เป็นวิถีทางของบุคคลที่หาญกล้าและท้าทายต่ออุปสรรคใด ๆ ทั้งมวล และจะทำให้เป็นคนหมั่นเพียร และขยันในการทำงาน ไม่มีความเกียจคร้าน มุ่งมั่นที่จะทำงานให้เสร็จ ผู้ที่ขาดความขยัน ย่อมทำงานขาด ๆ เกิน ๆ หรือมักทำงานนั้นไม่สำเร็จ หรือหากสำเร็จก็สำเร็จล่าช้า และไม่มีประสิทธิภาพ

3. การลงมือด้วยความเอาใจใส่ (จิตตะ) คือ มีใจที่จดจ่อและรับผิดชอบ เมื่อมีใจที่จดจ่อแล้วก็จะเกิดความรอบคอบตาม คำนี้ยิ่งใหญ่มาก ปัจจุบันสังคมซับซ้อน มีสิ่งใหม่ ๆ เกิดขึ้นมากมาย แต่ละคนนั้นมีภาระหน้าที่ที่ต้องทำมากมาย ไม่รู้จะทำอะไรก่อน แต่ถ้าเรามีใจที่จดจ่อต่อสิ่งที่เราคิดเราทำ และรับผิดชอบแล้ว ไม่ว่าจะเป็นการเรียน หรือการงานก็ตามทุกอย่างก็จะดีขึ้นไปเอง เราก็จะมีความรอบรู้มากขึ้นเรื่อย ๆ ด้วยใจที่จดจ่อตั้งมั่น และใฝ่เรียนรู้ของเรา เมื่อมีความรอบรู้มากขึ้นก็จะเกิดความรอบคอบตามมาเมื่อมีความรอบคอบแล้วการตัดสินใจทำอะไรก็จะเกิดความผิดพลาดน้อยตามไปด้วย ความรอบคอบนอกจากจะดำรงอยู่คู่กับความรอบรู้แล้ว ยังต้องอาศัยความดีงามเป็นเครื่องเตือนสติด้วย ซึ่งจะทำให้เป็นคนมีความมุ่งมั่น และจดจ่อกับงานที่ทำ จิตมีความแน่วแน่ และมั่นคงต่อปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ช่วยให้งานดำเนินต่อไปอย่างต่อเนื่องตามกระบวนการของงานอยู่เสมอ

4. การลงมือทำด้วยการใช้ปัญญาพิจารณา (วิมังสา) คือ ไตร่ตรอง กลั่นกรองถึงสิ่งที่ทำ ว่าดีว่าควรหรือไม่ การใช้ปัญญาตรวจสอบถึงงานที่เรามีให้ผิดตรวจตราวิธีการทำงานให้ถูกต้องรวดเร็ว รวมไปถึง



ถึงการใช้ปัญญาแก้ไขปัญห และอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นและปรับเปลี่ยนแผนงาน คิดค้นหาเหตุผลในการทำงานให้ได้ผลดีขึ้นรวมความว่าทำงานอย่างคนมีหัวใจ เพื่อให้งานเดินได้สะดวก ไม่สะดุด วิมังสา นี้ ถ้าจะเปรียบก็เหมือนตา หรือเหมือนแสงสว่างนั่นเอง นอกจากช่วยให้เราทำงานไม่ผิดแล้วยังช่วยให้เรามองเห็นลู่ทางที่จะทำงานให้ได้ผลดีขึ้นด้วย

จะเห็นได้ว่า อิทธิบาททั้ง 4 ที่ได้กล่าวมานั้น ฉันทะกับวิริยะ เป็นหลักปฏิบัติที่ช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคในการทำงานได้เป็นอย่างดี โดยมีจิตตะและวิมังสา เป็นหลักปฏิบัติที่ช่วยให้การเอาชนะปัญหาและอุปสรรคในการทำงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ซึ่งในที่สุดแล้ว ก็จะช่วยเสริมให้บุคคลมีความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคมากขึ้น อันจะนำไปพาไปสู่ความสำเร็จในชีวิตและก่อให้เกิดการพัฒนาตัวตนของตนเอง ท้ายที่สุดแล้วย่อมนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีนั่นเอง

เมื่อก้าวโดยสรุปแล้ว อิทธิบาท 4 คือ คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย

- 1) ฉันทะ ความพอใจ คือ ความต้องการที่จะทำ ไฟใจรักจะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะทำได้ผลดียิ่ง ๆ ขึ้นไป
- 2) วิริยะ ความเพียร คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็งอดทน เอาธุระไม่ทอดทิ้ง
- 3) จิตตะ ความคิดมุ่งไป คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝึกฝนไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป อุทิศตัวอุทิศใจให้แก่สิ่งที่ทำ
- 4) วิมังสา ความไตร่ตรอง หรือ ทดลอง คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผล และตรวจสอบข้อที่ยังห้อยสงสัยที่ทำนั้น มีการวางแผน วัดผล คิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง

4.2 แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยทุนทางสังคม (Social Capital)

มนุษย์เกิดมาในสภาพที่อ่อนแอต้องอยู่ร่วมกันเป็นสังคมต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกัน และกันไม่มีมนุษย์คนใดที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยตัวเพียงคนเดียว แต่มนุษย์นั้นจำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือจากผู้อื่นเพื่อดำรงชีวิต นับตั้งแต่เราเกิดมาเราก็ได้รับการช่วยเหลือการเลี้ยงดูจากพ่อแม่ ผู้ปกครอง เมื่อเราเติบโตขึ้นเราก็ได้รับการช่วยเหลือจากเครือญาติ มิตรสหาย และผู้คนรอบตัวเราในสังคมมากขึ้น ๆ จนกระทั่งเราตายเราก็ยังได้รับการช่วยเหลือจากผู้อื่นอีกเช่นกัน ดังนั้น การให้ความช่วยเหลือระหว่างมนุษย์นั้นถือเป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิตของมนุษย์ การให้ความช่วยเหลือซึ่งกัน และกันระหว่างมนุษย์นั้น นอกจากจะเป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิตแล้วยังเป็นพื้นฐานของการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างเป็นสุขการได้รับความไว้วางใจจากเครือข่ายของสังคม ไม่ว่าจะเป็นจะเป็นครอบครัว ญาติมิตร รวมถึงการได้รับการเหลืสนับสนุนจากหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชนต่าง ๆ โดยการได้รับความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ เช่น ทุนการศึกษา ทุนการประกอบอาชีพ เป็นต้น คือปัจจัยสำคัญต่อการแสวงหาโอกาส และทำให้มีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิต รวมไปถึงสามารถเปลี่ยนสถานะทางสังคมคล้อยความยากจนแบบข้ามรุ่นให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นได้ โดยทุนทางสังคมอันเป็นที่รับรู้ สามารถมองเห็นได้ชัดเจนและเป็นรูปธรรมมากที่สุด คือ



4.2.1) ครอบครัว (Family) ครอบครัวถือว่าเป็นรากฐานที่สำคัญของการพัฒนาคนและสังคมโดยทำหน้าที่หล่อหลอม และขัดเกลาความเป็นมนุษย์ให้แก่สมาชิกในครอบครัวด้วยการอบรม เลี้ยงดู พร้อมทั้งปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และถ่ายทอดวัฒนธรรมของสังคมให้แก่สมาชิกในครอบครัว เพื่อให้สมาชิกของครอบครัวมีพัฒนาการตามวัย และเติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ รู้จักหน้าที่ ความรับผิดชอบ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคม สิ่งเหล่านี้ถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ ตรงกันข้ามถ้าหากครอบครัวขาดความอบอุ่น ขาดความสุข จะทำให้เกิดปัญหาสำหรับเด็ก และเยาวชนมากขึ้น การส่งเสริมให้ครอบครัวมีความเข้มแข็งจึงเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง

4.2.2) นโยบายภาครัฐ (Public policy) นโยบายภาครัฐมีความสำคัญต่อสังคมและประเทศชาติเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเป็นนโยบายที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชนทั้งประเทศ โดยรัฐบาลต้องออกนโยบาย และนำไปปฏิบัติเพื่อช่วยแก้ไขพัฒนาคุณภาพชีวิต หรือทำให้ประชาชนมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดียิ่งขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชน

4.2.3) ภาคนีเครือข่าย (Network) คือ ความประสานสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ในหลาย ๆ ภาคว่า เพื่อให้ตอบสนองความต้องการตามวัตถุประสงค์ เช่น ผู้นำชุมชน กลุ่มบุคคล องค์กร มูลนิธิ บริษัท ห้างร้าน เป็นต้น ที่มีเป้าหมายร่วมกันและมีนโยบายเพื่อต้องการช่วยเหลือสนับสนุนส่งเสริมพัฒนา และรับผิดชอบต่อสังคมเพื่อให้สังคมมีความเป็นอยู่ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น เช่น ผู้นำชุมชน มีบทบาทหน้าที่ในการนำพาชุมชนของตนเองสู่การพัฒนา และการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี เป็นผู้ที่มีความสำคัญต่อการบริหารจัดการและกำหนดทิศทางการพัฒนาชุมชนให้อยู่ดีมีสุข จะเห็นได้ว่าชุมชนที่ประสบความสำเร็จในการพัฒนาไม่ว่าจะมิติใด ๆ ก็ตาม ล้วนแล้วแต่มีผู้นำเป็นปัจจัยความสำเร็จทั้งสิ้น และกลุ่มบุคคล องค์กร มูลนิธิ บริษัท ห้างร้าน ก็มีช่วยเหลือนสังคมในด้านเงินทุนโดยเฉพาะในด้านการศึกษา การประกอบอาชีพ และชีวิตความเป็นอยู่ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่ส่งผลต่อการแสวงหาโอกาสเพื่อให้นักที่ขาดโอกาสได้เข้าถึงและได้รับโอกาส ได้รับการศึกษาและนำไปสู่การมีงานทำ มีรายได้ สุดท้ายก็สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองให้มีความเป็นอยู่ที่ดี และนำไปสู่การประสบความสำเร็จในชีวิตต่อไปในอนาคต

4.4.4) การสร้างพลัง (Empowerment) เป็นกระบวนการที่ส่งเสริมให้บุคคล องค์กร และชุมชน มีความเป็นตัวของตัวเอง สามารถควบคุมตนเอง มีความสามารถในการเลือก และกำหนดอนาคตของตนเอง ชุมชน และสังคมได้ การสร้างพลังจึงเป็นกระบวนการ ที่บุคคลสามารถกระทำร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในแนวทางที่พึงปรารถนาได้ และสามารถช่วยสนับสนุนและส่งเสริมให้บุคคลมีความคิดริเริ่มด้วยตนเอง สามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง มีความสามารถตัดสินใจเพื่อแก้ไขปัญหาและปรับปรุง รวมถึงการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างพลังทำให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลดังกล่าวสามารถมีอำนาจที่เพิ่มมากขึ้น ทั้งในด้านการเจรจาต่อรอง การตัดสินใจ และความสามารถในการกำหนดเส้นทางหรือวิถีชีวิตของตนเอง ซึ่งเหมาะกับประชาชนหรือกลุ่มทางสังคมที่ไม่ได้รับสิทธิ เสรีภาพจากรัฐ หรือ



เป็นกลุ่มที่ถูกกดขี่ขูดรีดจากระบบเศรษฐกิจ และเกิดการเปลี่ยนแปลงสำคัญ ไม่ว่าจะมาจากวิกฤติเศรษฐกิจ การเปลี่ยนแปลงกฎหมาย หรือการรวมตัวเคลื่อนไหวทางสังคม ทำให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลดังกล่าวมีอำนาจ มากยิ่งขึ้น หรือเป็นสาเหตุให้เกิดการเพิ่มอำนาจในการต่อสู้ต่อรองให้กลุ่มที่เคยไม่มีอำนาจดังกล่าว

5. บทสรุป

คุณภาพชีวิต คือ ชีวิตที่มีคุณภาพในด้านสุขภาพของร่างกายและอารมณ์ สังคม เศรษฐกิจ การศึกษา การเมือง และศาสนา สิ่งเหล่านี้ถือว่าเป็นค่าเทียบเคียงเท่านั้น เพราะด้วยความสัจจริงแล้วคุณภาพ ชีวิตไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวแน่นอน กล่าวคือ ทุกคนหรือทุกประเทศอาจจะกำหนดมาตรฐานต่างกันออกไปตาม ความต้องการ ตามความเหมาะสม และความต้องการของแต่ละพื้นที่ รวมไปถึงคุณภาพชีวิตนี้ย่อมจะ เปลี่ยนแปลงไปได้ตามกาลเวลา และกาลเทศะอีกด้วย ในบางสังคมมองว่าคุณภาพชีวิต คือ ชีวิตของบุคคล ที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสมต้องไม่เป็นภาระ และไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคม เป็น ชีวิตที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ และสามารถดำรงชีวิตที่ขอบธรรมโดยสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม และ ค่านิยมของสังคมตลอดจนแสวงหาสิ่งที่ตนปรารถนาให้ได้มาอย่างถูกต้องภายใต้เครื่องมือ และทรัพยากรที่มีอยู่ โดยคุณภาพชีวิตของประชาชนตามแนวคิดหรือคตินขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ประกอบไปด้วย อาหาร / โภชนาการ สุขภาพอนามัย การศึกษา สภาวะแวดล้อม ทรัพยากร รายได้ การมีงาน ทำ ที่อยู่อาศัย การตั้งถิ่นฐาน และค่านิยมศาสนาจริยธรรม โดยแต่ละเรื่องจะมีความสัมพันธ์กับการ เปลี่ยนแปลงประชากร และผลกระทบที่มีต่อคุณภาพชีวิตประชากรทั้งระดับจุลภาค และมหภาค

คุณภาพชีวิตตามคตินขององค์การอนามัยโลกดังกล่าวนี้ จึงเป็นปรัชญาพื้นฐานในการพัฒนา คุณภาพชีวิต และการกำหนดความหมายของคุณภาพชีวิต นอกจากนี้ แนวคิดปรัชญาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตตาม คำสอนในพระพุทธศาสนายังกล่าวถึงคุณภาพชีวิตที่ดี คือ ชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งกายภาพ คือ การมีร่างกาย ที่แข็งแรงปราศจากโรคภัย และมีจิตใจที่เป็นสุข คือ มีสภาวะทางอารมณ์ที่ดี รวมไปถึงความรักความ ปรารถนาดีต่อตนเองและผู้อื่น โดยพุทธศาสนิกชนเห็นว่า ทุกคนมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน สังคม ประกอบด้วยหน่วย

เล็ก ๆ มารวมกัน หรือสภาวะที่ปัจเจกบุคคลทั้งหลายได้รับอิทธิพลมาจากสังคม สังคมจะมีความสุขเมื่อปัจเจก

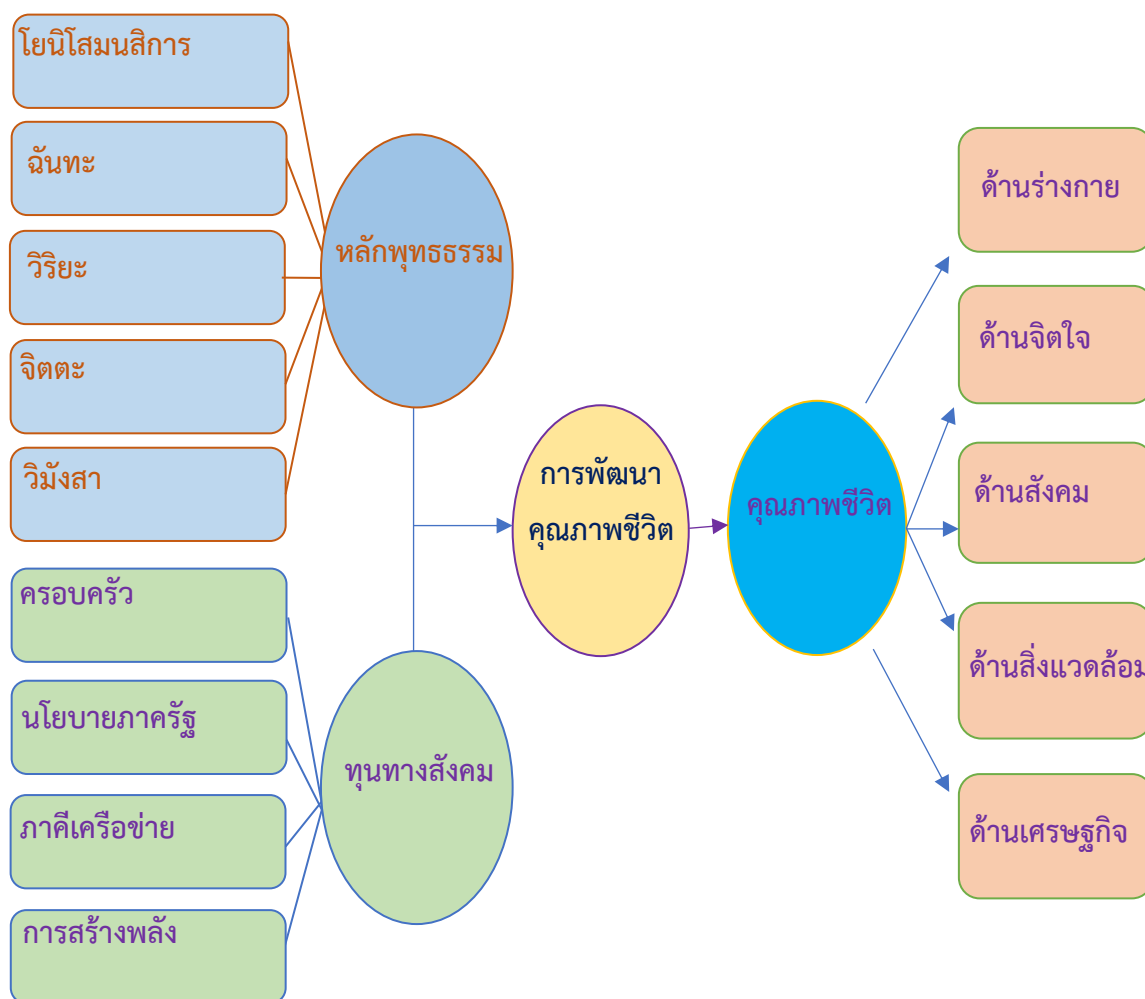
บุคคลมีความสุขเอื้อเฟื้ออารีต่อกัน หากปัจเจกบุคคล มีความเห็นแก่ตัว สังคมก็จะไม่มีความสุข ดังนั้น คุณภาพชีวิตที่ดีของบุคคลจะต้องสอดคล้องกับสังคมที่ดีด้วย ต้องทำให้ตัวเองดีโดยการพัฒนาตนเองให้ เป็นคนที่มีคุณภาพ รักตัวเองรักผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อสังคม เมื่อตัวเรามีคุณภาพชีวิตที่ดีแล้วต่อไปจึง ช่วยเหลือเกื้อกูลคนอื่นในสังคมจึงส่งผลให้ระบบของสังคมดีไปด้วยการที่คนเราต้องดำรงชีวิตให้มีการอยู่ดีกินดี ได้นั้น ต้องขึ้นอยู่กับองค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสนับสนุนหลาย ๆ ด้าน ซึ่งปัจจัยต่าง ๆ เหล่านั้นต้องประกอบกัน อย่างกลมกลืนให้เหมาะสมกับแต่ละบุคคล สถานที่ เวลา และความเปลี่ยนแปลงของสังคม ดังนั้น จะเห็นได้ว่า



คุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคลแต่ละสังคม ย่อมแตกต่างกันไป ซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านได้พยายามศึกษาค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งบทความนี้ผู้เขียนจึงได้เสนอแนวคิดการ



พัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรม และทุนทางสังคมอย่างที่ได้กล่าวไว้แล้วนั้น สรุปได้ ดังภาพที่ 3



ภาพที่ 3 ปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

บรรณานุกรม

- กนกวรรณ มะโนรมย์. (2555). หลังการพัฒนาสู่การเคลื่อนไหวทางสังคมผ่านพื้นที่ความรู้การจัดการทรัพยากร
ในภูมิภาคแม่โขง. วารสารสังคมลุ่มน้ำโขง, 8 (3) 69 - 102.
- กฤษ เพิ่มทันจิตต์. (2536). ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับขบวนการเกิดเป็นเมือง. กรุงเทพมหานคร :
ครีเอทีฟ พับลิชชิ่ง จำกัด.
- ขวัญใจ ทองศร. (2564). คุณภาพชีวิตที่ดีตามแนวพุทธจิตวิทยา. Journal of MCU Humanities Review,
Vol.7 No.2 (July – December



- ชัยนาท จิตต์วัฒน์. (2539). การบริหารจัดการโครงการเมืองน่าอยู่. กรุงเทพมหานคร: สำนักอนามัย
สิ่งแวดล้อม.
- ณัฐพล ชันธไชย. (2527). แนวความคิดและทฤษฎีในการพัฒนาประเทศและการพัฒนาชนบทในการ
บริหารงานพัฒนาชุมชน. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- นิพนธ์ คันทะเสวี. (2536). คุณภาพชีวิต. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงศึกษาธิการ.
- นิศารัตน์ ศิลปเดช. (2540). ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร:
พิศิษฐ์การพิมพ์.
- บงกษมาศ เอกเอี่ยม. “แนวคิดหลังการพัฒนา: เส้นทางพัฒนาในยุคหลังการพัฒนา”. วารสารวิชาการ
วิทยาลัยบริหารศาสตร. ปีที่ 4 ฉบับที่ 1 (มกราคม – มีนาคม 2564)
- ปกรณ ปริญญา. (2538). ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาในการบริหารการ. กรุงเทพมหานคร:
สามเจริญพานิช.
- ปรีชา คุวินทร์พันธุ์. (2545). สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- ปรีชา เปี่ยมพงศ์สานต์. (2540). เศรษฐศาสตร์สีเขียวเพื่อชีวิตและธรรมชาติสิ่งแวดล้อมและการพัฒนา.
กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2548). คำวัด. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ลักษณ์ช่อระกา.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2549). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพมหานคร:
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระราชวรมนี (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2530). ทางสายกลางของการศึกษาไทย (พิมพ์ครั้งที่ 2).
กรุงเทพมหานคร: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- พุทธทาสภิกขุ. (2537). การงานที่เป็นสุข. กรุงเทพมหานคร:ธรรมสภา.
- ยุวัฒน์ วุฒิเมธี. (2534). การพัฒนาชุมชน: จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร: บากกอกบล้อก.
- ราชบัณฑิตยสถาน (2554) เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเนื่องในโอกาสพระราชพิธีมห
มงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 7 รอบ 5 ธันวาคม 2554 / ราชบัณฑิตยสถาน
- สนธยา พลศรี. (2547). ทฤษฎีและหลักการพัฒนาชุมชน (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- สามชาย ศรีสันต์. การศึกษาการพัฒนาในฐานะที่เป็นวาทกรรม. แหล่งที่มา <http://www.Academia.edu/8914584/> สืบค้นเมื่อ 18 กรกฎาคม 2565.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2559). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม
แห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560 - 2564. สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำราญ จุช่วย. (2554). การพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยราชพฤกษ์.

