

การเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรม 7 สำหรับกลุ่มเด็กแว้น ในจังหวัดขอนแก่น*

Strengthening Health According to Sappurisadhamma 7 for Vanz boys in Khon Kaen Province

พระมหาวิรุธ วิโรจโน (Ninpetch), สุทธินันท์ พรหมพันธุ์ใจ, ชนาธิป ศรีโก และจักรี ศรีจารุเมธีญาณ
Phramaha Wiruth Wirojano (Ninpetch), Suttinan Phompanjai, Chanathip Sritho
and Chakkaree Srijarumeteeyan
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตอีสาน
Mahamakut Buddhist University, Isan Campus, Thailand
Corresponding Author, E-mail: wiruth2009@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา สํารวจ และรูปแบบการใช้หลักสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพของเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น รูปแบบการวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานวิธีทั้งวิธีเชิงปริมาณ และเชิงคุณภาพ ประกอบด้วย 2 ขั้นตอน คือขั้นตอนที่ 1 วิธีวิจัยเชิงปริมาณ ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในชุมชนตามกลุ่มตัวอย่างในจังหวัดขอนแก่น จำนวน 100 คน โดยการสุ่มตัวอย่างมีระบบ เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม มีค่าเชื่อมั่นเท่ากับ .88 ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา จำนวน 100 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 ขั้นตอนที่ 2 การวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่ม เพื่อหาข้อเสนอนะกับกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในชุมชนต่างๆ ในเขตจังหวัดขอนแก่น จำนวน 20 คน โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง รวบรวมข้อมูลที่ได้และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างโดยภาพรวมมีการใช้หลักสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพสำหรับเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น อยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นเพราะปัจจุบันเริ่มมีการให้ความรู้เรื่องประโยชน์ของการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างสุขภาพประชาชนให้มีร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคมที่เข้มแข็งขึ้นด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ส่วนผลการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างพบว่า รูปแบบในการเสริมสร้างสุขภาพนั้นคนในชุมชนส่วนใหญ่จะยึดหลักความเป็นผู้รู้จักชุมชน (ปริสัญญุตตา) และหลักความ

*ได้รับบทความ: 10 สิงหาคม 2563; แก้ไขบทความ: 18 มีนาคม 2564; ตอรับตีพิมพ์: 31 มีนาคม 2564

Received: August 10, 2020; Revised: March 18, 2021; Accepted: March 31, 2021



เป็นผู้รู้จักบุคคล (บุคคลปริปัญญา) เป็นสำคัญในการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน อีกทั้งยังต้องอาศัยรูปแบบส่วนตนที่คนในชุมชนต้องจัดการตนเอง (อัตตัญญา) รวมถึงการเป็นผู้รู้จักแบ่งเวลาให้เป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตของตนเอง (กาลัญญา) เพื่อพัฒนาตนเองให้มีสุขภาพกายและจิตให้พร้อมต่อการสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามแก่สังคมสืบไป

คำสำคัญ: การเสริมสร้างสุขภาพ; สัปปุริสธรรม 7; เด็กแว้น

Abstract

The objective of this research was to study and explore the use of Sappurisadhamma 7 principles for strengthening health of Vanz boys in Khon Kaen Province. This research model used mixed-method research, both quantitative method and the qualitative method, consisted of 2 steps: Step 1 was the quantitative research method. The sample group used in this step was a group of vanz boys living in various communities of Khon Kaen Province, totaling samples of 100 people by using a systematic random sampling. The questionnaire, there was a confidence value (r) = .88 and was returned 100 questionnaires, equivalent to 100.00 percent. Step 2 was the qualitative research method, using interview and focus group to find suggestions from 20 people living in Khon Kaen Province with ready-made computer programs and analyzing qualitative data with content analysis.

The research results were found that: The overall sample group used Sappurisadhamma 7 principles for strengthening health of vanz boys in Khon Kaen Province is moderate. It may be because that at present the knowledge of the benefits of exercise has been started to enhance people's health to have a stronger body, mind, intelligence and society through Buddhist principles. The results of the sample seminar were found that the most people in the community are based on the principle of being known to the community (Parisanyuta) and the principle of knowing people (Pukklapro-pranyuta) in the health promotion model which is important for helping each other. It also was relied on the personal style that people in the community have to manage themselves (Attanyuta), including being a well-informed person in promoting one's mental health (Kalanyuta) to develop oneself to have physical and mental health to be ready for the creation of good things for society.

Keywords: Strengthening health; Sappurisadhamma 7; Vanz boys



1. บทนำ

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชบรมนาถบพิตร รัชกาลที่ 9 ได้มีพระบรมราชโองการเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนในคราวพิธีพระราชทานปริญญาบัตร มหาวิทยาลัยมหิดล ณ อาคารใหม่สวนอัมพรไว้ว่า “การรักษาความสมบูรณ์แข็งแรง เป็นปัจจัยของเศรษฐกิจที่ดีและสังคมที่มั่นคง เพราะร่างกายที่แข็งแรงจะอำนวยผลให้สุขภาพจิตใจสมบูรณ์ และเมื่อมีสุขภาพสมบูรณ์ดีพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจแล้ว ย่อมมีกำลังทำประโยชน์ สร้างสรรค์เศรษฐกิจและสังคมของบ้านเมืองได้เต็มที่” พระบรมราชโองการนั้นแสดงถึงความห่วงใยสุขภาพของประชาชนในฐานะพสกนิกรของพระองค์อย่างยิ่ง สิ่งเหล่านี้เป็นสุขภาวะที่ส่งผลต่อการสร้างสรรค์เศรษฐกิจและสังคมของบ้านเมืองมาโดยลำดับ ภายใต้สุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง ดีพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจทั้งนี้สอดคล้อง กับยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (2561-2580) ที่ 4.4 ครอบคลุมถึงยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม อันมีเป้าหมายในการพัฒนาที่มุ่งให้ความสำคัญกับการดึงเอาพลังของภาคส่วนต่างๆ ทั้งภาคเอกชน ประชาสังคม ชุมชนท้องถิ่น มาร่วมกันขับเคลื่อน ทั้งนี้เพราะกระแสโลกาภิวัตน์มีส่วนสำคัญในการลดทอนความเป็นมนุษย์แม้ว่าในอีกด้านหนึ่งกระแสโลกาภิวัตน์จะเรียกร้องให้สนใจในสิทธิมนุษยชนก็ตาม (สุริชัย หวันแก้ว, 2546)

เนื่องจากจังหวัดขอนแก่น เป็นจังหวัดที่มีขนาดใหญ่เป็นอันดับที่ 6 ของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และมีประชากรมากเป็นอันดับ 3 ของ

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เป็นจังหวัดศูนย์ปฏิบัติการของกลุ่มจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนกลาง มีประชากร ณ ปีพ.ศ. 2557 ทั้งสิ้น 1,790,055 คน นับเป็น 576,964 ครัวเรือน นับเป็นประชากรที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมือง 141,404 คน ทำให้มีประชากรมากขึ้น จึงทำให้เกิดปัญหาสังคม ซึ่งเชื่อว่ามีผลพวงจากกลุ่มเด็กแว้น โดยเฉพาะปัญหาที่ถูกกล่าวหาว่าเป็นกลุ่มคนที่สร้างความเดือดร้อนรำคาญแก่ชุมชนที่อาศัยอยู่บริเวณริมถนนสายหลักๆ ที่มักจะมีกลุ่มเด็กแว้นจับกลุ่มกันแข่งรถจักรยานยนต์ในเวลาวิกาลและกลุ่มเด็กแว้นเหล่านั้นต่างก็อยู่กันเป็นสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความเสี่ยงทั้งปัญหาทางสังคม ปัญหาอาชญากรรม และปัญหายาเสพติด สร้างความหนักใจให้หน่วยงานทางปกครองและพัฒนาชุมชนในการพัฒนาเชิงคุณภาพชีวิต ก่อให้เกิดความไม่เท่าเทียมกันเชิงอำนาจระหว่างรัฐกับประชาชน ผู้ด้อยฐานะทางเศรษฐกิจทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำมากขึ้น (พัชรินทร์ ศิริวิสุทธิรัตน์, 2552)

จากสภาพปัญหาความรุนแรงของปัญหาและสาเหตุต่างๆ รวมทั้งผลกระทบดังกล่าวมาข้างต้น ทั้งที่เกิดขึ้นมาแล้วในอดีต และปัจจุบันยังปรากฏอยู่ และคาดว่าในอนาคตจะยังมีปัญหามากยิ่งขึ้น จึงถือว่าเป็นปัญหาที่ควรทำวิจัยอย่างเร่งด่วน และงานวิจัยด้านนี้ยังมีจำนวนน้อย เมื่อเทียบกับงานวิจัยด้านอื่น คณะผู้วิจัยจึงได้ประชุมปรึกษากัน มีมติที่จะทำวิจัยเรื่องนี้ โดยนำหลักสัปปุริสธรรมมาแก้ปัญหาลักษณะต่างๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหาเด็กแว้น เพื่อจะได้นำผลการวิจัยมาแก้ปัญหากลุ่มเด็กแว้นในการเสริมสร้างสุขภาพ



ของประชาชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ให้ดียิ่งขึ้นได้

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาและสำรวจการใช้หลักสัปปุริสธรรมในการเสริมสร้างสุขภาพของกลุ่มเด็กแว้น
2. เพื่อศึกษาการใช้รูปแบบตามหลักสัปปุริสธรรมในการเสริมสร้างสุขภาพของกลุ่มเด็กแว้น

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mix Methods Research) โดยเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการทดลอง (Experiment Research) มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรมสำหรับกลุ่มเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น เพื่อศึกษาและสำรวจการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรมสำหรับกลุ่มเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น เพื่อวิเคราะห์การเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรมสำหรับกลุ่มเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น รวมทั้งเพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรมสำหรับกลุ่มเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น โดยมีขั้นตอนและวิธีดำเนินการวิจัย เพื่อตอบวัตถุประสงค์ให้ครบถ้วนตามที่กำหนดไว้ ดังนี้

1. การวิจัยเชิงปริมาณ ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ กลุ่มเด็กแว้น จำนวน 134 คน กำหนดเป็นกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรทาโร ยามาเน่

(Taro Yamane) และเลือกการสุ่มอย่างมีระบบ (Systematic Random Sampling) ได้จำนวน 100 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถามการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรมสำหรับกลุ่มเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น จำนวน 100 ชุด การตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้ 1) นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้น เสนอผู้เชี่ยวชาญ เพื่อพิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ความเหมาะสมของการใช้ภาษาและข้อเสนอแนะอื่นๆ 2) ปรับปรุงแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญโครงการวิจัยและนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วส่งให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ซึ่งมีคุณสมบัติเป็นนักวิชาการด้านการวิจัย จำนวน 2 คน นักวิชาการทางด้านศาสนา จำนวน 2 คน นักวิชาการทางด้านพัฒนาชุมชน จำนวน 1 คน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา(Content Validity) โดยให้พิจารณาข้อความที่ปรับตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญในครั้งแรกเพื่อปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้องสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ก่อนนำไปเก็บข้อมูลตามกลุ่มตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูลจะใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้ 1) หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความต้องการในการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรมสำหรับกลุ่มเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น จำแนกเป็นรายข้อ รายด้าน และรวมทุกด้าน 2) จัดลำดับในการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรมสำหรับกลุ่มเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น โดยใช้การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย



ที่มีค่าสูงสุด เป็นเกณฑ์การพิจารณาในการเสริมสร้างสุขภาพ

2. การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) โดยใช้คำถามเปิด (Open ended Questionnaire) เพื่อให้ชุมชนตามกลุ่มตัวอย่างได้ตอบข้อมูลเชิงลึกตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่กำหนดไว้ แล้วนำข้อมูลเชิงคุณภาพมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) เพื่อตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่ตั้งไว้ โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการดังนี้ 1) ศึกษาเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสัมภาษณ์ 2) กำหนดขอบข่ายของข้อมูลที่ต้องการให้ครอบคลุมรอบการศึกษาค้นคว้า 3) นำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างเสร็จแล้วนำเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญเพื่อพิจารณาความถูกต้องและให้คำแนะนำเพื่อแก้ไขปรับปรุงแบบสัมภาษณ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น 4) นำแบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน เพื่อพิจารณาประเด็นที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย รวมถึงความถูกต้องเหมาะสม และปรับปรุงแก้ไขทางด้านภาษาตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และ 5) นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องและแก้ไขปรับปรุงเรียบร้อยแล้วไปเก็บข้อมูลกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัยต่อไปวิเคราะห์ข้อมูลโดยการตีความสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Analytic induction) เป็นการนำข้อมูลที่ได้จากเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นมาวิเคราะห์เพื่อหาบทสรุปร่วมกันของเรื่องนั้น

4. สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรม 7 สำหรับกลุ่มเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่นครั้งนี้ คณะผู้วิจัยสามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ได้ดังนี้

ด้านอัมมัญญาตา ความเป็นผู้รู้จักเหตุ ได้แก่ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักเหตุในการส่งเสริมสุขภาพทางกาย จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 93.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักเหตุในการส่งเสริมสุขภาพทางจิต จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 71.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักเหตุในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 92.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักเหตุ ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 94.00

ด้านอัทธัญญาตา ความเป็นผู้รู้จักผล ได้แก่ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักผลในการส่งเสริมสุขภาพทางกาย จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 97.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักผลในการส่งเสริมสุขภาพทางจิต จำนวน 85 คน คิดเป็น ร้อยละ 85.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักผล ในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 92.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักผล ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 74.00

ด้านอัตตัญญาตา ความเป็นผู้รู้จักตน ได้แก่ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักตน ในการส่งเสริมสุขภาพทางกาย จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 93.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักตนในการส่งเสริม



สุขภาพทางจิต จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 57.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักตน ในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 76.00 ท่านเคยใช้หลักการคบคนดีเป็นมิตร ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 56.0

ด้านมัตตัญญูตา ความเป็นผู้รู้จักประมาณ ได้แก่ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้ประมาณ ในการส่งเสริมสุขภาพทางกาย จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 83.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักประมาณ ในการส่งเสริมสุขภาพทางจิต จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 86.00 ท่านเคยใช้ความเป็นผู้รู้จักประมาณ ในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา จำนวน 67 คน คิดเป็นร้อยละ 67.00 ท่านเคยใช้ความเป็นผู้รู้จักประมาณ ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 66.00

ด้านกาลัญญูตา ความเป็นผู้รู้จักกาล ได้แก่ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักกาล ในการส่งเสริมสุขภาพทางกาย จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 83.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักกาล ในการส่งเสริมสุขภาพทางจิต จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 58.00 ท่านเคยใช้ความเป็นผู้รู้จักกาลในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 78.00 ท่านเคยใช้สมชีวิตาหลักความเป็นอยู่เหมาะสม ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 68.00

ด้านปรีสัญญูตา ความเป็นผู้รู้จักชุมชน ได้แก่ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพทางกาย จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 98.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จัก

ชุมชน ในการส่งเสริมสุขภาพทางจิตจำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 56.00 ท่านเคยใช้ความเป็นผู้รู้จักชุมชน ในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 77.00 ท่านเคยใช้สมชีวิตาหลักความเป็นอยู่เหมาะสม ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 82.00

ด้านบุคคลปโรปรัญญูตา ความเป็นผู้รู้จักบุคคล ได้แก่ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักบุคคล ในการส่งเสริมสุขภาพทางกาย จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 93.00 ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักกาล ในการส่งเสริมสุขภาพทางจิต จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 56.00 ท่านเคยใช้ความเป็นผู้รู้จักกาล ในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00 ท่านเคยใช้สมชีวิตาหลักความเป็นอยู่เหมาะสม ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 80.00

ส่วนกลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นการใช้รูปแบบสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพสำหรับเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น ในภาพรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 317$, S.D. = 1.16) เมื่อพิจารณาทางด้านพบว่า อยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน (2.51-3.50) โดยเป็นรายด้านได้ดังนี้

การเสริมสร้างสุขภาพทางกายอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.16$, S.D. = 0.97) เมื่อพิจารณา รายข้อลำดับสูงที่สุด คือ ท่านทำกิจกรรมเพื่อยืดเส้นยืดสาย เช่น แกว่งแขน ยืดขา ($\bar{x} = 3.96$, S.D. = 1.14) รองลงมาที่ท่านสามารถทำงานที่ต้องใช้กำลังมากหรือออกกำลังกายอย่างหนัก



โดยไม่เหน็ดเหนื่อย 1.03 ($\bar{x} = 3.450$, S.D. = 1.03) ส่วนข้อที่ต่ำที่สุด คือ ท่านคิดว่าการทำงานด้วยความอดทน จะทำให้ร่างกายแข็งแรง ($\bar{x} = 2.62$, S.D. = 1.64)

การเสริมสร้างสุขภาพทางจิตอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.32$, S.D. = 1.25) เมื่อพิจารณารายชื่อลำดับสูงที่สุด คือ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักตน ในการส่งเสริมสุขภาพทางจิต ($\bar{x} = 3.32$, S.D. = 1.25) รองลงมาเป็นท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักกาล ในการส่งเสริมสุขภาพทางจิต ($\bar{x} = 3.26$, S.D. = 0.87) ส่วนข้อที่ต่ำที่สุด คือ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักตน ในการส่งเสริมสุขภาพทางจิต ($\bar{x} = 2.55$, S.D. = 1.04)

การเสริมสร้างสุขภาพทางปัญญาอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.68$, S.D. = 1.07) เมื่อพิจารณารายชื่อลำดับสูงที่สุด คือ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักชุมชน ในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา ($\bar{x} = 3.68$, S.D. = 0.63) รองลงมาเป็นท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักเหตุ ในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา ($\bar{x} = 3.66$, S.D. = 0.91) ส่วนข้อที่ต่ำที่สุด คือ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักประมาณ ในการส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา ($\bar{x} = 2.98$, S.D. = 1.00)

การเสริมสร้างสุขภาพทางสังคมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.73$, S.D. = 1.06) เมื่อพิจารณารายชื่อลำดับสูงที่สุด คือ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักผล ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม ($\bar{x} = 3.73$, S.D. = 1.06) รองลงมาเป็นท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักกาล ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม ($\bar{x} = 3.63$, S.D. = 1.06) ส่วนข้อที่ต่ำที่สุด

คือ ท่านเคยใช้หลักความเป็นผู้รู้จักบุคคล ในการส่งเสริมสุขภาพทางสังคม ($\bar{x} = 3.06$, S.D. = 0.70)

ส่วนกลุ่มตัวอย่างการพัฒนารูปแบบที่มีคุณลักษณะตามหลักสัปปริสธรรม 7 ในเสริมสร้างสุขภาพของเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น สรุปได้ดังนี้ ด้านหลักการและเหตุผลจำนวน 94 คน ร้อยละ 94.00 วัตถุประสงค์ จำนวน 92 คน ร้อยละ 92.00 คุณสมบัติของผู้ใช้รูปแบบ จำนวน 87 คน ร้อยละ 87.00 หลักความเป็นผู้รู้จักเหตุ หลักความเป็นผู้รู้จักผล จำนวน 96 คน ร้อยละ 96.00 หลักความเป็นผู้รู้จักตน หลักความเป็นผู้รู้จักประมาณ จำนวน 93 คน ร้อยละ 93.00 หลักความเป็นผู้รู้จักกาล จำนวน 95 คน ร้อยละ 95.00 หลักความเป็นผู้รู้จักชุมชน หลักความเป็นผู้รู้จักบุคคล จำนวน 91 คน ร้อยละ 91.00 การจัดกิจกรรม จำนวน 80 คน ร้อยละ 80.00 มีการแบ่งกลุ่ม จำนวน 79 คน ร้อยละ 79.00 มีการจัดสัมมนา จำนวน 73 คน ร้อยละ 73.00 มีการบรรยาย จำนวน 85 คน ร้อยละ 85.00 มีการใช้อุปกรณ์ที่ทันสมัย จำนวน 90 คน ร้อยละ 90.00 มีการประเมินผล จำนวน 89 คน ร้อยละ 89.00 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนมากมีความคิดเห็นต่อการพัฒนารูปแบบที่มีคุณลักษณะตามหลักสัปปริสธรรม 7 ในเสริมสร้างสุขภาพของเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่นไปในทิศทางเดียวกัน

ส่วนกลุ่มตัวอย่างด้านการจัดทำคู่มือการใช้รูปแบบที่มีคุณลักษณะตามหลักสัปปริสธรรม 7 ในเสริมสร้างสุขภาพของเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น จากกลุ่มที่สัมภาษณ์คนในชุมชนเกี่ยวกับคู่มือการใช้รูปแบบหลักสัปปริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพว่าควรมีอะไร กลุ่ม



ตัวอย่างคนในชุมชนได้ให้ข้อมูลไว้ว่า

“...การจัดทำคู่มือควรเป็นข้อที่เข้าใจและปฏิบัติได้จริง แต่สิ่งที่อยากให้ มี คือวิธีการที่จะทำให้อายุยืนรู้จักแยกแยะว่าอะไรดี อะไรไม่ดี สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ เป็นคนมีเหตุผล รู้จักเวลา เล่น เวลาเรียน มีความอ่อนน้อมถ่อมตน มีจิตสาธารณะ เข้าวัดฟังธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจ เมื่อเป็นผู้ใหญ่จะได้พัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้า...”

สรุปได้ว่าจากการให้ข้อมูลของคนในชุมชน ชุมชนต้องการให้มีเนื้อหาสาระในคู่มือการใช้รูปแบบหลักสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพ ดังนี้ 1) วิธีการปฏิบัติคนให้เป็นคนดี มีคุณธรรม 2) การสร้างภูมิคุ้มกันให้อายุยืนโดยใช้ธรรมะกล่อมเกลาคิดใจ 3) วิธีการแบ่งเวลาให้เกิดประโยชน์ 4) วิธีการทำกิจกรรมที่เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวม 5) วิธีการพัฒนาตนให้มีอนาคตที่ดี ทั้ง 5 วิธีนี้เป็นเสนอแนะของคนในชุมชนในการสร้างคู่มือการใช้รูปแบบหลักสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพ

5. อภิปรายผลการวิจัย

1. จากสภาพการณ์ของระดับพฤติกรรม การเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรม 7 สำหรับกลุ่มเด็กแวน ในจังหวัดขอนแก่น พบว่าการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรม 7 สำหรับกลุ่มเด็กแวน ในจังหวัดขอนแก่น มีการเสริมสร้างอย่างต่อเนื่อง เพราะเห็นว่าการปฏิบัติตนตามหลักสัปปุริสธรรม 7 นั้นสามารถประยุกต์ใช้และบูรณาการในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพการศึกษาให้เกิดความยั่งยืนและส่งผลให้บุคคล

หรือชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งสุขภาพกายและใจ สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขทั้งในครอบครัวและชุมชน สอดคล้องกับงานวิจัยของ นฤมล ราชบุรี (2557) ที่พบว่า เราสามารถนำหลักสัปปุริสธรรม 7 มาประยุกต์ใช้และบูรณาการในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพการศึกษาให้เกิดความยั่งยืนและส่งผลให้ประชากรมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งกายและใจ สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขและสร้างความเจริญก้าวหน้าให้สังคม และประเทศชาติได้

2. ด้านการใช้รูปแบบหลักสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพสำหรับเด็กแวนในจังหวัดขอนแก่น ในภาพรวมทั้ง 4 ด้าน คือ 1) การเสริมสร้างสุขภาพทางกาย 2) การเสริมสร้างสุขภาพทางจิต 3) การเสริมสร้างสุขภาพทางปัญญา 4) การเสริมสร้างสุขภาพทางสังคม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 317$, S.D. = 1.16) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า อยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ดังนั้นการเสริมสร้างสุขภาพตามหลักสัปปุริสธรรม 7 ตามกลุ่มตัวอย่างทั้ง 4 ด้าน ถึงแม้จะอยู่ในระดับปานกลางแต่สามารถแสดงให้เห็นว่ามีการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง อาจเป็นเพราะปัจจุบันมีการให้ความรู้เรื่องประโยชน์ของการออกกำลังกายทั่วถึง และเพื่อเป็นการส่งเสริมการเสริมสร้างสุขภาพให้ประชาชนได้มีร่างกายจิตใจ สติปัญญา และสังคมให้ดียิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานเขียนของชาญณรงค์ พุโศภสูง (2560) ที่กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายว่า สามารถส่งผลด้านร่างกาย การออกกำลังกายจะทำให้หัวใจและระบบต่างๆ ของร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น ส่งผลด้าน



จิตใจ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ จะผลทำให้เป็นคนที่มีความคล่องตัว มีบุคลิกที่มั่นคงสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีสามารถปรับตัวเมื่อได้รับความเครียดได้ดี มีความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ที่ในระดับดี การออกกำลังกายช่วยให้อารมณ์ดี เนื่องจากกิจกรรมทางร่างกายจะช่วยกระตุ้นสารเคมีในสมอง ซึ่งช่วยให้รู้สึกมีความสุขมากขึ้นและผ่อนคลายมากขึ้นด้วย ส่งผลด้านสติปัญญา นอกจากการออกกำลังกายมีผลต่อด้านจิตใจแล้ว ผู้ที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะมีความสามารถในการแก้ปัญหา มีความสามารถในการคิดอย่างสร้างสรรค์ มีความสามารถในการเรียนรู้ มีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับเหตุการณ์ต่างๆ ได้ดี และส่งผลด้านสังคม การออกกำลังกายจะช่วยเพิ่มความมีวุฒิภาวะทางสังคม มีความฉลาดทางสังคม เนื่องจากการออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้คนมีปฏิสัมพันธ์มากขึ้น จนนำไปสู่การพัฒนาทักษะทางสังคมที่ดี

3. ด้านรูปแบบการพัฒนาสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพนั้น จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างพบว่า สามารถแยกออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นรูปแบบส่วนรวมที่คนในชุมชนยึดเป็นหลัก คือ ความเป็นผู้รู้จักชุมชน และความเป็นผู้รู้จักบุคคลเป็นสิ่งสำคัญในการอยู่ร่วมกัน จะได้ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ส่วนที่ 2 เป็นรูปแบบส่วนตนที่คนในชุมชนต้องจัดการตนเอง คือ การเป็นผู้รู้จักกาลเพื่อการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตของตนเอง ซึ่งจะทำให้บุคคลรู้จักแบ่งเวลาให้เป็นประโยชน์เพื่อพัฒนาตนให้มีสุขภาพกายและจิตพร้อมที่จะสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามต่อสังคมสืบไป

สอดคล้องกับเทศนาเรื่องสัปปุริสธรรม 7 ของท่าน ว.วชิรเมธี (2560) ว่า พุทธศาสนามีคำอยู่หลายคำที่มีความหมายสอดคล้องกับคำว่า “สมดุล” เช่น มตตณฺญา การรู้จักความพอดีจึงสำคัญมากในทางพระพุทธศาสนาและในชีวิตของเราทุกคน ตามตัวอักษรคำนี้แปลว่า “ภาวะที่สิ่งต่างๆ มีความลงตัวอย่างเหมาะสมหรืออย่างพอดี” ร่างกายของเราคือตัวอย่างของความสมดุลที่เห็นชัดที่สุด กล่าวคือ หากมีระบบบางอย่างในร่างกายผิดปกติหรือเสียสมดุลจะส่งผลต่อระบบอื่นๆ ทั้งหมดทันที เช่น หากเราเป็นหวัดระบบการหายใจของเราจะเป็นปัญหาทันที หากระบบการหายใจเป็นปัญหาระบบอารมณ์ของเราจะมีปัญหาทันที หากอารมณ์มีปัญหาจะส่งผลต่อการกินอยู่การทำงานการพักผ่อนการปฏิสัมพันธ์ การมีความสุข ความทุกข์ของเราทันที ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพระจำรัส ฐิตธมฺโม (สวาส โปธิกลาง) (2554) เรื่องการประยุกต์ใช้หลักสัปปุริสธรรม 7 ในการบริหารจัดการชุมชน พบว่า การนำหลักธรรมนี้มาประยุกต์ใช้และบูรณาการในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพการศึกษาแล้ว จะทำให้เกิดความยั่งยืนและส่งผลให้ประชากรมีคุณภาพชีวิตที่ดี ทั้งสุขภาพกายและใจสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขและสร้างความเจริญก้าวหน้าให้สังคมและประเทศชาติได้

4. ด้านการจัดทำคู่มือการใช้รูปแบบที่มีคุณลักษณะตามหลักสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริมสร้างสุขภาพของเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์คนในชุมชนเกี่ยวกับคู่มือการใช้รูปแบบหลักสัปปุริสธรรม 7 ในการเสริม



สร้างสุขภาพว่าควรมีอะไร กลุ่มตัวอย่างคนในชุมชนได้ให้ข้อมูลไว้ว่า

“...การจัดทำคู่มือควรเป็นข้อที่เข้าใจและปฏิบัติได้จริง แต่สิ่งที่อยากให้มี คือวิธีการที่จะทำให้วัยรุ่นรู้จักแยกแยะว่าอะไรดี อะไรไม่ดี สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ เป็นคนมีเหตุผล รู้จักเวลา เล่น เวลาเรียน มีความอ่อนน้อมถ่อมตน มีจิตสาธารณะ เข้าวัดฟังธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจ เมื่อเป็นผู้ใหญ่จะได้พัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้า...”

สอดคล้องกับข้อค้นพบของกัลยาณมิตรจากการศึกษาหลักสัปปุริสธรรม 7 พบว่า หลักสัปปุริสธรรม 7 สามารถนำไปใช้ปฏิบัติได้ง่าย ดังนี้คือ รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักชุมชน รู้จักบุคคล เป็นกุศลธรรมที่ทำให้บุคคลเป็นคนดี โดยไม่ขึ้นอยู่กับเพศชาติกำเนิด ฐานะนร ภาพความเป็นอยู่หรือความมีการศึกษาสูง บุคคลใดน้อมนำไปฝึกฝนจนชำนาญแล้ว บุคคลนั้นก็สามารถที่จะเป็นคนดีที่โลกต้องการ และมีสุขภาพกายจิตที่ดีสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับชาวโลกได้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาสมควร สีสงคราม (2550) เรื่องการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัปปุริสธรรมและพละธรรมกับการปฏิบัติงานของผู้นำสถานศึกษา พบว่า เราสามารถนำหลักธรรมไปปฏิบัติได้ง่ายคือ ทำตนให้รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักชุมชน รู้จักบุคคล เมื่อทำได้อีกเป็นกุศลธรรมที่ทำให้บุคคลเป็นคนดี โดยไม่ขึ้นอยู่กับเพศ ชาติกำเนิด ฐานะนร ภาพความเป็นอยู่หรือความมีการศึกษาสูง บุคคลใดน้อมนำไปฝึกฝนจนชำนาญแล้ว บุคคลนั้นก็สามารถที่จะเป็นคนดี

ที่โลกต้องการ และมีสุขภาพกายและจิตที่ดีสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับชาวโลกได้

6. ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย คณะผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. จากผลการวิจัยที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีปัญหาเรื่องความเป็นผู้รู้จักเหตุความเป็นผู้รู้จักผล ถ้าทุกคนเป็นรู้จักเหตุแลผลที่จะเกิดขึ้นตามมา ปัญหาต่างๆ ก็จะน้อยลง จะได้เกิดปัญญาในการใช้ชีวิต จัดกิจกรรมให้ความรู้ ช่วยเหลือและแนะนำวิธีการที่เหมาะสมสำหรับเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่นให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

2. กลุ่มเด็กแว้นความเป็นผู้รู้จักตนความเป็นผู้รู้จักประมาณ มีปัญหาเกี่ยวกับดำรงชีวิตของแต่ละคน มีรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย บางคนมีฐานะดีแต่ใช้จ่ายไม่เป็นและไม่สามารถทำตามความต้องการทั้งร่างกายและจิตใจได้ ควรให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาให้ความรู้ ช่วยเหลือและแนะนำวิธีการรู้จักรักษารทรัพย์สินเงินทองที่หามาได้ ควรส่งเสริมให้ประชาชนทุกช่วงวัยของชุมชนในจังหวัดขอนแก่น รู้จักการออมเพื่ออนาคตตามรูปแบบต่างๆ ของสถาบันการเงินของชุมชนหรือของรัฐ/เอกชน ที่ถูกต้องตามกฎหมาย

3. จากผลการวิจัยที่พบว่า ประชาชนในชุมชนเป็นวัยรุ่นทุกวันนี้นักไม่ค่อยเห็นคุณค่าของเวลา มักใช้เวลาไปกับสื่อออนไลน์ ไม่รู้จักแบ่งเวลาให้เกิดประโยชน์ จิตใจหวั่นไหวง่าย ผู้ปกครองชุมชน หรือสถาบันการศึกษาควรร่วมมือกันหาทางแก้ไข โดยจัดกิจกรรมทางศาสนาที่เหมาะสม



สำหรับวัยรุ่น ควรวิธีแนะนำอะไรควรทำเวลาไหน
อะไรควรทำก่อน อะไรควรทำทีหลัง เพื่อพัฒนา
จิตให้เข้มแข็งเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต

4. จากผลการวิจัยที่พบว่า ประชาชน
ในชุมชนที่เป็นวัยรุ่นมีความเป็นผู้รู้จักชุมชนและ
ความเป็นผู้รู้จักบุคคลของวัยรุ่นทุกวันนี้ค่อนข้าง
อาจเป็นเพราะความต้องการที่จะมีพื้นที่เป็น
ของตน ขอเพียงคนในครอบครัวหรือชุมชนช่วยกัน
พร่ำสอนธรรมเนียมนิยมของคนไทยคือ การเคารพ
ผู้ใหญ่ รู้จักอ่อนน้อมถ่อมตน รักษาภิรียมารยาท
ให้เหมาะสมในแต่ละโอกาส ก็สามารถพัฒนาเด็ก
เหล่านั้นได้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

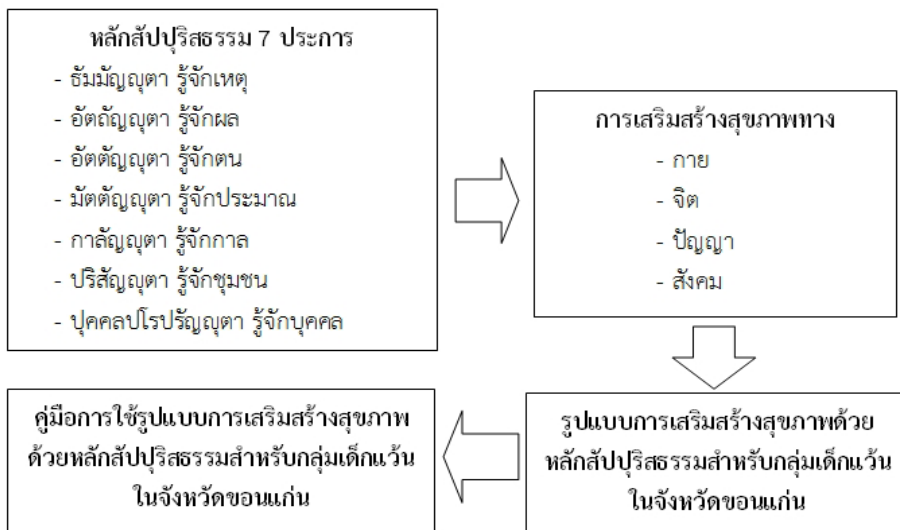
2.1 ควรศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนา
การเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรม 7
สำหรับเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น

2.2 ควรศึกษาเกี่ยวกับแนวทางการ
นำหลักสัปปุริสธรรม 7 เพื่อแก้ปัญหาชีวิตสำหรับ
ชุมชนในจังหวัดขอนแก่น

2.3 ควรศึกษาเกี่ยวกับการประยุกต์
ใช้หลักการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักสัปปุริสธรรม
7 สำหรับเด็กแว้นในจังหวัดขอนแก่น

7. องค์ความรู้ที่ได้รับ

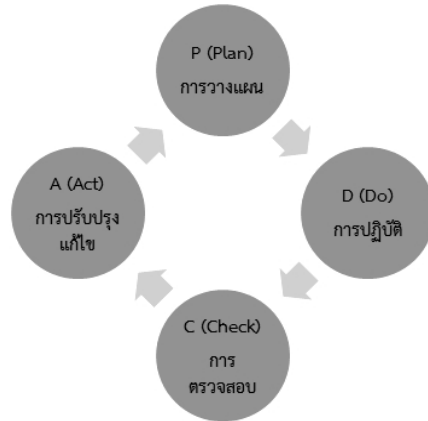
เมื่อบุคคลทำตนให้รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน
รู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักชุมชน และรู้จักบุคคล
ได้แล้ว ก็นับเป็นกุศลธรรมที่สามารถทำให้บุคคล
เป็นคนดีโดยไม่ขึ้นอยู่กับเพศ ชาตินักำเนิด ฐานะันตร
สภาพความเป็นอยู่หรือความมีการศึกษาสูง บุคคลใด
น้อมนำไปฝึกฝนจนชำนาญแล้ว บุคคลนั้นก็
สามารถที่จะเป็นคนดีที่โลกต้องการ มีสุขภาพกายและจิต
ที่ดีเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับชาวโลกได้อย่างแน่นอน
การนำหลักสัปปุริสธรรมมาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริม
และพัฒนาคุณภาพของกลุ่มเด็กแว้น ซึ่งเป็น
เยาวชนของชาติกลุ่มหนึ่งให้เกิดความยั่งยืน ส่งผล
ให้ประชากรมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งสุขภาพกายและ
ใจสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขและสร้าง
ความเจริญก้าวหน้าให้สังคมและประเทศชาติได้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้รับ



ตัวอย่างกระบวนการที่มีกลุ่มเด็กแว้นใช้หลักกาลัญญุตตา ความเป็นผู้รู้จักกาลเวลาอันเหมาะสมในการทำหน้าที่การทำงานในการดูแลสุขภาพจะต้องมีกระบวนการวางแผนตามหลัก PDCA



ภาพที่ 2 กระบวนการวางแผนตามหลัก PDCA

เอกสารอ้างอิง

ชาญณรงค์ พุโศกสูง. (2560). *ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ*. เข้าถึงได้จาก [http://program.npru.ac.th/pe/Exercise%20for%20Health\(AT\).html](http://program.npru.ac.th/pe/Exercise%20for%20Health(AT).html)

นฤมล ราชบุรี. (2557). *สัปดาห์ธรรม 7: แนวคิดเชิงบูรณาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาอย่างยั่งยืน*. เข้าถึงได้จาก <https://1th.me/2d1s>

พระจำรัส ฐิตธมโม (สวาส โปธิกลาง). (2554). *การประยุกต์ใช้หลักสัปดาห์ธรรม 7 ในการบริหารจัดการชุมชน: กรณีศึกษา ชุมชนวัดใหม่พิเรนทร์ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต). ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระมหาสมควร สีสงคราม. (2550). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัปดาห์ธรรมและผลธรรมกับการปฏิบัติงานของผู้นำสถานศึกษากลุ่มเขตธนบุรีใต้ สังกัดกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

พัชรินทร์ ศิริวิสุทธิรัตน์. (2552). *แว้นบอย-สก็อยเกิร์ล*. กรุงเทพฯ: สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

ว.วชิรเมธี. (2560). *ความรู้จักประมาณตนในสัปดาห์ธรรม 7*. เข้าถึงได้จาก <https://goodlifeupdate.com/healthy-mind/dhamma/10428.html>

สุริชัย หวันแก้ว. (2546). *กระบวนการกลายเป็นคนชายขอบ Marginalization*. กรุงเทพฯ: คณะกรรมการสภาวิจัยแห่งชาติ สาขาสังคมวิทยา สำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ.