

การเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักพละ 5 สำหรับชุมชนริมทางรถไฟ ในจังหวัดขอนแก่น

PRINCIPLES OF PHALA 5 FOR STRENGTHENING HEALTH FOR RAILROAD COMMUNITY IN KHONKAEN PROVINCE*

ณฐอร เจือจันทร์, อภิชาติ เหมือยไธสง,
พระครูวินัยธรรวชิต ปยุตโต, วาริณี โพธิราช
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตอีสาน
Nathaorn Chuachan, Apichit Maithaisong,
Phrakru Winithon worachat Phayutto (Thasa), Warinee Sopajon
Mahamakut Buddhist University, Isan Campus, Thailand
E-mail: Nathaorn2525@gmail.co.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการใช้รูปแบบตามหลักพละ 5 ในการเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น เป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลอง (Quasi experimental research) โดยใช้แบบแผนการวิจัยกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง The One Group Pretest Posttest Design ศึกษาเกี่ยวกับชุมชนริมทางรถไฟที่ใช้รูปแบบตามหลักพละ 5 ในการเสริมสร้างสุขภาพ ที่อาศัยในจังหวัดขอนแก่น กลุ่มตัวอย่างจำนวน 316 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติ T-test (dependent Samples or Paired t-test)

ผลการวิจัย พบว่า การทดสอบภาพรวมของรูปแบบการใช้หลักพละ 5 การเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่นก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : การเสริมสร้างสุขภาพ, พละ 5

Abstract

This research has the objective To study the use of the Phala5 model to benefit the health promotion of the Railroad community in Khon Kaen province. This is a quasi-experimental research study using a single group research plan, measured before and after the experiment. The One Group Pretest Posttest Design was studied with the irrigation community using the Phala5 principle. Enhance health The 316 residents of Khon Kaen Province were analyzed by using percentage, mean, standard deviation and statistical T-test (dependent Samples or Paired t-test).

*ได้รับบทความ: 12 ม.ค. 2564; แก้ไขบทความ: 5 เม.ย. 2564; ตอรับตีพิมพ์: 30 เม.ย. 2564

The results of the study showed that the overall testing of the Phala5 method of health enhancement benefits of Railroad communities in Khon Kaen Province before and after the experiment had statistically significant differences. Level .05

Keywords: Strengthening health, Phala 5

บทนำ

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชบรมนาถบพิตร รัชกาลที่ 9 ได้มีพระบรมราโชวาทเกี่ยวกับสุขภาพของประชาชนในคราวพิธีพระราชทานปริญญาบัตร มหาวิทยาลัยมหิดล ณ อาคารใหม่สวนอัมพรไว้ว่า "...การรักษาความสมบูรณ์แข็งแรง เป็นปัจจัยของเศรษฐกิจที่ดีและสังคมที่มั่นคง เพราะร่างกายที่แข็งแรงจะอำนวยผล ให้สุขภาพจิตใจสมบูรณ์ และเมื่อมีสุขภาพสมบูรณ์ ดีพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจแล้ว ย่อมมีกำลังทำประโยชน์ สร้างสรรค์เศรษฐกิจและสังคมของบ้านเมืองได้เต็มที่..."(พระบรมราโชวาทในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัยมหิดล ณ อาคารใหม่ สวนอัมพร 22 ตุลาคม 2522, 2522) ซึ่งความในพระบรมราโชวาทนี้แสดงถึงความห่วงใยสุขภาพของประชาชนในฐานะพสกนิกรของพระองค์อย่างยิ่ง ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสุขภาพะที่ส่งผลต่อการสร้างสรรค์เศรษฐกิจ และสังคมของบ้านเมืองมาโดยลำดับ ภายใต้สุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง ดีพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ ทั้งนี้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (2561-2580) ที่ 4.4 ซึ่งครอบคลุมถึงยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม อันมีเป้าหมายในการพัฒนาที่มุ่งให้ความสำคัญกับการดึงเอาพลังของภาคส่วนต่าง ๆ ทั้งภาคเอกชน ประชาสังคม ชุมชนท้องถิ่น มาร่วมกันขับเคลื่อน โดยวิธีการสนับสนุนการรวมตัวกันของประชาชนในการร่วมคิดร่วมทำเพื่อส่วนรวม รวมทั้งการกระจายอำนาจและความรับผิดชอบไปสู่กลไกบริหารราชการแผ่นดินในระดับท้องถิ่น การเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชนในการจัดการตนเอง และการเตรียมความพร้อมของประชากรไทยทั้งในมิติสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคม และสภาพแวดล้อมโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะพัฒนาให้เป็นประชากรที่มีคุณภาพ สามารถพึ่งพาตนเองและทำประโยชน์แก่ครอบครัว ชุมชน และสังคมให้มั่นคงยั่งยืนยาวนานที่สุด โดยที่รัฐเป็นผู้ให้หลักประกันการเข้าถึงบริการและสวัสดิการที่มีคุณภาพอย่างเป็นธรรมและทั่วถึงและยังสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12(2560 - 2564) ในยุทธศาสตร์ข้อที่2 การสร้างความเป็นธรรมและลดความเหลื่อมล้ำในสังคม โดยมีแนวทางในการพัฒนา คือเพิ่มโอกาสให้กับกลุ่มเป้าหมายประชากรร้อยละ 40 ที่มีรายได้ต่ำสุดให้สามารถเข้าถึงบริการที่มีคุณภาพของรัฐ และมีอาชีพโดยการขยายโอกาสการเข้าถึงการศึกษาที่มีคุณภาพให้แก่เด็กและเยาวชนที่ด้อยโอกาสทางการศึกษาอย่างต่อเนื่องโดยไม่ถูกจำกัดศักยภาพจากสภาพครอบครัว พื้นที่ และสภาพร่างกายจัดบริการด้านสุขภาพให้กับประชากรกลุ่มเป้าหมายที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกลสร้างโอกาสในการมีที่ดินทำกินเป็นของตนเอง และยกระดับรายได้มีการกำหนดนโยบายการคลัง เพื่อลดความเหลื่อมล้ำในสังคม และเอื้อประโยชน์ต่อกลุ่มคนที่มีรายได้น้อยให้มีประสิทธิภาพมาก

ยิ่งขึ้นนอกจากนี้ยังสอดคล้องกับนโยบายและยุทธศาสตร์การวิจัยของชาติ ฉบับที่ 8 (2555-2559) ในยุทธศาสตร์ที่ 1 การสร้างศักยภาพและความสามารถในการพัฒนาทางสังคมยุทธศาสตร์การวิจัยที่ 3 ส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคอุบัติใหม่ การรักษาพยาบาล การฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายและจิตใจ การพึ่งพาตนเองด้านสุขภาพ รวมถึงการคุ้มครองผู้บริโภคและแผนงานวิจัยที่ 3.1 การวิจัยเกี่ยวกับการป้องกันและส่งเสริมการดูแลรักษาและฟื้นฟูสุขภาพประชากรสำคัญ กระบวนการเสริมสร้างและพัฒนาเหล่านี้ ยังสอดคล้องกับยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย ปีพุทธศักราช 2556 -2565 ในกลยุทธ์ที่ 2 การวิจัยและพัฒนาองค์ความรู้เพื่อเพิ่มศักยภาพและขีดความสามารถในการแข่งขันนอกจากนี้เมื่อพิจารณาถึงแผนพัฒนาจังหวัดขอนแก่น ปี พ.ศ. 2561 –2564 ยังสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ที่ 2 การพัฒนาคนและสังคมที่มีคุณภาพตามพันธกิจที่ 1 คือการเสริมสร้างชุมชนให้เข้มแข็ง คนในชุมชนมีความเป็นอยู่ด้วยความผาสุก ซึ่งยุทธศาสตร์การวิจัยนี้ มุ่งส่งเสริมให้บุคลากรมหาวิทยาลัยทำวิจัยโดยใช้หลักธรรมมาช่วยในการแก้ปัญหาให้กับประชาชนในจังหวัดขอนแก่นที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตอีสานตั้งอยู่ซึ่งในบริเวณพื้นที่จังหวัดขอนแก่นนี้ มีกลุ่มประชาชนที่เป็นกลุ่มคนชายขอบที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ริมทางรถไฟ ในอำเภอเมืองขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น โดยเฉพาะปัญหาการพัฒนาเมืองอย่างรวดเร็ว เพื่อทำเมืองขอนแก่นให้เป็นศูนย์กลางการค้าการลงทุน จังหวัดหวังพัฒนาด้านเศรษฐกิจให้อยู่แนวหน้า โดยเฉพาะการพัฒนาคมนาคมระบบราง ทั้งรถไฟความเร็วสูง รถรางเบา พร้อมกับการเดินหน้าทำให้จังหวัดขอนแก่นเป็นสมาร์ทซิตี้ นอกจากการมุ่งหวังการพัฒนาแล้ว ส่วนหนึ่งสร้างปัญหาให้กับชาวบ้านริมทางรถไฟที่ได้รับผลกระทบ จะต้องโยกย้ายที่อยู่อาศัย

จังหวัดขอนแก่น เป็นจังหวัดที่มีขนาดพื้นที่ใหญ่เป็นอันดับที่ 6 ของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และมีประชากรมากเป็นอันดับ 3 ของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เป็นจังหวัดศูนย์ปฏิบัติการของกลุ่มจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนกลางจังหวัดขอนแก่นมีประชากรทั้งสิ้น 1,790,055 คน นับเป็น 576,964 ครัวเรือน นับเป็นประชากรที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมือง 141,404 คน (ณ ปี พ.ศ. 2557) (จังหวัดขอนแก่น, 2562) ซึ่งการขยายตัวทางด้านเศรษฐกิจ รวมถึงนโยบายการพัฒนาจังหวัด ส่งผลกระทบโดยเฉพาะชุมชนริมทางรถไฟทั้งนี้เมืองขอนแก่นให้เป็นศูนย์กลางการค้าการลงทุน การพัฒนาด้านเศรษฐกิจให้อยู่แนวหน้า โดยเฉพาะการพัฒนาคมนาคมระบบราง ทั้งรถไฟความเร็วสูง รถรางเบา พร้อมกับการเดินหน้าทำให้จังหวัดขอนแก่นเป็นสมาร์ทซิตี้ นอกจากการมุ่งหวังการพัฒนาแล้ว ส่วนหนึ่งสร้างปัญหาให้กับชาวบ้านริมทางรถไฟที่ได้รับผลกระทบ จะต้องโยกย้ายที่อยู่อาศัยจนทำให้ทางการต้องเข้ามาจัดการปัญหาที่เกิดขึ้น (คมชัดลึก, 2561)

อย่างไรก็ตาม ปรากฏการณ์ที่เกิดปัญหาและสาเหตุต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดปัญหากับชุมชนริมทางรถไฟก่อให้เกิดผลกระทบ (Impact) ชุมชนข้างทางรถไฟกับการถูกผลกระทบจากการพัฒนาเมือง กรณีศึกษาการสร้างรถไฟรางคู่ ผลจากการศึกษาพบว่า ผู้คนที่อาศัยอยู่ข้างทางรถไฟในเขตอำเภอเมืองขอนแก่น ประกอบไปด้วยกลุ่มคนจนเมืองและกลุ่มคนจนจากเขตอำเภอและจังหวัดที่อยู่ใกล้เคียงกับจังหวัดขอนแก่น ชุมชนข้างทางรถไฟขยายไปทั้งสองฝั่งข้างทางรถไฟอย่างต่อเนื่องนับตั้งแต่ช่วงทศวรรษ 2530 เป็นต้นมา ผู้คนเหล่านี้มักถูก

มองว่าเป็นคน “สล้ม” หรืออยู่ใน “ชุมชนแออัด” สภาพชีวิตไม่มีสวัสดิการ ไม่ได้รับการคุ้มครอง และไม่มีการอำนวยความสะดวกจากภาครัฐทั้งด้านการบริโภคและอุปโภค คนในชุมชนข้างทางรถไฟมีการต่อสู้ การต่อรอง และการสร้างพื้นที่เพื่อสร้างศักยภาพของชุมชน อย่างไรก็ตามมีการอนุมัติจากรัฐบาลไทยให้สร้างรถไฟรางคู่ ทำให้หลายครอบครัวต้องสูญเสียที่อยู่อาศัยและถูกตัดขาดความสัมพันธ์กับคนในชุมชน พวกเขาได้รับเหตุผลว่าการพัฒนาเส้นทางคมนาคมจะทำให้เกิดความสะดวกต่อการพัฒนาจังหวัดและประเทศต่อไป และพื้นที่ข้างทางรถไฟเป็นพื้นที่ของการรถไฟแห่งประเทศไทย (ธิดิญา เหล่าอัน, 2563)

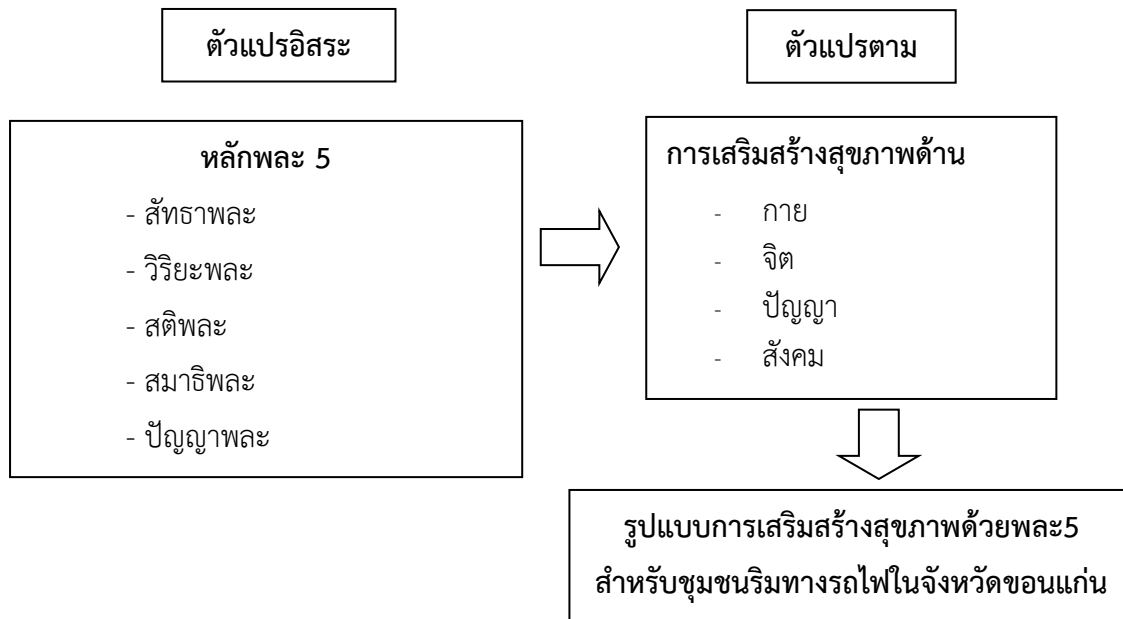
จากสภาพปัญหาความรุนแรงของปัญหาและสาเหตุต่าง ๆ รวมทั้งผลกระทบดังกล่าวมาแล้ว ซึ่งได้เกิดมาแล้วในอดีตปัจจุบันก็ยังปรากฏอยู่ และคาดว่าในอนาคตจะยังมีปัญหามายิ่งขึ้น จึงถือว่าเป็นปัญหาที่ควรทำวิจัยอย่างเร่งด่วน (Hot Issue) และยังไม่มีผู้ใดทำวิจัยมาก่อน คณะผู้วิจัยสนใจศึกษาวิจัยเรื่องนี้ โดยนำหลักพละ 5 คือ สัทธาพละ วิริยะพละ สติพละ สมาธิพละ และปัญญาพละ ซึ่งเป็นหลักธรรมอันเป็นกำลัง หรือแรง หรือความเข้มแข็ง มาแก้ปัญหาและสาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหา เพื่อจะได้นำผลการวิจัยมาแก้ปัญหาชุมชนริมทางรถไฟในการเสริมสร้างสุขภาพของประชาชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ให้ดียิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการใช้รูปแบบตามหลักพละ 5 ในการเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟ

กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการศึกษาค้นคว้าแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ศึกษามาแล้ว คณะผู้วิจัยจึงได้นำหลักธรรมที่ได้จากพระไตรปิฎก และแนวคิดของพระธรรมปิฎก (ป.ปยุตโต) หลักพละ 5 ธรรมอันเป็นกำลัง หรือแรง หรือความเข้มแข็ง มี 5 ประการ คือ สัทธาพละ วิริยะพละ สติพละ สมาธิพละ และปัญญาพละ และตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก WHO โดยนำมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework) กำหนดเป็นตัวแปรอิสระและตัวแปรตามได้ดังต่อไปนี้



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้ใช้หน่วยการวิเคราะห์ (Unit of analysis) ในการวิจัยระดับเดียวคือประชากรที่อาศัยอยู่ในชุมชนริมทางรถไฟ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น โดยศึกษากับกลุ่มตัวอย่าง (Sample) ที่เป็นประชากรที่อาศัยอยู่ในชุมชนริมทางรถไฟตามกลุ่มตัวอย่างที่รวบรวมโดยกลุ่มผู้วิจัย โดยกำหนดขนาดตัวอย่างตามพื้นที่คือ ชุมชนรถไฟเทพารักษ์ 1 – 5 อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น จำนวน 316 คน ทำการสุ่มตัวอย่างมีระบบ (Systematic Random Sampling) คือ 3 คน เว้น 1 คนทำแบบนี้จนกว่าจะครบจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้ดำเนินการระหว่างเดือนพฤษภาคม 2562 - พฤษภาคม 2563

สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ แบบสอบถาม และแนวทางการสัมภาษณ์ คณะผู้วิจัยได้พัฒนาจากการทบทวนแนวคิดทฤษฎีร่วมกับผลจากการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งช่วยยืนยันองค์ประกอบตัวแปรสำหรับการใช้หลักพละ 5 ในเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือประกอบด้วยการทดสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยการนำแบบสัมภาษณ์ให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อคำถามเพื่อความถูกต้องด้านเนื้อหาการทดสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) เพื่อตรวจสอบจากแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ว่ามีคุณลักษณะตรงตามทฤษฎีที่ต้องการวัดหรือไม่ ทั้งนี้มีการนำแบบสัมภาษณ์มารวบรวมอภิปรายกับผู้ทรงคุณวุฒิ ก่อนนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลส่วนการทดสอบความเที่ยง (Reliability) ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับประชากรที่อาศัยอยู่ในริมทางรถไฟชุมชนจระเข้พัฒนา เทศบาลนครราชสีมา จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งมีบริบททางสังคมคล้ายคลึงกับกลุ่มเป้าหมายของการวิจัยรวม 30 คน

จากนั้นนำมาวิเคราะห์หาคุณภาพของแบบสอบถามโดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของ Cronbach (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.75 ซึ่งถือว่าเครื่องมือที่พัฒนาขึ้นนี้มีคุณภาพสามารถนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลได้ (Cronbach, 1990)

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยเชิงปริมาณดำเนินการโดยผู้วิจัย และผู้ช่วยนักวิจัยอีกจำนวน 5 คน ทำการแจกแบบสอบถามให้กับ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 316 รายโดยใช้แบบสอบถาม เป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลในส่วนของการเตรียมความพร้อมผู้ช่วยนักวิจัยทั้ง 5 คนดังกล่าว ผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดอบรมชี้แจงกระบวนการเก็บข้อมูลในแต่ละขั้นตอน พร้อมทั้งอธิบายเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในประเด็นของการตีความและให้ความหมายเกี่ยวกับข้อคำถามในแบบสอบถาม เพื่อให้มีความเข้าใจที่ตรงกันในหมู่ผู้วิจัย

สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 2 ระดับคือระดับตัวแปรเดียว (Univariate analysis) เพื่ออธิบายคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ความถี่ร้อยละค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูล ในการทดลอง One Group Pretest-Posttest Design โดยใช้สถิติ T-test (dependent Samples or Paired t-test) ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัย

1. การเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักพละ 5 สำหรับชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่นของกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น

ก. ในส่วนของการวิจัยของกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น

กลุ่มตัวอย่างมีการใช้หลักพละ 5 การเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่นในภาพรวมทั้ง 5 ด้าน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.14$, S.D. = 0.45) เมื่อพิจารณารายด้าน ด้านศรัทธาพละ ความเชื่อ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.33$, S.D. = 0.50) รองลงมาเป็นด้านปัญญาพละ ความรอบรู้ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.24$, S.D. = 0.59) ด้านสมาธิพละ ความตั้งมั่น อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.11$, S.D. = 0.69) ด้านสติพละ ความระลึกได้ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.04$, S.D. = 0.61) ส่วนข้อที่ต่ำที่สุด คือด้านวิริยะพละ ความเพียร อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.97$, S.D. = 0.59)

กลุ่มตัวอย่างการใช้รูปแบบตามหลักพละ 5 ในเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น หลักการและเหตุผล จำนวน 295 คน คิดเป็นร้อยละ 93.35 วัตถุประสงค์ จำนวน 284 คน คิดเป็นร้อยละ 89.87 คุณสมบัติของผู้ใช้รูปแบบ จำนวน 287 คน คิดเป็นร้อยละ 90.82 หลักความเชื่อ จำนวน 302 คน คิดเป็นร้อยละ 95.57 หลักความเพียร จำนวน 310 คน คิดเป็นร้อยละ 98.10 หลักความระลึกได้ จำนวน 293 คน คิดเป็นร้อยละ 92.72 หลักความตั้งมั่น จำนวน 299 คน คิดเป็นร้อยละ 94.62 หลักความรอบรู้ จำนวน 312 คน คิดเป็นร้อยละ 98.73 การจัดกิจกรรม จำนวน 286 คน คิดเป็นร้อยละ 90.51 มีการแบ่งกลุ่ม

จำนวน 252 คน คิดเป็นร้อยละ 79.75 มีการจัดสัมมนา จำนวน 287 คน คิดเป็นร้อยละ 90.82 มีการบรรยาย จำนวน 276 คน คิดเป็นร้อยละ 87.34 มีการใช้อุปกรณ์ที่ทันสมัย จำนวน 272 คน คิดเป็นร้อยละ 86.08 มีการประเมินผล จำนวน 292 คน คิดเป็นร้อยละ 92.41

กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นการใช้หลักพละ 5 ในเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น ในภาพรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.84$, S.D. = 0.60) แยกเป็นรายด้าน ดังนี้ การเสริมสร้างสุขภาพทางกาย อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.83$, S.D. = 0.75) การเสริมสร้างสุขภาพทางจิต อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.08$, S.D. = 0.79) การเสริมสร้างสุขภาพทางปัญญา อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.69$, S.D. = 0.72) การเสริมสร้างสุขภาพทางสังคม อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.77$, S.D. = 0.78)

ข. ในส่วนของผู้เกี่ยวข้องกับกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น

ชุมชนเทพารักษ์ 1 - 5 ตั้งอยู่ในตัวเมืองขอนแก่น ภายในชุมชนมีถนนคอนกรีตซึ่งเชื่อมต่อกับชอกซอยเล็ก ๆ ในชุมชน ผู้ที่อยู่อาศัยในชุมชนส่วนมากนั้นทำงานเป็นแรงงานรับจ้างรายวันและ/หรือเป็นคนเก็บของเก่า รายได้เฉลี่ยต่อวันสำหรับแรงงานรับจ้างรายวันนั้นอยู่ที่ 250 บาท และสำหรับคนเก็บของเก่านั้นน้อยกว่า 100 บาท ทั้งชุมชนเทพารักษ์ และชุมชนสามัคคีพัฒนานั้นยังไม่มีสัญญาเช่าที่ดินกับการรถไฟฯ จึงทำให้ไม่สามารถได้รับบริการน้ำประปา และไฟฟ้าหรือสาธารณูปโภคต่าง ๆ จากทางภาครัฐได้ นอกจากปัญหาค่าใช้จ่ายสำหรับการสาธารณูปโภคที่สูงมากและสถานะทางเศรษฐกิจที่ตั้งเครียดแล้ว ผู้ที่อยู่อาศัยในชุมชนเทพารักษ์ ยังต้องเผชิญกับปัญหาสุรา ยาเสพติด การใช้ความรุนแรง ปัญหาเงินกู้ยืมในระบบ ชุมชนเทพารักษ์ได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกเครือข่ายสหชุมชน ในช่วง 7 ปีที่ผ่านมาั้นประธานชุมชนไม่ได้มีบทบาทมากนัก และชาวชุมชนไม่มีข้อมูลในเรื่องการดำเนินการเกี่ยวสัญญาเช่าที่ดินที่ชัดเจน ผู้ที่อยู่อาศัยในชุมชนหลายคนนั้นไม่ต้องการเช่าที่ดิน และเนื่องจากต้องมีการย้ายบ้านเรือนเป็นจำนวนมากออกไปจากเขตพื้นที่ 20 เมตรติดรางรถไฟ ณ ปัจจุบัน ชุมชนยังคงไม่มีแผนที่ชัดเจนสำหรับครอบครัวที่ต้องย้ายบ้านเรือนว่าจะมีการย้ายไปอยู่ที่ใด

2. เปรียบเทียบรูปแบบการใช้หลักพละ 5 การเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น ก่อนและหลังการทดลอง

การทดสอบภาพรวมของรูปแบบการใช้หลักพละ 5 การเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานภาพรวมของรูปแบบการใช้หลักพละ 5 ในเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติ Pair t-test

ทดสอบ	M	SD	$\bar{D}$	$\overline{SD}$	t	p
- ก่อนทดลอง	3.74	0.52	.75	.37	9.11	.000*
- หลังทดลอง	4.48	0.30				

อภิปรายผล

จากการศึกษารูปแบบการใช้หลักพละ 5 ในการเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น จากผลการศึกษาค้นคว้าผู้วิจัยอภิปรายผลตามลำดับ ดังนี้

1. รูปแบบการใช้หลักพละ 5 ในเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น การทดสอบภาพรวมของรูปแบบการใช้หลักพละ 5 ในเสริมสร้างสุขภาพของชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าชาวชุมชนริมทางรถไฟมีพลังในการดำเนินชีวิตตามหลักพละ 5 เนื่องจากชาวชุมชนริมทางรถไฟมีความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน เช่น มีการทำงานด้วยความอดทน ดูแลสุขภาพกายของตนเองกับผู้ที่มีความรู้ มีการออกกำลังกายทุกวัน กิจกรรมเพื่อยืดเส้นยืดสาย เช่น แกว่งแขน ยืดขา พร้อมกันนี้ ได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ชุมชนริมทางรถไฟมีการพัฒนาเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักพละ 5 เป็นอย่างดี ซึ่งการศึกษาดังกล่าวได้สอดคล้องกับงานวิจัยของ บุญรัตน์ ครุทอง และคณะ (2562) ได้ทำการศึกษาเรื่อง กระบวนการพัฒนาคนชายขอบ (คนไร้บ้าน) ของเครือข่ายประชาสังคมจังหวัดสุราษฎร์ธานี ซึ่งพบว่า ชีวิตความเป็นอยู่ของคนชายขอบในด้านการส่งเสริมสุขภาพย่อมมีการส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ จากทางหน่วยงานภาครัฐอยู่เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอเนื่องมาจากการจัดสวัสดิการสังคม มีหน่วยงานที่ปฏิบัติร่วมกับกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ สถานคุ้มครองคนไร้ที่พึ่ง ศูนย์ครองคนไร้ที่พึ่ง กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ สำนักงานสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด ทำให้กลุ่มคนเหล่านี้มีความเป็นอยู่ทางด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่มีการเตรียมความพร้อมโดยได้รับการดูแลจากหน่วยงานภาครัฐ

2. ด้านสัทธิพลผล ความเชื่อ ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ดูแลสุขภาพกายของตนเองกับผู้ที่มีความรู้ มีการออกกำลังกายทุกวัน และมีการทำกิจกรรมเพื่อยืดเส้นยืดสาย เช่น แกว่งแขน ยืดขา อย่างสม่ำเสมอทำให้ชาวชุมชนมีสุขภาพที่แข็งแรง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จิตติญา เหล่าอัน (2563) ที่ได้ทำการศึกษา ชุมชนข้างทางรถไฟกับผลกระทบจากการสร้างรถไฟรางคู่ : ศึกษากรณีชุมชนข้างทางรถไฟ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ที่มีการกล่าวให้เห็นว่าประกอบไปด้วยกลุ่มคนจนเมืองและกลุ่มคนจนจากเขตอำเภอและจังหวัดที่อยู่ใกล้เคียงกับจังหวัดขอนแก่น ชุมชนข้างทางรถไฟขยายไปทั้งสองฝั่งข้างทางรถไฟอย่างต่อเนื่องนับตั้งแต่ช่วงทศวรรษ 2530 เป็นต้นมา ผู้คนเหล่านี้มักถูกมองว่าเป็นคน “สลัม” หรืออยู่ใน “ชุมชนแออัด” สภาพชีวิตไม่มีสวัสดิการ ไม่ได้รับการคุ้มครอง และไม่มีการอำนวยความสะดวกจากภาครัฐทั้งด้านการบริโภคและอุปโภค คนในชุมชนข้างทางรถไฟมีการต่อสู้ การต่อรอง และการสร้างพื้นที่เพื่อสร้างศักยภาพของชุมชน อย่างไรก็ตามมีการอนุมัติจากรัฐบาลไทยให้สร้างรถไฟรางคู่ ทำให้หลายครอบครัวต้องสูญเสียที่อยู่อาศัยและถูกตัดขาดความสัมพันธ์กับคนในชุมชน พวกเขาได้รับเหตุผลว่าการพัฒนาเส้นทางคมนาคมจะทำให้เกิดความสะดวกต่อการพัฒนาจังหวัดและประเทศต่อไป

และพื้นที่ข้างทางรถไฟเป็นพื้นที่ของการรถไฟแห่งประเทศไทย แม้ว่าชีวิตความเป็นอยู่ของชาวชุมชนดังกล่าวจะมีความเป็นอยู่ลักษณะค่อนข้างลำบากแต่ก็ได้มีสัทธิพล ในการดำเนินชีวิตของตนเอง

3. ด้านวิริยะพละ ความเพียร ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ชาวชุมชนริมทางรถไฟ มีการเสริมสร้างสุขภาพทางด้านความเพียรโดยคนในชุมชนให้รู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองมีคุณค่า อีกทั้งมีความสุขและพอใจกับสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่และยอมรับสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าชาวชุมชนริมทางรถไฟมีการใช้หลักวิริยะพละ ความเพียร ในการพัฒนาศักยภาพของตนเองเพื่อให้เกิดการพัฒนาความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นและสามารถดำรงชีวิตให้อยู่ได้ความเพียร ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสรรพเพชร เพียรจัด และคณะ (2562) ได้ทำการศึกษาเรื่องการส่งเสริมสุขภาพชุมชนผ่านผู้นำเกษตรกรวิริยะบารมี กลุ่มตัวอย่างเป็นเกษตรกรชุมชนตำบลหนองจิก อำเภอบรบือ จังหวัดมหาสารคาม เห็นว่าการปลูกพืชผักกินเองทำให้สุขภาพดีไม่ได้รับสารพิษ การเลี้ยงสัตว์สามารถขยายกิจการให้ใหญ่โตเจริญรุ่งเรืองได้ และการมีภาระหนี้สินเกิดจากค่าใช้จ่ายในครัวเรือน ซึ่งทำให้ตนเองรู้สึกมีคุณค่าในการดำเนินชีวิตโดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น สุขภาพกายสุขภาพใจแข็งแรงมากยิ่งขึ้นหลังจากได้เข้ารับ การอบรมการทดลองหลักสูตรการส่งเสริมสุขภาพชุมชนผ่านผู้นำเกษตรกรวิริยะบารมี

4. ด้านสติพละ ความระลึกได้ ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าชุมชนริมทางรถไฟมีการจัดการปัญหาชีวิตที่เกิดขึ้นได้โดยอาศัยสติและเหตุผล มีการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพเบื้องต้น พัฒนาตัวเองในการเสริมสร้างสุขภาพทางปัญญา ซึ่งจะเห็นได้ว่าชาวชุมชนริมทางรถไฟมีการดูแลสุขภาพด้านสติพละ ความระลึกได้อย่างต่อเนื่องซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของแม่ชีวรณัฐ พงษ์ชนะชัย (2560) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ศีลภาพละ 5 ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 เห็นว่าสติพละคือกำลังที่ทำให้เกิดความระลึกได้ในปัจจุบันขณะ การนึกได้ ความไม่พลั้งเผลอ ความไม่เลือนลอย ความไม่หลงลืม การหมายรู้ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ความไม่ ประมาท ความใส่ใจ การตระหนักรู้การกำหนดรู้หรือการตื่นรู้กับกายที่เคลื่อนไหวกับใจที่นึกคิดกับ จิตและธรรมที่ปรากฏในขณะปัจจุบันที่เกิดขึ้นในจิตที่นึกคิด การระมัดระวังรู้ว่าเรากำลังทำอะไรอยู่

5. ด้านสมาธิพละ ความตั้งมั่น ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า สามารถจัดการปัญหาชีวิตที่เกิดขึ้นได้โดยอาศัยสติและเหตุผล มีการลด ละ เลิกพฤติกรรมที่เสี่ยงทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพ และมีให้ความรู้เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตอย่างต่อเนื่องสอดคล้องกับแนวคิดของ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), (2552) ที่ได้กล่าวถึง โดยการยกจิตของตนขึ้นสู่ระดับสูงเหนืออำนาจของกิเลสทั้งปวง หรือเป็นการฝึกฝนตนเอง การอบรมตนเอง การทำตนเองให้เจริญขึ้น ให้ประเสริฐขึ้นด้วยการเจริญกรรมฐานโดยอาศัย ดังนี้จึงเห็นได้ว่าชาวชุมชนดังกล่าวมีการพัฒนาด้านสมาธิพละเป็นอย่างดี

6. ด้านปัญญาพละ ความรอบรู้ ก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า มีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมเป็นอย่างมาก เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา และมีการพัฒนาตัวเองในการเสริมสร้างสุขภาพทางสังคม อย่างสม่ำเสมอทำให้ชาวชุมชนริมทางรถไฟมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี สอดคล้องกับแนวคิด ชุตินิพนธ์ ไตรโลก (2549) ที่ได้ทำการศึกษาปัญญาพละ ในทางพระพุทธศาสนา โดยกล่าวว่า ปัญญาที่เฉพาะเจาะจงจะต้องเป็นปัญญาที่สามารถช่วยให้พ้นทุกข์ทางจิตใจได้ ในที่นี้หมายถึงภาวนามยปัญญา ซึ่งเป็นปัญญาที่ช่วยฝึกจิตให้เกิดการรู้การเข้าใจเห็นความเป็นจริงในสิ่งทั้งหลายว่ามีความไม่เที่ยง สิ่งนั้นเกิดขึ้นแล้วมีความเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยไม่มีตัวตนให้ยึดถือ เมื่อเห็นประจักษ์แจ้งตามความเป็นจริงมากขึ้น ความขัดแย้งในจิตใจจะลดน้อยลง สามารถวางใจเป็นกลาง รักษาความสมดุลของจิตให้อยู่ในท่ามกลางกุศลธรรมและอกุศลธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นแก่จิตได้ ทำให้ชาวชุมชนริมทางรถไฟมีปัญญาพละเป็นอย่างดีและเป็นหลักชัยในการดำเนินชีวิตเพื่อเป็นการส่งเสริมคุณภาพชีวิต

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ 2 ระดับ คือ ข้อเสนอแนะระดับนโยบายและข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ รวมถึงข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป ดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) ผู้นำชุมชนหรือผู้เกี่ยวข้องควรรักษามาตรฐานนี้ไว้ และส่งเสริมให้ดีขึ้นอย่างสม่ำเสมอ โดยมีกิจกรรมส่งเสริมการใช้หลักพละ 5 ในการเสริมสร้างสุขภาพทั้งในแผนพัฒนาชุมชน และแผนปฏิบัติการ เพื่อให้ประชาชนได้เรียนรู้แล้วนำไปปฏิบัติตามหลักธรรมดังกล่าว และรวมถึงหลักธรรมข้ออื่น ๆ เพื่อเป็นประโยชน์ชุมชน สังคมต่อไป

2) ด้านสัทธาพละ:ความเชื่อ ควรส่งเสริมคนในชุมชนริมทางรถไฟให้มีความกล้าหาญในการที่จะเลือกเชื่อในสิ่งที่ถูกต้อง เชื่อในหลักของกฎหมาย เชื่อในกฎแห่งกรรมว่า ทำดี ได้ดี ทำชั่ว ได้ชั่ว ด้วยการเชิญหน่วยงานทางศาสนามาร่วมจัดกิจกรรมในชุมชน

3) ด้านวิริยะพละ:ความเพียร คนในชุมชนริมทางรถไฟส่วนใหญ่มีความเพียรในการประกอบอาชีพ เพียรในการหาเงิน ควรส่งเสริมให้มีความเพียรในการประกอบคุณงามความดี และเพียรพยายามในการพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

4) ด้านสติพละ:ความระลึกได้ ควรจัดกิจกรรมเชิงปฏิบัติการที่เป็นการป้องกันและปราบปรามเกี่ยวกับยาเสพติดในชุมชน เพราะลดปัญหาอาชญากรรม และส่งเสริมอาชีพให้กับบุคคลที่หลงผิด และมีสติ ระลึกได้ รู้จักตัว อยากปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น ควรสนับสนุนให้มีโอกาสในสังคมอีกครั้ง

5) ด้านสมาธิพละ:ความตั้งมั่น ควรจัดกิจกรรมให้มีการปฏิบัติธรรม ธรรมฐานเบื้องต้นให้แก่คนในชุมชน เพื่อให้เกิดความมุ่งมั่น ตั้งมั่น ตั้งใจในการทำงานที่เกิดจากพลังของสมาธิ เพื่อลดอัตราการใช้สารเสพติดที่จะไปกระตุ้นให้ขยันทำงาน

6) ด้านปัญญาพละ:ความรู้ ควรส่งเสริมให้เยาวชน หรือคนในชุมชนได้มีโอกาสทางการศึกษาอย่างเป็นระบบ ผ่านความร่วมมือของหน่วยงานทางการศึกษา เช่น ให้ทุนการศึกษาแก่ผู้ด้อยโอกาสทางสังคมจนจบระดับปริญญาตรี เป็นต้น

2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

จากการค้นพบของการวิจัยครั้งนี้ ควรพิจารณาประเด็นต่าง ๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์ในการเสริมสร้างสุขภาพของชุมชน

1) จากผลการวิจัยที่พบว่า คนในชุมชนริมทางรถไฟ จังหวัดขอนแก่น ขาดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ไม่สามารถนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ หน่วยงานทางศาสนา ควรจัดให้มีโครงการ หรือกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมให้แก่สมาชิกชุมชน

2) จากผลการวิจัยที่พบว่า คนในชุมชนริมทางรถไฟ ส่วนใหญ่มีการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมให้เยาวชน หรือคนในชุมชนได้มีโอกาสทางการศึกษาอย่างเป็นระบบ ผ่านความร่วมมือของหน่วยงานทางการศึกษา เช่น ให้ทุนการศึกษาแก่ผู้ด้อยโอกาสทางสังคมจนจบระดับปริญญาตรี เป็นต้น

3) จากผลการวิจัยที่พบว่า คนในชุมชนริมทางรถไฟบางคนมีการใช้สารเสพติด หน่วยงานภาครัฐ ควรจัดกิจกรรมเชิงปฏิบัติการที่เป็นการป้องกันและปราบปรามเกี่ยวกับยาเสพติดในชุมชน เพราะลดปัญหาอาชญากรรม และส่งเสริมอาชีพให้กับบุคคลที่หลงผิด และมีสติ ระลึกได้ รู้สีกตัว อยากปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น ควรสนับสนุนให้มีโอกาสในสังคมอีกครั้ง

4) จากผลการวิจัยที่พบว่า คนในชุมชนริมทางรถไฟ ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง ทำให้มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมอาชีพให้กับคนในชุมชนให้มีรายได้ที่มากขึ้น เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

3. ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักพละ 5 สำหรับชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น

2) ควรศึกษาเกี่ยวกับแนวทางการนำหลักพละ 5 ไปใช้ในการเสริมสร้างสุขภาพสำหรับชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น

3) ควรศึกษาเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักการเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักพละ 5 สำหรับชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น

กิตติกรรมประกาศ

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเรื่อง การเสริมสร้างสุขภาพด้วยหลักพระ 5 สำหรับชุมชนริมทางรถไฟในจังหวัดขอนแก่น ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) และสถาบันวิจัยญาณสังวร มหาวิทยาลัยมหาจุฬารามราชวิทยาลัย

เอกสารอ้างอิง

- คมชัดลึก. (2561). 3 ชุมชนริมทางรถไฟไร้ที่อยู่ ขอรัฐเร่งแก้ปัญหา. สืบค้นเมื่อ 5 กรกฎาคม 2562. จาก <https://www.komchadluek.net/news/hotclip/350997>.
- จังหวัดขอนแก่น. (2562). สืบค้นเมื่อ 1 กรกฎาคม 2562. จาก <http://www.khonkaen.go.th/>
- ชุดิพงษ์ ไตรโลก. (2549). ศึกษาวิเคราะห์รูปแบบการพัฒนาพระ 5 ในพระพุทธศาสนาเถรวาท. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬารามราชวิทยาลัย.
- ธิติญา เหล่าอัน. (2563). ชุมชนข้างทางรถไฟกับผลกระทบจากการสร้างรถไฟรางคู่ : ศึกษากรณีชุมชนข้างทางรถไฟ อำเภอมือเมือง จังหวัดขอนแก่น. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย. 46(1), 254-289.
- นโยบายและยุทธศาสตร์การวิจัยของชาติฉบับที่ 8 พ.ศ. 2555-2559. สืบค้นเมื่อ 3 กรกฎาคม 2562. จาก <https://www.kmutt.ac.th/rippc/nrct59/14a3.pdf>.
- บุญรัตน์ ครุฑคง และคณะ. (2562). กระบวนการพัฒนาคนชายขอบ (คนไร้บ้าน) ของเครือข่ายประชาสังคมจังหวัดสุราษฎร์ธานี. วารสารมหาจุฬานาครพรรณ์. 6(10), 4944-4967.
- แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560 – 2564. สืบค้นเมื่อ 3 กรกฎาคม 2562. จาก https://www.nesdb.go.th/ewt_dl_link.php?nid=6422.
- พระบรมราชาบาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัยมหิดล ณ อาคารใหม่ สวนอัมพร วันที่ 22 ตุลาคม 2522. สืบค้นเมื่อ 3 กรกฎาคม 2562. จาก <https://today.line.me/th/v2/article/ooxXMo>.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2552). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์พิมพ์การพิมพ์.
- ภาณุ อุดกลั่น. (2560). แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพ. สืบค้นเมื่อ 3 กรกฎาคม 2562. จาก <https://www.gotoknow.org/posts/467458>.
- วรณัฐ พงษ์ชนะชัย. (2560). ศึกษาพระ 5 ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน 4. สารนิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา. บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬารามราชวิทยาลัย.

สรรเพชร เพียรจัด, จารินี ม้าแก้ว และ สิทธิพงศ์ คำเจริญ. (2562). การส่งเสริมสุขภาวะชุมชนผ่านผู้นำ
เกษตรกรวิริยะบารมี. *วารสารวิชาการ มจร. บุรีรัมย์*. 4(1), 57-70.

Cronbach, L.J. (1990). *Essential of psychological testing*. 5thed. New York: Harper Collins
Publishers. Inc.