

## การมีส่วนร่วมของชุมชนในการสร้างสุขในชุมชน โดยใช้เทคโนโลยีการมีส่วนร่วมในตำบลชื่นชม อำเภอชื่นชม จังหวัดมหาสารคาม

### Community Participation to creating happiness in community used by technology of Participation at Chuen Chom Sub-district, Maha Sarakham Province.

สุจิตรา ยะวร\*

\*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลเขียงยืน จังหวัดมหาสารคาม

#### บทคัดย่อ

**บทนำ :** จากสภาวะสังคมในปัจจุบันที่ประชาชนมีการดิ้นรนและแข่งขันกันสูง ส่งผลต่อสุขภาพจิตของบุคคล โดยพบคนไทย 1 ใน 4 มีภาวะความเครียด ดังนั้นการหาแนวทางการสร้างความสุขจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

**วัตถุประสงค์ :** เพื่อศึกษาภาวะความสุขของประชาชนและพัฒนารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการสร้างสุขในชุมชนโดยใช้เทคโนโลยีการมีส่วนร่วมของประชาชนตำบลชื่นชม อำเภอชื่นชม จังหวัดมหาสารคาม

**วิธีการศึกษา :** เป็นวิจัยเชิงปฏิบัติการ มีกลุ่มเป้าหมาย คือ แกนนำชุมชน ประกอบด้วย ผู้นำชุมชน ตัวแทนครู สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล ตัวแทนอาสาสมัครสาธารณสุข ตัวแทนแกนนำครอบครัวและแกนนำวัยรุ่น คัดเลือกแบบเจาะจง รวม 41 คน รวบรวมข้อมูลโดยการประชุมกลุ่มแบบมีส่วนร่วมและการสังเกตแบบมีส่วนร่วม และเก็บข้อมูลระดับความสุขในประชาชนอายุ 15 ปีขึ้นไปทุกคนในตำบล จำนวน 969 คน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติพรรณนา ข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา

**ผลการศึกษา :** พบว่าหลังดำเนินการประชาชนมีระดับสุขภาพจิตดีขึ้นจากก่อนดำเนินการ มีรูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการสร้างสุขในชุมชนตำบลชื่นชมที่เกิดจากทุกภาคส่วนทำแผนอย่างมีส่วนร่วม เกิดโครงการตำบลสร้างสุขโดยมี 4 กิจกรรมสำคัญ คือ 1) การเสริมสร้างจิตสำนึก 2) การสร้างกระแสในชุมชนทำเวทีประชาคม 3) การมีชมรมช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสและผู้ป่วยเรื้อรัง 4) การสร้างรายได้โดยจัดตั้งกลุ่มอาชีพ ซึ่งงานวิจัยนี้มีปัจจัยแห่งความสำเร็จ คือ 1) การมีความร่วมมือและความสามัคคีของสมาชิกในชุมชน 2) การมีงบประมาณดำเนินงาน 3) การมีผู้นำที่ดี ผู้ปฏิบัติที่ดีและมีวินัยในการพัฒนา 4) การได้รับคำแนะนำจากหน่วยงานราชการ

**สรุป :** ความสำเร็จอย่างยั่งยืนนั้น เกิดจากความเข้มแข็งของแกนนำชุมชน ที่เข้าใจปัญหา เห็นความจำเป็นที่จะต้องร่วมกันคิดค้นหาปัญหาร่วมกัน ร่วมกำหนดแนวทางและวิธีการแก้ไขปัญหาโดยผ่านกระบวนการมีส่วนร่วม

**คำสำคัญ :** การมีส่วนร่วมของชุมชน, การสร้างสุข

## ABSTRACT

**Introduction :** Current society is struggling competitive affecting mental health of Thailand first found one in four has stressed. Therefore finding ways to make people happy is essential.

**Objective :** To study happiness with the participation of the community, develop a model of community participation and success factors in the development of models to create happiness in the community.

**Method :** Action research on community leaders were selected purposively. Information gathered by group meetings participatory observation. Quantitative analyzed by descriptive statistics. Qualitative content analysis.

**Results :** People with mental health better. A pattern of participation of the community in the creation of life from all sectors plan participant activity 1) awareness 2) generate in the community and a community forum 3) community help the disadvantaged and chronically ill patients 4) monetize professional groups. The key success factors are the participation of community, members harmonization, have the budget, good leader, a good discipline to develop, guidance from the government.

**Conclusion :** The sustained success the strong lead vocal community. Understanding the problem seeing the need to share ideas. Find a common problem and guidelines and how to resolve them through a participatory process.

**Keyword :** Community participation, Creating Happiness.

### บทนำ

ปัจจุบันสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี เป็นสังคมที่มีการดิ้นรน แข่งขันกันสูง การดำเนินชีวิตภายใต้การเปลี่ยนแปลงนี้ย่อมส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของบุคคลไปด้วย<sup>1</sup> นอกจากนี้ประเทศไทยยังต้องเผชิญกับการเกิดภัยทางธรรมชาติ ขณะเดียวกันเหตุการณ์ความขัดแย้งทางการเมืองที่รุนแรงในช่วงปี 2556 - 2557 ส่งผลให้เกิดการบาดเจ็บ การสูญเสียชีวิต การแตกแยกทางความคิด ขาดความสามัคคี สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียด วิตกกังวล ไม่มีความสุข เกิดความเจ็บป่วยทางจิต เช่น ซึมเศร้า ฆ่าตัวตาย และโรคจิต สอดคล้องกับข้อมูลที่กรมสุขภาพจิต ได้สำรวจภาวะสุขภาพจิตคนไทย ในปี 2555 พบว่าคนไทย 1 ใน 4 มีความเครียดเกี่ยวกับการเมือง<sup>2</sup> จากสภาพการณ์ในปัจจุบันรัฐบาล ได้กำหนดนโยบายให้มีการคืนความสุขให้กับสังคมไทย โดยการยกระดับคุณภาพของสังคมไทย ให้สังคมไทยเห็นความสำคัญของการสร้างความสุขขึ้นในชุมชนและสังคม ซึ่งต้องประกอบด้วย การมีสุขภาพ

แข็งแรง ครอบครัวยั่งยืน มีสภาพแวดล้อมที่ดี มีสังคมที่สันติ และเอื้ออาทร<sup>3</sup> ดังนั้นการดำเนินการให้สำเร็จนั้นจำเป็นต้องใช้การมีส่วนร่วมจากหลายภาคส่วนตั้งแต่ ระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการ โดยใช้กระบวนการการมีส่วนร่วมแบบพหุภาคี (Technology of participatory: TOP) ซึ่งปัจจุบันจากการสำรวจความสุขของประชาชนตำบลชื่นชมส่วนมากมีความสุขต่ำกว่ามาตรฐาน ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนารูปแบบและกลวิธีสร้างสุขในชุมชนที่เกิดจากกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชน เพื่อให้ได้รูปแบบและแนวทางในการพัฒนาและดำเนินการสร้างสุขให้กับประชาชน ส่งผลให้ประชาชนมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี ประเทศชาติมีบุคลากรที่มีคุณภาพ และมีกำลังความสามารถในการพัฒนาประเทศต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาภาวะความสุขของประชาชน และพัฒนารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการสร้างสุขในชุมชนโดยใช้เทคโนโลยีการมีส่วนร่วมของประชาชนตำบลชื่นชม อำเภอชื่นชม

จังหวัดมหาสารคาม

### วิธีดำเนินการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ศึกษาในกลุ่มแกนนำชุมชน ซึ่งประกอบด้วย ผู้นำชุมชน ครู สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล อาสาสมัครสาธารณสุข แกนนำครอบครัว แกนนำวัยรุ่น เพื่อทำความเข้าใจต่อสภาพปัญหาและแนวทางในการแก้ไขปัญหา โดยใช้รูปแบบเทคโนโลยีเพื่อการมีส่วนร่วม (Technology of Participation: TOP) ของสถาบันพระปกเกล้า มาเป็นรูปแบบในการดำเนินการวิจัย โดยมีผู้เข้าร่วมการวิจัย จำนวน 41 คน ในพื้นที่ 5 หมู่บ้าน ตำบลชื่นชม อำเภอชื่นชม จังหวัดมหาสารคาม โดยคัดเลือกหมู่บ้านแบบเจาะจงพื้นที่ 5 หมู่บ้าน ตำบลชื่นชม อำเภอชื่นชม จังหวัดมหาสารคาม ได้แก่ หมู่ที่ 1 บ้านหนองหว้า หมู่ที่ 5 บ้านจอมศรี หมู่ที่ 8 บ้านโนนสำลี หมู่ที่ 9 บ้านลำดวน และหมู่ที่ 10 บ้านชื่นชม ระยะเวลาระหว่างเดือน มิถุนายน 2558 ถึง กุมภาพันธ์ 2559 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดความสุขคนไทยฉบับสั้น เพื่อวัดระดับความสุขของประชาชน ส่วนการสร้าง

รูปแบบการสร้างสุข ใช้การประชุมกลุ่ม เพื่อหาคำตอบและเป็นการกระตุ้นผู้ร่วมวิจัยให้แสดงความคิดเห็น ข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ แฟ้มข้อมูลชุมชน และใช้การสังเกตและจดบันทึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การบันทึกเทป การบันทึกภาพ เพื่อบันทึกข้อข้อมูลจากขั้นตอนการดำเนินการ ข้อมูลที่ได้วิเคราะห์ ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติเชิงพรรณนา ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา

### ผลการวิจัย

ผลการประเมินสภาวะความสุขของประชาชน ตำบลชื่นชม อำเภอชื่นชม จังหวัดมหาสารคาม จากประชาชน อายุ 15 ปีขึ้นไป ทุกคนที่อยู่ในพื้นที่วิจัย จำนวน 969 คน พบว่า ก่อนการดำเนินโครงการสร้างสุข ส่วนใหญ่มีความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป จำนวน 617 คน ร้อยละ 65.99 และเมื่อดำเนินโครงการสร้างสุขแล้วเสร็จ ประเมินภาวะความสุขประชาชน พบว่า ส่วนมากมีความสุขดีกว่าคนทั่วไป จำนวน 721คน ร้อยละ 78.50 ดังตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** จำนวนและร้อยละของระดับความสุขของประชาชน ก่อนและหลังดำเนินโครงการตำบลสร้างสุข

ระดับความสุข	ก่อนดำเนินการ (n= 935)		หลังดำเนินการ (n = 918)	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ความสุขดีกว่าคนทั่วไป (Good)	11	1.18	721	78.50
ความสุขเท่ากับคนทั่วไป (Fair)	307	32.83	164	17.90
ความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป (Poor)	617	65.99	33	3.60

แกนนำชุมชนในการร่วมการวางแผนมีส่วนร่วม จำนวน 41 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 65.90 ส่วนใหญ่อายุอยู่ในช่วงอายุ 40 - 49 ปี ร้อยละ 46.03 การศึกษาส่วนใหญ่จบชั้น

มัธยมศึกษา ร้อยละ 48.80 ประกอบอาชีพ เกษตรกร ร้อยละ 87.80 แสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของผู้เข้าร่วมวางแผนแบบมีส่วนร่วม จำแนกตามข้อมูลทั่วไป

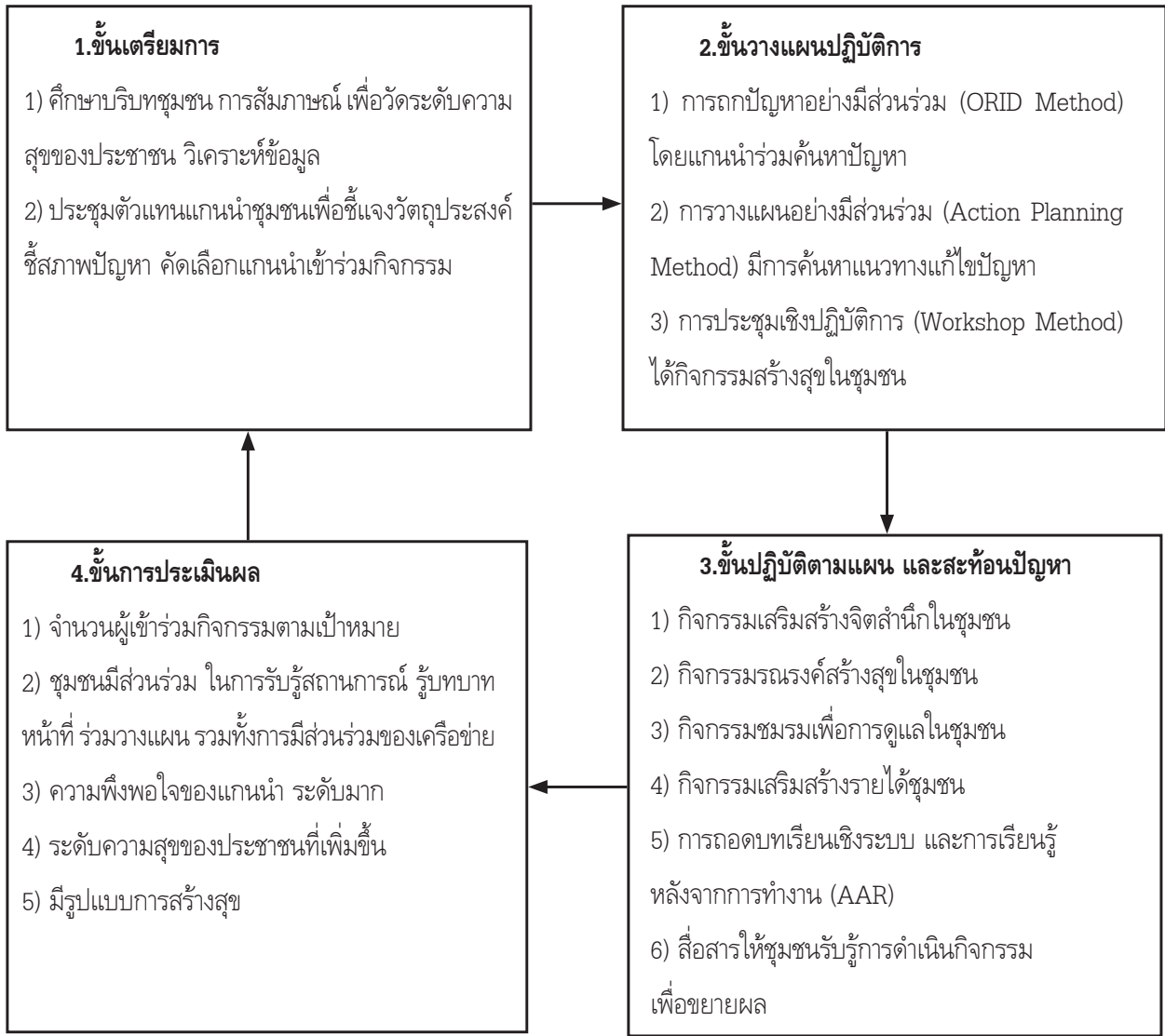
คุณลักษณะทางประชากร	จำนวน (n = 41)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	14	34.10
หญิง	27	65.90
อายุ (ปี)		
น้อยกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	1	2.40
21 - 29 ปี	0	0
30 - 39 ปี	16	39.00
40 - 49 ปี	19	46.30
50 - 59 ปี	3	7.30
มากกว่าหรือเท่ากับ 60 ปี	2	4.90
$\bar{x}$ = 50.80 ปี S.D. = 8.72 Min = 17 Max = 68		
สถานภาพสมรส		
โสด	3	7.30
คู่	34	82.94
หม้าย	3	7.30
หย่า	1	2.45
อาชีพ		
เกษตรกร	36	87.80
ข้าราชการ	1	2.40
ค้าขาย	3	7.30
รับจ้าง	1	2.40
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	16	39.00
มัธยมศึกษา	20	48.80
ปวช./ปวส.	4	9.80
ปริญญาตรี	1	2.40

การประเมินการมีส่วนร่วมของชุมชนโดยการประชุมตัวแทนแกนนำชุมชนก่อนการสร้างการมีส่วนร่วม พบว่า ตำบลชั้นชมไม่มีโครงการในการสร้างสุขที่เป็นรูปธรรม มีเพียงกิจกรรมโครงการอื่น ๆ ที่แก้ไขปัญหาด้านต่าง ๆ ภายหลังดำเนินการพัฒนารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชน การสร้างสุขตำบลชั้นชมโดยใช้แนวคิดการมีส่วนร่วมและประยุกต์ใช้เทคโนโลยีการมีส่วนร่วมด้วยกระบวนการแก้ปัญหาแบบมีส่วนร่วม ซึ่งแกนนำได้สะท้อนปัญหาที่เกิดขึ้นนำไปสู่การมีการจัดทำแผนอย่างมีส่วนร่วม ตัดสินใจในการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน เกิดแผนการปฏิบัติงานอย่างเป็นรูปธรรมในชุมชน และมีการประเมินผลการดำเนินงานร่วมกัน นำผลที่ได้จากการบูรณาการแผนปฏิบัติการและการทำงานร่วมกัน มีการประชุมและแต่งตั้งคณะทำงานที่มาจากทุกภาคส่วนซึ่งถือเป็นระดับสูงสุดของการมีส่วนร่วมเกิดโครงการตำบลสร้างสุข ซึ่งมี 4 กิจกรรมหลัก ดังนี้ 1) กิจกรรมเสริมสร้างจิตสำนึก เพื่อสร้างจิตสำนึกให้คนในชุมชนให้มีระเบียบวินัย มีศีลธรรมในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข และเพื่อการอยู่ร่วมกันของคนในชุมชน มีระเบียบวินัยให้ความเคารพซึ่งกันและกัน 2) กิจกรรมรณรงค์สร้างกระแสในชุมชน โดยกำหนดกิจกรรมย่อย คือ ทำเวที่ประชาคม ทำความสะอาดในชุมชน ออกกำลังกาย รณรงค์ด้านยาเสพติด เพื่อให้ชุมชนมีส่วนร่วม เพื่อให้ชุมชนสะอาด ไม่มีโรคภัยในชุมชน เพื่อให้ประชาชน และเยาวชนห่างไกลจากยาเสพติด 3) กิจกรรมจัดตั้งชมรม เพื่อช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาสและผู้ป่วยเรื้อรัง จัดกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน ออกเยี่ยมติดตามช่วยเหลือ 4) กิจกรรมสร้างรายได้ เพื่อจัดตั้งกลุ่มอาชีพ ทำบัญชีรายรับ รายจ่าย เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับครอบครัว ซึ่งการวิจัยครั้งนี้มีปัจจัยแห่งความสำเร็จ คือ 1) การมีความร่วมมือและความสามัคคีของสมาชิกในชุมชน 2) การมีงบประมาณดำเนินงาน 3) การมีผู้นำดี ผู้ปฏิบัติที่ดี และมีวินัยในการพัฒนา 4) การได้รับคำแนะนำจากหน่วยงานราชการ

ผลลัพธ์ที่ได้ส่งผลให้แกนนำชุมชนมีความเข้าใจในสภาพปัญหามากขึ้น เห็นความจำเป็นที่จะต้องร่วมกันระดมความคิด ต้องการอยากช่วยเหลือ อยากแก้ปัญหาาร่วมกัน ค้นหาปัญหาาร่วมกัน ร่วมกันหาแนวทางการแก้ไขปัญหา และร่วมกำหนดแนวทางและวิธีการแก้ไขปัญหาผ่านกระบวนการแก้ปัญหา ระดมแนว

ความคิดและเลือกปัญหาาร่วมกัน และนำปัญหาที่ได้จากการระดมความคิด จัดทำเป็นแผนงานและนำแผนไปสู่การปฏิบัติอย่างมีลำดับขั้นตอน มีการแต่งตั้งคณะกรรมการจากแกนนำมาร่วมรับผิดชอบในแผนงานแต่ละกิจกรรม ติดตามประสานงาน และแสวงหาความร่วมมือจากภาคีต่าง ๆ เป็นโอกาสดีที่แกนนำได้เรียนรู้ถึงเทคนิควิธีการวางแผนแบบมีส่วนร่วมและสามารถนำเทคนิควิธีการไปปรับใช้กับการวางแผนงานโครงการอื่น ๆ เพื่อให้กิจกรรมที่ได้มีโอกาสประสบผลสำเร็จสูง เมื่อนำกิจกรรมหลักไปสู่การปฏิบัติร่วมกันในพื้นที่ระยะเวลา 9 เดือนแล้วประเมินระดับความสุขของประชาชน โดยแบบวัดความสุขคนไทยฉบับสั้น พบว่า โดยรวมหลังดำเนินการมีระดับความสุขเพิ่มขึ้นจากก่อนดำเนินการ

ผลการพัฒนารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการสร้างสุขในชุมชนตำบลชั้นชม สามารถพัฒนารูปแบบและวิธีการมีส่วนร่วมของชุมชนทุกระดับ ดังนี้ 1) มีคณะกรรมการดำเนินงานที่มาจากผู้มีส่วนได้เสีย และมีการแสวงหาตัวแทนแกนนำที่ทรงอิทธิพลเพื่อร่วมทบทวนและชักชวนแกนนำในการร่วมวางแผนแบบมีส่วนร่วม 2) มีการจัดทำแผนที่ได้จากการสร้างการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริงตามรูปแบบเทคโนโลยีการมีส่วนร่วมผ่านกระบวนการแก้ปัญหาแบบมีส่วนร่วม ประชุมเชิงปฏิบัติการและวางแผนเชิงปฏิบัติการ ซึ่งต้องเปิดโอกาสให้แกนนำได้ร่วมแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระภายใต้เงื่อนไขที่กำหนดเพื่อนำสู่แผนปฏิบัติที่เกิดจากความตระหนักในปัญหาและการมีส่วนร่วมที่แท้จริง 3) มีการหาแหล่งงบประมาณที่มาสนับสนุนกิจกรรมที่วางแผน ทั้งที่เป็นงบประมาณจากภาครัฐบาลในหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จากภาคเอกชน และจากการระดมทุนชุมชนทั้งที่เป็นทุนทางด้านบุคลากร แรงงาน หรือเงิน 4) มีการมอบหมายงานให้รับผิดชอบ และดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ พร้อมทั้งมีการติดตามประเมินผล 5) มีการประเมินหลังการทำกิจกรรมเพื่อนำข้อเสนอแนะ ข้อผิดพลาด มาร่วมกันปรับปรุงแก้ไขการดำเนินกิจกรรมให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น 6) หลังสิ้นสุดกิจกรรมตามแผนงาน ต้องมีการถอดบทเรียน เพื่อเรียนรู้ข้อผิดพลาดเรียนรู้ปัจจัยแห่งความสำเร็จ เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของชุมชนต่อไป สามารถสรุปเป็นตัวแบบในการสร้างสุขตำบลชั้นชม ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 รูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการสร้างสุข ตำบลชื่นชม อำเภอชื่นชม จังหวัดมหาสารคาม

**วิจารณ์**

การใช้กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนโดยการประยุกต์ใช้ เทคโนโลยีการมีส่วนร่วมมาใช้ในการร่วมแก้ปัญหา ประชุม เชิงปฏิบัติการ วางแผนเชิงปฏิบัติการ เปิดโอกาสให้ผู้มีส่วนได้ ส่วนเสียเข้ามามีส่วนร่วมอย่างแท้จริง ตั้งแต่กระบวนการตัดสินใจ กระบวนการกำหนดนโยบายการวางแผนโครงการ และวิธีการ ทำงาน ทำให้ชุมชนเห็นความสำคัญ ยินดีที่จะเข้าร่วมกิจกรรม เกิดความรู้สึกเป็นเจ้าของ เกิดความตระหนักอยากมาร่วมรับผิดชอบร่วมกัน ส่งผลให้เกิดแก้ไขปัญหาที่ยั่งยืนต่อไป สอดคล้อง กับปานทอง ผุดผ่อง<sup>๖</sup>พบว่า ด้วยเทคนิคการถกปัญหาและเทคนิค วางแผนปฏิบัติการ องค์กรในชุมชนบูรณาการและมีส่วนร่วมใน

การทำงานร่วมกันอย่างต่อเนื่อง ทำให้แกนนำชุมชนมีศักยภาพ ในการดำเนินดำเนินการ ซึ่งสอดคล้องกับศักรินทร์ ทองภูธร<sup>4</sup> พบว่า โปรแกรมการมีส่วนร่วมโดยการนำเทคโนโลยีเพื่อการมี ส่วนร่วมของสถาบันพระปกเกล้ามาประยุกต์ใช้ทำให้ระดับการมี ส่วนร่วมในการพัฒนามาตรฐานศูนย์สุขภาพชุมชน ในด้านการ ร่วมให้ข้อมูลข่าวสาร ด้านการร่วมปรึกษาหารือ ด้านการร่วม วางแผนและตัดสินใจ ด้านการร่วมดำเนินการ และด้านการร่วม ประเมินผลมีระดับการมีส่วนร่วมสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

หลังจากการวางแผนเชิงปฏิบัติการแล้วเป็นขั้นตอนนำแผน ไปสู่การปฏิบัติโดยดำเนินการในพื้นที่ หลังจากดำเนินกิจกรรม

แล้วทำการวัดความสุขของประชาชนในพื้นที่ พบว่า ประชาชนส่วนมากมีระดับความสุขสูงกว่าระดับความสุขของคนปกติ ซึ่งความสุขของคนชื่นชม ส่วนหนึ่งเกิดจากการมีรายได้ที่เพิ่มขึ้น จากกิจกรรมสร้างสุขในชุมชน สอดคล้องกับการศึกษาของ รศรินทร์ เกรย์ ปังปอนด์ รักอำนวยกิจ และศิริพันธ์ กิตติสุขสถิต<sup>5</sup> พบว่า ปัจจัยทางเศรษฐกิจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาหนี้สินเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญเป็นลำดับแรกต่อระดับความสุข โดยความยากจนทำให้เกิดความทุกข์ และสอดคล้องกับการศึกษาของนิศานถ ถิ่นทะเล<sup>6</sup> พบว่าระดับความสุขอยู่ในระดับมาก 3 ด้าน คือ ด้านการมีรายได้ และการกระจายรายได้ ส่วนในด้านความสุขที่เกิดจากการสร้างความตระหนักให้กับชุมชนนั้น ชุมชนต้องมีส่วนร่วมในการรับผิดชอบชุมชน การจัดการประชาคม การเข้าวัดฟังธรรม สอดคล้องกับการศึกษาของ อภิลิทธิ อารวงวรกุลและคณะ<sup>7</sup> ที่พบว่าการศึกษาที่ชุมชนเข้มแข็ง การมีสิ่งแวดล้อมที่ดี และเข้าถึงธรรมชาติ เป็นปัจจัยที่สำคัญที่ก่อให้เกิดความสุข ส่วนกิจกรรมชมรมช่วยเหลือคนในชุมชนนั้นมีส่วนทำให้ประชาชนมีความสุข สอดคล้องกับการศึกษาของพิริยะ ผลพิรุฬห์ และปังปอนด์ รักอำนวยกิจ<sup>8</sup> พบว่า ความสุขของบุคคลอื่น ๆ ในครอบครัวส่งผลเชิงบวกต่อความสุขของบุคคลนั้น ๆ ด้วยเช่นกัน โดยถ้าคนในครอบครัวมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความรักใคร่ซึ่งกันและกัน ก็จะส่งผลทำให้ครอบครัวนั้นมีความสุขมากขึ้นด้วย สำหรับภาครัฐในการสร้างทุนทางสังคมได้อย่างเหมาะสม และการรณรงค์ต่าง ๆ เพื่อสร้างกระแสสังคม ส่งผลให้ชุมชนมีความสุข สอดคล้องกับการศึกษาของรังสรรค์ ภิรมย์<sup>9</sup> พบว่า ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อระดับความสุขกับระดับความสุขในหมวดต่าง ๆ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และยังพบว่า การมีสิ่งแวดล้อมที่ดี การมีร่างกายที่แข็งแรง และจิตใจที่แจ่มใส การมีชุมชนเข้มแข็ง และการมีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีความสัมพันธ์กับระดับความสุข

### ข้อเสนอแนะ

1. วิทยากรประจำกลุ่มที่ควรเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า เพื่อจะหาวิธีที่เหมาะสมในการที่จะให้ประชาชนเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมมากที่สุด
2. เทคนิคบัตรความคิดมีข้อจำกัดในบางกลุ่ม เช่น กลุ่มที่มีข้อจำกัดด้านการมองเห็น เขียนหนังสือไม่ได้ควรต้องปรับวิธี

การเป็นกระบวนการอย่างอื่นแทน เช่น การสนทนากลุ่ม แต่ใช้คำถามของการถกปัญหาและวงกติกากการแสดงความคิดเห็น เพื่อเป็นการลดข้อจำกัดและสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย

3. จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมสร้างการมีส่วนร่วมที่เหมาะสมประมาณ 40-50 คน ต่อจำนวนผู้เอื้ออำนวย 10 คน ซึ่งทำให้สามารถดำเนินกิจกรรมได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

4. ควรมีการศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดำเนินการสร้างสุขและผลกระทบที่เกิดจากปัจจัยต่าง ๆ ต่อการดำเนินการสร้างสุขในชุมชน

### กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ สำนักงานกองทุนสนับสนุนสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และศูนย์สุขภาพจิตที่ 7 ขอนแก่น ที่สนับสนุนงบประมาณในการดำเนินการวิจัย ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ บุคลากร แกนนำชุมชน ประชาชน ตำบลชื่นชม ที่เป็นพื้นที่ดำเนินการวิจัย

### เอกสารอ้างอิง

1. อภิชัย มงคล และคณะ. การพัฒนาและทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย. กรมสุขภาพจิต กระทรวง สาธารณสุข นนทบุรี; 2552.
2. สมชาย จักรพันธุ์. ความเครียดจากแขกไม่ได้รับเชิญ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมการเกษตรแห่งประเทศไทย; 2555.
3. ปานทอง ผุดผ่อง. รูปแบบการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีการมีส่วนร่วมของชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุบ้านกุดจอก ตำบลน้ำคำใหญ่ อำเภอเมืองยโสธร จังหวัดยโสธร (วิทยานิพนธ์ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม; 2555.
4. ศักรินทร์ ทองภูธร. ประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมการมีส่วนร่วมในการพัฒนามาตรฐานศูนย์สุขภาพ ชุมชนอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม (วิทยานิพนธ์ปริญญา สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม; 2553.
5. รศรินทร์ เกรย์ ปังปอนด์ รักอำนวยกิจ และศิริพันธ์ กิตติสุขสถิต. ความสุขบนความพอเพียง:ความมั่นคงในบั้นปลายชีวิต. นครปฐม: สำนักพิมพ์ประชากรและสังคม; 2549.

6. นิตานถ ถิ่นทะเล. การวัดระดับความสุขของประชาชน: กรณีศึกษาเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบล ยาวน้อย อำเภอเกาะยาว จังหวัดพังงา (รายงานการศึกษาระดับรัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิตสาขาการปกครองท้องถิ่นวิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น). มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2550.
7. อภิลิทธิ์ อ่างรวงกุล และคณะ. กระบวนการพัฒนาตัวชี้วัดความสุขของประชาชนชาวไทย. [online] 2543 [20 พฤศจิกายน 2551]; แหล่งที่มา:URL: [http://elibrary.trf.or.th/project\\_content.asp?PJID=RDG4340001](http://elibrary.trf.or.th/project_content.asp?PJID=RDG4340001)
8. พิริยะ ผลพิรุฬห์ และบังปอนด์ รักอำนวยกิจ. ความสุขกายสบายใจของคนเมือง. นครปฐม: สำนักพิมพ์ ประชากรและสังคม; 2550.
9. รังสรรค์ ภิรมย์. การวัดระดับความสุขของประชากรในอำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ (การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญาเศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2550.