



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ภาคผนวก ก
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

แบบสอบถาม

สภาพปัญหา ความต้องการและข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไข สุขภาวะของบุคคลในชุมชน

1. ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ ชาย หญิง

2. อายุ.....ปี

3. น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร

2. แบบสอบถามระดับสภาพปัญหา

คำชี้แจง ให้ท่านกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน โดยมีเกณฑ์การตัดสินปัญหา ดังนี้

ระดับสภาพปัญหา	เกณฑ์การตัดสิน
มากที่สุด	มีเป็นประจำสม่ำเสมอ
มาก	มีบ่อยครั้ง
ปานกลาง	มีบ้างบางครั้ง
น้อย	มีนานๆครั้ง
น้อยที่สุด	มีน้อยหรือไม่มีเลย

สภาพปัญหา	ระดับสภาพปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านร่างกาย					
1. ท่านมีปัญหาการรับประทานอาหารไม่ครบ ทั้ง 5 หมู่					
2. ท่านบริโภคอาหารสุกๆดิบๆที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ					
3. ท่านรับประทานน้ำสะอาดอย่างพอเพียงในแต่ละวัน					
4. ท่านหายใจได้รับอากาศบริสุทธิ์					
5. ท่านมีการออกกำลังกายอย่างพอเพียง					
6. ท่านมีปัญหาการเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย					
7. ท่านสูบบุหรี่หรือดื่มแอลกอฮอล์ หรือเสพยาเสพติด					
8. ท่านพักผ่อนเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย					
ด้านจิตใจ					
1. ท่านใช้ชีวิตอย่างสนุกสนานร่าเริง					
2. ท่านมีความเครียดในการทำงาน					
3. ท่านมีเวลาในการพักผ่อนหย่อนใจ					
4. ท่านมีสมาธิในการทำงาน					
5. ท่านมีจิตใจที่สงบสุข					
6. ท่านได้รับความอบอุ่นทางใจจากคนในครอบครัว					
7. ท่านได้รับความอบอุ่นทางใจจากเพื่อนร่วมงาน					
8. ท่านมีความเลื่อมใสศรัทธาในศาสนาที่ท่านนับถือ					
9. ท่านมีความโกรธต่อผู้อื่น					
10. ท่านมักมีความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆ					

สภาพปัญหา	ระดับสภาพปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านสังคม					
1. ท่านปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดี					
2. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกับบุคคลอื่น					
3. ท่านยอมรับความแตกต่างของบุคคลในสังคม					
4. ท่านใช้คำพูดที่ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง					
5. ท่านแก้ปัญหาความขัดแย้งของคนในสังคมได้					
6. ท่านมักทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นในสังคม					
7. ท่านเคารพในกฎกติกาของสังคม					
ด้านสติปัญญา					
1. ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ					
2. ท่านแสวงหาความรู้ใหม่ๆเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ					
3. ท่านสามารถวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพได้อย่างถูกต้อง					
4. ท่านสามารถแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับตัวท่าน					
5. ท่านได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลสุขภาพกับผู้อื่น					
6. ท่านเห็นโทษของการเสพยาเสพติด					
7. ท่านเห็นโทษของสารเคมีที่ปนเปื้อนในอาหารที่บริโภค					
8. ท่านเห็นคุณค่าของการดูแลสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ					

3. ความต้องการ

โปรดเขียนความต้องการในการพัฒนาสุขภาพของท่าน ใน 4 ด้าน ดังนี้

3.1 ด้านร่างกาย ท่านต้องการให้ร่างกายของท่านเป็นอย่างไร

.....

.....

.....
.....
.....

3.2 ด้านจิตใจ ท่านต้องการให้จิตใจของท่านเป็นอย่างไร

.....
.....
.....
.....

3.3 ด้านสังคม ท่านต้องการให้สังคมของท่านเป็นอย่างไร

.....
.....
.....
.....

3.4 ด้านสติปัญญา ท่านต้องการให้สติปัญญาของท่านเป็นอย่างไร

.....
.....
.....
.....

4. ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไขปัญหาของท่าน โปรดเขียนความคิดเห็นของท่านลงในช่องว่างต่อไปนี้

4.1 ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไขปัญหาและความต้องการของท่าน ด้านร่างกาย

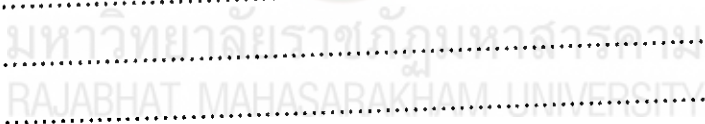
.....
.....
.....
.....

4.2 ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไขปัญหาและความต้องการของท่าน ด้านจิตใจ

.....
.....
.....
.....

4.3 ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไขปัญหาและความต้องการของท่าน ด้านสังคม

.....
.....
.....
.....



4.4 ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไขปัญหาและความต้องการของท่าน ด้านสติปัญญา

.....
.....
.....
.....

ขอขอบคุณทุกท่านที่ตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถาม เพื่อประเมินผลการใช้กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

1. ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. แบบสอบถามระดับความคิดเห็น

คำชี้แจง ให้ท่านกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านร่างกาย					
1. ข้าพเจ้ามีการบริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์ครบถ้วนตามหลักโภชนาการ					
2. ข้าพเจ้ามีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ					
3. ข้าพเจ้ามีร่างกายที่แข็งแรง					
4. ข้าพเจ้าไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด					
5. ข้าพเจ้าได้รับอากาศบริสุทธิ์อย่างเพียงพอ					
6. ข้าพเจ้าปลูกผักกินเอง					
7. ข้าพเจ้างดใช้ปุ๋ยเคมีและยาฆ่าหญ้าในการทำนา					
8. ข้าพเจ้าปลูกต้นไม้ไว้ตามคันนา					
ด้านจิตใจ					
9. ข้าพเจ้ามีเวลาพักผ่อนและผ่อนคลายความเครียด					
10. ข้าพเจ้ามีเวลาทำกิจกรรมกับครอบครัวมากขึ้น					
11. ข้าพเจ้าทำบุญ ตักบาตรสม่ำเสมอ					
12. ข้าพเจ้ามีกำลังใจที่ดีจากคนรอบข้างและคนในครอบครัว					

รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
13. ข้าพเจ้ามีความสุขในการดำเนินชีวิต					
14. ข้าพเจ้าเข้าวัดฟังธรรมกับครอบครัวอย่างสม่ำเสมอ					
15. ข้าพเจ้ามีสมาธิในการทำงาน					
ด้านสังคม 16. ข้าพเจ้าได้เข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนสม่ำเสมอ					
17. ข้าพเจ้าได้ร่วมบำเพ็ญประโยชน์ให้ชุมชนและสังคม					
18. ข้าพเจ้าเข้าร่วมประชุมกับกลุ่มสมาชิกสม่ำเสมอ					
19. ข้าพเจ้าได้เข้าร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับบุคคลอื่นอย่างสม่ำเสมอ					
20. ข้าพเจ้าแสดงความคิดเห็นตนเองและยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น					

4. ข้อเสนอแนะ โปรดเขียนความคิดเห็นของท่านลงในช่องว่างต่อไปนี้

4.1 ข้อเสนอแนะ การดำเนินกิจกรรม ด้านร่างกาย

.....

.....

.....

.....

.....

4.2 ข้อเสนอแนะ การดำเนินกิจกรรม ด้านจิตใจ

.....

.....

.....

.....

4.3 ข้อเสนอแนะ การดำเนินกิจกรรม ด้านสังคม

.....

.....

.....

.....

4.4 ข้อเสนอแนะ การดำเนินกิจกรรม ด้านสติปัญญา

.....

.....

.....

.....

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ขอขอบคุณทุกท่านที่ตอบแบบสอบถาม

แบบทดสอบ สุขภาวะสติปัญญา

คำชี้แจง ให้ท่านเลือกข้อที่ถูกต้องที่สุด เพียงข้อเดียว แล้วกากบาท (X) ทับหน้าข้อ ก,ข,ค หรือ ง ที่ท่านเลือก

1. สุขภาวะ หมายถึงอะไร
 - ก. ภาวะของการมีสุขภาพที่ดี
 - ข. ภาวะของการมีความสุข
 - ค. ภาวะของการมีร่างกายแข็งแรง
 - ง. ภาวะของการมีจิตใจดี
2. สุขภาพดี 4 ด้าน คือ อะไรบ้าง
 - ก. กาย,ใจ,อารมณ์,สังคม
 - ข. กาย,ใจ,สังคม,ตัวตน
 - ค. กาย,ใจ,สังคม,สติปัญญา
 - ง. กาย,ใจ,อารมณ์,บุคคล
3. สิ่งใดเป็นสิ่งที่มึผลดีต่อสุขภาวะทางด้านร่างกาย
 - ก. กินอาหารเยอะๆ
 - ข. กินผักผลไม้เยอะๆ
 - ค. กินข้าวเยอะๆ
 - ง. กินอาหารปลอดสารพิษ
4. การออกกำลังกายเป็นประจำ จะทำให้เกิดผลตามข้อใด
 - ก. ร่างกายแข็งแรง
 - ข. จิตใจ เบิกบาน
 - ค. ไม่เจ็บป่วยง่าย
 - ง. ถูกทุกข้อ
5. ข้อใดเป็นคำกล่าวที่ทำให้มีร่างกายดี
 - ก. ปากเป็นเอกเลขเป็นโท
 - ข. กินแต่พอดีใช้พลังงานไปเรื่อยๆ
 - ค. เบาทหวาน ความดัน เกิดจากไขมันสะสม
 - ง. เกิดมาชาติเดียว ต้องใช้ชีวิตให้คุ้ม

6. ข้อใดถูกต้องเกี่ยวกับการทำนาปลอดสารพิษ
- นายพัฒนชัย ใส่ปุ๋ยเคมีในนาข้าว
 - นางอ้วน ใช้ยาฆ่าหญ้าก่อนดำนา
 - นายสุข ฉีดพ่นยาฆ่าแมลงในช่วงที่ข้าวตั้งท้อง
 - นางนันทา ใช้ปุ๋ยหมักชีวภาพในนาข้าว
7. พืชสมุนไพรในครัวเรือนชนิดใดที่ใช้ต้มทำน้ำดื่มดับกระหายได้
- พริกสด
 - ใบโหระพา
 - ต้นตะไคร้
 - ผักตำลึง
8. โดยปกติ คนเราควรออกกำลังกายอย่างน้อยวันละเท่าไร ร่างกายจึงจะเผาผลาญได้ดี
- 30 นาที
 - 1 ชั่วโมง
 - 1 ชั่วโมงครึ่ง
 - 2 ชั่วโมง
9. ข้อใดคือโทษของเหล้า
- กดประสาททำให้มีเมฆา
 - ดื่มบ่อยทำให้เป็นโรคตับแข็งได้
 - ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ถ้าดื่มขณะขับรถ
 - ถูกทุกข้อ
10. ข้อใดคือโทษของบุหรี่
- มีสารนิโคตินก่อให้เกิดโรคมะเร็ง
 - ทำให้เกิดโรคถุงลมโป่งพอง
 - ทำให้มีกลิ่นปาก มีคราบที่ฟัน
 - ถูกทุกข้อ
11. ข้อใดคือความหมายของการลงแขก
- การรวมกลุ่มช่วยเหลือกัน
 - การออกค่าใช้จ่ายร่วมกัน
 - การว่าจ้างคนอื่นมาช่วยกัน



- ง. ไม่มีข้อใดถูก
12. ข้อใดคือประโยชน์ของต้นไม้
- ให้ร่มเงา
 - ให้อากาศบริสุทธิ์
 - ใบร่วงหล่นเป็นปุ๋ยบำรุงดิน
 - ทุกข้อที่กล่าวมา
13. ในตอนกลางวันได้ต้นไม้จะเย็น เวลาเย็นได้ต้นไม้แล้วรู้สึกสดชื่น เพราะเหตุใด
- เพราะต้นไม้มีใบมากช่วยป้องกันแสงแดด
 - เพราะต้นไม้ปล่อยก๊าซออกซิเจนให้เราได้ใช้หายใจ
 - เพราะต้นไม้มีสีเขียวช่วยให้เย็นสดชื่นสบายตา
 - เพราะต้นไม้มีลำต้นที่แข็งแรงช่วยทำให้เกิดลม
14. การเข้าวัดฟังธรรมจะทำให้เกิดผลต่อตนเอง ข้อใดที่สำคัญที่สุด
- มีความสุขทางใจที่ได้ทำบุญ
 - เป็นการสะสมบุญไว้ใช้ชาติหน้า
 - เป็นการบำรุงพระพุทธศาสนา
 - ได้พบเจอผู้คนทำให้ไม่เหงา
15. ข้อใดคือประโยชน์ของการเข้าร่วมงานบุญประเพณีของชุมชน
- ทำให้เกิดความสนุกสนานรื่นเริง
 - ทำให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ
 - ทำให้ได้รับการยกย่องจากคนในชุมชน
 - ข้อ ก และ ข ถูก
16. ข้อใดเป็นข้อดีของการเข้าร่วมประชุมกลุ่มอย่างสม่ำเสมอที่สำคัญที่สุด
- แสดงให้คนอื่นเห็นว่าเรามีประโยชน์ต่อกลุ่ม
 - ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น
 - เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
 - ทำให้เป็นที่ยอมรับของคนในชุมชน
17. บุคคลในข้อใดที่ถือว่าเป็นครูภูมิปัญญาของท้องถิ่น
- ครูปரிชาติ สอนวิชาวิทยาศาสตร์ที่โรงเรียนมัธยมประจำตำบล
 - ดร. มานิตย์ เป็นผู้อำนวยการโรงเรียนประถมแห่งหนึ่ง ในจังหวัดร้อยเอ็ด

- ค. คุณปู่สม สอนลูกหลานสานตะกร้าและไม้กวาดมือเสือเมื่อมีเวลาว่าง
 ง. ดร. ศักดิ์พงษ์ สอนนักศึกษาปริญญาเอก ที่มหาวิทยาลัยของรัฐ
18. ความรู้ในข้อใดที่จัดว่าเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น
- ก. การทำนา
 ข. การสานตะกร้า
 ค. การเป็นหมอสูตรขวัญ
 ง. ทุกข้อที่กล่าวมา
19. บุคคลในข้อใดต่อไปนี้มีสุขภาวะทางด้านจิตใจที่ดี
- ก. อาร์มี เป็นคนเงียบไม่ค่อยพูด ชอบนั่งเหม่ออยู่คนเดียว มีความเครียดสูง
 ข. ไบเฟิร์น ช่างพูด ร่าเริง แจ่มใส ชอบช่วยเหลือผู้อื่นและไม่วิตกกังวล
 ค. เดียวดายขี้น้อยใจคนอื่น ชอบเก็บมาคิดคนเดียว และมีอารมณ์โกรธเสมอ
 ง. โอ๊ะ ชอบแข่งกับคนอื่น แล้วนำมาเปรียบเทียบกับตนเองจนไม่มีความสุข
20. ครอบครัวของบุคคลในข้อใด ที่มีสุขภาวะทางสังคมที่ดี
- ก. ครอบครัว ก พ่อแม่ชอบทะเลาะกันเสียงดัง ลูกๆเก็บตัวอยู่ในห้องทั้งวัน
 ข. ครอบครัว ข ได้รับยกย่องจากคนในชุมชนว่าเป็นครอบครัวตัวอย่าง
 ค. ครอบครัว ค พ่อแม่ลูกมักอยู่ด้วยกัน ช่วยกันทำงาน ทานข้าวเย็นด้วยกันทุกวัน
 ง. ครอบครัว ง พ่อแม่ไปทำงานต่างจังหวัด ปล่อยให้ลูกๆอยู่ที่บ้าน
21. ความดันปกติของคนเราเป็นเท่าไร
- ก. 120/80
 ข. 130/90
 ค. 150/100
 ง. 180/80
22. การรับประทานอาหารในข้อใดที่มีความเสี่ยงทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง
- ก. อาหารทอด อาหารมัน
 ข. อาหารด้ม อาหารย่าง
 ค. อาหารปรุงสุกใหม่ๆ
 ง. อาหารกระป๋องสำเร็จรูป
23. คนเราในวัยเด็กควรนอนหลับพักผ่อนวันละกี่ชั่วโมง
- ก. 6 ชั่วโมง

- ข. 8 ชั่วโมง
 ค. 9 ชั่วโมง
 ง. 10 ชั่วโมง
24. คนเราในวัยผู้ใหญ่ควรนอนหลับพักผ่อนวันละกี่ชั่วโมง
 ก. 6 ชั่วโมง
 ข. 8 ชั่วโมง
 ค. 9 ชั่วโมง
 ง. 10 ชั่วโมง
25. บุคคลในข้อใดที่มีการจัดการอารมณ์ได้ดี
 ก. พรพุดระบายความเครียดกับบุคคลไว้ใจได้
 ข. พลอยมักเก็บความรู้สึกและความทุกข์ใจไว้คนเดียว
 ค. พิศ มักนอนไม่หลับจึงกินยานอนหลับทุกวัน
 ง. แพน มีอาการปวดศีรษะอยู่เสมอเมื่อมีเรื่องเครียด
26. การรับประทานอาหารในข้อใดทำให้เกิดโรคพยาธิใบไม้ในตับ
 ก. อาหารสุกๆดิบๆ
 ข. อาหารสำเร็จรูป
 ค. อาหารที่งัว้างคั้น
 ง. อาหารจานด่วน
27. ข้อใดเป็นสิ่งที่มิมีผลต่อสุขภาพดี
 ก. มีการเรียนรู้วิธีการดูแลสุขภาพ
 ข. การเรียนรู้และลดพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพ
 ค. การเรียนรู้และการลดพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพ โดยมีผู้นำชุมชนและเครือข่ายเป็นผู้ให้การสนับสนุนการปรับเปลี่ยนความคิดในดูแลสุขภาพ
 ง. การเรียนรู้และการลดพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพ โดยการหันมาใส่ใจสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย
28. ข้อใดไม่เกี่ยวข้องกับสุขภาพะทางกาย
 ก. ความเครียดหรือวิตกกังวลต่อการทำงาน
 ข. การนอนหลับพักผ่อนเป็นไปตามปกติ
 ค. ฟันแข็งแรง หูสามารถรับฟังได้ดีและตาสามารถมองเห็นได้ชัดเจน

- ง. ผิวพรรณผุดผ่อง หน้าตาแจ่มเิบ มีความสดชื่น
29. บุคคลที่มีสุขภาพะดี จะส่งผลอย่างไรต่อการดำเนินชีวิต
- ก. ทำให้มีรายได้เพียงพอต่อการดำเนินชีวิต
- ข. ทำให้กลายเป็นต้นแบบที่ดีต่อผู้อื่น
- ค. ทำให้เป็นที่ยอมรับในสังคมที่ตนอาศัยอยู่ได้
- ง. ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น อยู่อย่างมีความสุขอย่างยั่งยืน
30. การเรียนรู้อยู่เสมอ มีผลอย่างไรต่อการมีสุขภาพะที่ดี
- ก. ทำให้เป็นผู้ที่มีความรู้มาก
- ข. ทำให้สามารถนำความรู้มาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน
- ค. สามารถบอกกล่าวแก่คนอื่น ๆ ได้โดยเฉพาะคนในครอบครัว
- ง. ข้อ ข และ ค



แบบสังเกตแบบมีส่วนร่วมขณะดำเนินกิจกรรม

ชื่อ

กิจกรรม.....

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน.....คน

เหตุการณ์ในการดำเนินกิจกรรม

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....





ภาคผนวก ข

การวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ตารางที่ 34 วิเคราะห์ ค่า IOC แบบสอบถามสภาพปัญหา ความต้องการ และแนวทางแก้ไขสุขภาวะ

ข้อ	รายการ	ค่า IOC (ผู้เชี่ยวชาญ)					รวม	เฉลี่ย
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
สุขภาวะด้านร่างกาย								
1	ท่านมีปัญหาการรับประทานอาหารไม่ครบ ทั้ง 5 หมู่	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
2	ท่านบริโภคอาหารสุกๆดิบๆที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
3	ท่านรับประทานน้ำสะอาดอย่างพอเพียงในแต่ละวัน	0	+1	+1	+1	+1	4	0.80
4	ท่านหายใจได้รับอากาศบริสุทธิ์	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
5	ท่านมีการออกกำลังกายอย่างพอเพียง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
6	ท่านมีปัญหาการเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
7	ท่านสูบบุหรี่หรือดื่มแอลกอฮอล์หรือเสพยาเสพติด	0	+1	0	+1	+1	3	0.60
8	ท่านพักผ่อนเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
สุขภาวะด้านจิตใจ								
1	ท่านใช้ชีวิตอย่างสนุกสนานร่าเริง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
2	ท่านมีความเครียดในการทำงาน	+1	+1	0	+1	+1	4	0.80
3	ท่านมีเวลาในการพักผ่อนหย่อนใจ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
4	ท่านมีสมาธิในการทำงาน	+1	+1	+1	+1	0	4	0.80
5	ท่านมีจิตใจที่สงบสุข	+1	+1	+1	0	+1	4	0.80
6	ท่านได้รับความอบอุ่นทางใจจากคนในครอบครัว	+1	0	+1	+1	+1	4	0.80

ข้อ	รายการ	ค่า IOC (ผู้เชี่ยวชาญ)					รวม	เฉลี่ย
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
7	ท่านได้รับความอบอุ่นทางใจจากเพื่อนร่วมงาน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
8	ท่านมีความเลื่อมใสศรัทธาในศาสนาที่ท่านนับถือ	+1	+1	+1	+1	+1	4	0.80
9	ท่านมีความโกรธต่อผู้อื่น	+1	0	+1	+1	+1	4	0.80
10	ท่านมักมีความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00

สุขภาวะด้านสังคม

1	ท่านปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดี	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
2	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกับบุคคลอื่น	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
3	ท่านยอมรับความแตกต่างของบุคคลในสังคม	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
4	ท่านใช้คำพูดที่ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
5	ท่านแก้ปัญหาความขัดแย้งของคนในสังคมได้	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
6	ท่านมักทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นในสังคม	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
7	ท่านเคารพในกฎกติกาของสังคม	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00

สุขภาวะด้านสติปัญญา

1	ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
2	ท่านแสวงหาความรู้ใหม่ๆเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00

ข้อ	รายการ	ค่า IOC (ผู้เชี่ยวชาญ)					รวม	เฉลี่ย
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
3	ท่านสามารถวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพได้อย่างถูกต้อง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
4	ท่านสามารถแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับตัวท่าน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
5	ท่านได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลสุขภาพกับผู้อื่น	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
6	ท่านเห็นโทษของการเสพยาเสพติด	+1	+1	0	+1	+1	4	0.80
7	ท่านเห็นโทษของสารเคมีที่ปนเปื้อนในอาหารที่บริโภค	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
8	ท่านเห็นคุณค่าของการดูแลสุขภาพให้แข็งแรงอยู่เสมอ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
	เฉลี่ย							0.94

ตารางที่ 35 วิเคราะห์ ค่า IOC แบบสอบถามก่อนใช้-หลังใช้ กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะชุมชน

ข้อ	รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ					รวม	เฉลี่ย
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
สุขภาวะด้านร่างกาย								
1	ข้าพเจ้ามีการบริโภคอาหารที่เป็นประโยชน์ ครบถ้วนตามหลักโภชนาการ	+1	0	+1	+1	0	3	0.60
2	ข้าพเจ้ามีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ	+1	+1	0	+1	+1	4	0.80
3	ข้าพเจ้ามีร่างกายที่แข็งแรง	0	+1	+1	+1	+1	4	0.80
4	ข้าพเจ้าไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
5	ข้าพเจ้าได้รับอากาศบริสุทธิ์อย่างเพียงพอ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
6	ข้าพเจ้าปลูกผักกินเอง	+1	0	+1	+1	+1	4	0.80
7	ข้าพเจ้างดใช้ปุ๋ยเคมีและยาฆ่าหญ้าในการทำงาน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
8	ข้าพเจ้าปลูกต้นไม้ไว้ตามคันนาเพื่ออากาศที่บริสุทธิ์	+1	+1	0	+1	+1	4	0.80
สุขภาวะด้านจิตใจ								
1	ข้าพเจ้ามีเวลาพักผ่อนและผ่อนคลายความเครียด	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
2	ข้าพเจ้ามีเวลาทำกิจกรรมกับครอบครัวมากขึ้น	0	+1	+1	0	+1	3	0.60
3	ข้าพเจ้าทำบุญ ตักบาตรสม่ำเสมอ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
4	ข้าพเจ้ามีกำลังใจที่ดีจากคนรอบข้างและคนในครอบครัว	+1	+1	+1	+1	+1	5	1.00
5	ข้าพเจ้ามีความสุขในการดำเนินชีวิต	0	+1	+1	+1	0	3	0.60

ตารางที่ 36 ผลการวิเคราะห์ค่าความยากง่าย (P) ค่าอำนาจจำแนก (r) และค่าความเชื่อมั่น (r_{11})
ของแบบทดสอบสุขภาพจิตปัญญา

ข้อที่	P	r
1	0.46	0.20
2	0.80	0.30
3	1.00	0.23
4	0.67	0.27
5	0.67	0.20
6	0.80	0.27
7	0.63	0.55
8	0.73	0.23
9	0.76	0.23
10	0.80	0.27
11	0.60	0.23
12	0.55	0.77
13	0.67	0.20
14	0.73	0.23
15	0.80	0.33
16	0.80	0.27
17	0.73	0.30
18	0.80	0.20
19	0.80	0.76
20	0.80	0.20
21	0.39	0.23
22	0.73	0.30
23	0.65	0.23
24	0.45	0.37
25	0.39	0.23

ข้อที่	P	r
26	0.67	0.27
27	0.80	0.27
28	0.80	0.27
29	0.39	0.23
30	0.80	0.46

ค่าความเชื่อมั่น (r_u) เท่ากับ 0.98



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ภาคผนวก ก

เอกสารประกอบการวิพากษ์กลยุทธ์ สุขภาวะของบุคคลในชุมชน

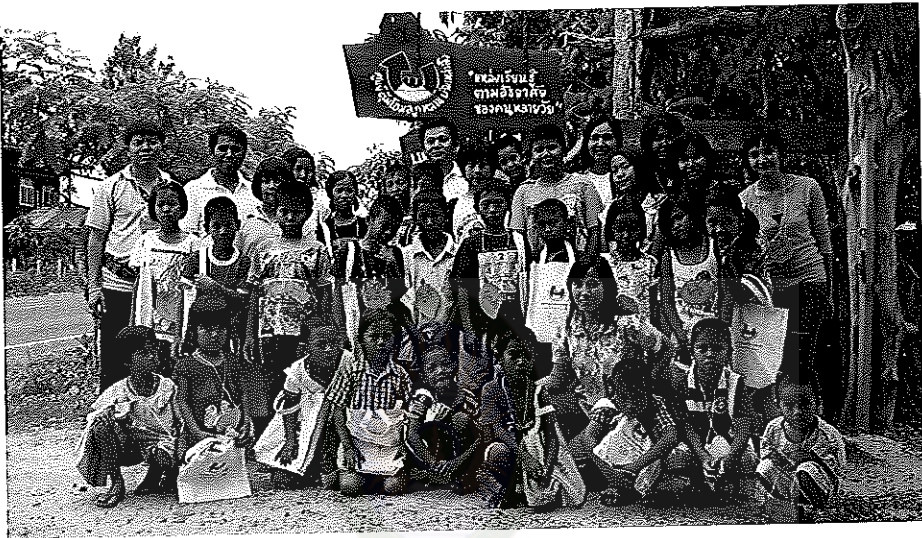
เอกสารประกอบการวัดค่าพื้นฐานสุขภาวะทางกาย

รายชื่อกลุ่มเป้าหมาย

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

เอกสารประกอบการวิพากษ์

กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY
กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

โดยศูนย์คุ้มครองสุขภาพคนบ้านเหล่าถึง

โดย ปาริชาติ ชาติโย
นักศึกษาปริญญาตรีบัณฑิต (ปร.ค.) สาขา นวัตกรรมเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

คำชี้แจง

เอกสารฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งที่ผู้วิจัยได้ศึกษารวบรวมจากเอกสารงานวิจัยและเก็บข้อมูล จากแบบสำรวจสอบถาม การสังเกตและการจัดสนทนากลุ่ม จากผู้ร่วมวิจัยและนักวิจัย โดยมีวัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไขที่ชุมชนใช้แก้ปัญหาด้านสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

2. เพื่อสร้างกลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าถึง

3. เพื่อทดลองใช้และประเมินผลการใช้กลยุทธ์ขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าถึง

และใช้เป็นเอกสารประกอบการวิพากษ์กลยุทธ์ขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าถึง โดยผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาวะของบุคคลในชุมชนทั้ง 4 ด้าน (ด้านกาย ด้านใจ ด้านสังคมและด้านสติปัญญา) หรือด้านพัฒนาชุมชน ด้านวัดและประเมินผลผลการวิพากษ์จากผู้เชี่ยวชาญผู้วิจัยจะนำไปปรับปรุงก่อนนำไปทดลองใช้ต่อไป

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ผู้วิจัย

บทนำ

ภูมิหลัง

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 ได้มีการกำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาที่จะพัฒนาศักยภาพด้านสุขภาวะของประชาชน ในยุทธศาสตร์ที่ 2 การพัฒนาคนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน โดยให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม สร้างเสริมสุขภาพคนไทยให้มีความสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ พัฒนาความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัว ชุมชน สร้างการมีส่วนร่วมในการพัฒนา นโยบายสาธารณะที่เอื้อต่อสุขภาพ ควบคู่กับการพัฒนาคุณภาพระบบบริการสาธารณสุขให้มีคุณภาพ พร้อมทั้งส่งเสริมการแพทย์ทางเลือก การพัฒนาระบบฐานข้อมูลสุขภาพของประเทศ การพัฒนาบุคลากรด้านสาธารณสุขให้เหมาะสมทั้งการผลิตและการกระจายบุคลากร ตลอดจนการใช้มาตรการการเงินการคลังเพื่อสุขภาพที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืน ซึ่งจากการกำหนดยุทธศาสตร์ดังกล่าวจะเห็นได้ว่า สุขภาวะคนไทยมีปัจจัยเสี่ยงและต้องมีการพัฒนาอย่างเร่งด่วนในทุกๆด้าน เพราะในสังคมปัจจุบันมีการแข่งขันทางด้านเศรษฐกิจและเทคโนโลยีที่สูงขึ้น การพัฒนาดังกล่าวมุ่งเน้นแต่ทางด้านวัตถุและเทคโนโลยีที่มากเกินไปโดยไม่คำนึงถึงผลเสียที่จะตามมา ปัญหาทางด้านสุขภาพของคนในสังคมจึงมีมากขึ้นอย่างเป็นทวีคูณ

ศูนย์คุ้มครองฮอมูกุลหลานบ้านเหล่าลิ่ง เป็นองค์กรเอกชนหนึ่ง ที่มีเป้าหมายในการดูแลเด็กและเยาวชนในชุมชน เพื่อสุขภาพะชุมชนที่ดี ตั้งอยู่ที่บ้านของพ่อสม-แม่จวน ซาชิโย บ้านเลขที่ 2,90 และ 106 หมู่ที่ 4 บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านคู อำเภอบางบาล จังหวัดร้อยเอ็ด ดำเนินการในปี พ.ศ. 2551 นำแนวคิดจากการโครงการติดตามเฝ้าระวังเด็กและเยาวชน (Childe Watch) มาประยุกต์ใช้ในชุมชนของตนเอง ซึ่งมีหลักการดำเนินการ จัดการเรียนรู้ตามอัธยาศัยให้กับคนทุกคน “แหล่งเรียนรู้ตามอัธยาศัยของคนหลายวัย” โดยเน้น 3 เรื่องหลัก คือ 1) ภาษา เพื่อการเรียนรู้ 2) ศิลปะ เพื่อขัดเกลาจิตใจ และ 3) อาชีพ เพื่อการดำรงชีวิต การเรียนรู้ภาษา เน้นทั้งภาษาพูด ภาษาเขียนและภาษาทางกาย ศิลปะเน้นสอนศิลปะที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ และอาชีพ เน้นการเรียนรู้อาชีพในชุมชน ผ่านการถ่ายทอดจากครุภูมิปัญญา โดยจะจัดให้กับทุกคนทุกวัน สำหรับเด็กจะจัดสอนในวันเสาร์และอาทิตย์

จากการจัดเวทีเสวนาของตัวแทนชุมชน ในวันที่ 25 ตุลาคม 2554 อันได้แก่ เจ้าหน้าที่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม) ตัวแทนเด็กและเยาวชน ผู้นำชุมชน สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล นักวิชาการและคนในชุมชน ได้ข้อสรุปร่วมกันว่า ต้องการที่จะส่งเสริมสุขภาพชุมชน มีความต้องการให้เด็กและเยาวชนและคนในชุมชนมีสุขภาพที่ดี

จากเหตุผลดังกล่าว เพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพของบุคคลในชุมชน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา หากกลยุทธ์ขับเคลื่อนสุขภาพชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าถึง อันจะเป็นการปลูกฝังให้คนในชุมชนเห็นความสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาพชุมชน เกิดการเรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรมต่างๆ ที่จะกระตุ้นส่งเสริมให้ทำประโยชน์กับชุมชน ฝึกการเป็นผู้ให้และผู้รับอย่างมีคุณค่า ปลูกฝังจิตสำนึกในการดูแลสุขภาพตนเองและผู้อื่น ซึ่งการปลูกฝังดังกล่าวถ้าเริ่มพร้อมๆกันทุกวัยตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยชรา ย่อมเกิดความต่อเนื่องยั่งยืนในแง่ของตัวเองขยายผล ไปจนถึงคนในครอบครัวและชุมชน จนเกิดเป็นชุมชนแห่งความสุขได้อีกทางหนึ่งด้วย

คำถามวิจัยหลัก

กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าถึงควรจะเป็นอย่างไร

คำถามวิจัยรอง

1. สภาพปัญหา ความต้องการ และแนวทางแก้ไข สุขภาพของบุคคลในชุมชนของหมู่บ้านเหล่าถึง ตำบลบ้านคู้ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด เป็นอย่างไร
2. กลยุทธ์ในการขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าถึง มีกระบวนการและวิธีการอย่างไร
3. ผลของการใช้กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าถึง เป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไขที่ชุมชนใช้แก้ปัญหาด้านสุขภาพของบุคคลในชุมชน
2. เพื่อสร้างกลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าถึง

3. เพื่อทดลองใช้และประเมินผลการใช้กลยุทธ์ขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้ม โขมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง

ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มเป้าหมาย แบ่งได้ตามระยะดังต่อไปนี้

ระยะที่ 1 ศึกษาปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไขด้านสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ได้แก่ ประชาชนในตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 113 คน กำหนดสัดส่วนกลุ่มตัวอย่างโดยการคำนวณ แล้วสุ่มอย่างง่ายจากจำนวนประชากรทั้งหมด และศึกษาปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไขด้านสุขภาวะของบุคคลในชุมชนบ้านเหล่าลิ่ง กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ตัวแทนเด็ก เยาวชน ประชาชน จำนวน 20 คน จากบ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด โดยความสมัครใจ

ระยะที่ 2 การสร้างกลยุทธ์ขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน จำนวน 39 คน แบ่งเป็น ตัวแทนเด็ก เยาวชน และประชาชนในชุมชน จำนวน 20 คน ตัวแทนจากองค์กรทางสังคม จำนวน 10 คน และตัวแทนจากผู้เชี่ยวชาญสุขภาพ ด้านทั้ง 4 ด้าน (กาย ใจ สังคม สติปัญญา) จำนวน 9 คน

ระยะที่ 3 ทดลองใช้และประเมินกลยุทธ์ขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยเด็กและเยาวชน ผู้ปกครอง เครือข่ายศูนย์คุ้ม โขมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง ในพื้นที่ หมู่บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด ที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 40 คน โดยความสมัครใจ

2. ระยะเวลา 12 เดือน

3. พื้นที่การวิจัย

3.1 พื้นที่ขับเคลื่อนกระบวนการเรียนรู้ ได้แก่ ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 11 หมู่บ้าน

3.2 พื้นที่ขับเคลื่อนนวัตกรรมเพื่อพัฒนาท้องถิ่น ได้แก่ หมู่บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด

สาเหตุที่เลือกพื้นที่ หมู่บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด เป็นพื้นที่ในการขับเคลื่อนนวัตกรรม เพราะในพื้นที่แห่งนี้มีองค์กรทางสังคมที่เป็นของคนในชุมชนตั้งอยู่ในพื้นที่ และได้ดำเนินการจัดกิจกรรมดูแลเด็กและเยาวชนมาเป็นระยะเวลา 3 ปี

และที่เลือกมาเพื่อขับเคลื่อนนวัตกรรมด้านสุขภาพของบุคคลในชุมชน เพราะต้องการส่งเสริมสนับสนุนให้ประชาชนในพื้นที่มีสุขภาพของบุคคลที่ดีขึ้น

4. ฐานคิดในการออกแบบนวัตกรรม

- 4.1 พุทธธรรม ได้แก่ สปัปฺริสฺสธรรม
- 4.2 ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
- 4.3 แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. สุขภาวะของบุคคลในชุมชน หมายถึง บุคคลที่มีภาวะสุขภาพที่ดี ทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคมและด้านสติปัญญา ซึ่งมีความสัมพันธ์กันในการดำรงชีวิตของคนในชุมชน ไม่สามารถที่จะแยกเรื่องใดเรื่องหนึ่งออกจากกัน โดย

1.1 สุขภาวะกาย หมายถึง การมีร่างกายที่แข็งแรง มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ บริโภคอาหารปลอดภัย ได้รับอากาศบริสุทธิ์ และไม่เสพยาเสพติด

1.2 สุขภาวะจิตใจ หมายถึง การมีจิตใจที่มีความสุขในการดำเนินชีวิตและมีความสุขกับครอบครัว มีกำลังใจที่ดีจากคนรอบข้าง มีเวลาพักผ่อนและผ่อนคลายความเครียด มีสมาธิในการทำงาน มีธรรมะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ

1.3 สุขภาวะสังคม หมายถึง การได้เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชน ร่วมบำเพ็ญประโยชน์ให้กับชุมชน เข้าร่วมประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้อื่น ร่วมแสดงความคิดเห็นของตนเองและยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

1.4 สุขภาวะสติปัญญา หมายถึง การเรียนรู้ที่ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจในการมีภาวะสุขภาพดีทั้ง 4 ด้าน สามารถผสมผสานองค์ความรู้ให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของชุมชนและประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต

2. กลยุทธ์การขับเคลื่อน หมายถึง กระบวนการหรือวิธีการที่ทำให้การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชนบรรลุตามเป้าหมายที่วางเอาไว้ วิธีการแบบกลยุทธ์ทำให้สามารถวิเคราะห์เพื่อหาโอกาส จุดอ่อน จุดแข็ง ของสภาพแวดล้อม ก่อนการดำเนินงานตามแผน

3. การมีส่วนร่วม หมายถึง กระบวนการทางสังคม ที่ประชาชน ทั้งระดับปัจเจกบุคคล และระดับกลุ่มคน หรือชุมชน ได้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาความสามารถในการจัดการ การใช้ และรักษาทรัพยากร หรือปัจจัยการผลิตที่มีอยู่ในชุมชนหรือสังคมเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตทางด้านเศรษฐกิจ และสังคม ตามความจำเป็นอย่างสมศักดิ์ศรี ในฐานะสมาชิกของ

สังคม ซึ่งประกอบด้วย 6 ขั้นตอน 1) การร่วมกันค้นหาปัญหา 2) การวางแผนการตัดสินใจ 3) การระดมทรัพยากรและเทคโนโลยีในท้องถิ่น 4) การบริหารจัดการ 5) การติดตามประเมินผล และ 6) การรับผลประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากโครงการ

4. เด็ก หมายถึง บุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี ที่สามารถอ่านออก เขียนได้ และเป็นสมาชิกของศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง ที่อยู่ในหมู่บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด

5. เยาวชน หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 18 – 25 ปี และยังไม่ได้สมรส เป็นสมาชิกของศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง ที่อยู่ในหมู่บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด

6. ประชาชน หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 26 ปีขึ้นไป และเป็นผู้ปกครองของเด็กและเยาวชนที่เป็นสมาชิกของศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง

7. นวัตกรรม หมายถึง กระบวนการหรือวิธีการใหม่ในการขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ที่เหมาะสมกับท้องถิ่น และสามารถส่งเสริม เด็ก เยาวชน และประชาชน มีภาวะสุขภาพที่ดีได้

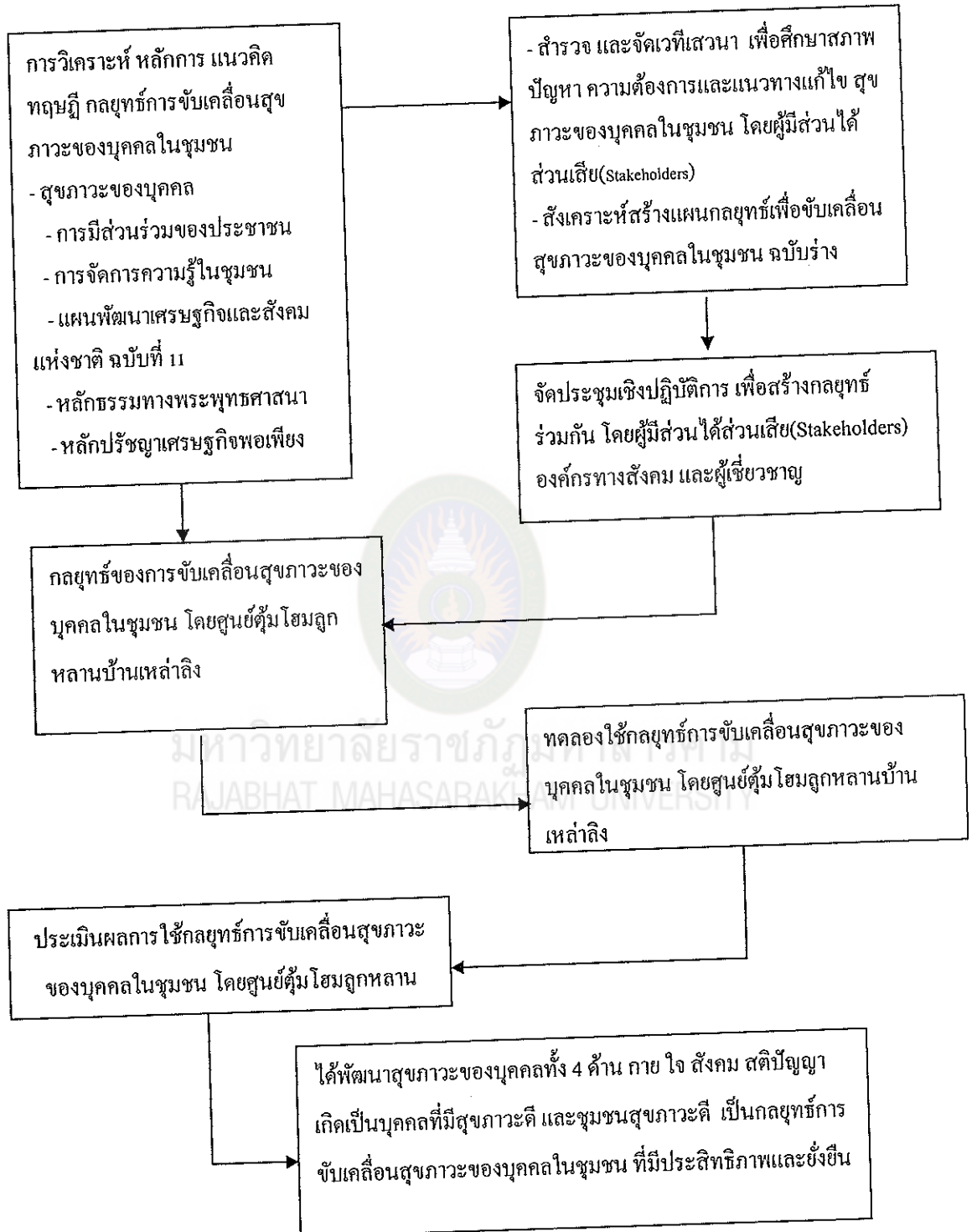
8. ชุมชน หมายถึง ชุมชนหมู่บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด เป็นชุมชนที่มีความพร้อมที่จะยอมรับการเปลี่ยนแปลงสิ่งใหม่ๆ มีการแสดงออกความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชน และมีความสมัครสมานสามัคคีในชุมชน

9. ศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง หมายถึง องค์กรอิสระหรือองค์กรที่ไม่เป็นทางการที่จัดตั้งขึ้นเพื่อจัดกิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ตามอัธยาศัยให้กับคนทุกคน ตามคำขวัญ “แหล่งเรียนรู้ตามอัธยาศัยของคนหลายวัย” โดยเน้น 3 เรื่องหลัก คือ 1) ภาษา เพื่อการเรียนรู้ 2) ศิลปะ เพื่อขัดเกลาจิตใจ และ 3) อาชีพ เพื่อการดำรงชีวิต

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เด็กและเยาวชนและผู้ปกครองในศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง มีสุขภาพที่แข็งแรง
2. เด็กและเยาวชนและผู้ปกครองในศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง มีความสามารถในการดูแลตนเองและครอบครัว ในการรักษาสุขภาพ
3. เกิดนวัตกรรมที่นำไปใช้กับคนในชุมชน เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่ดี

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีการดำเนินการออกแบบนวัตกรรมเพื่อพัฒนาท้องถิ่น

การวิจัย เรื่องกลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มครองสิทธิมนุษยชน มูลนิธิเพื่อสิทธิมนุษยชนและสิทธิพลเมือง โดยศูนย์คุ้มครองสิทธิมนุษยชน มูลนิธิเพื่อสิทธิมนุษยชนและสิทธิพลเมือง
 หลานบ้านเหล่าลิ่ง แบ่งได้ 3 ระยะดังนี้

ระยะที่ 1 ศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไข สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ในชุมชนตำบลบ้านคู้ และหมู่บ้านเหล่าลิ่ง อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด แบ่งได้ 2 ขั้นตอน

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลสภาพปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไข สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ในชุมชนตำบลบ้านคู้ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือ เด็ก เยาวชน และประชาชน ในตำบลบ้านคู้ จากจำนวน 11 หมู่บ้าน 113 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาสภาพปัญหาและแนวทางแก้ไข สุขภาวะของบุคคลในชุมชนตำบลบ้านคู้ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด ในครั้งนี้ ใช้แบบสอบถามแบบปลายปิด แบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 40 ข้อ แยกเป็น 4 ด้านๆละ 10 ข้อ และแบบสอบถามปลายเปิดจำนวน 4 ข้อ

ขั้นตอนที่ 2 ข้อมูลสภาพปัญหาและแนวทางแก้ไข สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ในบ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านคู้ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มเป้าหมายในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 20 คน ผู้วิจัยจึงใช้สนทนากลุ่ม เพื่อการเก็บข้อมูลสภาพปัญหาและแนวทางแก้ไข สุขภาวะของบุคคลในชุมชน จาก กลุ่มเป้าหมาย บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านคู้ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด

ระยะที่ 2 สร้างกลยุทธ์ในการขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มครองสิทธิมนุษยชน มูลนิธิเพื่อสิทธิมนุษยชนและสิทธิพลเมือง
 หลานบ้านเหล่าลิ่ง แบ่งได้ 2 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 จัดเวทีเสวนาเพื่อสร้างตัวชี้วัดสุขภาวะของบุคคลในชุมชนและกลยุทธ์

การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 20 คน ตัวแทนองค์กรทางสังคม จำนวน 10 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ใช้สนทนากลุ่ม

ขั้นตอนที่ 2 วิพากษ์ กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน โดยผู้เชี่ยวชาญผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 9 ท่าน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ให้เอกสารประกอบการวิพากษ์

ระยะที่ 3 ทดลองใช้และประเมินผลการใช้ กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน หมู่บ้านเหล่าลิง ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด แบ่งได้ 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 สอบวัดความรู้สุขภาพด้านสติปัญญา สอบถามสุขภาพด้านกาย ใจ และสังคม ทำการวัดสุขภาพทางกายพื้นฐาน(ซึ่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว วัดความดัน) ก่อนดำเนินการทดลองใช้กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน

ขั้นตอนที่ 2 การสังเกตแบบมีส่วนร่วมขณะดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 3 สอบวัดความรู้สุขภาพด้านสติปัญญา สอบถามสุขภาพด้านกาย ใจ และสังคม ทำการวัดสุขภาพทางกายพื้นฐาน(ซึ่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว วัดความดัน) หลังดำเนินการทดลองใช้กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน แล้วทำการเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลองใช้กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน

ขั้นตอนที่ 4 สรุปและถอดบทเรียน

ผลการศึกษา

1. ผลการศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไขที่ชุมชนใช้แก้ปัญหาด้านสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

จากการศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไขที่ชุมชนใช้แก้ปัญหาด้านสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ด้วยแบบสอบถาม ได้ผลดังนี้

1.1 สภาพปัญหาสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

ตารางที่ 37 สภาพปัญหาสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ตำบลคู้ โดยรวม

สภาพปัญหา	\bar{X}	S.D.	ระดับปัญหา
1. สุขภาวะทางร่างกาย	3.86	0.38	มาก
2. สุขภาวะทางด้านจิตใจ	2.98	0.50	ปานกลาง
3. สุขภาวะทางด้านสังคม	2.78	0.56	ปานกลาง
4. สุขภาวะทางด้านสติปัญญา	4.45	0.21	มาก
รวม	3.52	0.24	มาก

จากตารางที่ 37 พบว่า เด็ก เยาวชนและประชาชน ตำบลบ้านคู้ มีความคิดเห็นต่อสภาพปัญหาสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย ได้แก่ สภาพปัญหาสุขภาวะทางด้านสติปัญญา ด้านกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม ตามลำดับ

ตารางที่ 38 สภาพปัญหาสุขภาพของบุคคลในชุมชน ทางด้านกาย

สภาพปัญหา	\bar{X}	S.D.	ระดับปัญหา
1. ท่านมีปัญหการรับประทานอาหารไม่ครบทั้ง 5 หมู่	4.08	0.78	มาก
2. ท่านบริโภคอาหารสุกๆดิบๆที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ	4.05	0.80	มาก
3. ท่านรับประทานน้ำสะอาดอย่างพอเพียงในแต่ละวัน	3.72	0.84	มาก
4. ท่านหายใจได้รับอากาศบริสุทธิ์	4.00	0.77	มาก
5. ท่านมีการออกกำลังกายอย่างพอเพียง	4.07	0.75	มาก
6. ท่านมีปัญหการเจ็บป่วยทางด้านร่างกาย	3.84	0.84	มาก
7. ท่านสูบบุหรี่หรือดื่มแอลกอฮอล์ หรือเสพยาเสพติด	3.52	0.70	มาก
8. ท่านพักผ่อนเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย	3.60	0.77	มาก
รวม	3.86	0.38	มาก

จากตารางที่ 38 พบว่า เด็ก เยาวชนและประชาชน ตำบลบ้านคู มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาสุขภาพของบุคคลในชุมชน ด้านร่างกายโดยรวม อยู่ในระดับมาก โดยประเด็นที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ ท่านมีปัญหการรับประทานอาหารไม่ครบ 5 หมู่, ท่านมีการออกกำลังกายอย่างพอเพียง และ ท่านบริโภคอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ ที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

ตารางที่ 39 สภาพปัญหาสภาวะของบุคคลในชุมชน ทางด้านจิตใจ

สภาพปัญหา	\bar{X}	S.D.	ระดับปัญหา
1. ท่านใช้ชีวิตอย่างสนุกสนานร่าเริง	3.05	0.93	ปานกลาง
2. ท่านมีความเครียดในการทำงาน	2.96	0.99	ปานกลาง
3. ท่านมีเวลาในการพักผ่อนหย่อนใจ	2.95	0.81	ปานกลาง
4. ท่านมีสมาธิในการทำงาน	2.89	0.89	ปานกลาง
5. ท่านมีจิตใจที่สงบสุข	2.84	0.84	ปานกลาง
6. ท่านได้รับความอบอุ่นทางใจจากคนในครอบครัว	2.77	0.92	ปานกลาง
7. ท่านได้รับความอบอุ่นทางใจจากเพื่อนร่วมงาน	2.86	0.93	ปานกลาง
8. ท่านมีความเลื่อมใสศรัทธาในศาสนาที่ท่านนับถือ	3.15	0.91	ปานกลาง
9. ท่านมีความโกรธต่อผู้อื่น	3.30	0.98	ปานกลาง
10. ท่านมักมีความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆ	3.05	0.93	ปานกลาง
รวม	2.98	0.50	ปานกลาง

จากตารางที่ 39 พบว่า เด็ก เยาวชนและประชาชน ตำบลบ้านดู่ มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาสภาวะของบุคคลในชุมชน ด้านจิตใจโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง โดยประเด็นที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ ท่านมีความโกรธต่อผู้อื่น, ท่านมีความเลื่อมใสศรัทธาศาสนาที่ท่านนับถือ และ ท่านใช้ชีวิตอย่างสนุกสนานร่าเริง, ท่านมักมีความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆ มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน

ตารางที่ 40 สภาพปัญหาสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ทางด้านสังคม

สภาพปัญหา	\bar{X}	S.D.	ระดับปัญหา
1. ท่านปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดี	2.73	0.79	ปานกลาง
2. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกับบุคคลอื่น	2.84	0.91	ปานกลาง
3. ท่านยอมรับความแตกต่างของบุคคลในสังคม	2.76	0.83	ปานกลาง
4. ท่านใช้คำพูดที่ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง	2.82	0.77	ปานกลาง
5. ท่านแก้ปัญหาความขัดแย้งของคนในสังคมได้	2.90	0.88	ปานกลาง
6. ท่านแก้ปัญหาคำพูดที่ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง	2.75	0.85	ปานกลาง
7. ท่านเคารพในกฎกติกาของสังคม	2.70	0.85	ปานกลาง
รวม	2.78	0.56	ปานกลาง

จากตารางที่ 40 พบว่า เด็ก เยาวชนและประชาชน ตำบลบ้านคู มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ด้านสังคม โดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง โดยประเด็นที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ ท่านแก้ปัญหาคำพูดที่ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้งได้, ท่านเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกับบุคคลอื่นและท่านใช้คำพูดที่ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง

ตารางที่ 41 สภาพปัญหาสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ทางด้านสติปัญญา

สภาพปัญหา	\bar{X}	S.D.	ระดับปัญหา
1. ท่านได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ	4.20	0.64	มาก
2. ท่านแสวงหาความรู้ใหม่ๆเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ	4.43	0.53	มาก
3. ท่านสามารถวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพได้อย่างถูกต้อง	4.60	0.49	มากที่สุด

สภาพปัญหา	\bar{X}	S.D.	ระดับปัญหา
4. ท่านสามารถแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเองได้ อย่างเหมาะสมกับตัวท่าน	4.59	0.53	มากที่สุด
5. ท่านได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้การดูแลสุขภาพกับ ผู้อื่น	4.55	0.50	มากที่สุด
6. ท่านเห็นโทษของการเสพยาเสพติด	4.27	0.54	มาก
7. ท่านเห็นโทษของสารเคมีที่ปนเปื้อนในอาหาร ที่บริโภค	4.58	0.55	มาก
8. ท่านเห็นคุณค่าของการดูแลสุขภาพให้แข็งแรง อยู่เสมอ	4.43	0.64	มาก
รวม	4.45	0.21	มาก

จากตารางที่ 41 พบว่า เด็ก เยาวชนและประชาชน ตำบลบ้านคู มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาสุขภาพของบุคคลในชุมชน ด้านสติปัญญาโดยรวม อยู่ในระดับมาก โดยประเด็นที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด 3 อันดับแรก คือ ท่านสามารถวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพได้อย่างถูกต้อง, ท่านสามารถแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับตัวท่าน และท่านเห็นโทษของสารเคมีที่ปนเปื้อนในอาหารที่บริโภค

1.2 ความต้องการของเด็ก เยาวชน ประชาชน ต่อการมีสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ตำบล

บ้านตุ้ม

ตารางที่ 42 ความต้องการของเด็ก เยาวชน ประชาชน ต่อการมีสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

สุขภาวะ	ความต้องการ	ผู้ตอบแบบสอบถาม	ร้อยละ
ทางด้านกาย	1. ต้องการให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง	86	76.11
	2. ต้องการให้โรคประจำตัวทุเลาลง	85	75.22
	3. อยากให้มีผู้แนะนำเรื่องสุขภาพ	66	58.41
	4. ต้องการออกกำลังกาย	59	52.21
	5. อยากให้มีการตรวจสุขภาพคนในชุมชนทุกเดือน	15	13.27
	6. อยากกินอาหารที่ปลอดภัย	15	13.27
ทางด้านจิตใจ	1. อยากกำจัดความเครียด	86	76.11
	2. อยากเข้าร่วมกิจกรรมให้มากกว่านี้	75	66.37
	3. อยากมีกิจกรรมส่งเสริมให้มีจิตใจแจ่มใส ร่าเริง ไม่เครียด	74	65.49
	4. อยากได้รับความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพจิต	43	38.05
	5. อยากให้มีการจัดกิจกรรมทางพุทธศาสนาอย่างต่อเนื่องเพื่อช่วยขัดเกลาจิตใจ	30	26.55
	6. ต้องการมีคนมารับฟังปัญหาของตนเอง	2	1.77

สภาวะ	ความต้องการ	ผู้ตอบแบบสอบถาม	ร้อยละ
ทางด้าน สังคม	1. ต้องการให้คนในชุมชนร่วมมือกันในทุกๆ เรื่องที่เป็นส่วนรวม	75	66.37
	2. อยากให้มีกิจกรรมที่สามารถให้คนใน ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมทำด้วยกันอย่าง สม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดความสามัคคี	60	53.09
	3. ต้องการมีอาชีพเสริมที่เป็นการรวมกลุ่ม กันทำในหมู่บ้าน	23	20.35
	4. ต้องการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในเรื่อง ของสังคม ชุมชน ในแต่ละครอบครัว	13	11.50
	5. อยากให้มีกฎกติกาสังคมในชุมชน	10	8.85
	6. ต้องการให้คนในชุมชนรักใคร่ปรองดอง กัน	8	7.88
ทางด้าน สติปัญญา	1. ต้องการเพิ่มความรู้ในการประกอบอาชีพ	95	84.07
	2. อยากให้หน่วยงานต่างๆเข้ามาให้ความรู้ แก่คนในชุมชน เช่น การเกษตร สุขภาพ กฎหมาย		
	3. ต้องการมีคลินิกให้คำแนะนำความรู้ต่างๆ กับคนในชุมชน	82	72.57
	4. ต้องการได้รับความรู้ทางด้านจิตวิทยา	60	53.09
	5. อยากมีความรู้ที่นำมาใช้การดำรงชีวิต	33	29.20
	6. ต้องการแลกเปลี่ยนความรู้ในการ ประกอบอาชีพ การรักษาสุขภาพ กันระหว่าง คนในชุมชน	32	28.32
		30	26.55

จากตารางที่ 42 พบว่า เด็ก เยาวชนและประชาชน ตำบลบ้านดู่ มีความต้องการต่อการมีสุขภาวะที่ดีใน 4 ด้าน เรียงตามอันดับค่าร้อยละสูงสุดในแต่ละด้าน ได้แก่ สุขภาวะทางด้านสติปัญญา มีความต้องการเพิ่มความรู้ในการประกอบอาชีพ ร้อยละ 84.07 สุขภาวะทางด้านสังคม ต้องการให้คนในชุมชนรักใคร่ปรองดองกัน ร้อยละ 77.88 สุขภาวะทางด้านร่างกาย ต้องการให้ร่างกายแข็งแรง ร้อยละ 76.11 และสุขภาวะทางด้านจิตใจ ต้องการกำจัดความเครียด ร้อยละ 76.11

1.3 ข้อเสนอแนะของเด็ก เยาวชน ประชาชน ต่อการมีสุขภาวะของบุคคลในชุมชน ตำบลดู่

ตารางที่ 43 แสดงข้อเสนอแนะต่อการมีสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

สุขภาวะ	ข้อเสนอแนะ	ผู้ตอบแบบสอบถาม	ร้อยละ
ทางด้านร่างกาย	1. ควรให้ความรู้เรื่องการรับประทานอาหารให้ร่างกายแข็งแรง และให้รับประทานอาหารปลอดภัย	59	52.21
	2. ควรมีการออกกำลังกายทุกวัน	44	38.94
	3. ควรมีกิจกรรมที่ส่งเสริมให้มีสุขภาพแข็งแรง	25	22.12
ด้านจิตใจ	1. ควรเข้าวัดฟังธรรมให้มากขึ้น	55	48.67
	2. ควรมีกิจกรรมผ่อนคลายความเครียด	29	25.66
	3. ควรส่งเสริมสนับสนุนให้คนในชุมชนร่วมทำกิจกรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา	20	17.69
	4. ควรสร้างความตระหนักในการเห็นคุณค่าของตนเอง มีกำลังใจในการที่จะมีชีวิตอยู่	2	1.77
ด้านสังคม	1. ควรมีการส่งเสริมให้มีกิจกรรมทำร่วมกันในสังคม เพื่อเสริมสร้างความสามัคคี	73	64.60
	2. ควรสร้างความตระหนักให้คนในชุมชนเห็นโทษของเหล้า บุหรี่ และการพนัน	36	31.86
	3. ควรมีการประชุมระดมความคิดเห็นอยู่เสมอ เพื่อรับฟังความคิดเห็นของคนในชุมชน	30	26.55

สภาวะ	ข้อเสนอแนะ	ผู้ตอบแบบสอบถาม	ร้อยละ
ทางด้าน สติปัญญา	1.ควรมีการประชาสัมพันธ์ข่าวสารด้านสุขภาพ	78	69.03
	2.ควรมีการส่งเสริม ให้คนในชุมชนได้มีการเรียนรู้ในการประกอบอาชีพที่มีอยู่แล้ว และอาชีพใหม่ๆที่จะเป็นอาชีพเสริม	78	69.03
	3. ควรส่งเสริมและสนับสนุนให้คนในชุมชนทำการเกษตรปลอดสารพิษ	64	56.64
	4. ควรส่งเสริมให้คนในชุมชนนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน	62	54.87

1.4 ผลการศึกษาสภาพปัญหาความต้องการและแนวทางแก้ไขที่ชุมชนใช้แก้ไขปัญหา สภาวะของบุคคลในชุมชนบ้านเหล่าถึง ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด

จากการสนทนากลุ่ม ระหว่างผู้วิจัยและกลุ่มเป้าหมาย พบปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไขปัญหาสภาวะของบุคคลในชุมชน ดังนี้

กลุ่มเป้าหมาย สนทนาร่วมกัน สรุปว่า สภาวะของบุคคลในชุมชนมีปัญหาที่ต้องการการแก้ไขในระดับมากที่สุด โดยรวมทั้ง 4 ด้าน โดยเรียงลำดับความสำคัญของปัญหาเป็นรายด้าน คือ

1. ด้านสติปัญญา
2. ด้านร่างกาย
3. ด้านสังคม
4. ด้านจิตใจ

โดยกลุ่มออกความคิดเห็นถึงความต้องการในการมีสภาวะที่ดีกล่าวคือ

1. ต้องการได้รับความรู้ในการประกอบอาชีพทั้งอาชีพหลักและอาชีพเสริม เพื่อนำไปสู่

การมีรายได้ที่เพียงพอเลี้ยงดูครอบครัว

2. ต้องการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ
3. ต้องการให้กลุ่มมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมร่วมกัน
4. ต้องการเพื่อนให้กำลังใจ และทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

แลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์และแนะนำ พูดยุกันเพื่อระบายปัญหาและมีกิจกรรมคลายเครียดร่วมกัน

และกลุ่มสนทนาได้ให้ความคิดเห็นถึงแนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพะคงต่อไปนี้

1.ควรมีการแสวงหาความรู้ทั้งตนเองและกลุ่ม เช่น การศึกษาดูงานชุมชนอื่น หรือมีผู้มาแนะนำเกี่ยวกับการทำอาชีพหลักและอาชีพเสริมเพื่อเพิ่มรายได้ รวมทั้งมีการแลกเปลี่ยนความรู้กันระหว่างคน ครอบครัว หรือต่างชุมชน

2.บุคคลควรได้รับการส่งเสริมและให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ทั้งด้านการกินอาหารปลอดภัย การออกกำลังกาย กินผักเป็นยา ยาสมุนไพร ไชโย โยคะ และลดการใช้สารเคมีในการเกษตร เพื่อหลีกเลี่ยงการรับสารพิษเข้าสู่ร่างกาย

3.กลุ่มควรได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนการทำกิจกรรมร่วมกัน ทั้งกิจกรรมที่เป็นอาสาสมัครและกิจกรรมรวมกลุ่มเพื่อสร้างอาชีพและรายได้

4.สมาชิกในกลุ่มควรช่วยเหลือกันในทุกเรื่อง มีปัญหาพุดคุยกันได้ ดูแลบุตรหลานครอบครัวของคนในชุมชนร่วมกัน รวมทั้งทำกิจกรรมทางพุทธศาสนาด้วยกัน

2. สร้างกลยุทธ์ในการขับเคลื่อนสุขภาพะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมภูทธานบ้านเหล่าถึง

1. สร้างกลยุทธ์และตัวชี้วัดสุขภาพะของบุคคลในชุมชน

ผลการสร้างกลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพะของบุคคลในชุมชน ผู้วิจัยได้จัดประชุมเชิงปฏิบัติการกับกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 30 คน โดยชี้แจง วัตถุประสงค์ของการจัดประชุมและนำเสนอผลการศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการและข้อเสนอแนะสุขภาพะของบุคคลในชุมชนต่อที่ประชุม และกระตุ้นให้ที่ประชุม ได้แสดงความคิดเห็น โดยใช้คำถามเราจะมีสุขภาพะที่ดีได้อย่างไร มีผู้เสนอแนะอย่างกว้างขวางทั้งชาวบ้านและตัวแทนองค์กรทางสังคม เมื่อผู้วิจัยเห็นว่าที่ประชุมได้แสดงความคิดเห็นและมีอารมณ์ร่วมในการแก้ไขปัญหาสุขภาพะของบุคคลในชุมชนแล้ว จึงเสนอให้กลุ่มร่วมกันวิเคราะห์จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาสการพัฒนาและอุปสรรคปัญหาต่อการมีสุขภาพะของบุคคลในชุมชน โดยใช้เทคนิค SWOT Analysis สรุปผลการวิเคราะห์ได้เป็น 4 ด้าน ดังตารางที่ 44-46

ตารางที่ 44 ผลการวิเคราะห์ SWOT Analysis สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ด้านร่างกาย

SWOT	ด้านร่างกาย
1. จุดแข็ง(ข้อดี)	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีการปลูกผักกินเองบ้าง ทำให้กินอาหารปลอดภัย 2. มีการออกกำลังกายบ้าง เป็นบางครั้ง 3. ในชุมชนมีภูมิปัญญาด้านยาสมุนไพร 4. ในชุมชนมีป้อมเบาหวานคอยดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน
2. จุดอ่อน(ข้อด้อย)	<ol style="list-style-type: none"> 1. ขี้เกียจ 2. ไม่มีเวลา 3. ทำต่อเนื่องไม่ได้ 4. มีโรคประจำตัว
3. โอกาสในการพัฒนา	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีการศึกษาดูงาน ทำให้เห็นตัวอย่างที่ดี เขาทำได้เราทำได้ 2. มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในชุมชน 3. มีโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพคอยแนะนำการดูแลตนเอง 4. มีองค์กรเอกชนในหมู่บ้าน
4. อุปสรรค/ปัญหา	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีภาระต้องทำงานดูแลบุตรหลานทำให้ไม่มีเวลา 2. คนในชุมชนยังคิ่้มเหล่าในงานบุญประเพณี 3. พื้นที่แห้งแล้งน้ำไม่พอต่อการเพาะปลูกผักกินเอง 4. ยังใช้สารเคมีในการเพาะปลูกหรือทำนา

จากตารางที่ 44 พบว่า ผลการวิเคราะห์ จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาสและอุปสรรค สุขภาวะด้านร่างกายของบุคคล พบว่า มีจุดแข็ง คือ มีการปลูกผักกินเองบ้างและมีการออกกำลังกายบ้าง ในชุมชนมีภูมิปัญญาด้านยาสมุนไพร ในชุมชนมีป้อมเบาหวานคอยดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน จุดอ่อน คือ ขี้เกียจ ไม่มีเวลา ทำต่อเนื่องไม่ได้ มีโรคประจำตัว โอกาสในการพัฒนาคือ มีการศึกษาดูงาน เห็นตัวอย่างที่ดี เขาทำได้เราทำได้ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในชุมชน มีโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพคอยแนะนำการดูแลตนเอง มีองค์กรเอกชนในหมู่บ้าน อุปสรรค

คือ มีภาระต้องทำงาน ดูแลบุตรหลานทำให้ไม่มีเวลา ใช้จ่าย ปล่อยปละพื้นที่แห้งแล้งน้ำไม่พอ ต่อการเพาะปลูกผักกินเอง ยังใช้สารเคมีในการเพาะปลูกหรือทำนา

ตารางที่ 45 ผลการวิเคราะห์ SWOT Analysis สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ด้านจิตใจ

SWOT	ด้านจิตใจ
1. จุดแข็ง(ข้อดี)	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีความสุขในการดำรงชีวิต 2. มีกิจกรรมกลุ่มทำให้มีเพื่อนคุย 3. มีงานบุญที่ทำให้มีความสุขสนุกสนานได้พบปะผู้คน 4. มีบุญประเพณี บุญพะเหวด ทำให้ได้รู้จักการให้ มีความสุขเมื่อได้ให้
2. จุดอ่อน(ข้อด้อย)	<ol style="list-style-type: none"> 1. ไม่มีเงินทำให้เป็นทุกข์ 2. มีการพูดทำร้ายจิตใจกันจากชาวบ้านที่ไม่เป็นสมาชิกของกลุ่ม 3. เข้าวัดฟังธรรมน้อย 4. ไม่รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
3. โอกาสในการพัฒนา	<ol style="list-style-type: none"> 1. คิดบวกเปลี่ยนคำพูดทำร้ายจิตใจให้เป็นคำทำทนาย 2. มีกลุ่มของตนเองที่คอยให้กำลังใจกัน 3. ชุมชนมีวัดและพระสงฆ์ประจำวัดเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ 4. ลดรายจ่ายเพิ่มรายได้ ลดความทุกข์ทางจิตใจ
4. ปัญหา/อุปสรรค	<ol style="list-style-type: none"> 1. ปัญหา รายได้น้อย รายจ่ายมาก ทำให้คิดมาก 2. มีภาระเลี้ยงดูบุตรหลานมากทำให้ไม่มีเวลาเข้าวัดฟังธรรม 3. ขาดเพื่อนที่ไว้ใจได้คอยรับฟังปัญหา 4. ไม่มีความรู้ทางด้านจิตวิทยา การกำจัดความเครียด

จากตารางที่ 45 พบว่า ผลการวิเคราะห์ จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาสและอุปสรรค สุขภาวะด้านจิตใจของบุคคล พบว่า มีจุดแข็ง คือ มีความสุขในการดำรงชีวิต มีกิจกรรมกลุ่มทำให้มีเพื่อนคุย มีงานบุญที่ทำให้มีความสุขสนุกสนานได้พบปะผู้คน มีบุญประเพณี บุญพะเหวด ทำให้ได้รู้จัก

การให้ มีความสุขเมื่อได้ให้ จุดอ่อน คือ ไม่มีเงินทำให้เป็นทุกข์ มีการพูดทำร้ายจิตใจกันจาก ชาวบ้านที่ไม่เป็นสมาชิกของกลุ่ม เข้าวัดฟังธรรมน้อย โอกาสในการพัฒนาคือ คิดบวกเปลี่ยน คำพูดทำร้ายจิตใจให้เป็นคำทำทนาย มีกลุ่มของตนเองที่คอยให้กำลังใจกัน ชุมชนมีวัดและ พระสงฆ์ประจำวัดเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ ลดรายจ่ายเพิ่มรายได้ ลดความทุกข์ทางจิตใจ อุปสรรค คือ ปัญหาขายได้น้อย รายจ่ายมาก มีภาระเลี้ยงดูบุตรหลานมากทำให้ไม่มีเวลาเข้าวัดฟังธรรม ขาดเพื่อนที่ไว้ใจได้คอยรับฟังปัญหา คนในชุมชนขาดการให้กำลังใจกัน

ตารางที่ 46 ผลการวิเคราะห์ SWOT Analysis สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ด้านสังคม

SWOT	ด้านสังคม
1. จุดแข็ง(ข้อดี)	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน 2. มีกิจกรรมการรวมกลุ่ม 3. มีการช่วยเหลืองานบุญประเพณีกันดีในชุมชน 4. มีการประชุมกันเพื่อเสนอความคิดเห็น
2. จุดอ่อน(ข้อด้อย)	<ol style="list-style-type: none"> 1. ไม่มีเวลาเข้าร่วมประชุมกลุ่ม 2. ขาดความสามัคคีในหมู่บ้าน 3. คนในชุมชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดในชุมชนน้อย 4. ขาดบุคคลที่มีจิตอาสาในชุมชน
3. โอกาสในการพัฒนา	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีองค์กรเอกชนสนับสนุนให้ทำกิจกรรมกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ 2. มีสิ่งแวดล้อมที่ดีเอื้อต่อการทำกิจกรรมกลุ่ม 3. มีเครือข่ายทำให้สามารถแลกเปลี่ยนทั้งความรู้ ผลผลิตและ รายได้ 4. มีการรวมกลุ่มสมาชิกต่างๆ ในชุมชน
4. อุปสรรค/ปัญหา	<ol style="list-style-type: none"> 1. ปัญหาสังคม (เห็นกันได้ดีไม่ได้ พูดให้ร้ายต่อเสียด) 2. คนในชุมชนยังขาดการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 3. ความอิจฉาริษยากันในชุมชน 4. กิจกรรมกลุ่มมักไม่ยั่งยืน ขาดผู้นำ ผู้ตามที่ดี

จากตารางที่ 46 พบว่า ผลการวิเคราะห์ จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาสและอุปสรรค สุขภาวะด้านสังคมของบุคคล พบว่า มีจุดแข็ง คือ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน มีกิจกรรมของกลุ่ม มีการช่วยเหลืองานบุญประเพณีกันดีในชุมชน มีการประชุมกันเพื่อเสนอความคิดเห็น จุดอ่อนคือ ไม่มีเวลาเข้าร่วมประชุมกลุ่ม ขาดความสามัคคีในหมู่บ้าน คนในชุมชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดในชุมชนน้อย ขาดบุคคลที่มีจิตอาสาในชุมชน โอกาสในการพัฒนาคือ มีองค์กรเอกชนสนับสนุนให้ทำกิจกรรมกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ มีสิ่งแวดล้อมที่ดีเอื้อต่อการทำกิจกรรมกลุ่ม มีเครือข่ายทำให้สามารถแลกเปลี่ยนทั้งความรู้ ผลผลิตและรายได้ มีการรวมกลุ่มสมาชิกต่างๆ ในชุมชน อุปสรรคคือ ปัญหาสังคม (เห็นกันได้ดีไม่ได้ พูดให้ร้ายต่อเสียด) คนในชุมชนยังขาดการใช้เวลาร่วมกันเป็นประโยชน์ ความอิจฉาริษยากันในชุมชน กิจกรรมกลุ่มมักไม่ยั่งยืน ขาดผู้นำ ผู้ตามที่ดี

ตารางที่ 47 ผลการวิเคราะห์ SWOT Analysis สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ด้านสติปัญญา
(การเรียนรู้)

SWOT	ด้านสติปัญญา
1. จุดแข็ง(ข้อดี)	1. มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน 2. มีกิจกรรมของกลุ่มที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ 3. มีการประชาสัมพันธ์เสียงตามสายในหมู่บ้าน 4. มีบุคคลที่ประกอบอาชีพนอกเหนือจากการทำนา พร้อมให้ความรู้ในอาชีพ เช่น อาชีพช่างทำกระเป่าหนัง อาชีพช่างเจียรไนพลอย
2. จุดอ่อน(ข้อด้อย)	1. ไม่มีเงิน ทำให้ไม่สามารถเรียนรู้เพื่อเพิ่มความรู้ได้ 2. ไม่มีเวลาในการเรียนรู้ เพราะต้องทำงาน 3. อายุมาก ไม่เหมาะกับการเรียนรู้ 4. ไม่เห็นความสำคัญในการเรียนรู้

SWOT	ด้านสติปัญญา
3. โอกาสในการพัฒนา	1. มีองค์กรเอกชนสนับสนุนให้ทำกิจกรรมกลุ่มให้เกิดการเรียนรู้ 2. ในชุมชนมีภูมิปัญญาท้องถิ่นหลายสาขา 3. มีเครือข่ายทำให้สามารถแลกเปลี่ยนทั้งความรู้ ผลผลิตและรายได้ 4. มีหมู่บ้านต้นแบบสุขภาพดี วิถีไทยในตำบล
4. อุปสรรค/ปัญหา	1. ไม่มีแหล่งให้ความรู้ด้านการประกอบอาชีพที่หลากหลาย 2. คนในชุมชนขาดการศึกษาดูงาน ต้นแบบที่ดี 3. คนในชุมชนไม่ให้ความสำคัญของการเรียนรู้เท่าที่ควร 4. การแลกเปลี่ยนความรู้ในแต่ละบุคคลยังมีน้อยมาก

จากตารางที่ 47 พบว่า ผลการวิเคราะห์ จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาสและอุปสรรค สุขภาวะด้านสังคมของบุคคล พบว่า มีจุดแข็ง คือ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน มีกิจกรรมของกลุ่มทำให้เกิดการเรียนรู้ มีการประชาสัมพันธ์เสียงตามสายในหมู่บ้าน มีบุคคลที่ประกอบอาชีพนอกเหนือจากการทำนา พร้อมให้ความรู้ในอาชีพ เช่น อาชีพช่างทำกระเป๋าน้ำร้อน อาชีพช่างเจียรในพลอย จุดอ่อน คือ ไม่มีเงิน ทำให้ไม่สามารถเรียนรู้เพื่อเพิ่มความรู้ได้ ไม่มีเวลาในการเรียนรู้ เพราะต้องทำงาน อายุมาก ไม่เหมาะกับการเรียนรู้ ไม่เห็นความสำคัญในการเรียนรู้ โอกาสในการพัฒนา คือ มีองค์กรเอกชนสนับสนุนให้ทำกิจกรรมกลุ่มให้เกิดการเรียนรู้ ในชุมชนมีภูมิปัญญาท้องถิ่น มีเครือข่ายทำให้สามารถแลกเปลี่ยนทั้งความรู้ ผลผลิตและรายได้ อุปสรรค คือ ไม่มีแหล่งให้ความรู้ด้านการประกอบอาชีพ คนในชุมชนขาดการศึกษาดูงาน ต้นแบบที่ดี คนในชุมชนไม่ให้ความสำคัญของการเรียนรู้เท่าที่ควร การแลกเปลี่ยนความรู้ในแต่ละบุคคลยังมีน้อยมาก

จากการวิเคราะห์ SWOT Analysis สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ทำให้ผู้วิจัยและกลุ่มเป้าหมายได้แนวทางในการขับเคลื่อนกลยุทธ์สุขภาวะของบุคคลในชุมชน ดังนี้

1. วิสัยทัศน์ (Vision)

ศูนย์คุ้ม โขมลูกหลานบ้านเหล่าถึงร่วมกับคนในชุมชน มุ่งส่งเสริมให้บุคคล กินดี อยู่ดี มีความสุข เพื่อมุ่งสู่สุขภาวะดี ภายใต้หลักสัปปุริสธรรม 7 และหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

2. นโยบาย (Policy)

2.1 ส่งเสริมให้บุคคลในชุมชน กินดี ภายใต้หลักสัปปริศธรรม 7 และหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

2.2 ส่งเสริมให้บุคคลในชุมชน อยู่ดี ภายใต้หลักสัปปริศธรรม 7 และหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

2.3 ส่งเสริมให้บุคคลในชุมชน มีความสุข ภายใต้หลักสัปปริศธรรม 7 และหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

2.4 ส่งเสริมให้บุคคลในชุมชน มีส่วนร่วมในการเรียนรู้ เพื่อสุขภาวะดี

3. พันธกิจ (Mission)

3.1 ส่งเสริมสนับสนุนให้บุคคลในชุมชนเรียนรู้วิถีการกินเพื่อส่งเสริมสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน

3.2 ส่งเสริมสนับสนุนให้บุคคลในชุมชนเรียนรู้ การอยู่ร่วมกันอย่างสันติ เพื่อส่งเสริม

สุขภาวะทั้ง 4 ด้าน

3.3 ส่งเสริมสนับสนุนให้บุคคลในชุมชนเรียนรู้วิถีการสร้างสุขของชุมชนด้วยวิถีชุมชน เพื่อส่งเสริมสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน

3.4 ส่งเสริมสนับสนุนให้บุคคลในชุมชนมีการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองให้มีสุขภาวะที่ดีทั้ง 4 ด้าน

3.5 พัฒนาองค์กรให้เป็นแหล่งเรียนรู้เพื่อพัฒนาสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

4. เป้าประสงค์ (Objective)

ส่งเสริมการเรียนรู้แก่บุคคลในชุมชน ให้เลือกทำกิจกรรมตามความถนัดและสนใจ เพื่อการกินดี อยู่ดี มีความสุข นำไปสู่การมีสุขภาวะ

5. กรอบกลยุทธ์

หลังจากผู้วิจัยและกลุ่มเป้าหมายได้ร่วมกันวิเคราะห์ SWOT Analysis สุขภาวะของบุคคลในชุมชน จึงได้ร่วมกันกำหนดกลยุทธ์ดังตารางที่ 12

ตารางที่ 48 กรอบกลยุทธ์

กลยุทธ์ขององค์กร (แผนงาน)	กลยุทธ์ของแผนงาน (โครงการ)	วัตถุประสงค์เชิง จุดมุ่งหมาย	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
1. ส่งเสริมให้บุคคล ในชุมชน กินดี ภายใต้หลักสัปปุริส ธรรม 7 และหลัก ปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง	1. โครงการปลูกยาไว้กิน เอง 2. โครงการเกษตรปลอด สารพิษ 3. โครงการปุ๋ยหมัก ชีวภาพ 4. โครงการงานบุญกลุ่ม เรารดเกล้า งดบุหรี	1. เพื่อให้บุคคลในชุมชน บริโภคอาหารปลอด สารพิษ 2. เพื่อส่งเสริมให้บุคคลใน ชุมชนลดการทำนาโดยใช้ ปุ๋ยเคมีและยากำจัดศัตรูพืช จากสารเคมี 3. เพื่อให้คนในชุมชนได้ อนุรักษ์รักษาดินให้เหมาะ ต่อการเพาะปลูกโดยการ ใช้ปุ๋ยหมักชีวภาพ 4. เพื่อส่งเสริมให้คนใน ชุมชนงดเกล้า งดบุหรีใน งานบุญ	1. บุคคลในกลุ่มมีการปลูกผัก ที่มีสรรพคุณทางยาไว้กินเอง อย่างน้อยครัวเรือนละ 5 ชนิด 2. บุคคลในกลุ่มงดใช้สารเคมี ในการทำนา อย่างน้อยจำนวน 2 ไร่ 3. บุคคลในกลุ่มร่วมกันทำปุ๋ย หมักชีวภาพ เพื่อใช้ในการ บำรุงดิน 4. บุคคลในกลุ่มจัดงานบุญที่ บ้านตนเอง ปลอดเหล้า ปลอด บุหรี 100%
2. ส่งเสริมให้บุคคล ในชุมชน อยู่ดี ภายใต้หลักสัปปุริส ธรรม 7 และปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียง	1. โครงการออกกกำลังกาย ได้ประโยชน์หลายอย่าง 2. โครงการกิจกรรมลง แขก	1. เพื่อให้บุคคลในชุมชน ได้ออกกำลังกายโดยใช้ การปลูกผักในบ้านเป็นสื่อ เช่น มีการรดน้ำผักเช้า-เย็น หรือประดิษฐ์จักรยานปั่น รดน้ำผัก 2. เพื่อให้บุคคลในชุมชน เกิดความสามัคคีในหมู่ คณะและมีจิตอาสา	1. บุคคลในชุมชนมีการออก กำลังกายจากการรดน้ำพรวน ดินผักทุกวัน วันละ 1 ชั่วโมง เช้า 30 นาที เย็น 30 นาที 2. บุคคลในชุมชนรวมกลุ่มกัน ทำกิจกรรมลงแขก อย่างน้อย เดือนละ 1 กิจกรรม

กลยุทธ์ขององค์กร (แผนงาน)	กลยุทธ์ของแผนงาน (โครงการ)	วัตถุประสงค์เชิง จุดมุ่งหมาย	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
	3. โครงการออมวันละนิด จิตแจ่มใส 4. โครงการธนาคาร ต้นไม้ในไร่นา	3. เพื่อให้บุคคลในชุมชนมี นิสัยรักการออม 4. เพื่อส่งเสริมให้บุคคลใน ชุมชนปลูกต้นไม้เพื่อ อากาศที่บริสุทธิ์และ สิ่งแวดล้อมที่ดี	3. บุคคลในชุมชนออมเงิน อย่างน้อยเดือนละ 20 บาท 4. บุคคลในกลุ่มมีการปลูกไม้ ยืนต้นตาม ไร่นาอย่างน้อย ครบครัวละ 5 ต้น ต่อเดือน
3. ส่งเสริมให้บุคคล ในชุมชน มีความสุข ภายใต้หลักสัปปุริส ธรรม 7 และปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียง	1. โครงการดักบาตรสร้าง สุข 2. โครงการรวมกลุ่ม ร่วมงานบุญประเพณี 3. โครงการพาครอบครัว ไปวัด	1. เพื่อให้บุคคลในชุมชน ได้รู้จักเป็นผู้ให้ และบำรุง พุทธศาสนา 2. เพื่อให้บุคคลในชุมชนมี จิตอาสาและร่วมงานบุญ อย่างสนุกสนาน 3. เพื่อให้บุคคลในชุมชน นำคนในครอบครัวเข้าวัด ฟังธรรมเพื่อขัดเกลาจิตใจ ให้เป็นสุข	1. บุคคลในกลุ่มทำบุญดัก บาตรอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3-5 ครั้ง 2. บุคคลในกลุ่มร่วมกันทำ กิจกรรมร่วมบุญประเพณีของ ชุมชน หน่วยงานอื่นๆที่ เกี่ยวข้อง 3. บุคคลในชุมชนนำคนใน ครอบครัวร่วมทำบุญที่วัดใน วันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ทุกครั้ง
	4. โครงการกิจกรรมยาม ว่าง	4. เพื่อให้บุคคลในชุมชน ได้ใช้เวลาว่างให้เป็น ประโยชน์	4. บุคคลในชุมชนรวมกลุ่มกัน ฝึกอาชีพ สร้างอาชีพยามว่าง จากการทำนา อย่างน้อยคนละ 1 อาชีพ

กลยุทธ์ขององค์กร (แผนงาน)	กลยุทธ์ของแผนงาน (โครงการ)	วัตถุประสงค์เชิง จุดมุ่งหมาย	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
4. ส่งเสริมให้บุคคล ในชุมชนมีส่วนร่วม ในการเรียนรู้ (สติปัญญา) เพื่อสุข ภาวะที่ดี	<p>1. โครงการอบรมสร้าง อาชีพ - สำหรับเด็กและเยาวชน - สำหรับประชาชน ทั่วไป</p> <p>2. โครงการศึกษาดูงาน ชุมชนต้นแบบสุขภาวะดี</p> <p>3. โครงการเรียนรู้จาก ประสบการณ์จริง</p> <p>4. โครงการชุมชน แลกเปลี่ยนเรียนรู้มุ่งสู่สุข ภาวะ</p>	<p>1. เพื่อให้บุคคลในชุมชน ได้รู้จักอาชีพใหม่ๆแล้ว นำมาประยุกต์กับตนเองได้ ตามความถนัดและสนใจ</p> <p>2. เพื่อให้บุคคลในชุมชน ได้มีต้นแบบหรือ แบบอย่างที่ดีในการสร้าง สุขภาวะของตนเอง</p> <p>3. เพื่อให้บุคคลในชุมชน ได้เกิดการเรียนรู้ด้วย ตนเองแล้วนำไปใช้ให้ ประโยชน์ต่อตนเองและ ชุมชน</p> <p>4. เพื่อให้บุคคลในชุมชน ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยน ความรู้กันทั้งในชุมชน ตนเองและชุมชนอื่น</p>	<p>1. บุคคลในกลุ่มได้รับความรู้ เรื่องอาชีพหลักและอาชีพ เสริมจากการฝึกอบรม อย่าง น้อย 1 ครั้ง</p> <p>2. บุคคลในกลุ่มร่วมกันไป ศึกษาดูงานชุมชนต้นแบบสุข ภาวะดี อย่างน้อย ปีละ 1 ครั้ง</p> <p>3. บุคคลในกลุ่มร่วมกัน สืบค้นภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อ จัดเป็นองค์ความรู้และอนุรักษ์ ไว้สืบทอดสู่ลูกหลาน</p> <p>4. บุคคลในกลุ่มประชุม แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและ หาข้อสรุปร่วมกัน อย่างน้อย เดือนละ 1 ครั้ง และ แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับชุมชน อื่นตาม โอกาสที่ได้ไปศึกษาดู งาน</p>

บันทึกการวิพากษ์

ชื่อผู้เชี่ยวชาญ.....

บันทึก.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

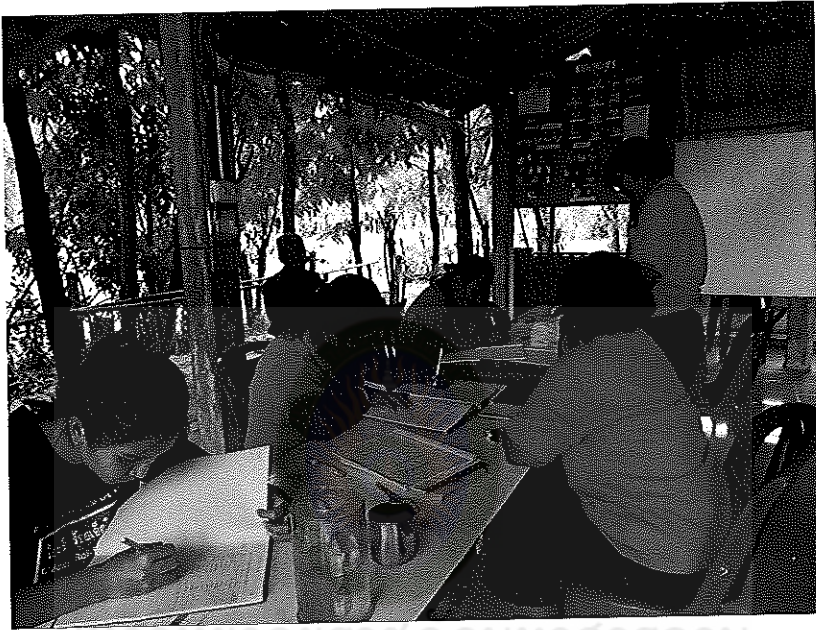
(.....)

...../...../.....



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

**เอกสารความรู้เรื่อง เกณฑ์น้ำหนัก ส่วนสูง เส้นรอบเอว
และความดันโลหิต**



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

รวบรวมโดย

**ศูนย์คุ้มครองสุขภาพคนบ้านเหล่าสิง
ตำบลบ้านดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด**

ดัชนีมวลกาย BMI (Body Mass Index)

การวัดปริมาณไขมันในร่างกายเป็นเรื่องที่ต้องใช้เครื่องมือในการวัด จึงใช้ดัชนีมวลกายมาวัด ค่าที่ได้มีความแม่นยำพอสมควร และสัมพันธ์กับปริมาณไขมันในร่างกาย วิธีวัดก็สะดวก

สูตรการคำนวณดัชนีมวลกาย

$$\text{ดัชนีมวลกาย BMI} = \frac{\text{น้ำหนัก (กก)}}{\text{ส่วนสูง (ม)}^2}$$

ตารางที่ 49 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างดัชนีมวลกาย ระดับความอ้วน และภาวะเสี่ยง

BMI มาตรฐานสากล(ยุโรป)	BMI มาตรฐานอาเซียน(เอเชีย)	การแปลผล
< 18.5	< 18.5	น้ำหนักน้อยกว่ามาตรฐาน
18.5-24.9	18.5-22.9	ปกติ
25-29.9	23-24.9	อ้วนระดับ 1
30-34.9	25-29.9	อ้วนระดับ 2
35-39.9	มากกว่าหรือเท่ากับ 30	อ้วนระดับ 3
มากกว่าหรือเท่ากับ 40	-	อ้วนระดับ 4

ที่มา <http://dopah.anamai.moph.go.th/bmi.php>

วัดเส้นรอบเอว Waist circumference

ค่ารอบเอวที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรค

ชาย >40 นิ้วหรือ 102 ซม. หญิง > 35 นิ้วหรือ 88 ซม.

การวัดเส้นรอบเอวจะมีความสัมพันธ์กับปริมาณไขมันในอวัยวะภายในช่องท้อง หากมีไขมันช่องท้องมาก จะพบว่ามีความเสี่ยงต่อการเกิดโรค มากกว่าไขมันที่อยู่ตามแขนหรือขา ผู้ที่มีดัชนีมวลกายเกิน แต่เส้นรอบเอวไม่เกิน กลุ่มนี้มีความเสี่ยงต่อโรคไม่มาก

วิธีการวัดเส้นรอบเอว วัดรอบเอวระดับกึ่งกลางกระดูกสะโพกส่วนบนสุด และขอบล่างของกระดูกซี่โครงให้ขนานกับพื้น และต้องวัดขณะหายใจออกเท่านั้น

ความดันโลหิต

ความดันโลหิต หมายถึง แรงดันของกระแสเลือดที่กระทบต่อผนังหลอดเลือด ซึ่งเกิดจากการสูบฉีดของหัวใจ (คล้ายแรงลมที่ดันผนังยางเวลาสูบลมเข้า) ซึ่งสามารถวัดโดยใช้เครื่องวัดความดัน (Sphygmomanometer) วัดที่แขน และมีค่าที่วัดได้ 2 ค่า คือ

1. ค่าความดันโลหิตตัวบน (ตัวเลขค่ามาก) หรือความดันซิสโตลิก (Systolic blood pressure) หมายถึง แรงดันเลือดขณะที่หัวใจบีบตัว ซึ่งอาจสูงตามอายุ ความดันช่วงบนในคน ๆ เดียวกัน อาจมีค่าแตกต่างกันบ้างเล็กน้อย ตามท่าของร่างกาย การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ และปริมาณของการออกกำลังกาย

2. ค่าความดันโลหิตตัวล่าง (ตัวเลขค่าน้อย) หรือความดันไดแอสโตลิก (Diastolic blood pressure) หมายถึงแรงดันเลือดขณะที่หัวใจคลายตัว

ในปัจจุบันได้มีการกำหนดค่าความดันโลหิต และระดับความรุนแรงของโรคความดันโลหิตสูง สำหรับผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป (โดยการวัดในท่านั่ง วัดอย่างน้อย 2 ครั้งขึ้นไป แล้วหาค่าเฉลี่ย)

ความดันโลหิตค่าปกติจะไม่เกิน 140/90 มิลลิเมตรปรอท ถ้าความดันโลหิตสูงกว่านี้ ถือว่ามี “ความดันโลหิตสูง”

ตามมาตรฐานขององค์การอนามัยโลกได้กำหนดเกณฑ์การวินิจฉัยความดันโลหิตสูงไว้ว่า “ความดันโลหิตสูง” คือ สภาวะที่ค่าของความดันเลือดที่วัดอย่างถูกต้อง และมีการ

ตรวจวัดหลายๆ ครั้ง ในต่างวาระกันแล้ว พบว่ามีระดับของความดันโลหิตสูงกว่า 140/90 มม.ปรอทเราแบ่งระดับความรุนแรง ของภาวะความดันโลหิตสูงไว้ ดังนี้

ตารางที่ 50 แสดงระดับความดันโลหิต

ระดับ	ความดันโลหิต	
	ตัวบน(SBP)	ตัวล่าง(DBP)
ความดันโลหิตเหมาะสม	<120	<80
ความดันโลหิตปกติ	120-129	80-84
ความดันโลหิตสูงเล็กน้อย แต่ปกติ	130-139	85-84
ความดันโลหิตสูง ระดับที่ 1	140-159	90-99
ความดันโลหิตสูง ระดับที่ 2	160-179	100-109
ความดันโลหิตสูง ระดับที่ 3	≥180	≥110
ความดันโลหิตสูงชนิดตัวบนสูงอย่างเดียว	≥140	<90

ที่มา : www.calintertrade.co.th/blog/?p=86 และ

www.silommedical.co.th/th/index.php?page=knowledge&content=hypertension

ตารางที่ 51 แสดงรายชื่อกลุ่มเป้าหมาย

ที่	ชื่อ-สกุล	สถานะ
1	เด็กหญิงพรนภา นนทฤทธิ	เด็ก
2	เด็กชายชยธร ซาจิโย	เด็ก
3	เด็กหญิงปรีศนา มหามาตย์	เด็ก
4	เด็กหญิงอัจฉรา พากุมิ	เด็ก
5	เด็กชายปฏิภาณ ชาญสมร	เด็ก
6	เด็กหญิงปวีณา ทองชำนาญ	เด็ก
7	เด็กหญิงกลณา สมบูรณ์พันธ์	เด็ก
8	เด็กชายจิราวัฒน์ บุตรราช	เด็ก
9	เด็กชายประวิทย์ ธรรมที่ชอบ	เด็ก
10	เด็กหญิงกตุมา ใจอารี	เด็ก
11	นางสาวมนัญชยา ซาจิโย	เยาวชน
12	นางสาวคุณากรณ์ ธรรมที่ชอบ	เยาวชน
13	นายธีรเมธ ศรีแก้ว	เยาวชน
14	นางสาววิชุดา ตอนสันเทียะ	เยาวชน
15	นางสาวสุพัศรา มหามาตย์	เยาวชน
16	นายวันเฉลิม ตอนสันเทียะ	เยาวชน
17	นายเพชร กุลสีดา	เยาวชน
18	นายอรรถพ บันคำ	เยาวชน
19	นางสาวกาญจนา ศิริเวช	เยาวชน
20	นางสาวแก้วตา มีมานะ	เยาวชน
21	นายพัฒนชัย ธรรมที่ชอบ	ประชาชน
22	นางสมบูรณ์ วิเศษการ	ประชาชน
23	นางอ้วน มหามาตย์	ประชาชน
24	นางสาวน้ำฝน ชาระมาตย์	ประชาชน
25	นางนันทา โสปะติ	ประชาชน
26	นายสำเนียง ซาจิโย	ประชาชน

ที่	ชื่อ-สกุล	สถานะ
27	นางจุฑารัตน์ บุตรราช	ประชาชน
28	นางบุญสม มาตย์ขารี	ประชาชน
29	นายมานิต สมบูรณ์พันธ์	ประชาชน
30	นางทองมา แถวพินิจ	ประชาชน
31	นางสมกพร ธรรมที่ชอบ	ประชาชน
32	นายจรัส บุตรราช	ประชาชน
33	นายนิวัฒน์ กุลสีดา	ประชาชน
34	นางจำรูญ เชื้อลิ้นฟ้า	ประชาชน
35	นายอำนาจ นนทฤทธิ	ประชาชน
36	นายทองใบ ศรีทอง	ประชาชน
37	นายสมพงษ์ มาตย์ขารี	ประชาชน
38	นายคำตา อุทุมพร	ประชาชน
39	นายสม ชาติโย	ประชาชน
40	นางสมปอง นนทฤทธิ	ประชาชน



ภาคผนวก ง

หนังสือราชการเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัยและวิพากษ์กลยุทธ์

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY



ที่ ศษ ๐๕๔๐.๐๑/ว๑๓๓๔

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๒ กันยายน ๒๕๕๕

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย
เรียน คุณสถล กามนุสย์

ด้วยนางปาริชาติ ชาศิโย รหัสประจำตัว ๕๔๕๒๘๐๐๒๐๑๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขา
นวัตกรรมการพัฒนาท้องถิ่น รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิ่ง”
เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมด้านเนื้อหา ภาษา สถิติ การวัดและประเมินผล
คลังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรพรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๓๒ - ๕๔๓๘

ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว๑๗๓๔



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
จ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๒ กันยายน ๒๕๕๕

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย
เรียน อาจารย์ ดร. ปรีดา รามะนา

ด้วยนางปาริชาติ ชาติโย รหัสประจำตัว ๕๔๕๒๘๐๐๒๐๑๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขา
นวัตกรรมเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าถึง”
เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมด้านการวัดและประเมินผล ดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคณา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพโรวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐-๔๓๗๒-๕๔๓๘



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/๖๑๗๓๔

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๒ กันยายน ๒๕๕๕

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย
เรียน อาจารย์ ดร. วงศ์ชนก จำเริญสาร

ด้วยนางปาริชาติ ชาติโย รหัสประจำตัว ๕๔๕๒๘๐๐๒๐๑๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขา
นวัตกรรมการพัฒนาท้องถิ่น รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าลิง”
เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมด้านการวัดและประเมินผล ดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๔๓๘



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/๑๑๓๑๔

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๒ กันยายน ๒๕๕๕

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย
เรียน พระมหา ดร. ทองจันทร์ กมโล

ด้วยนางปาริชาติ ซาซิว รหัสประจำตัว ๕๔๘๒๘๐๐๒๐๑๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขา
นวัตกรรมเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าลิง”
เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมค่านเนื้อหา ภาษา ดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรวรณ์)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๔๓๘



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม โทร. ๓๐๐

ที่ บว. ๖๑๒๕๘/๒๕๕๕

วันที่ ๒๒ กันยายน ๒๕๕๕

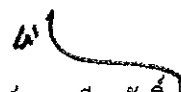
เรื่อง เชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผศ.ว่าที่ ร.ต. ดร. อรัญ ชูยกระเดื่อง

ด้วยนางปาริชาติ ซาชิโย รหัสประจำตัว ๕๔๕๒๘๐๐๒๐๑๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขา
นวัตกรรมการพัฒนาท้องถิ่น รูปแบบการศึกษานอกเวลาราชการ ศูนย์มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม กำลังทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าลิง”
เพื่อให้การวิจัยดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุตามวัตถุประสงค์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ
เครื่องมือการวิจัย ตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสมด้านการวัดและประเมินผล ดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้


 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรวรรณ)
 คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว๐๓๖๐

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๗ มีนาคม ๒๕๕๖

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ผศ. ดร. ประยูร วงศ์จันทร์ธา

ด้วย นางปาริชาติ ซาซิว รหัสประจำตัว ๕๔๕๒๘๐๐๒๐๒๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชา
นวัตกรรมการพัฒนาท้องถิ่น ได้จัดการวิพากษ์กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคลากรในชุมชน
โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมวิพากษ์กลยุทธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคลากรในชุมชน
โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลาน” ในวันจันทร์ที่ ๘ เมษายน ๒๕๕๖ เวลา ๐๙.๐๐ น - ๑๒.๐๐ น ณ ศูนย์คุ้มโฮมลูก
หลานบ้านเหล่าลิ่ง บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านคู อำเภอบางเสาธง จังหวัดร้อยเอ็ด

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมเป็นผู้เชี่ยวชาญ
ในการวิพากษ์กลยุทธ์ ตามวัน เวลาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๔๓๘



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว๐๓๖๐

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๗ มีนาคม ๒๕๕๖

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ว่าที่ พ.ต. ดร. มานิตย์ ชาชิโย

ด้วย นางปาริชาติ ชาชิโย รหัสประจำตัว ๕๕๕๒๙๐๐๒๐๒๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชา
นวัตกรรมการพัฒนาท้องถิ่น ได้จัดการวิพากษ์กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคลากรในชุมชน
โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมวิพากษ์กลยุทธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคลากรในชุมชน
โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลาน” ในวันจันทร์ที่ ๙ เมษายน ๒๕๕๖ เวลา ๐๘.๐๐ น - ๑๒.๐๐ น ณ ศูนย์คุ้มโฮมลูก
หลานบ้านเหล่าถึง บ้านเหล่าถึง ตำบลบ้านคู อำเภอนาดูน จังหวัดร้อยเอ็ด

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมเป็นผู้เชี่ยวชาญ
ในการวิพากษ์กลยุทธ์ ตามวัน เวลาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะ ได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรวธรรม)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๔๓๙



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/๑๐๗๖๐

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๑ มีนาคม ๒๕๕๖

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ดร.เสน่ห์ เสาวพันธ์

ด้วย นางปาริชาติ ซาธิโย รหัสประจำตัว ๕๔๕๒๘๐๐๒๐๒๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชา
นวัตกรรมการพัฒนาท้องถิ่น ได้จัดการวิพากษ์กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคลากรในชุมชน
โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมวิพากษ์กลยุทธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของบุคคลในชุมชน
โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลาน” ในวันจันทร์ที่ ๘ เมษายน ๒๕๕๖ เวลา ๐๘.๐๐ น - ๑๒.๐๐ น ณ ศูนย์คุ้มโฮมลูก
หลานบ้านเหล่าลิ่ง บ้านเหล่าลิ่ง ตำบลบ้านคู อำเภอบ้านดุง จังหวัดร้อยเอ็ด

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมเป็นผู้เชี่ยวชาญ
ในการวิพากษ์กลยุทธ์ ตามวัน เวลาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรพรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๕๓๘



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว๐๓๖๐

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๗ มีนาคม ๒๕๕๖

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ดร. นพคณ นพเคราะห์

ด้วย นางปรีชาติ ชาติโย รหัสประจำตัว ๕๔๕๒๘๐๐๒๐๒๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชา
นวัตกรรมการพัฒนาท้องถิ่น ได้จัดการวิพากษ์กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคลากรในชุมชน
โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมวิพากษ์กลยุทธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน
โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลาน” ในวันจันทร์ที่ ๘ เมษายน ๒๕๕๖ เวลา ๐๘.๐๐ น – ๑๒.๐๐ น ณ ศูนย์คุ้มโฮมลูก
หลานบ้านเหล่าถึง บ้านเหล่าถึง ตำบลบ้านคู อำเภอบางสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมเป็นผู้เชี่ยวชาญ
ในการวิพากษ์กลยุทธ์ ตามวัน เวลาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรพรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๑๒ - ๕๔๓๘



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว๐๓๖๐

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๗ มีนาคม ๒๕๕๖

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ดร. สุรศักดิ์ หันชัยศรี

ด้วย นางปาริชาติ ชาติโย รหัสประจำตัว ๕๔๕๒๘๐๐๒๐๒๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชานวัตกรรมเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น ได้จัดการวิพากษ์กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคลากรในชุมชน โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมวิพากษ์กลยุทธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโฮมลูกหลาน” ในวันจันทร์ที่ ๘ เมษายน ๒๕๕๖ เวลา ๐๘.๐๐ น – ๑๒.๐๐ น ณ ศูนย์คุ้มโฮมลูกหลานบ้านเหล่าถึง บ้านเหล่าถึง ตำบลบ้านคู อำเภอบางสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมเป็นผู้เชี่ยวชาญในการวิพากษ์กลยุทธ์ ตามวัน เวลาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรวรรณ)

กณเบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐ - ๔๓๗๒ - ๕๔๓๘



ที่ ศธ ๐๕๔๐.๐๑/ว๐๓๖๐

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
อ.เมือง จ.มหาสารคาม ๔๔๐๐๑

๒๗ มีนาคม ๒๕๕๖

เรื่อง เรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

เรียน ดร.พัชรา ปรากฏ์เวทย์

ด้วย นางปวีณา ราชไชย รหัสประจำตัว ๕๕๕๒๘๐๐๒๐๒๐๔ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาวิชานวัตกรรมเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น ได้จัดการวิพากษ์กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคลากรในชุมชน โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมวิพากษ์กลยุทธ์ เรื่อง “กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยศูนย์คุ้มโสมลูกหลาน” ในวันจันทร์ที่ ๘ เมษายน ๒๕๕๖ เวลา ๐๘.๐๐ น.-๑๒.๐๐ น ณ ศูนย์คุ้มโสมลูกหลานบ้านเหล่าถึง บ้านเหล่าถึง ตำบลบ้านคู อำเภอบางเสาธง จังหวัดร้อยเอ็ด

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมเป็นผู้เชี่ยวชาญในการวิพากษ์กลยุทธ์ ตามวัน เวลาดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดี ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ไพรรพรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์, โทรสาร ๐-๔๓๗๒-๕๔๓๔

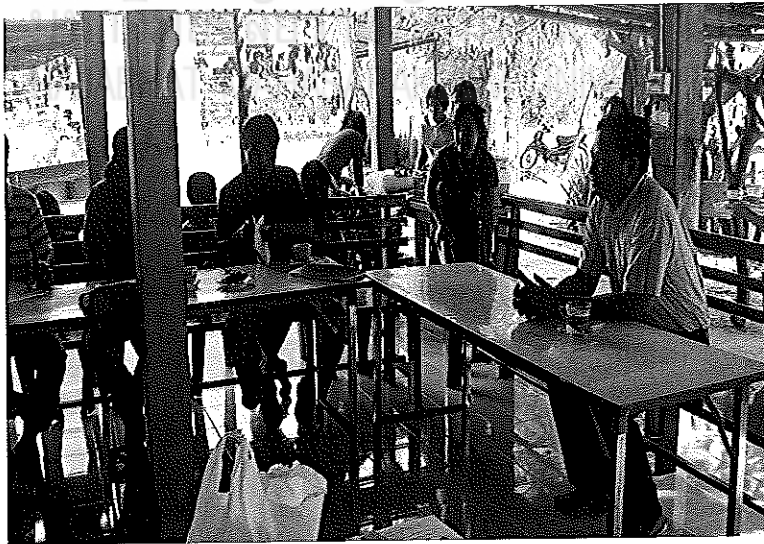
ภาคผนวก จ
ภาพกิจกรรม การดำเนินการวิจัยและการขับเคลื่อนกลยุทธ์ สุขภาวะของ
บุคคลในชุมชน

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

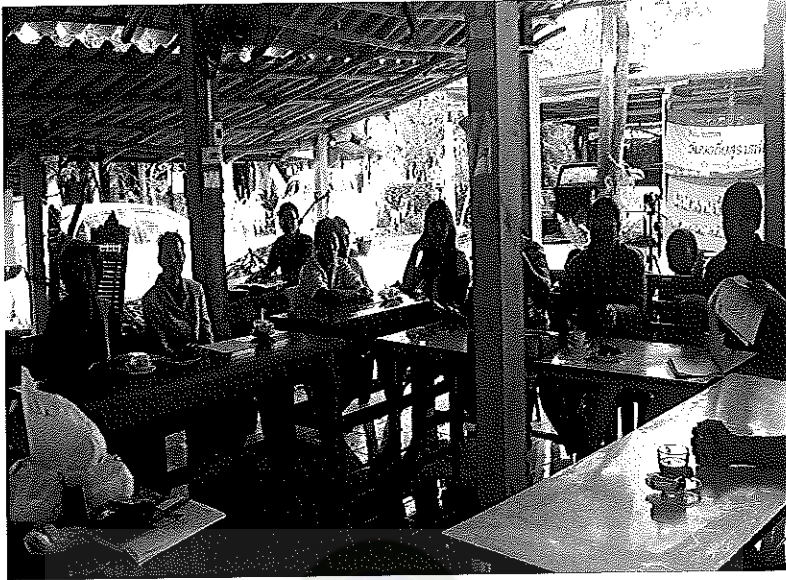
ภาพกิจกรรม ระยะเวลาที่ 1 สำรวจปัญหา ความต้องการและแนวทางแก้ไขสุขภาวะของบุคคล
ในชุมชน



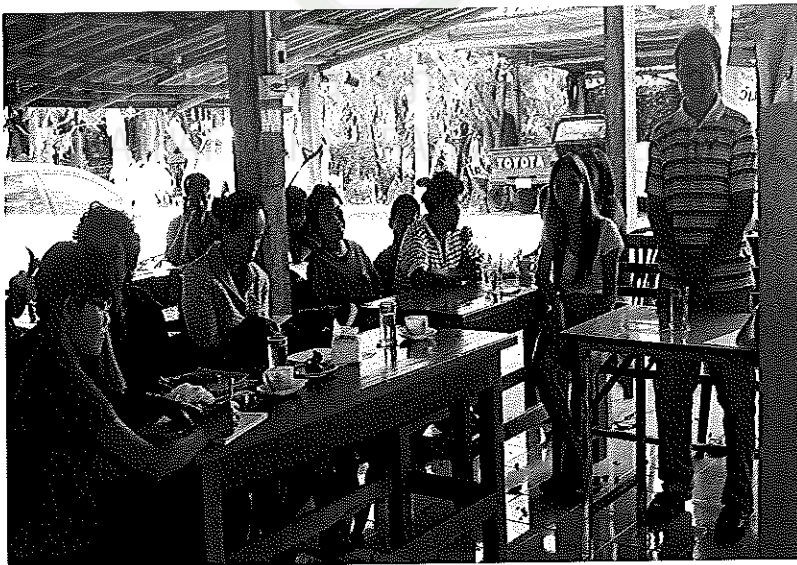
ภาพที่ 30 ขณะจัดเวทีเสวนากับกลุ่มเป้าหมายเพื่อศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการและ
แนวทางแก้ไขสุขภาวะของบุคคล ในหมู่บ้านเหล่าลิง



ภาพที่ 31 อาจารย์ ดร.ศักดิ์พงษ์ หอมหวล ร่วมสังเกตการณ์จัดเวทีเสวนา



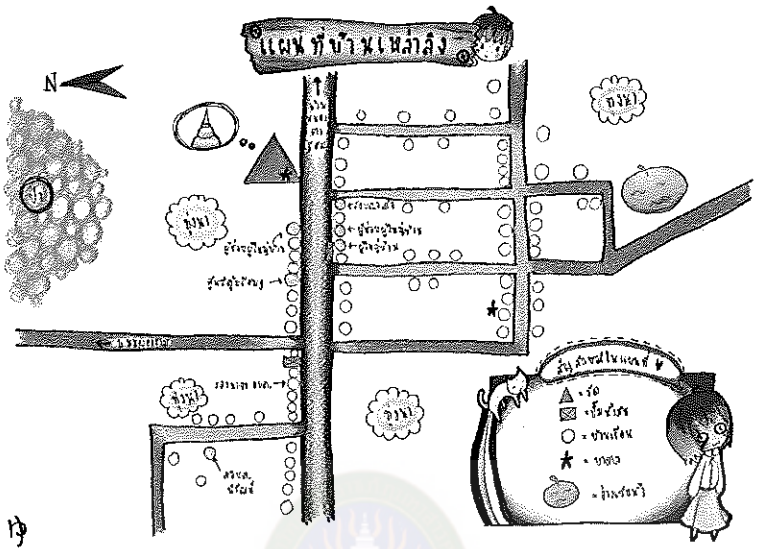
ภาพที่ 32 ผู้เข้าร่วมเวทีเสวนามีทุกวัย ทั้งวัยเด็ก เยาวชนและวัยผู้ใหญ่ (ประชาชน)



ภาพที่ 33 ผู้เข้าร่วมเวทีเสวนา แสดงความคิดเห็นต่อการมีสุขภาวะที่ดี

ภาพกิจกรรม ระยะที่ 2 การสร้างกลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

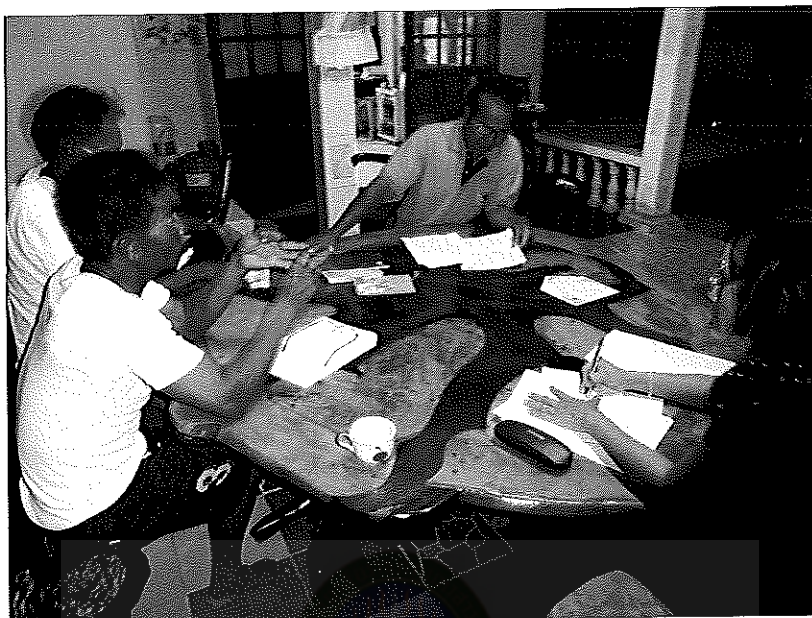
1. ภาพกิจกรรมการสร้างกลยุทธ์ ทั้งจัดเวทีเสวนา และประชุมกลุ่มย่อย



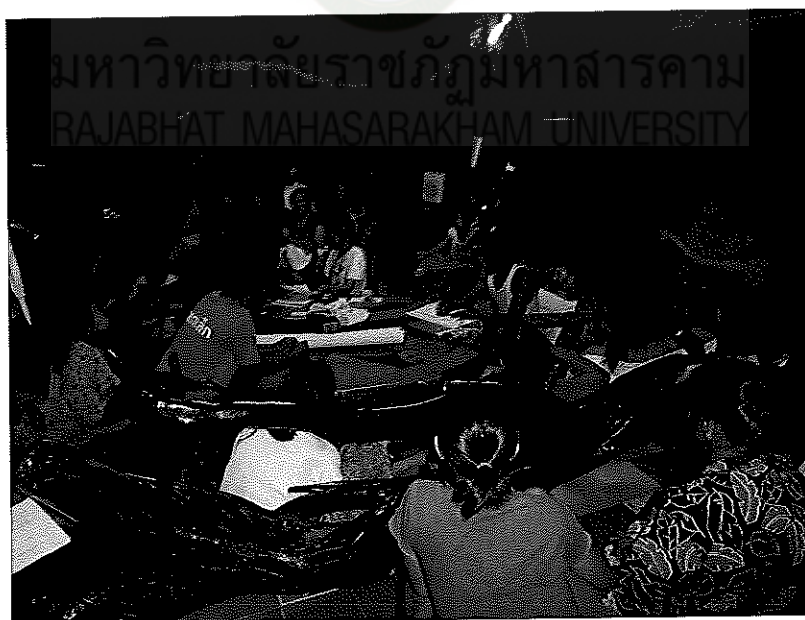
ภาพที่ 34 แผนที่เดินดินบ้านเหล่าสิง จากฝีมือของเด็กและเยาวชน โดยการบอกข้อมูลของประชาชน



ภาพที่ 35 ขณะกำลังระดมความคิดเห็น เพื่อสร้างกลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน



ภาพที่ 36 ร่วมประชุมเสวนากับผู้นำชุมชน เพื่อสร้างกลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของคน
ในชุมชน ของบ้านเหล่าดิ่ง

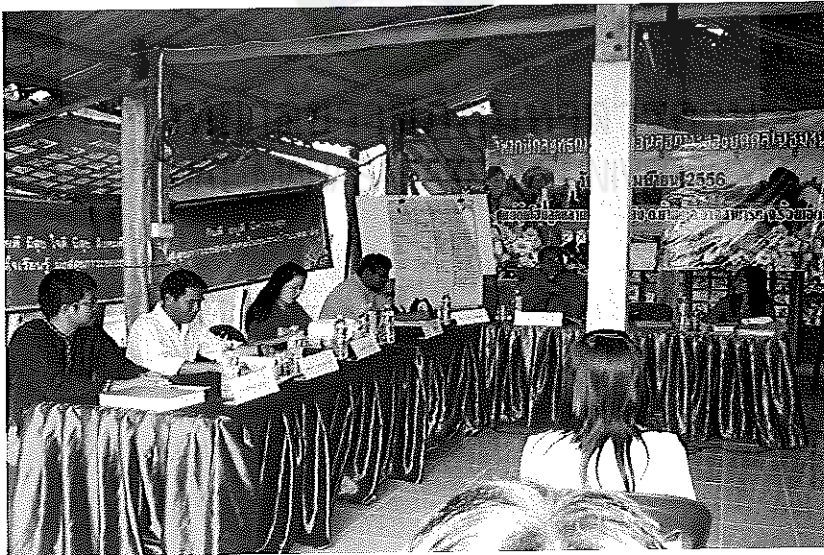


ภาพที่ 37 มีผู้เข้าร่วมสร้างกลยุทธ์ทั้งบุรุษ สตรี และเด็ก

2. ภาพกิจกรรม วิพากษ์กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน โดยผู้เชี่ยวชาญ



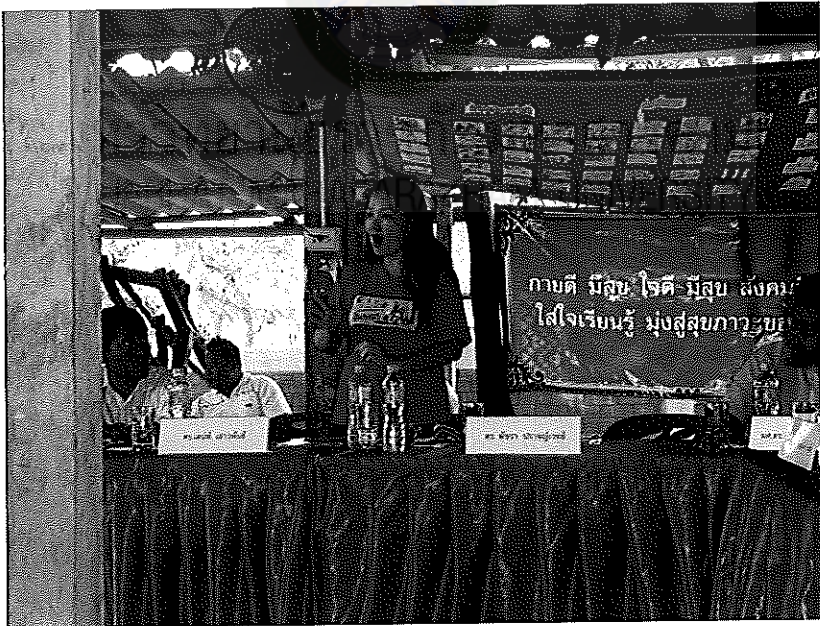
ภาพที่ 38 ผู้วิจัยนำเสนอกลยุทธ์ ให้ผู้เชี่ยวชาญและคนในชุมชน ได้รับฟัง



ภาพที่ 39 ผู้เชี่ยวชาญร่วมวิพากษ์กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน



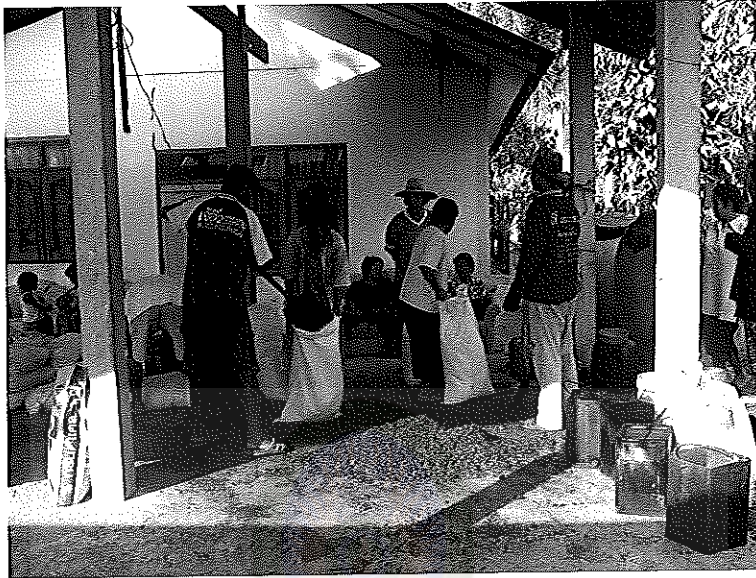
ภาพที่ 40 กลุ่มเป้าหมายและชาวบ้านเหล่าลิ่งที่สนใจ เข้าร่วมรับฟังการวิพากษ์กลยุทธ์



ภาพที่ 41 ผู้เชี่ยวชาญแสดงความคิดเห็นต่อกลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาวะของบุคคลในชุมชน

ภาพกิจกรรม ระยะที่ 3 ทดลองใช้และประเมินผลการใช้กลยุทธ์การขับเคลื่อนสุขภาพของ
บุคคลในชุมชน

1. เกษตรพอเพียง ปลอดภัย



ภาพที่ 42 คนในชุมชนร่วมกันทำปุ๋ยหมักชีวภาพไว้ใช้แทนปุ๋ยเคมี



ภาพที่ 43 เด็กและเยาวชนช่วยกันทำปุ๋ยหมักชีวภาพ



ภาพที่ 44 ชาวบ้านปลูก พืชผักสวนครัวไว้กิน ในบริเวณบ้าน



ภาพที่ 45 ผักปลั่งที่ได้จากการศึกษาดูงานนำมาปลูกไว้รับประทานในบริเวณบ้าน

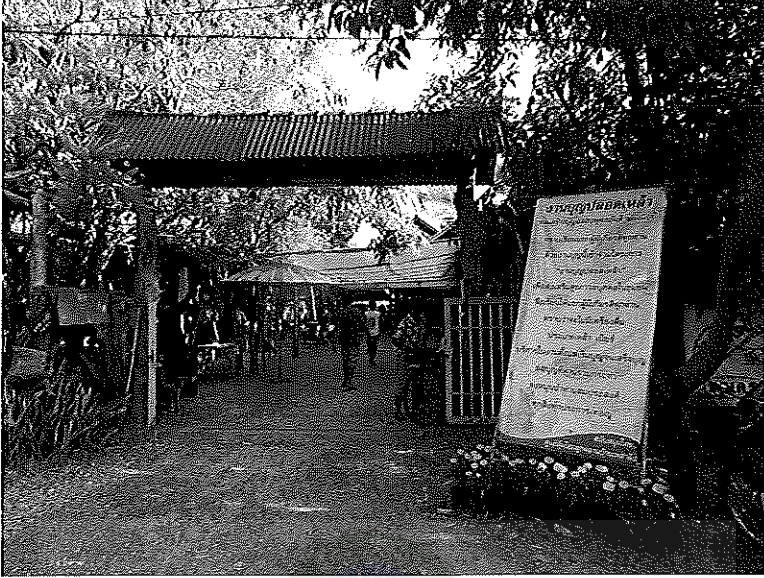
2. งานบุญกลุ่มเรงดเหถ้า งดบู่หรี



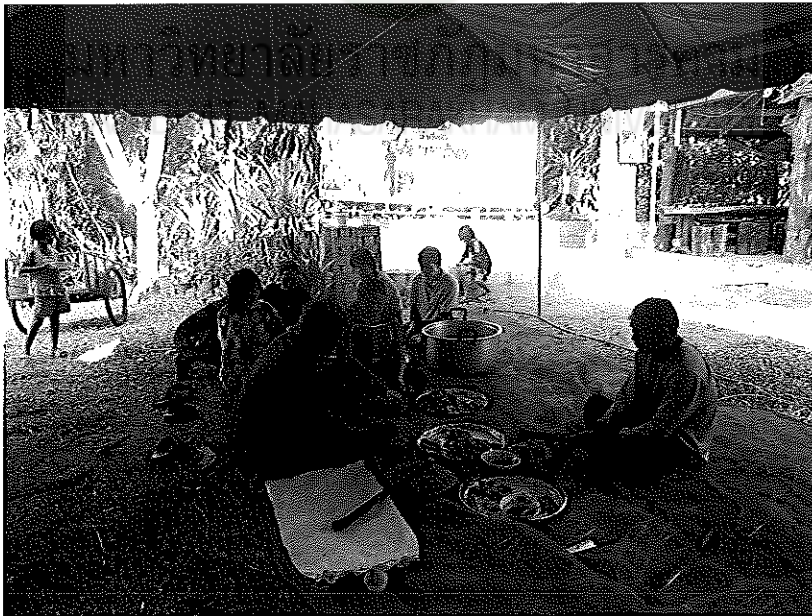
ภาพที่ 46 ป้ายประชาสัมพันธ์งานบุญปลอดเหล้า



ภาพที่ 47 คนร่วมงานบุญปลอดเหล้า



ภาพที่ 48 ป้ายประชาสัมพันธ์พันธกิจงานบุญปลอดเหล้า ถูกตั้งไว้หน้าบ้านที่ทำบุญในชุมชน



ภาพที่ 49 หลังเสร็จงานบุญก็ปลอดเหล้า บุหรี่

3. ลงแขกทำนา-ออมทรัพย์



ภาพที่ 50 เด็ก เยาวชนและประชาชน ลงแขกถอนกล้าเพื่อปักดำ



ภาพที่ 51 กลุ่มชาวบ้านลงเขกดำนานา



ภาพที่ 52 เด็ก เยาวชนและประชาชน บ้านเหล่าถึง ร่วมลงแขกเกี่ยวข้าว



ภาพที่ 53 หลังเกี่ยวข้าวเสร็จแล้ว ทุกคนก็รับประทานอาหารร่วมกัน

4. วิชาการต้นไม้ในคันทนา



ภาพที่ 56 ชาวบ้านร่วมปลูกพืชผักและต้นไม้ในแปลงนาและตามคันทนา



ภาพที่ 57 ตามคันทนาปลูกต้นสัก



ภาพที่ 58 คันนาของชาวบ้านปลูกข้าวและตะไคร้ไว้บริโภคนก



ภาพที่ 59 สระที่ขุดในนาเพื่อเก็บน้ำไว้ใช้ในการรดน้ำต้นไม้ตามคันนา

5. สามวัยใกล้ชีวิตวันอาทิตย์เข้าวัด



ภาพที่ 60 กิจกรรมครอบครัวทำบุญ ตักบาตรที่วัดทุกวันอาทิตย์



ภาพที่ 61 สามวัยเข้าวัดฟังธรรม



ภาพที่ 62 พระสงฆ์อบรมพระพุทธศาสนาทุกวันอาทิตย์



ภาพที่ 63 ฝึกเด็กและเยาวชนให้เข้าร่วมพิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา

6. รวมกลุ่มร่วมงานบุญประเพณี



ภาพที่ 64 ร่วมงานบุญประเพณี บุญพะเหวด 5 ตำบล



ภาพที่ 65 ผู้วิจัยร่วมขบวนแห่กับชาวบ้าน



ภาพที่ 66 เด็กและเยาวชนร่วมงานบุญทอดเทียนของตำบล



ภาพที่ 67 เด็กและเยาวชนร่วมขบวนพ็อนรำของตำบล

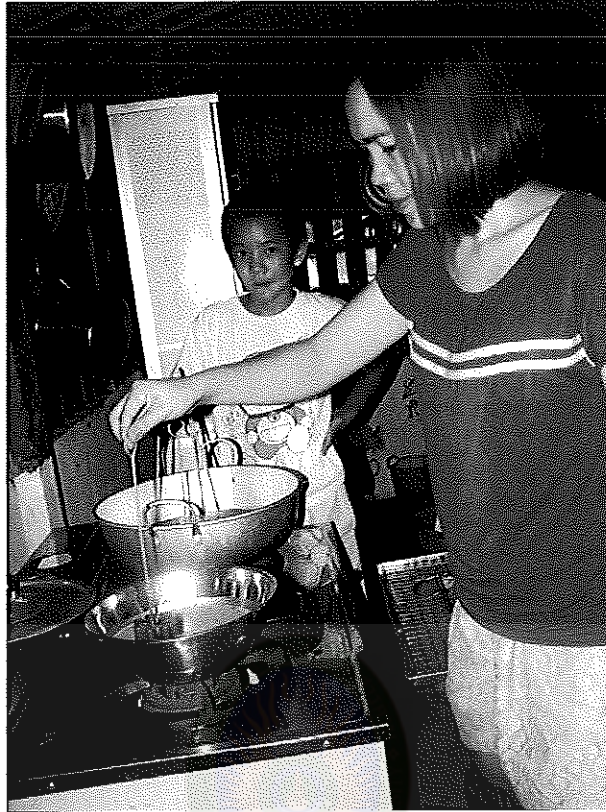
7. อบรมสร้างอาชีพ



ภาพที่ 68 กิจกรรมอบรมทักษะอาชีพสำหรับเด็กและเยาวชน



ภาพที่ 69 วิทยากรกำลังให้ความรู้การทำงานนมลูกชุบให้เด็กและเยาวชน



ภาพที่ 70 เด็กและผู้ใหญ่ร่วมฝึกทำขนมดอกจอก

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY



ภาพที่ 71 ขนมดอกจอกที่ฝึกทำ ส่งขายได้



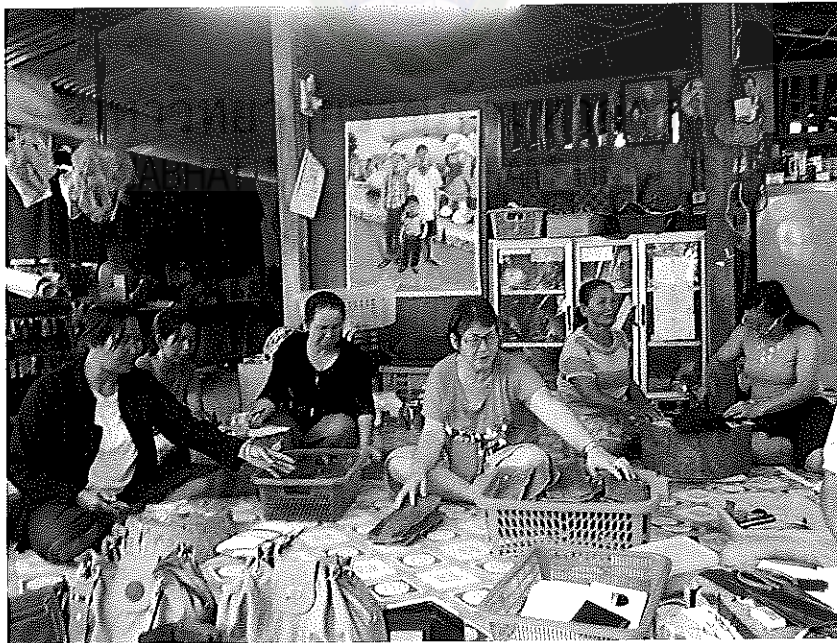
ภาพที่ 72 วิทยากรจากวิทยาลัยในวัง กรุงเทพฯ ให้การฝึกอบรมร้อยมาลัย ทั้งเด็ก ผู้ใหญ่และ
สามเณร



ภาพที่ 73 ผลงานการร้อยมาลัยของเด็กและเขาวชน



ภาพที่ 74 ชาวบ้านร่วมฝึกอบรมการทำกระเป๋าน้ำกับกลุ่มทำกระเป๋าน้ำ บ้านเหล่าดิ่ง



ภาพที่ 75 ขณะกำลังฝึกทำกระเป๋าน้ำ

8. ศึกษาดูงานชุมชนต้นแบบสุขภาพะดี



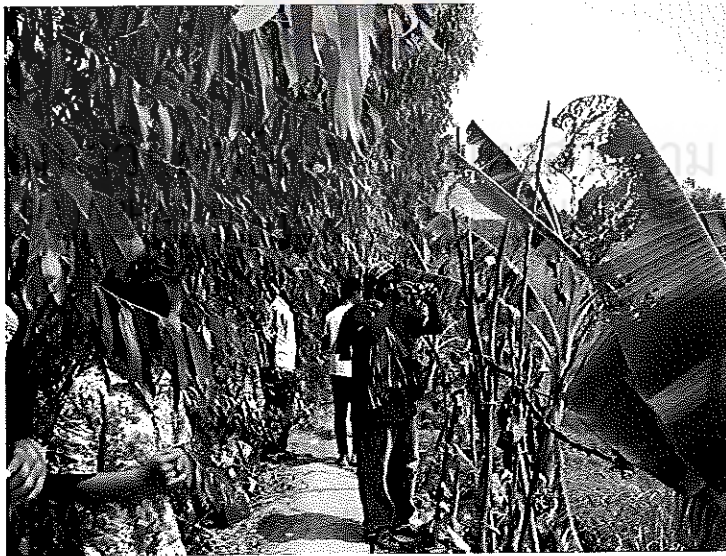
ภาพที่ 76 ชาวบ้านร่วมศึกษาดูงานหมู่บ้านต้นแบบสุขภาพดี วิถีไทย ระดับจังหวัดร้อยเอ็ด



ภาพที่ 77 เด็กและเยาวชนร่วมศึกษาดูงานที่บ้านโหลง ตำบลดู่ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด



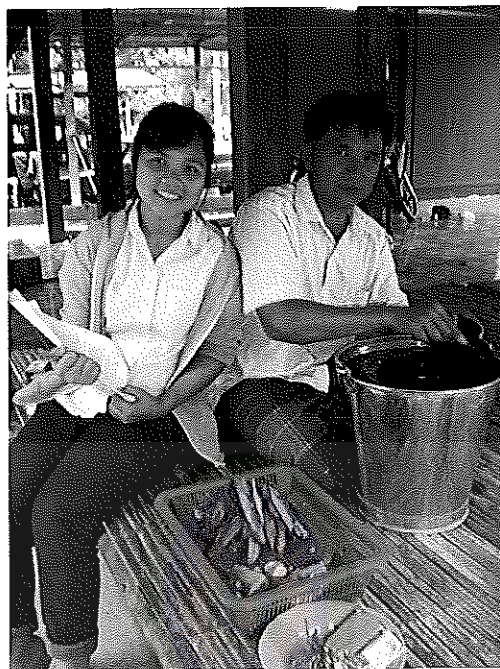
ภาพที่ 78 ศึกษาดูงานที่ศูนย์สมุนไพรรักษาโรค บ้านหนองอ่าง ตำบลกำแพง อำเภอลำปาง จังหวัดร้อยเอ็ด



ภาพที่ 79 ชาวบ้านศึกษาดูงานการทำเกษตรปลอดสารพิษ การปลูกพืชตามคันนาและการเลี้ยงปลา

9. ชุมชนแลกเปลี่ยน เรียนรู้มุ่งสู่สุขภาวะ

9.1 กิจกรรมเด็กและเยาวชนร่วมอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมท้องถิ่น



ภาพที่ 80 เด็กและเยาวชนศึกษา หมอยารากไม้ สมุนไพรในหมู่บ้าน
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY



ภาพที่ 81 เด็กและเยาวชน ศึกษาภูมิปัญญาการทอผ้าจากปราชญ์ชาวบ้าน



ภาพที่ 82 เด็กและเยาวชนศึกษาการจักสานกับครูภูมิปัญญา



ภาพที่ 83 ศึกษาการสุตรขวัญทำพิธีสะเดาะเคราะห์บูชาโชค จากหมอสุตรขวัญประจำหมู่บ้าน

9.2 กิจกรรมประชุมกลุ่มแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทุกเดือน



ภาพที่ 84 กลุ่มเป้าหมายร่วมประชุมแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ในตอนกลางคืน



ภาพที่ 85 ผู้วิจัยร่วมประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้กับกลุ่มเป้าหมายทุกครั้ง



ภาพที่ 86 ขณะประชุมระดมความคิดเห็นในการสร้างกลยุทธ์

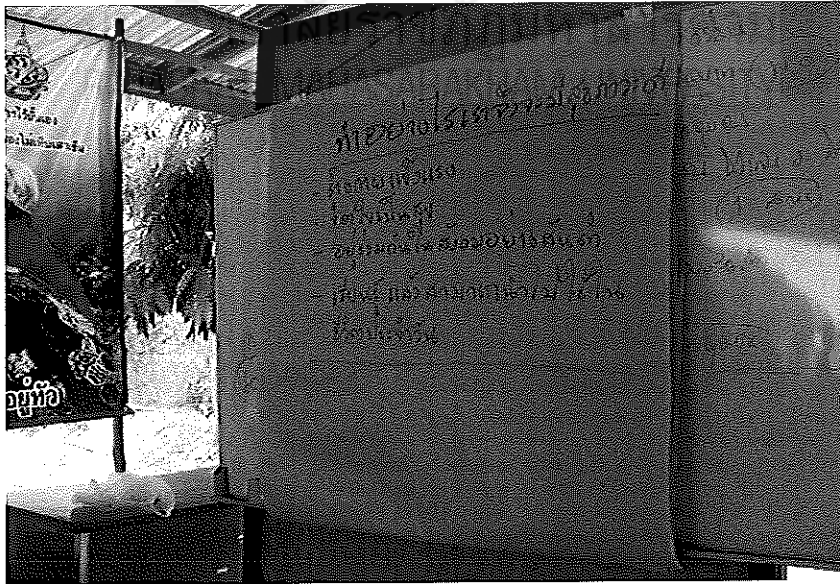


ภาพที่ 87 ชาวบ้านที่เป็นกลุ่มเป้าหมายร่วมประชุมสรุปถอดบทเรียน

9.3 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างชุมชน



ภาพที่ 88 กลุ่มเป้าหมายร่วมประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับชาวบ้านจากตำบลกำแพง อำเภอกษัตริย์ จังหวัดร้อยเอ็ด



ภาพที่ 89 ผลจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากชุมชนอื่น ทำให้ได้ข้อสรุปของการมีสุขภาวะดี