

สารบัญ

หัวเรื่อง	หน้า
บทคัดย่อ	ก
ABSTRACT	จ
กิตติกรรมประกาศ	ช
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหา	1
1.2 คำถามการวิจัย	6
1.3 วัตถุประสงค์การวิจัย	7
1.4 ขอบเขตการวิจัย	7
1.5 นิยามศัพท์เฉพาะ	8
1.6 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	11
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม	13
2.1 แนวคิดจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ	14
2.2 แนวคิดการพัฒนาด้านสุขภาพ	21
2.3 แนวคิดการพัฒนาด้านเศรษฐกิจ	61
2.4 แนวคิดเกี่ยวกับจิตตนิยามเชิงพุทธ.....	73
2.5 แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการความรู้ (Knowledge Management)	91
2.6 แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างนวัตกรรมและกระบวนการเรียนรู้ ที่เหมาะสมกับสังคมไทย	96
2.7 วิจัยที่เกี่ยวข้อง	106
2.8 กรอบแนวคิดการวิจัย	110

หัวข้อ	หน้า
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	113
3.1 ระเบียบวิธีวิจัย	113
3.2 พื้นที่ในการวิจัย	114
3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล	115
3.4 เทคนิคที่ใช้ในการวิจัย	117
3.5 การตรวจสอบความเชื่อถือของข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล	117
3.6 ขั้นตอนการวิจัย	119
3.7 การตรวจสอบความเชื่อถือของข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล	137
3.8 รูปแบบการเขียนรายงานการวิจัย	142
บทที่ 4 ผลการศึกษาสถานการณ์และความต้องการของพื้นที่	143
4.1 ภูมิสังคมของพื้นที่	143
4.2 วิวัฒนาการทางการเกษตรและสุขภาวะของชุมชนตำบลหนองหิน	150
บทที่ 5 การพัฒนานวัตกรรม	171
5.1 แนวคิดหลักการการพัฒนานวัตกรรม	171
5.2 การวิเคราะห์ปัญหา	172
5.3 การกำหนดวิธีการแก้ปัญหา	178
5.4 การดำเนินการสร้างนวัตกรรม	180
5.5 การประเมินนวัตกรรม	186
บทที่ 6 ทดลองใช้และประเมินผลนวัตกรรม	201
6.1 การวิเคราะห์ปัญหา	201
6.2 วางแผนแบบมีส่วนร่วม	208
6.3 การดำเนินการทดลอง	219
6.4 การประเมินผล	236
บทที่ 7 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	261
7.1 สรุปผลการวิจัย	261
7.2 การอภิปรายผล	265
7.3 ข้อเสนอแนะ	208

หัวเรื่อง	หน้า
บรรณานุกรม	283
ภาคผนวก	295
ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่อการวิจัย.....	297
ภาคผนวก ข ประเมินความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญต่อชุดความรู้ และกิจกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการ จิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน	321
ภาคผนวก ค รายชื่อผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการทำวิจัย	331
ภาคผนวก ง ตารางการฝึกอบรมการพัฒนาผู้นำเยาวชนวิสาหกิจชุมชนบูรณาการ เพื่อการพัฒนาชุมชน.....	337
ภาคผนวก จ แบบบันทึกการวางแผนทำนา.....	341
ภาคผนวก ฉ ภาพกิจกรรมตามขั้นตอนการวิจัยทั้ง 3 ขั้นตอน	345
ประวัติผู้วิจัย	379

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
2.1	ค่าภาวะโภชนาการและระดับคะแนนในการทำกิจกรรม.....	54
2.2	การเปลี่ยนแปลงของสารอาหารหลักไปเป็นน้ำตาล	55
2.3	อาหารหมวดข้าวแป้ง 1 ส่วนแลกเปลี่ยน	56
2.4	แผนการดำเนินงานในระยะที่ 3	58
2.5	อาหารหมวดนม 1 ส่วนแลกเปลี่ยน	60
2.6	กรอบแนวคิดการวิจัย	111
3.1	เครื่องมือ เทคนิคและทักษะการสื่อสารการวิจัยขั้นที่ 1.....	122
3.2	แผนการดำเนินการวิจัยขั้นที่ 1.....	125
3.3	เครื่องมือ เทคนิคและทักษะการสื่อสารในงานวิจัย ขั้นที่ 2.....	129
3.4	แผนการดำเนินการวิจัยขั้นที่ 2.....	131
3.5	เครื่องมือ เทคนิคและทักษะในการวิจัยขั้นที่ 3.....	136
3.6	แผนการดำเนินการวิจัยขั้นที่ 3.....	138
3.7	ปฏิทินการวิจัย	139
4.1	สถานการณ์ของครอบครัวตำบลหนองหินตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน	156
4.2	คุณภาพชีวิตของภาคครัวเรือนแยกรายด้าน	161
4.3	คุณภาพชีวิตของครัวเรือน	161
6.1	จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มเป้าหมาย	201
6.2	ประวัติด้านสุขภาพและร้อยละข้อบ่งชี้ภาวะเสี่ยง ของผู้มีภาวะเสี่ยงในครอบครัว	206
6.3	ภาวะสุขภาพของกลุ่มเสี่ยงในครอบครัวรายบุคคลก่อนทดลองใช้นวัตกรรม	206
6.4	แผนการอบรมตามหลักสูตรนวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ ด้วยกระบวนการ จิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน	210
6.5	ความรู้ของครัวเรือนที่ผ่านนวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการ จิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน	246
6.6	เจตคติของครัวเรือนที่ผ่านนวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการ จิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน	247

ตารางที่	หน้า
6.7 พฤติกรรมการกินและร้อยละของกลุ่มเสี่ยงเบาหวานก่อนและ หลังให้ความรู้แยกตามพฤติกรรมการกิน	248
6.8 ภาวะสุขภาพรายบุคคล	250
6.9 พฤติกรรมการกินกลุ่มเสี่ยงในครอบครัวรายบุคคลก่อนและหลังการพัฒนา.....	251

สารบัญญภาพ

ภาพที่		หน้า
2.1	ความสัมพันธ์ เชิงโครงสร้างระหว่างบริบททางสังคม เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและปัญหาสุขภาพของบุคคล.....	25
2.2	กรอบแนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพ ควบคุมและป้องกันโรคและ ปัจจัยคุกคามสุขภาพตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง.....	38
2.3	ต้นแบบการดูแลโรคเรื้อรัง	42
2.4	การคัดกรองเบาหวานในผู้ใหญ่.....	47
2.5	ห่วงโซ่การผลิตระบบอินทรีย์.....	67
4.1	แผนที่ตำบลหนองหิน	145
4.2	วิวัฒนาการทางการเกษตรและสุขภาพในชุมชนตำบลหนองหิน	169
5.1	ผลการวิเคราะห์ความจริงของพื้นที่	174
5.2	การวิเคราะห์โมเดลจากความจริงในพื้นที่เพื่อนำไปพัฒนานวัตกรรม	175
5.3	การสังเคราะห์แนวคิดใหม่จากความจริงในพื้นที่เพื่อนำไปพัฒนานวัตกรรม.....	177
5.4	การพัฒนานวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการ จิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวานแบบมีส่วนร่วม	197
5.5	การสังเคราะห์แนวคิดใหม่จากความจริงในพื้นที่เพื่อนำไปพัฒนานวัตกรรม.....	177
6.1	การทดลองและประเมินผลนวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการ จิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน	257
7.1	อาคารเรียนรู้ที่ออกแบบเปิดรับธรรมชาติ	274
7.2	แปลงผักสาธิตหน้าอาคารเรียนรู้.....	274
7.3	แปลงนาอินทรีย์รอบอาคารเรียนรู้	275
ฉ.1	พหุคูณแบบไม่เป็นทางการกับจิตอาสาเก็บข้อมูลเพื่อแสวงหาผู้ร่วมวิจัย ที่เป็นจิตอาสาเก็บข้อมูล	347
ฉ.2	พัฒนาศักยภาพจิตอาสาเก็บข้อมูล	347
ฉ.3	พหุคูณแบบไม่เป็นทางการกับแกนนำครอบครัวเพื่อสร้างการรับรู้ ที่เพียงพอเกี่ยวกับการเกษตรและสุขภาพตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน	348

ภาพที่	หน้า	
ฉ.4	ดำเนินการศึกษากับจิตอาสาและครัวเรือนกลุ่มเป้าหมาย เพื่อกำหนดประเด็นหลักและรองของการวิจัย.....	348
ฉ.5	จัดทำแผนการศึกษาท้องถิ่นเชิงพหุลักษณะว่าครอบครัวและชุมชนมีเผชิญปัญหา อย่างไร ในการทำการเกษตรและมีปัจจัยอะไรที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ.....	349
ฉ.6	พูดคุยกับปราชญ์ชุมชนเพื่อค้นหาชุดความรู้และค้นหาสถานการณ์ ที่ส่งผลต่อ การทำการเกษตร	349
ฉ.7	พูดคุยกับแกนนำครอบครัวเพื่อค้นหาชุดความรู้และค้นหา สถานการณ์ที่ส่งผลต่อการทำการเกษตร	350
ฉ.8	พูดคุยกับกลุ่มแกนนำการกินที่ปรับพฤติกรรมการกินที่บ้านดงเค็ง หมู่ที่ 7 เพื่อค้นหาชุดความรู้และเครื่องมือในการนำมาแก้ปัญหาโรคเบาหวาน	350
ฉ.9	สนทนากับพระภิกษุที่เชี่ยวชาญด้านสมุนไพรและด้านจิตเกี่ยวกับสถานการณ์ การเป็นอยู่ของครอบครัวชุมชน	351
ฉ.10	สนทนากับกลุ่มเลี้ยงเบหวานเกี่ยวกับสถานการณ์การด้านสุขภาพ.....	351
ฉ.11	สังเคราะห์ชุดความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ได้จากความจริงในพื้นที่ ร่วมกับชุดความรู้ที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรม ทฤษฎีแลพุทธธรรมที่เกี่ยวข้อง.....	352
ฉ.12	วางแผนแบบมีส่วนร่วมกับผู้ร่วมวิจัยและร่วมกันยกร่างหลักสูตรนวัตกรรม	352
ฉ.13	นำหลักสูตรไปรับคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญด้านเกษตร พ่อครูบาสุทธินันท์ ปรัชญพฤทธิ์.....	353
ฉ.14	ปรับปรุงคู่มือโภชนาการที่เหมาะสมกับพื้นที่.....	353
ฉ.15	ออกแบบอาคารเรียนรู้ที่เหมาะสมกับการพัฒนานวัตกรรมโดยนายฤทธิ ทิศทอง จากจังหวัดเชียงใหม่เป็นผู้ถอดแนวคิดผู้วิจัยมาออกแบบ	354
ฉ.16	วิพากษ์หลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรทั้งในและนอกพื้นที่จำนวน 6 คน ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.....	354
ฉ.17	ประเมินหลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 15 คน	355
ฉ.18	ประเมินหลักสูตร โดยผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญ กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 30 คน ณ รพสต.หนองหิน	355
ฉ.19	ปราชญ์ชุมชนสาธิตสอนการวางแผนทำนาและการทำจุลินทรีย์บำรุงดิน.....	356

ภาพที่	หน้า
ฉ.20	วิทยากรจากภาคครัวเรือนสาธิตและทดลองทำจุลินทรีย์ อาหารเรียนรู้กลางของชุมชน 356
ฉ.21	ภาควิชาเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ณ อาหารเรียนรู้กลางของชุมชน 357
ฉ.22	ภาควิชาเรียนกลับไปลงมือทำการขยายจุลินทรีย์สังเคราะห์แสงในชุมชน 357
ฉ.23	รากของพืชที่ปรับปรุงดินด้วยจุลินทรีย์ตามแนวทางการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ 358
ฉ.24	ไส้เดือนกลับคืนมาในท้องนาหลังปรับปรุงดินด้วยจุลินทรีย์ตามแนวทางการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ 358
ฉ.25	ระบบนิเวศในสระน้ำเป็นสีฟ้ามรกตหลังปรับปรุงดินด้วยจุลินทรีย์ตามแนวทางการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ 359
ฉ.26	สีน้ำในนาข้าวข้าวอินทรีย์เป็นสีฟ้ามรกตหลังปรับปรุงดินด้วยจุลินทรีย์ตามแนวทางการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ จะเป็นสีฟ้ามรกต..... 359
ฉ.27	ดินและน้ำที่สมดุลหลังปรับปรุงดินด้วยจุลินทรีย์ตามแนวทางการพัฒนาเกษตรอินทรีย์เกิดเทาขึ้นมาเองตามธรรมชาติ 360
ฉ.28	ข้าวอินทรีย์หลังปรับปรุงดินด้วยจุลินทรีย์ตามแนวทางการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ 360
ฉ.29	พืชผักที่ปลูกตามแนวทางการพัฒนาเกษตรอินทรีย์..... 361
ฉ.30	มะนาวอินทรีย์ที่ปลูกตามแนวทางการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ ณ ครัวเรือนนางนันทนา ชุมจันทร์ 361
ฉ.31	เยาวชนผู้หญิงกลับมาช่วยงานอาชีพของครอบครัวโดยการนำผักอินทรีย์ไปจำหน่ายในครัวเรือนในชุมชน 362
ฉ.32	เยาวชนชายช่วยงานเกษตรของครอบครัวเช่นใส่ปุ๋ย พ่นน้ำหมัก หรือพ่นฮอร์โมนอินทรีย์..... 362
ฉ.33	ครัวเรือนสอนลูกหลาน ทำระบบน้ำเพื่อปลูกพืชผักอินทรีย์ (ครัวเรือนนางขนาฐา ทัดเทียมหัด) 363
ฉ.34	เยาวชนช่วยครอบครัวทำนา (ครัวเรือนนางนันทนา ชุมจันทร์)..... 363
ฉ.35	ครัวเรือนเผยแพร่ความรู้ด้านเกษตรและผลิตภัณฑ์อินทรีย์ที่ได้จากการจัดการความรู้แก่คนทั่วไปในเวทีสมัชชาสุขภาพภาคอีสานปี 2559 ณ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม 364

ภาพที่	หน้า
น.36 ผู้วิจัยร่วมแลกเปลี่ยนและเผยแพร่ความรู้ด้านเกษตรที่ได้จากการจัดการความรู้ แก่คนทั่วไปในเวทีสมัชชาสุขภาพภาคอีสานปี 2559 ณ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม	364
น.37 ประชาชนและครัวเรือนเผยแพร่ความรู้ด้านเกษตรและผลิตภัณฑ์อินทรีย์ที่ได้จาก การจัดการความรู้ผ่านทางช่อง Thai PBS	365
น.38 นางนันทนา ชุมจันทร์ เผยแพร่ความรู้ด้านเกษตรและผลิตภัณฑ์อินทรีย์ที่ได้จาก การจัดการความรู้ผ่านทางช่อง NOW 26	365
น.39 ผู้วิจัยและภาคครัวเรือนนำเสนอและเผยแพร่กระบวนการพัฒนากลุ่ม และการพัฒนาเกษตรอินทรีย์เพื่อลดเสี่ยงเบาหวานแต่ ดร.สุเมธ ตันติเวชกุล และผู้เข้ารับการอบรม	366
น.40 ผู้วิจัยและภาคครัวเรือนนำเสนอและเผยแพร่การพัฒนาเกษตรอินทรีย์ เพื่อลดเสี่ยงเบาหวานในเวที NCD Forum ปี 2559 ณ โรงแรมมิราเคิลแกรนด์ กรุงเทพมหานคร	366
น.41 เป็นธนาคาร โคแห่งที่ 2 ของมูลนิธิบุญโกศลในอุปถัมภ์ของพระอาจารย์ หลวงพ่อวิมล บุญโกศล วัดวัฒนนิवास จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 19 ตัว	367
น.42 เป็นที่ศึกษาดูงานและเผยแพร่ความรู้แก่ผู้สนใจ (ในภาคคือคณะศึกษาดูงาน เรื่องเกษตรอินทรีย์จากมหาวิทยารัชมังคลาจารย์).....	367
น.43 เกิดสังคมเครือข่ายที่อบอุ่นช่วยเหลือกัน (ลงเขกค่านา).....	368
น.44 มีผลิตภัณฑ์ข้าวตำครกมอง เพื่อลดเสี่ยงเบาหวานแบร์นชุมชนจิตตนิยามเมืองสรวง จำหน่ายแก่ผู้สนใจสุขภาพและส่งให้มูลนิธิบุญโกศลเพื่อทำแบร์นพลังบุญ	368
น.45 มีผลิตภัณฑ์สบู่อินทรีย์ 100 % แบร์นชานาและเสรววไวส์ชีพ เพื่อใช้ในภาคครัวเรือนและจำหน่ายแก่ผู้สนใจสุขภาพ	369
น.46 พื้นดินวิถีเกษตรแบบดั้งเดิม (ทำลานตากด้วยจักวายน).....	369
น.47 พื้นดินวิถีเกษตรแบบดั้งเดิม (นวดข้าวด้วยมือ).....	370
น.48 พื้นดินวิถีเกษตรสิ่งศักดิ์สิทธิ์ (พิธีกรรมย้ายพระแม่ธรณี).....	370
น.49 เกิด ดินเป็นยาหรือจวนดินที่ทำให้รากพืชที่ผลิตแบบอินทรีย์ เจริญเติบโตแบบสมบูรณ์.....	371
น.50 จวนดินและ พืชน้ำและรอยของมูลไส้เดือนในนาระบบอินทรีย์.....	371

ภาพที่	หน้า
ฉ.51	ดินที่ใช้ปุ๋ยและสารเคมีก่อนที่จะปรับปรุงเป็นจวนดิน 372
ฉ.52	เทาเก้าสำหรับน้ำที่เกิดขึ้นเองจากการปรับปรุงดินเป็นจวนดิน จากระบบอินทรีย์..... 372
ฉ.53	ฝักะโตวาที่เคຍหายไปจากห้องทุ่งนาเกิดขึ้นเองจากการปรับปรุงดิน เป็นจวนดินจากระบบอินทรีย์ 373
ฉ.54	พบตัวห้ำแมลงตัวดีในนาข้าวจำนวนมากหลังเก็บเกี่ยว 373
ฉ.55	ชุดความรู้อันประเสริฐเรื่องการผลิตเกษตรอินทรีย์ที่ได้จากการพัฒนานวัตกรรม เพื่อเผยแพร่แก่เกษตรกรและผู้สนใจ..... 374
ฉ.56	ชุดความรู้อันประเสริฐเรื่องโภชนาการลดเสี่ยงเบาหวานจากอาหาร ที่มีในท้องถิ่น โดยการใช้อาหารแลกเปลี่ยนและการนับคาร์โบไฮเดรต ที่ได้จากการพัฒนานวัตกรรมเพื่อเผยแพร่แก่บุคลากรสาธารณสุขผู้สนใจ 374
ฉ.57	ชุดความรู้อันประเสริฐเรื่อง โภชนาการลดเสี่ยงเบาหวานจากอาหาร ที่มีในท้องถิ่น หมวดผัก 375
ฉ.58	ชุดความรู้อันประเสริฐเรื่อง โภชนาการลดเสี่ยงเบาหวานจากอาหาร ที่มีในท้องถิ่น หมวดโปรตีน..... 375
ฉ.59	กิจกรรมให้ความรู้อันประเสริฐและจำหน่ายสินค้าอินทรีย์ในตลาดประชารัฐ อำเภอเมืองสงวณ ณ ชกส.สาขาเมืองสงวณ 376
ฉ.60	จัดทำโลโก้ของกลุ่มแบบมีส่วนร่วมและนำมาเป็น โลโก้ ข้าวตำคกมองและสมุนไพร 376
ฉ.61	จัดทำโลโก้แบรนด์สมุนไพรของกลุ่มแบบมีส่วนร่วม 377
ฉ.62	ข้าวตำคกมองแบรนด์ชุมชนจิตตนิยาม 377