

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในการพัฒนาประเทศ เป้าหมายสำคัญในปัจจุบัน คือ การพัฒนาที่จะทำให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข และมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นทั้งในระดับปัจเจก และในระดับสังคมไทย ส่วนรวมทั้งนี้มุ่งที่จะให้ผลของการพัฒนานั้นเข้าไปถึงตัวคนอย่างเต็มที่ แรกทีเดียวประเทศต่าง ๆ รวมทั้งประเทศไทย ได้ใช้ตัวชี้วัดผลของการพัฒนา เรียกว่า ผลิตภัณฑ์มวลรวมของชาติ (Gross National Products: GNP) เป็นเครื่องชี้วัดผลของการพัฒนา แต่ต่อมา พบว่า แม้ตัวเลขค่าผลิตภัณฑ์มวลรวม (GNP) ของไทยสูงขึ้นอย่างมากก็ตามประชาชนในประเทศไม่น้อยกลับมีสภาพความเป็นอยู่ที่ไม่ดีขึ้นในหลาย ๆ ด้าน สิ่งที่ดีที่เคยมีอยู่ในสังคมไทยกลับหายไป ปัญหาที่ไม่เคยมีก็เกิดขึ้น ทรัพยากรธรรมชาติที่เคยอุดมสมบูรณ์กลับเสื่อมโทรมลง จึงมีการทบทวนแนวคิดและมีความเห็นว่าการใช้ GNP เพื่อวัดผลการพัฒนาเพียงอย่างเดียว ยังไม่สะท้อนสภาพการทำให้คุณภาพชีวิตของประชาชนดีขึ้นแต่อย่างไร จึงมีการค้นหาตัวชี้วัดใหม่ เพื่อสะท้อนภาพของการพัฒนา ในแง่มุมต่าง ๆ เช่น 1) ดัชนีคุณภาพชีวิตทางกายภาพ (Physical Quality of Life Index) 2) ดัชนีการพัฒนามนุษย์ (Human Development Index) 3) ดัชนีวัดความสำเร็จของคน (Human Achievement Index) 4) ดัชนีชี้วัดความอยู่ดีมีสุข (Well-Being Index) 5) ดัชนีวัดความมั่นคงของมนุษย์ (Human Security Index) 6) ดัชนีวัดคุณภาพชีวิต (Quality of Life Index) และ 7) ดัชนีวัดความสุข (Happiness Index) เป็นต้น ประเทศไทยเองได้มีการทำเครื่องชี้วัดทางสังคม (Social Indicators) ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2518 โดยสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ซึ่งในระยะแรกมีโครงการพัฒนาสังคมอย่างต่อเนื่องในระยะต่อมาจึงมีการพัฒนาเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตทั้งในระดับครัวเรือน และระดับชุมชน คือ เครื่องชี้วัดความจำเป็นพื้นฐาน (จปฐ.) และข้อมูลพื้นฐานระดับหมู่บ้าน (กชช.2 ก.) โดยกรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบร่วมกันในส่วนการดำเนินการพัฒนาตัวชี้วัดให้สอดคล้องกับบริบทในสังคมที่เปลี่ยนแปลง ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2528 จนถึงปัจจุบัน มีการปรับปรุงเพื่อนำมาใช้ในการประเมินคุณภาพชีวิตหลายครั้ง และหลังสุดได้มีการพัฒนาปรับเปลี่ยนอีกครั้ง เพื่อนำมาใช้ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ซึ่งเป็นแผนที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน และนอกจากนี้ยังได้นำตัวชี้วัดต่าง ๆ ที่กล่าวแล้วข้างต้นมาใช้ในหน่วยงานต่าง ๆ เช่น เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ มีตัวชี้วัดความอยู่ดีมีสุข (Well-Being) และในปี พ.ศ. 2552 ได้เปลี่ยนเป็นตัวชี้วัด ความอยู่เย็น

เป็นสุข และการพัฒนาด้านตัวชี้วัดเพื่อวัดผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตของไทย มีมาอย่างต่อเนื่อง อาจใช้ในรูปแบบที่แตกต่างกัน ตามสถานการณ์การเปลี่ยนแปลง โครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ (UNDP) เอง ใช้ตัวชี้วัด ที่เรียกว่า การพัฒนาคน ตัวชี้วัดการพัฒนาคความมั่นคงของมนุษย์ และ ตัวชี้วัดความสำเร็จของคน (Human Achievement Index: HAI) และนอกจากนี้ยังมีตัวชี้วัดที่อยู่ใน ระดับหน่วยงาน เช่น กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ก็ริเริ่ม พัฒนาคดัชนีวัด คุณภาพชีวิตคนไทย และพัฒนาคดัชนีวัดความมั่นคงของมนุษย์ และกระทรวงสาธารณสุข มีตัวชี้วัด สุขภาวะ และตัวชี้วัดความสุข นอกจากนี้ยังมีตัวชี้วัดการประเมินผลการทำงานขององค์กร สรุปได้ ว่า ได้มีความพยายามที่จะพัฒนาตัวชี้วัดให้ตรงกับความเป็นจริงมากขึ้น

สภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ ก็คือ ตัวชี้วัดต่าง ๆ ดังกล่าวมานี้ ทำให้เกิดความสับสนว่า จะยึดตัวชี้วัดใดแน่ นอกจากนั้น ยังมีการนำตัวชี้วัดเหล่านั้น ปรับและมีการกระจายในลักษณะ ต่างคนต่างทำ ตามความรับผิดชอบของหน่วยงานต่าง ๆ ที่ดูแล คำถามคือ ตัวชี้วัดนั้นเป็นคำตอบ ของการพัฒนาที่ยึดคนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนาหรือยัง ประชาชนเป็นเครื่องมือในการพัฒนา หรือเป็นผู้มีส่วนร่วมในการพัฒนาหรือทั้งสองอย่าง ประเทศไทยมีการพัฒนาและถูกจัดระดับอยู่ใน กลุ่มประเทศกำลังพัฒนา การพัฒนาที่ยึดคนเป็นศูนย์กลาง ควรมุ่งที่การมองคนเป็นองค์รวม ทั้งด้าน กายภาพและด้านจิตใจ ทางด้านกายภาพ มีการพัฒนาในระดับสูงเมื่อเทียบกับประเทศเพื่อนบ้าน ไทยเราก็มีสถานภาพเศรษฐกิจและโครงสร้างพื้นฐานในระดับต้น รองจากสิงคโปร์ และมาเลเซีย แต่ถ้ามองการพัฒนาทางด้านจิตใจ หรือความสุข พบว่าประเทศไทย อยู่ในลำดับที่ 41 ของโลก และ อยู่ในอันดับที่ 7 ของภูมิภาคนี้รองจาก เวียดนาม ฟิลิปปินส์ อินโดนีเซีย ลาว มาเลเซีย พม่า และมีความสุขอยู่เหนือกว่าประเทศสิงคโปร์ (International Ranking 2009 Happy Planet Index) เท่านั้น นอกจากนี้ จากสภาพปัญหา และข้อมูลพื้นฐานที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ผู้วิจัยจึงศึกษา ทบทวนถึงสิ่งที่ประเทศไทยมีอยู่และหาทางบูรณาการให้เป็นหนึ่งเดียวและเป็นหนึ่งที่สามารถ สะท้อนสถานะที่เป็นความสุขของคนในประเทศอย่างแท้จริง ผู้วิจัยจึงให้ความสนใจกับการพัฒนา ตัวชี้วัดที่เหมาะสมและสะท้อนคุณภาพชีวิต โดยเฉพาะตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตในเชิงบูรณาการในมิติ ของความสุขในระดับปัจเจกบุคคลที่ยังไม่ปรากฏตัวชี้วัด และเพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของการพัฒนา ที่เปลี่ยนแปลงไป และโดยยึดคนเป็นศูนย์กลาง จึงควรศึกษาและพัฒนาเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต ในมิติความสุข ซึ่งประสานสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างกายและใจ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์การศึกษาไว้ 2 ประการ ดังนี้ คือ

1. เพื่อพัฒนาเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต ที่เหมาะสมกับชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทย ในมิติความสุข
2. เพื่อนำเครื่องมือวัดความสุขในระดับปัจเจกบุคคลที่พัฒนาขึ้นมาไปทดสอบเบื้องต้น ในกลุ่มตัวอย่าง

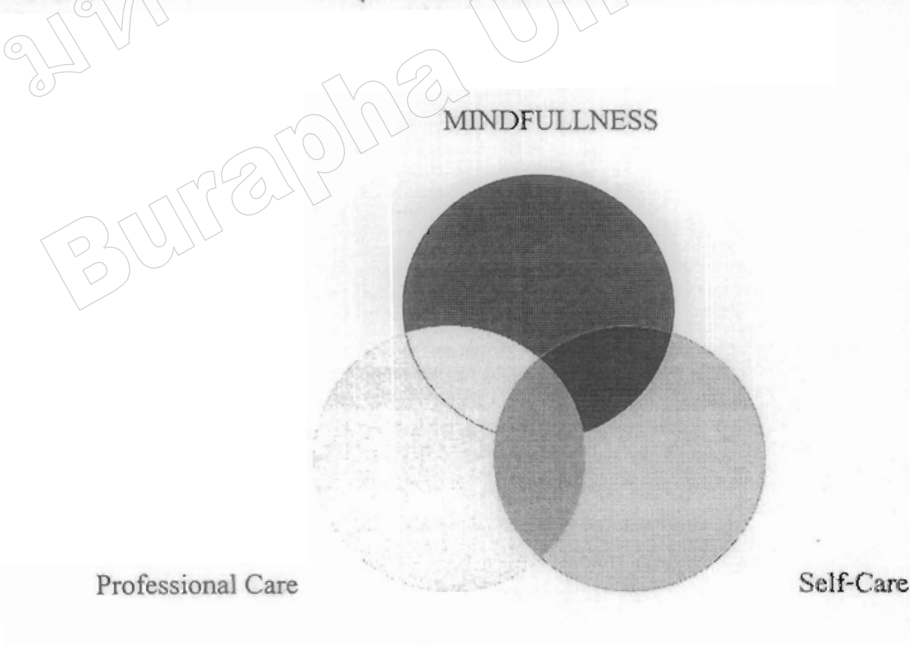
ข้อเสนอที่ใช้เป็นแนวทางในการวิจัย

แนวคิดในการวัดคุณภาพชีวิตของคณะกรรมการพิจารณาการวัดประสิทธิภาพทางเศรษฐกิจและความก้าวหน้าทางสังคม (The Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress) โดย สตีกลิตซ์, เซน และฟิตูซี (2553, หน้า 91-92) เสนอแนวคิดในการวัดคุณภาพชีวิต 3 แบบ หนึ่งในแนวคิดนั้น คือ แนวคิดเกี่ยวกับการวิจัยเชิงจิตวิทยา บนพื้นฐานแนวคิดเกี่ยวกับความเป็นอยู่ที่ดีในเชิงอัตวิสัย (Subjective Well-Being) ในระดับปัจเจกบุคคล เป็นผู้ที่ตัดสินใจสภาพการณ์ของตนเองได้ดีที่สุด การเอื้อให้ประชาชนมีความสุขและความพึงพอใจกับชีวิตของตนเอง คือ เป้าหมายสากลของการดำรงอยู่ของมนุษย์ แนวคิดนี้เป็นการสนับสนุนการวิจัยนี้ ในแง่ของการสร้างเครื่องมือวัดในระดับปัจเจกบุคคล เป็นความสนใจของนักวิชาการในระดับสากล

การพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบบูรณาการ (Integrative Quality of Life) ได้นำแนวคิดองค์ประกอบของมนุษย์ ซึ่งประกอบด้วย กาย และใจ เป็นแนวทางการพัฒนาเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตแนวใหม่ในการวัดคุณภาพชีวิตในระยะแรก นักเศรษฐศาสตร์ให้ความสนใจทางด้านวัตถุ (ตีรณ พงศ์มพัฒน์, 2554, หน้า 13) และมีแนวคิดว่าการมีรายได้มากขึ้น คุณภาพชีวิตและความสุขของประชาชนก็ควรที่จะเพิ่มขึ้น แต่จากผลการวิจัยของ แอส์เตอร์ลิน (Easterlin, 1973) กลับพบว่าเมื่อคนเรามีเงินมากขึ้น ความสุขควรที่จะมากขึ้น (Easterlin Paradox) กลับพบว่าไม่สอดคล้องตามทฤษฎี นักจิตวิทยาที่ศึกษาและวิจัย ความพึงพอใจในชีวิตและความสุขในระดับปัจเจกบุคคล เช่น เกาซันเนแมน, ครูเกอร์, สตีออคคี, ชวาด และสโตนส์ (Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz & Stone, 2006) อลิซเบธ (Elizabeth, 2007) เซลิกแมน (Seligman, 2011) ซอร์จี, โนร่า, จิยูน และเดวิด (Sirgy, Nora, Jiyun, & David, 2008) แดเนียล และทินแมน (Daniel, & Titman, 1999) และเลয়ারด์ (Layard, 2011) เป็นต้น การวัดการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ จึงเป็นส่วนที่ขาดหายไปของแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เป็นองค์รวม ดังนั้นการนำแนวทางการสร้างองค์ประกอบที่มีความเชื่อมโยงผสมผสานแบบองค์รวม ระหว่างกายและใจจึงเป็นการสร้างและพัฒนาตัวชี้วัด

แนวทางเชิงบูรณาการที่ให้ความสำคัญกับคุณภาพชีวิตและคุณค่าความรู้สึกทางใจของประชาชน เพื่อเสริมความสมบูรณ์ในระดับหนึ่ง

การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงบูรณาการได้นำแนวคิดและตัดแปลงจากแนวคิด “วงล้อสุขภาพ (The Wheel of Health)” เป็นแนวทางการพัฒนาการแพทย์เชิงบูรณาการ (Integrative Medicine) ของศูนย์การแพทย์แบบบูรณาการ มหาวิทยาลัยคุกส์ สหรัฐอเมริกา (Liebowitz & Smith, 2006) คือ แนวคิดการแพทย์แนวใหม่ (New Medicine) ที่ให้ความสำคัญ ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมุ่งเน้นการดูแลสุขภาพ 3 ส่วน คือ ส่วนที่หนึ่งการดูแลตนเอง (Self Care) อย่างสม่ำเสมอ ซึ่งรวมถึงวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน และปัจจัยที่ส่งเสริมเกื้อหนุนให้มีสุขภาพกาย สุขภาพจิต ที่แข็งแรง เช่น วิถีชีวิตที่มีความสมดุล การเลือกอาหารที่มีคุณค่าต่อร่างกาย (Nutrition) การเคลื่อนไหว และออกกำลังกาย (Movement and Exercise) การดูแลสุขภาพแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment) ที่เหมาะสม ส่วนที่สอง การดูแล โดยผู้เชี่ยวชาญ (Professional Care) เป็นการดูแลที่ต้องพึ่งพาผู้มีความเชี่ยวชาญ ซึ่งคือ แพทย์ และส่วนที่สาม คือ การพัฒนาทั้งร่างกายและ จิตวิญญาณ (Personal Growth & Spirituality) โดยคำนึงถึงความสัมพันธ์และความเชื่อมโยงกาย และจิตใจ (Mind-Body Connection) เรียกว่า วงล้อคุณภาพชีวิตเชิงบูรณาการ (Wheel of Integrative Quality of Life) เพื่อความสมดุลทั้งร่างกาย จิตใจ และสภาพแวดล้อม (ดังภาพที่ 1-1)



ภาพที่ 1-1 วงล้อคุณภาพชีวิตเชิงบูรณาการ (Wheel of Integrative Quality of Life)

สมมติฐานของการวิจัย

ตัวชี้วัดที่ถูกต้องควรจะให้เห็นปัจจัยที่ประกอบทั้งด้านกายและใจ ที่มีความสัมพันธ์ เชื่อมโยงกัน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประโยชน์ด้านวิชาการ

อาจนำไปสนับสนุนตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตที่มีใช้อยู่ในปัจจุบันเพื่อเป็นทางเลือกในการพัฒนาที่ยืดคนเป็นศูนย์กลาง ในการประเมินหรือวัดผลการพัฒนาระดับปัจเจกบุคคล โดยเสริมแนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของคนในมิติด้านจิตใจ

2. ประโยชน์ด้านการนำไปใช้

2.1 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทย เช่น สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ กระทรวงมหาดไทย กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม กระทรวงวัฒนธรรม กระทรวงคมนาคม และกระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เป็นต้น มีแนวทางการพัฒนา และมีเครื่องมือวัดการพัฒนาคุณภาพชีวิต ในมิติที่เป็นอัตวิสัย (Subjective) ในมิติของการพัฒนาที่ยืดประชาชนเป็นศูนย์กลาง อันนำไปสู่ความสมดุลของการพัฒนา

2.2 ทำให้ทราบข้อมูลพื้นฐานการพัฒนาที่สอดคล้องกับความต้องการหรือความปรารถนาของประชาชน เพื่อการพัฒนาการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

ขอบเขตของการวิจัย

ในการพัฒนาเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต ผู้วิจัย กำหนดขอบเขตของการศึกษาดังนี้ คือ

1. ขอบเขตของเนื้อหาสาระ ในการศึกษาเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตในมิติความสุข ได้บูรณาการเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต และเครื่องมือวัดความสุข ที่มีการกระจายอยู่ในตัวชี้วัด 7 ดัชนีชี้วัด ประกอบด้วย 1) ดัชนีคุณภาพชีวิตทางกายภาพ (Physical Quality of Life Index) 2) ดัชนีการพัฒนามนุษย์ (Human Development Index) 3) ดัชนีวัดความสำเร็จคน (Human Achievement Index) 4) ดัชนีชี้วัดความอยู่ดีมีสุข (Well-Being Index) 5) ดัชนีวัดความมั่นคงของมนุษย์ (Human Security Index) 6) ดัชนีชี้วัดคุณภาพชีวิต และ 7) ดัชนีวัดความสุข (Happiness Index) ซึ่งเป็นความรู้สึกร่วมในระดับปัจเจกบุคคล โดยแสดงให้เห็นองค์ประกอบร่วม (Common Factors) ระหว่างองค์ประกอบคุณภาพชีวิตและองค์ประกอบความสุข ในช่วงปี พ.ศ. 2540-2554

2. ขอบเขตด้านเวลา ในการศึกษาข้อมูลทุติยภูมิ ได้ศึกษาตัวชี้วัดที่มีการพัฒนาและการนำมาใช้ในช่วงระยะเวลา พ.ศ. 2540-2554 ซึ่งเป็นช่วงของการนำแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) ที่มีหลักของการพัฒนา คือ ยึดคนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา จนถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) เพื่อศึกษาตัวชี้วัด โดยเน้นที่ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตและตัวชี้วัดความสุข โดยมีเกณฑ์ของการพิจารณาในการวัดคือ วัดคุณภาพชีวิตในมิติความสุขระดับปัจเจกบุคคล

3. การทดสอบเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตในมิติความสุข ที่ได้พัฒนา โดยการสำรวจภาคสนาม (Field Survey) ประกอบด้วย การสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ทรงคุณวุฒิ/ผู้เชี่ยวชาญ และการทดสอบกับประชาชน ในพื้นที่จังหวัดตัวอย่าง 2 จังหวัด คือ จังหวัดชลบุรี และจังหวัดสมุทรปราการ ขนาดตัวอย่างจำนวน 300 ตัวอย่าง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. เครื่องมือวัด โดยทั่วไปเราใช้คำว่า “Instrument” และ “Measurement” แต่ในกรณีนี้เป็นการนำมาใช้ในการประเมิน โดยการสร้างตัวชี้วัดขึ้นมาเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการประเมิน และตัวชี้วัดเป็นคำที่ใช้และรู้จักกันโดยทั่วไปในทางวิชาการที่ว่าด้วยมาตรวัด ซึ่ง คือ Measurement ซึ่งใช้โดยทั่วไปว่า “Index” หรือ “Indicator” เรามักจะพบในการใช้คำสองคำนี้ ดังนั้นจึงใช้ในความหมายของเครื่องมือว่า “Indicator” และ “Index” ในงานวิจัยนี้ จึงใช้ คำว่า “Index”

นอกจากนี้ ในการใช้คำว่า “มิติความสุข” เป็นการกำหนดขอบเขตของคุณภาพชีวิตที่มีการมองกว้างกว่าแนวทางพื้นฐาน (Basic Approach) คือ โดยการมองถึงความรู้สึกส่วนที่เกี่ยวข้องเป็นองค์ประกอบของชีวิตมนุษย์ในปรัชญาตะวันออก ที่มองนอกเหนือจากการมองทางกายภาพ ซึ่งเป็นปรัชญาตะวันตก ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการพิจารณาคุณภาพชีวิตในเชิงบูรณาการ (Integrative Approach) การศึกษาคุณภาพชีวิตในมิติความสุข จึงเป็นการใช้แนวคิดเกี่ยวกับความสุขที่แตกต่างจากแนวคิดตะวันตก ดังนั้น คำที่ใช้ในภาษาอังกฤษจึงใช้คำว่า “A Happiness Concept”

2. คุณภาพชีวิต (Quality of Life) คือ ระดับการดำรงชีวิตของมนุษย์ที่เป็นผลรวมทั้งในเชิงภาววิสัย (Objective Domain) และอัตวิสัย (Subjective Domain) ในช่วงระยะเวลาหนึ่ง โดยมนุษย์จะมีคุณภาพชีวิตระดับใด เปรียบเทียบกับค่ามาตรฐานหรือเปรียบเทียบกับช่วงเวลาในอดีตที่เป็นฐานในการเปรียบเทียบ

3. ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) หมายถึง ความพึงพอใจในการดำเนินชีวิต ทั้งทางด้านกายภาพ ทางด้านจิตใจ

4. การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงบูรณาการ (Integrative Quality of Life) หมายถึง การพัฒนาคุณภาพชีวิตครอบคลุมมิติด้านกาย และด้านจิตใจ

5. ความสุข (Happiness) หมายถึง ผลรวมของความพึงพอใจในชีวิต ที่แสดงถึงความรู้สึกดี (Good Feeling) ความยินดี ความสำเร็จ การมีจุดหมายหรือเป้าหมาย และการแสดงออกในรูปของทัศนคติ อารมณ์ (Emotion) เชิงบวก การมองโลกในแง่ดี (Optimism) และ ความสำเร็จในสิ่งที่คาดหวังในชีวิต (Life Expectation)

6. คุณภาพของจิตใจ (Quality of Mind) หมายถึง การใช้หลักคำสอนทางศาสนาเป็นแนวทางการดำเนินชีวิต การมีความเมตตา กรุณา เสียสละ การบริจาคทรัพย์ การยกโทษและการให้อภัย ผู้สำนึกผิดอย่างจริงใจ ให้ความช่วยเหลือผู้อื่นที่ไม่ใช่ญาติตน และการเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชน

7. ปัจจัยสนับสนุน (Supporting Factors) หมายถึง ปัจจัยที่เกื้อหนุนในการดำเนินชีวิตขั้นพื้นฐาน เช่น ปัจจัยสี่ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค และครอบครัว มีปฏิสัมพันธ์ติดต่อสื่อสาร ระหว่างกัน การมีอาชีพ การงานมั่นคงสุจริต ที่เอื้อต่อการมีรายได้ที่เพียงพอเหมาะสมในการดำเนินชีวิต และการมีสภาพแวดล้อมที่ดี มีเวลาเพื่อการพักผ่อน

8. จิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) หมายถึง จิตวิทยาที่มุ่งศึกษาว่าคนเรามีความสุข ความพอใจได้อย่างไร และจะหาทางที่จะทำให้คนได้สิ่งเหล่านั้นได้อย่างไรแทนที่จะศึกษาแต่ว่าปัญหาทางจิตคืออะไร จะบำบัดคนมีปัญหาทางจิตได้อย่างไร (วิทยากร เชียงกุล และพรภิรมณ์ เอี่ยมธรรม, 2547)

9. ปัญญานิยม (Intellectualism) หมายถึง หลักความเชื่อทางปรัชญาและจิตวิทยาที่ชี้ให้เห็นว่า สติปัญญามีบทบาทที่เป็นตัวตัดสินความจริงแท้ (Truth) ซึ่งสามารถค้นหาด้วยปัญญา เป็นสิ่งเดียวกับความดีงาม ความยุติธรรม คุณธรรม และความเหมาะสม (วิทยากร เชียงกุล และพรภิรมณ์ เอี่ยมธรรม, 2547, หน้า 128) ซึ่งแนวคิดนี้มีมา ตั้งแต่สมัยเพลโต (Plato, B.C. 427-347) เดสคาทส์ (Descartes, A.D. 1596-1650) และคอมท์ (Comte, A.D. 1798-1857).

10. ความสุขระดับปัจเจกบุคคล (Individual Happiness) หมายถึง ความสุขกาย ความสบายใจ ความรู้สึกดี และ ความพึงพอใจในชีวิต ที่มีความสมดุล ทั้งจากเหตุปัจจัยภายใน และเหตุปัจจัยภายนอก รวมถึงความรู้สึกที่ดีในระดับปัจเจกบุคคลในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ที่กำหนด

11. ความสุขเชิงอัตวิสัย (Subjective Well-Being) หมายถึง ความสุข ความรู้สึกเชิงบวก ความพึงพอใจในชีวิต ต่อสถานการณ์ เหตุการณ์ ซึ่งเป็นความรู้สึกภายใน ซึ่งแสดงในรูปของความคิดและทัศนคติ

11. สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ หมายถึง ระบบองค์รวมของการดำเนินชีวิต มีความเชื่อมโยงกับระบบการพัฒนาชีวิตและมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภาวะจิตและปัญญา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2548, หน้า 107)

12. ความสมดุลการบริหารจัดการชีวิต หมายถึง ความสมดุลที่นำไปสู่ความสุข ความพึงพอใจในชีวิต ตัวชีวิตที่บ่งบอก คือ แนวความคิดในเชิงบวกต่อสถานการณ์ที่พบความสำเร็จในชีวิต การบริหารจัดการตนเอง ประกอบด้วย การบริหารตนเอง ครอบครั้ว บริหารการทำงาน การบริหารเวลา และการบริหารเศรษฐกิจของตนเอง และความคาดหวังของชีวิต การมีเป้าหมายชีวิต

13. การพัฒนาด้านจิตใจ หมายถึง การทำจิตใจให้เจริญงอกงามขึ้นในคุณธรรมความดีงาม ความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบานผ่อนคลาย สงบสุข และรวมถึงการพัฒนาปัญญา (Cognitive Development) ความรู้สึก ความคิด ความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับความเป็นจริงตามธรรมชาติเกี่ยวกับชีวิต และการใช้ชีวิตไม่เบียดเบียนตนเอง สิ่งแวดล้อม และการรู้จักให้ (จาคะ)

14. คุณภาพชีวิตในมิติความสุข หมายถึง ระดับความพึงพอใจในชีวิต ความรู้สึกดี ความสบายกาย สบายใจ การมีคุณภาพชีวิต ที่มีสุขภาวะ ที่เหมาะสม สมดุลทั้งด้านกายและจิตใจ และรวมถึงการพัฒนาด้านจิตใจ

15. เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตในมิติความสุข หมายถึง เครื่องมือวัดที่มุ่งเน้นการวัด ความรู้สึกดี ความพึงพอใจ ความสุขในเชิงคุณภาพจิตใจ สมรรถภาพของจิตใจ และสุขภาพของจิตใจ ความรู้สึกสบายกาย สบายใจ ที่ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ผสมผสานระหว่าง การดูแลคุณภาพชีวิตอย่างองค์รวม ทั้งทางร่างกายและความรู้สึก และความสัมพันธ์เชื่อมโยงและเกี่ยวคู่กัน อย่างต่อเนื่อง ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ประกอบด้วย ความรู้สึก/ อารมณ์ทางบวก ความสงบในจิตใจ/ การพัฒนาจิตใจ ความเชื่อ/ ความศรัทธา/ การปฏิบัติทางศาสนา การศึกษา/ การเรียนรู้ การทำงาน ครอบครั้ว สภาพแวดล้อม/ สิ่งแวดล้อม เวลา/ การพักผ่อนหย่อนใจ การมีเป้าหมายในชีวิต สุขภาพใจ สุขภาพกาย

16. แนวทางการสร้างองค์ประกอบพื้นฐาน (Basic Approach) หมายถึง แนวทางการสร้าง ตัวชีวิตคุณภาพชีวิตในมิติความสุข โดยคำนึงถึงคุณภาพชีวิตหรือความสุขแบบแยกส่วน ในแต่ละองค์ประกอบ เช่น ด้านสุขภาพ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านการทำงาน ด้านการศึกษา ด้านครอบครั้ว ด้านชุมชน ด้านการเมือง ด้านความพึงพอใจ ด้านจิตใจ เป็นต้น โดยมุ่งเน้นการพัฒนาให้ค่าในแต่ละด้านมีค่าสูงสุด (Maximum) ในแต่ละองค์ประกอบ เพื่อให้ผลรวมของคุณภาพชีวิตสูงสุด จุดอ่อนของ แนวทางการสร้างองค์ประกอบพื้นฐานนี้คือ เป็นการพัฒนาแยกส่วน ขาดการเชื่อมโยงของ ตัวชีวิต ที่อาจมีความสัมพันธ์ และส่งผลต่อกัน

17. แนวทางการสร้างองค์ประกอบเชิงบูรณาการ (Integrative Approach) หมายถึง แนวทางการสร้างตัวชีวิตคุณภาพชีวิตในมิติความสุข โดยให้ความสำคัญกับส่วนต่างๆ ที่ผสมผสาน และมีความสัมพันธ์ในแต่ละองค์ประกอบ โดยคำนึงถึงความสอดคล้องเชื่อมโยง ระหว่างร่างกาย และจิตใจ ทั้งในเชิงการเกี่ยวคู่กัน (Supplementary) และความต่อเนื่อง (Continuity)

ความหมายของเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตในมิติความสุข

1. ความรู้สึก/ อารมณ์ทางบวก หมายถึง สภาวะความรู้สึก อารมณ์ ที่เกื้อหนุน จิตใจ ร่างกาย ให้มีความสุขกาย สบายใจ และเป็นคุณประโยชน์ต่อตนเอง เช่น ความรู้สึกภูมิใจในตนเอง ความรู้สึกกตัญญูต่อบุคคลที่ตาต่อผู้ที่มีคุณ การรับรู้ถึงความรู้สึกของคนรอบข้าง และการพอใจกับชีวิตที่ผ่านมา เป็นต้น
2. ความสงบในจิตใจ หมายถึง ความรู้สึกสงบ มีสมาธิ มีจิตใจที่รับรู้ความรู้สึกภายใน และเข้าใจในสรรพสิ่งตามธรรมชาติ เป็นสภาวะจิตที่เกื้อหนุนต่อการพัฒนาจิตใจ และปัญญา เป็นคุณต่อการดำเนินชีวิตที่เป็นสุข
3. ความเชื่อ ความศรัทธาทางศาสนา หมายถึง การนำหลักคำสอนทางศาสนา/ ธรรมะ มาเป็นเครื่องนำทางในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมและสมดุล ที่เป็นคุณเกื้อหนุนให้ชีวิต และมีความสุขทั้งกายและใจในระดับหนึ่ง
4. การทำงาน หมายถึง ความรู้สึกรักงานและคิดว่าเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต และความสำเร็จของงานคือความก้าวหน้าของชีวิต ลักษณะที่สำคัญ ที่บ่งชี้บุคคลนั้นมีความสุข กับการทำงานคือ การมีความกระตือรือร้น เซลิกแมน (Seligman, 2011) การทำงานมุ่งการพัฒนางาน รายได้เป็นผลตอบแทนของการทำงาน โดยมิได้เป็นปัจจัยต่อการเลือกงานที่ทำ มีการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง จากการทำงาน มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับ การพัฒนาจิตใจ ความสงบในจิตใจ จิตใจ ตั้งมั่นเป็นสมาธิต่องาน เอื้อต่อประสิทธิภาพและความสำเร็จ
5. ครอบครั้ว หมายถึง ความรู้สึกดี ความผูกพัน และการมีอิสระในการพูดคุยได้กับ คนในครอบครัว เช่น ความรู้สึกดี ความสุขที่ได้รับจาก การติดต่อสื่อสาร การมีกิจกรรมร่วมกัน การสื่อสารความรู้สึกต่อกัน กับคนในครอบครัว ในชีวิตประจำวัน เช่น โทรศัพท์ พูดคุย การได้เห็น ความสำเร็จของคนในครอบครัว
6. การเรียนรู้/ การศึกษา หมายถึง รู้และเข้าใจถึงความต้องการในสิ่งที่ตนสนใจ และมีโอกาสได้เรียนรู้สิ่งนั้น
7. สภาพแวดล้อม/ สิ่งแวดล้อม หมายถึง สุข หรือความรู้สึกดี ความพึงพอใจต่อ สภาพแวดล้อมในที่อยู่อาศัย และในชุมชน รวมถึงการมี ทักษะคิด ความรู้ความเข้าใจ ถึงความเป็นจริงที่ว่า มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต, 2549) การเห็นคุณค่าและความรู้สึกที่ได้รับ จากธรรมชาติ จึงเป็นความรู้สึกที่เป็นคุณค่าเชิงบวกที่มีต่อธรรมชาติ การไม่เบียดเบียน ทำลาย สภาพแวดล้อมและธรรมชาติ เป็นต้น
8. เวลา/ การพักผ่อนหย่อนใจ หมายถึง ความสามารถในการจัดการเวลา ของตนเอง ในสัดส่วนที่เหมาะสม สอดคล้องกับวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน และให้ความสำคัญกับเวลา

ที่ส่งเสริมสุขภาพใจ และการพัฒนาจิตใจ เช่น การมีเวลาในการทำจิตใจให้สงบ การมีเวลาเพื่อ การพักผ่อนหย่อนใจ การมีเวลาเพื่อการพัฒนาตนเองด้านการศึกษา การเรียนรู้ การออกกำลังกาย และการมีจิตอาสาเพื่อพัฒนาและมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทางสังคมบ้าง

9. การมีเป้าหมายในชีวิต หมายถึง การรับรู้ จุดมุ่งหมาย ความปรารถนาของตนเอง เป็น เส้นทางแห่งการดำเนินชีวิต รวมถึงความรู้สึคดีและความพึงพอใจกับความสำเร็จ การงาน การรับรู้ และมีเป้าหมายในชีวิต

10. สุขภาพกาย หมายถึง ภาวะของร่างกายที่มีความสมบูรณ์ทางกายปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และรวมถึง การดูแลสุขภาพกาย เกื้อหนุนให้มีความแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถดำเนินชีวิต ได้อย่างมีความสุข

11. สุขภาพใจ หมายถึง สภาวะของจิตใจที่มีความมั่นคง แข็งแรง ปราศจากทุกข์ กังวล เป็นจิตใจเบิกบาน ผ่องใส เป็นสุข เกื้อหนุนส่งผลต่อร่างกาย

ข้อจำกัดของการวิจัย

1. การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการนำแนวความคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตองค์กรรวม ในมิติ การพัฒนาทางด้านจิตใจในระดับปัจเจกบุคคล โดยมุ่งเน้นมิติของความสุข จึงมีความเป็นนามธรรมสูง ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาในขอบเขตของการพัฒนา เพื่อเปิดพื้นที่ใหม่ของการบริหารที่มุ่งเน้นการพัฒนา ด้านจิตใจ เพื่อให้การบริหารพัฒนามนุษย์เกิดความสมดุล จึงเป็นการบูรณาการแนวคิดใน ศาสตร์การบริหาร จิตวิทยา แนวคิดเชิงบวก และความสุข โดยนำแนวทางพุทธศาสนามาเชื่อมโยง จึงเป็นการศึกษาสหวิทยาการ แนวเชิงตะวันตก ตะวันออก และการศึกษาเชิงพุทธแบบบูรณาการ เพื่อความสมบูรณ์ผสมผสานในองค์ประกอบความสุขของมนุษย์

2. เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตในมิติความสุข มีตัวชี้วัดที่มีความเกี่ยวข้องอยู่หลากหลาย ยากต่อการเลือกใช้เป็นแนวทางในการศึกษาต่อยอด

3. การวิเคราะห์และใช้เครื่องมือวัดการพัฒนาความสุขที่เน้นด้านจิตใจ ไม่อยู่ใน กระแสของสังคมไทยปัจจุบัน

4. โดยธรรมชาติของการสร้างตัวชี้วัด ไม่สามารถทำให้สมบูรณ์แบบ ได้ทันทีต้องมีการนำไปทดลองใช้และพัฒนาต่อไป แต่การศึกษาครั้งนี้ มีข้อจำกัดด้านเวลา จึงไม่อาจทดสอบและ พัฒนาได้สมบูรณ์