

การพัฒนาจิตสำนึกคนในท้องถิ่นต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน ตำบลแม่ใส จังหวัดพะเยา

บทความวิจัย

วันที่รับบทความ:
18 กุมภาพันธ์ 2562

วันแก้ไขบทความ:
13 พฤษภาคม 2562

วันที่ตอบรับบทความ:
20 พฤษภาคม 2562

ชณิตา ประดิษฐ์สถาพร^{1*} ลอห มหาวรรณศรี¹ และ ประกายดาว สุทธิ²

¹คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา 56000

²องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นตำบลแม่ใส อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา 56000

*ผู้เขียนหลัก อีเมล: chanita42548@gmail.com



บทคัดย่อ

งานวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาจิตสำนึกต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้านของคนในท้องถิ่น ตำบลแม่ใส อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ประกอบด้วย นักพัฒนาสุขภาพ 17 คน ผู้นำเยาวชน 25 คน และตัวแทนครัวเรือน 30 คน วิธีดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 3 ระยะคือ 1) วิเคราะห์สถานการณ์ 2) พัฒนาจิตสำนึกคนในท้องถิ่นต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้านด้วยกระบวนการมีส่วนร่วม ประกอบด้วย 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมการบวชป่า กิจกรรมการเรียนรู้ข้ามวัยระหว่างผู้สูงอายุกับเด็กและเยาวชน กิจกรรมรณรงค์กินผักพื้นบ้าน อาหารพื้นเมือง กิจกรรมนักร้องน้อย กิจกรรมรณรงค์เด็กเล็กกินผัก และกิจกรรมชยะกินได้ และ 3) ถอดบทเรียน เครื่องมือในการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ วิถีชุมชนเครื่องมือ 7 ชิ้น ซึ่งประกอบด้วย แผนที่เดินดิน ประวัติศาสตร์ชุมชน ปฏิทินชุมชน บุคคลที่มีประวัติชีวิตน่าสนใจ ผังเครือญาติ ระบบสุขภาพชุมชน โครงสร้างองค์กรชุมชน และการสัมภาษณ์เชิงลึกและแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การถอดคำสัมภาษณ์

คำต่อคำ การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้าและการวิเคราะห์ความตรงตามเนื้อหา ข้อมูลเชิงปริมาณใช้แบบวัดจิตสำนึกต่อการพัฒนาชุมชนของเยาวชน มีค่าความตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ 0.88 และค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเท่ากับ 0.78 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ t-test ผลวิจัยพบว่า นักพัฒนาสุขภาพมีความรู้ลึกซึ้ง ภูมิใจ ตระหนักรู้คุณค่าภูมิปัญญาท้องถิ่น ดังนั้นจึงระดมสมองและจัดกิจกรรมอนุรักษ์ผักพื้นบ้านให้เด็ก เยาวชนคนในชุมชน ทำให้เยาวชนส่วนใหญ่มีระดับจิตสำนึกพัฒนาชุมชนด้านการเห็นคุณค่าเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 และระดับจิตสำนึกพัฒนาชุมชนด้านการรับรู้และการตอบสนองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และร้อยละ 46 ของผู้ปกครองศูนย์เด็กเล็ก ไม่ใส่ขนมกรุบกรอบในกระเป๋านักเรียน จัดเมนูอาหารแปลงร่างให้เด็กรับประทานที่บ้าน และเกิดกติกาชุมชนการปลูกผักสวนครัวรั้วกินได้ การจำหน่ายผักปลอดสาร และการจัดการขยะเปียก

คำสำคัญ: จังหวัดพะเยา ตำบลแม่ใส การพัฒนาจิตสำนึก การอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน

The Consciousness Development of Local People Towards Local Vegetable Conservation at Mae Sai Sub-district, Phayao Province

Research Article

Chanita Praditsathaporn^{1,*}, Laor Mahavanasin¹ and Prakaidao Suti²

Received:

18 February 2019

Revised:

13 May 2019

Accepted:

20 May 2019

¹School of Nursing, University of Phayao, Muang District, Phayao Province, Thailand 56000

²Local Administrative District, Mae Sai, Muang District, Phayao Province, Thailand 56000

*Corresponding author's E-mail: chanita42548@gmail.com

Abstract

The objective of this participatory action research is to develop the consciousness of local people on conservation of local vegetables at Mae Sai sub-district, Muang district, Phayao province. The sample group is purposive sampling from 17 health developers, 25 youth leaders and 30 household representatives from 10 areas in Mae Sai sub-district. The research method is divided into 3 phases: 1) Situation analysis, 2) Development of consciousness among the local people on conservation of local vegetables of which participation process comprising 6 activities: forest ordination activities, cross-age activities between the elderly and children, campaign for local vegetable and local food consumption, young detective activities, campaign on vegetable-eating kids, activities towards edible waste, and 3) Lesson learned. For qualitative data collection, several instruments are employed. First, to assess the community ways of life, seven tools are in use: mapping, history, calendar, interesting people, family tree, health system, and the community organization. Data are collected by in-depth interview techniques and questionnaire, and analyzed through word-by-word transcription with triangular

technique and content analysis techniques. The quantitative data are collected by questionnaire to measure the youth's consciousness levels towards community development, and analyzed with t-test analysis. The study reveals that the health developers feel happy, are proud, and appreciate the value of local wisdom. That is why they brainstorm and organize activities to promote local vegetables conservation for children, youth and people in the community. The findings reflect that the youths, after the activities, have significantly improved the awareness level of value appreciation at 0.001, and the level of perception and response at 0.05. It is also found that 46 percent of parents whose children are under the Children Development Center do not prepare crunchy snacks in their child's school bags. Instead, they create a menu from vegetables for children at home. Then the community develops regulations in order to grow vegetables at home, to build edible fences, and to sell organic vegetables and to manage the wet waste.

Keywords: Phayao province, Mae Sai sub-district, Consciousness development, Vegetable conservation



บทนำ

ภาคเหนือของประเทศไทยเป็นพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติ มีความหลากหลายทางชีวภาพ ตลอดจนความหลากหลายทางวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ มีทรัพยากร ดิน ป่า น้ำ ที่อุดมสมบูรณ์ (สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, 2555) ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีบทบาทต่อความเป็นอยู่และวิถีชีวิตของคนในพื้นที่มาช้านาน แต่ในขณะเดียวกันการเปลี่ยนแปลงทรัพยากรธรรมชาติด้วยความก้าวหน้าด้านเทคโนโลยี การขยายตัวทางเศรษฐกิจ และการไร้จิตสำนึกของมนุษย์ ส่งผลให้อาชีพในภาคการผลิตและอุตสาหกรรมเป็นที่นิยมของคนรุ่นใหม่มากขึ้น รวมถึงปัญหาจากภัยธรรมชาติ ทำให้อาชีพหลักด้านการเกษตรของชุมชนประสบกับความไม่แน่นอน เกิดความไม่มั่นคงในอาชีพเกษตรกรรม ชาวบ้านต้องโยกย้ายถิ่นฐานไปประกอบอาชีพต่างถิ่น ส่งผลให้ภูมิปัญญาของชุมชนที่สั่งสมมาช้านานเริ่มสูญหาย คนรุ่นหลังทอดทิ้งสังคมชนบทและบ้านเกิดไปสู่สังคมเมือง

ตำบลแม่ใส เป็นตำบลหนึ่งในอำเภอเมือง จังหวัดพะเยา มีเนื้อที่ประมาณ 21.36 ตารางกิโลเมตร หรือประมาณ 13,275 ไร่ มีลักษณะพื้นที่เป็นที่ราบลุ่มติดกับกว๊านพะเยา มีแม่น้ำแม่ใสเป็นแม่น้ำสายหลักที่ไหลผ่านตำบลลงสู่กว๊านพะเยา วิถีชีวิตอิงกับการเกษตร ด้วยความเป็นสังคมชนบท ผักพื้นบ้านมีความสำคัญต่อวิถีการบริโภค เดิมผักพื้นบ้านหาได้จากป่าชุมชน แต่จากการสัมภาษณ์ในปี พ.ศ. 2556 พบว่า ถนนที่ตัดผ่านพื้นที่ด้านหลังหมู่บ้าน ทำให้ป่าชุมชนของหมู่บ้านกลายเป็นของตำบลอื่น การสร้างเขื่อนเป็นการกั้นพื้นที่รอบกว๊านพะเยากับหมู่บ้าน พืช ผัก เช่น โกสอห่วย รวมถึงปลาบางชนิดหายไป ทำให้ชาวบ้านต้องซื้อผักในตลาด และประเทศไทยมีการนำเข้าสารกำจัดวัชพืช สารกำจัดแมลง และสารกำจัดโรคพืช ทำให้เกษตรกรมีความคุ้นชินกับการใช้ปุ๋ยเคมี และยาปราบศัตรูพืช เพราะสะดวก เห็นผลผลิตเร็ว ซึ่งต่างจากการใช้ปุ๋ยหมัก ปุ๋ยคอก ที่ให้ผลผลิตช้า รวมทั้งจากการสำรวจความคิดเห็นและพฤติกรรมของนักเรียนในโรงเรียนชุมชน พบว่า ร้อยละ 80 ของเด็กนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4-5 ไม่รู้จักผักพื้นบ้าน เข้าใจว่า ผักเศรษฐกิจ เช่น แตงกวา ผักกาดขาว ผักบุ้งจีน เป็นผักพื้นบ้าน รู้จักและรับประทานอาหารพื้นเมืองไม่กี่เมนู เช่น ขนมจีนน้ำเงี้ยว ข้าวซอย เนื่องจากผู้ประกอบการสะดวกซื้ออาหารแช่แข็งมารับประทาน (ชนิดา ประดิษฐ์สถาพร, 2555) ผู้ปกครองศูนย์เด็กเล็กมีความเชื่อว่า เด็กอ้วนน่ารัก เป็นเด็กแข็งแรง ดังนั้นจึงนิยมใส่ขนมกรุบกรอบในกระเป๋านักเรียน และเมนูอาหารที่โรงเรียนและศูนย์เด็กเล็ก เช่น ผัดถั่วงอก จอผักกาด จะเหลือทิ้งจำนวนมาก (เกวลิน หาญกัน, 2560) สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่า เด็ก เยาวชน ผู้ปกครอง เกษตรกร ขาดความตระหนักเกี่ยวกับความมั่นคงทาง

อาหาร ไม่เห็นคุณค่าของผักพื้นบ้านและใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างสิ้นเปลือง

จากปัญหาดังกล่าว จึงมีการประชุมปรึกษาหารือระหว่างผู้นำชุมชน และนักพัฒนาสุขภาพ ซึ่งเป็นกำลังสำคัญในการผลักดันสุขภาพของชุมชนตามแผนพัฒนาตำบลสุขภาพแม่ใส เพื่อปกป้องอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ในท้องถิ่น โดยการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมบนพื้นฐานกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เป็นกระบวนการที่ให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ร่วมในการดำเนินกิจกรรม เรียนรู้จากกิจกรรมต่างๆ เหล่านั้น โดยใช้วิธีสอนที่หลากหลาย (วิลาสินี วิเชียรรัตน์, 2544) โดยมีเป้าหมายคือ การใช้ทรัพยากรธรรมชาติสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน การฟื้นฟู สงวนรักษาไว้ซึ่งทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่หายาก (สรายุทธ คาน และ สมกุล ถาวรกิจ, 2560) หน่วยงานรัฐทั้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและการศึกษามีผลต่อพฤติกรรมของคนในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ (สุภาวรรณ วงศ์คำจันทร์ และ บุญแสน เตียวบุญธรรม, 2559) รวมทั้งจิตสำนึกของคนขึ้นอยู่กับการรับรู้ การตอบสนอง การรู้คุณค่า การจัดระบบและการสร้างนิสัยจนกลายเป็นพฤติกรรม (Krauthwohl et al., 1964) จะเห็นได้ว่าการพัฒนาจิตสำนึกเป็นกลไกหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดการอนุรักษ์ผักพื้นบ้านในชุมชนได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจการพัฒนาจิตสำนึกคนในท้องถิ่นต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติเพื่อให้ผักพื้นบ้านคงอยู่อย่างยั่งยืน อันจะนำไปสู่สุขภาพที่ดีของคนในชุมชนต่อไป

สถานการณ์ที่เป็นอยู่เดิม

ตำบลแม่ใส อยู่ห่างจากตัวอำเภอเมืองเพียง 10 กิโลเมตร คนในตำบลส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ด้วยความเป็นสังคมชนบท วิถีความเป็นอยู่จึงเชื่อมโยงกับประเพณี วัฒนธรรม ล้านนา อาหารพื้นบ้านและผักพื้นบ้านที่มีส่วนสำคัญในการดำรงชีวิตหาได้จากป่าชุมชน แต่จากการตัดถนนผ่านทิศเหนือของหมู่บ้านป่าชุมชนของหมู่บ้านกลายเป็นของตำบลอื่น ทำให้ป่าชุมชนหายไป คนในชุมชนขาดเชยโดยการปลูกผักพื้นบ้านในครัวเรือนทดแทน มีการแลกเปลี่ยนผักพื้นบ้านระหว่างครัวเรือนเนื่องจากความเหนียวแน่นผูกพันของเครือญาติ ขณะเดียวกันจากความเจริญของสังคม ทำให้มีร้านสะดวกซื้อมาเปิดในตำบล ห้างสรรพสินค้าเปิดในตัวเมือง ส่งผลให้วิถีการบริโภคของชุมชนเปลี่ยนไป คนในตำบลหันไปบริโภคอาหารแช่แข็ง พิซซ่า และขนมกรุบกรอบมากขึ้น คนในตำบลไม่ได้รับรู้ถึงการสูญเสียต้นทุนทรัพยากรธรรมชาติที่ตนเองมีอยู่ (ชนิดา ประดิษฐ์สถาพร, 2556)

ด้วยเหตุที่พื้นที่ตำบลแม่ใส เป็นพื้นที่รับผิดชอบของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา จากการทำงานในพื้นที่มานานกว่า 3 ปี พบว่า โครงสร้างองค์กรหลักคือ ผู้นำท้องถิ่น ผู้นำชุมชน มีบทบาทหน้าที่ที่ทับซ้อนกันในด้านหนึ่ง ทำให้การทำงานพัฒนาพื้นที่มีข้อจำกัด แต่มีต้นทุนทางสังคม เช่น ชำนาญการบำนาญ ปรากฏชาวบ้าน และจิตอาสาจำนวนมาก นักวิจัยเห็นว่า การเสริมพลังอำนาจคนกลุ่มนี้ จะเป็นการเสริมศักยภาพการพัฒนาชุมชน ภายใต้วรรวมมือของผู้นำชุมชน จึงเกิด “คณะกรรมการนักพัฒนาสุขภาพ” ซึ่งมาจากหน่วยงานขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ได้แก่ นายกองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สภากองกรปกครองส่วนท้องถิ่น กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน หน่วยงานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล คือ พยาบาลวิชาชีพและนักวิชาการสาธารณสุข หน่วยงานการศึกษา คือ ครูมัธยมโรงเรียนแม่ใส ครูศูนย์เด็กเล็ก รวมทั้งตัวแทนภาคประชาชน ได้แก่ หมอдин ชำนาญการบำนาญ กลุ่มแม่บ้านเยาวชน ผู้พิการและพระสงฆ์ มีจุดมุ่งหมายร่วมกัน คือ การพัฒนาสุขภาพของคนในท้องถิ่นตามแผนพัฒนาสุขภาพตำบล (ชนิดาประดิษฐ์สถาวร, 2559) ระยะเริ่มแรก (พ.ศ. 2556) มีนักพัฒนาสุขภาพจำนวน 44 คน ระยะที่ 2 (พ.ศ. 2558) ได้จัดอบรมและคัดกรองคุณสมบัตินักพัฒนาสุขภาพแบบเข้มข้น มีนักพัฒนาสุขภาพคงเหลือ 17 คน

กระบวนการที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงและการยอมรับของชุมชนเป้าหมาย

ระเบียบวิธีวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย ประกอบด้วย พื้นที่ในการดำเนินงานวิจัย คือ ตำบลแม่ใส อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา มีหมู่บ้านที่มีความพร้อมในการเข้าร่วมโครงการ 7 หมู่บ้านจาก 12 หมู่บ้าน ได้แก่ หมู่ที่ 2 แม่ใสกลาง หมู่ที่ 3 ทุ่งวัวแดง หมู่ที่ 4 แม่ใสเหล่า หมู่ที่ 5 บ้านบ่อแฮ้ว หมู่ที่ 9 แม่ใสเหนือ หมู่ที่ 6 และหมู่ที่ 10 บ้านสันป่าถ่อน ระยะเวลาดำเนินการ 1 ปี 6 เดือน ระหว่างวันที่ 8 ธันวาคม พ.ศ. 2558 – 12 มิถุนายน พ.ศ. 2560 เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ได้แก่ 1) นักพัฒนาสุขภาพ จำนวน 17 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือก คือ เป็นนักพัฒนาสุขภาพที่เกิดจากการ Snowball คนในชุมชนมั่นใจว่าเป็นบุคคลสำคัญในการทำงานพัฒนาสุขภาพคนในชุมชนได้สำเร็จ และมีความยินดีและมีเวลาเข้าร่วมโครงการไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของเวลาที่ใช้ในโครงการ เกณฑ์การคัดออก คือ การขอถอนตัวออกระหว่างโครงการ 2) ผู้นำเยาวชน จำนวน 25 คน คัดเลือกจาก

นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 ซึ่งเป็นผู้นำนักเรียนในแต่ละชั้น และคัดเลือกโดยครูในโรงเรียน และ 3) ตัวแทนครัวเรือน จำนวน 30 คน หมู่บ้านละ 3 คน คัดเลือกจากครัวเรือนที่มีสมาชิกในครัวเรือนเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 4-6 ซึ่งเรียนอยู่ในโรงเรียนชุมชนบ้านแม่ใสและ/หรือสมาชิกในครัวเรือนอายุ 2-6 ปีที่เข้ารับการดูแลจากศูนย์เด็กเล็กตำบลแม่ใส

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและคุณภาพเครื่องมือ ประกอบด้วย เครื่องมือเชิงคุณภาพ ได้แก่ 1) วิถีชุมชนเครื่องมือ 7 ชิ้น ของโกมาตราชิงเสถียรทรัพย์ และคณะ (2559) ประกอบด้วย แผนที่เดินดิน ประวัติศาสตร์ชุมชน ปฏิทินชุมชน บุคคลที่มีประวัติชีวิตน่าสนใจ ผังเครือญาติ ระบบสุขภาพชุมชน โครงสร้างองค์กรชุมชน และการสัมภาษณ์เชิงลึกในประเด็น การร่วมรับรู้ การตอบสนอง รับรู้คุณค่า และการจัดระบบคุณค่าต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้านของนักพัฒนาสุขภาพ เป็นคำถามปลายเปิด พัฒนาโดยผู้วิจัย 2) แบบวัดจิตสำนึกต่อการพัฒนาชุมชนของเยาวชน พัฒนาจาก ชีราพร ทองปัญญา (2558) ประกอบด้วยการประเมินจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม สังคม เศรษฐกิจและวัฒนธรรม จำนวน 33 ข้อ เป็นตัวเลือกตอบ 4 ตัวเลือก เพื่อประเมินระดับจิตสำนึก 4 ระดับ คือ การรับรู้ การตอบสนอง การเห็นรู้คุณค่า และการจัดระบบ ผ่านการพิจารณาโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน มีค่าความตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ 0.88 และค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ เท่ากับ 0.78 การวิเคราะห์ข้อมูลเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ โดยวัดข้อมูลเชิงปริมาณในประเด็นระดับจิตสำนึกการพัฒนาชุมชนของเยาวชน วิเคราะห์โดยสถิติ t-test ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหาของ Colorafi และ Evans (Colorafi & Evans, 2016) โดยนำข้อความที่จดบันทึกไว้จากการสังเกต การสัมภาษณ์เชิงลึก มาถอดเทป คำต่อคำ ตรวจสอบข้อมูลแบบสามเ้า ยืนยันความถูกต้อง ความเป็นจริง และจัดทำประเด็นหลักที่เกี่ยวข้องเนื่องกัน ในปรากฏการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน

กระบวนการที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลง

การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ **ระยะที่ 1 วิเคราะห์สถานการณ์** ทีมนักวิจัยและนักพัฒนาสุขภาพร่วมกันสำรวจชุมชน วิเคราะห์ความสัมพันธ์คน ป่าชุมชน ผักพื้นบ้าน ด้านประวัติศาสตร์ เศรษฐกิจ ประเพณีวัฒนธรรมและสุขภาพและประเมินจิตสำนึกต่อการพัฒนาชุมชนของเยาวชน

ผลการวิเคราะห์สถานการณ์ ด้วยวิถีชุมชนเครื่องมือ 7 ชิ้น พบว่า ตำบลแม่ใส อำเภอเมืองพะเยา จังหวัดพะเยา มีทางหลวง

แผ่นดินหมายเลข 1193 เป็นถนนสายหลักตัดผ่านตำบล ด้านเหนือติดกว๊านพะเยา ทิศใต้ติดถนนหลักพะเยา-เชียงใหม่ ทำให้ป่าชุมชนซึ่งเดิมเชื่อมต่อกับตำบลแม่ยาวเรื่อย หายไปเกือบหมดเหลือเพียงบางส่วนของหมู่ที่ 3 หมู่ที่ 6 และ หมู่ที่ 10 เท่านั้น

แผนที่เดินดิน ผลการเชื่อมโยงครัวเรือนที่เป็นโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงของคนในตำบลด้วยแผนที่เดินดินทำให้เกิดข้อมูลเชิงประจักษ์ว่า โรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงเกิดจากพฤติกรรมมากกว่าพันธุกรรม พื้นที่ทางสังคมในแผนที่เดินดินที่ทุกหมู่บ้านใช้เป็นแหล่งประโยชน์ร่วมกันคือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ศูนย์เด็กเล็ก ที่ทำการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โรงเรียน วัดและตลาด มีวัดแม่ใสเป็นศูนย์รวมจิตใจของคน 6 หมู่บ้าน ตลาดแม่ใส เป็นแหล่งซื้อขายสินค้าอุปโภคบริโภค และเป็นพื้นที่พบปะพูดคุยของคนส่วนใหญ่ในตำบล แต่ละหมู่บ้านมีศาลประจำหมู่บ้าน บ่งชี้ถึงความเชื่อเรื่องภูตผีของคนเมืองเหนือ

ประวัติศาสตร์ชุมชน จากการเล่าของผู้เฒ่าผู้แก่เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ชุมชน จุดเริ่มต้นของตำบลแม่ใสมาจากการเป็นหมู่บ้านแม่ใส คนเก่าแก่ประมาณ 12 ครัวเรือน ย้ายมาจากบ้านทุ่งป่าเยาะและบ้านทุ่งไค้ง จังหวัดลำปาง มาก่อสร้างบ้านเรือนติดลำน้ำแม่ใส โดยมี พระวงศ์ ธรรมวโรส เป็นผู้นำและได้จัดตั้งวัดชื่อว่า “วัดนางเหลียว” ด้วยพื้นที่มีต้นไม้หนาแน่น เป็นป่าชุ่มชื้น เดินไปต้องเหลียวกลับไปดู

สังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม และการปกครอง สังคมเป็นสังคมผู้สูงอายุ มีผู้สูงอายุร้อยละ 22 ของประชากรทั้งหมด รวมทั้งเป็นสังคมกึ่งเกษตรกรรมเน้นการปลูกข้าวเพื่อเลี้ยงชีพเหลือจึงขาย ร้อยละ 67.3 ของคนในตำบล ประกอบอาชีพทำนารองลงมาร้อยละ 13.2 รับราชการ และร้อยละ 6.4 ค้าขาย ลูกจ้างบริษัท ร้านค้า คนในท้องถิ่นมีความเชื่อทั้งเรื่องผีและศรัทธาในบุญเป็นหลัก วัฒนธรรมท้องถิ่นอยู่ภายใต้วิถีล้านนา

ปฏิทินชุมชน ได้แก่ ประเพณีแห่ไม้ค้ำครีมหาโพธิ์และสวดเบิกหมู่บ้านทุกหมู่บ้าน ในช่วงเทศกาลปีใหม่เมือง (เดือนเมษายน) ของทุกปี การทำบุญสลากภัตหรือตานก๋วยสลากเพื่ออุทิศส่วนกุศลให้กับผู้ไร้ญาติและญาติผู้ใหญ่ที่ล่วงลับไปแล้ว (เดือนตุลาคม) ประเพณีเลี้ยงผีเสื้อบ้าน เป็นการทำบุญให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ของต้นตระกูลหรือเสื้อบ้าน (ผีต้นตระกูลของหมู่บ้าน) ราวเดือนมิถุนายน ทุกประเพณีต้องมีเครื่องเซ่นไหว้ประกอบพิธีกรรม ได้แก่ พริก เกลือ หอม หมา กฐิน ข้าวและเมนูอาหารพื้นบ้านที่มีผักพื้นบ้านเป็นส่วนประกอบ

การปกครอง ผู้นำชุมชนมีทั้งแบบทางการ ได้แก่ กำนันผู้ใหญ่บ้าน นายกองต๋องปกครองส่วนท้องถิ่น และผู้นำชุมชนแบบ

ไม่เป็นทางการ ได้แก่ ประชาชนชาวบ้านทั้ง หมอเดิน หมอทำขวัญ หมอประจำตำบล สล่าตีมีด สล่าจักสาน เป็นต้น ผู้นำชุมชนส่วนหนึ่งเป็นวัยกลางคนที่เคยทำงานในเมืองใหญ่แล้วต้องการกลับมาพัฒนาบ้านเกิด

บุคคลที่มีประวัติชีวิตน่าสนใจ คือ กำนัน เนื่องจากเป็นบุคคลที่คนส่วนใหญ่ให้การยอมรับ เป็นผู้ลดความขัดแย้งของคนในชุมชนได้เป็นอย่างดี ทั้งกำนันในอดีตและปัจจุบัน กำนันคนปัจจุบันเป็นผู้รักถิ่นฐานบ้านเกิด ต้องการพัฒนาบ้านเกิด เป็นคนทำอะไรจริงจัง รับประทานแล้วทำตามนั้น

ฝั่งเครือข่าย คนในตำบลมีความสัมพันธ์กันในลักษณะเครือข่าย ตระกูลหลักที่มีลูกหลานจำนวนมาก ได้แก่ ตระกูล ยะมา ยะตา ยะนา และนาแพร์ ทำให้โครงสร้างองค์กรชุมชนทั้งเป็นทางการและไม่เป็นทางการมีความสัมพันธ์กันอย่างแนบแน่นกับ 4 ตระกูลหลัก

ระบบสุขภาพชุมชน ในอดีตมีหมอประจำตำบล ซึ่งเป็นชาวบ้านในพื้นที่ที่ผ่านการอบรม ทำงานเยี่ยมบ้านและดูแลสุขภาพคนในชุมชนร่วมกับเจ้าหน้าที่สถานีอนามัย แต่ในปัจจุบันการเยี่ยมบ้านเพื่อส่งเสริมสุขภาพของเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมีน้อย ดังนั้นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลจำเป็นต้องมีการปรับปรุงคุณภาพบริการให้แก่คนในชุมชน การจัดทำโครงการสุขภาพภาคประชาชนยังยึดติดการรอรับและพึ่งพิงจากบุคลากรสุขภาพของรัฐ ปัญหาสุขภาพลำดับต้นๆ คือ โรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 26.93) และโรคเบาหวาน (ร้อยละ 6.25) (สถิติโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแม่ใส, 2558)

“สมัยก่อนเป็นป่า มีทั้ง ช้าง เสือ กวาง ละมั่ง อาหารการกินอุดมสมบูรณ์ อยากกินเห็ด กินผักก็ไปเก็บเอา ไม้จากป่าเอามาทำเอียน ทำฟืนเพื่อหุงต้มอาหาร กุ้ง หอย ปูปลาหาได้จากกว๊าน บ่าวพ่อชายจะไปแคว่กว๊านกันทีหลายสิบคน เดินไปใช้เวลาเป็นอาทิตย์ บางคนเป็นประมงน้ำลึก บางคนเป็นประมงน้ำตื้น กลับมาจากกว๊านผู้หญิงจะหมักปลา ทำปลาร้า ปลาแห้ง”

(สัมภาษณ์หญิงอายุ 92 ปี, วันที่ 2 สิงหาคม 2558)

“ต้นไม้สมัยก่อนกว้าง 5-7 คนโอบ มีบริษัทมาจ้างให้ตัดต้นไม้ ล่องน้ำลงใต้ ไปขายที่ภาคกลาง เมื่อหนุ่มๆ แข็งแรงดี ตัดไม้ได้เงินดี ไม่รู้ว่ามันจะทำให้ป่าหมดไปเหมือนทุกวันนี้”

(สัมภาษณ์ชายอายุ 91 ปี, วันที่ 12 มิถุนายน 2558)

“นกบางชนิด ปลาดังเดิมในกว๊าน ที่เคยเห็นตอนเด็กหายไป”

(สัมภาษณ์ชายอายุ 65 ปี, วันที่ 7 มีนาคม 2557)

“ผักบางอย่างไม่มีแล้ว...ผักเชียงดา...ผักสีเสียด...เมื่อก่อนใช้
เป็นยา...เดี๋ยวนี้เขาไม่ปลูกกันเก็บเอาในทุ่งหนานา”

(สัมภาษณ์หญิงอายุ 67 ปี, วันที่ 7 มีนาคม 2558)

“ผักหวานป่า ผักสีเสียด มีคนเอามาเพาะพันธุ์แต่มันไม่ขึ้น
กล้าโดนยาฆ่าแมลงเยอะ...ปลูกไ้ก็กลายพันธุ์”

(สัมภาษณ์หญิงอายุ 72 ปี, วันที่ 11 มีนาคม 2558)

สรุปผลจากการวิเคราะห์สถานการณ์ พบว่า ตำบลแม่ใส
เป็นสังคมผู้สูงอายุ มีวิถีกึ่งเกษตรกรรม ต้นทุนทางสังคมมีประชาชน
ชาวบ้านที่มีภูมิปัญญาอยู่ในตนและผู้นำชุมชนที่ต้องการพัฒนาบ้าน
เกิดของตน ต้นทุนทางวัฒนธรรมคือ มีประเพณีวัฒนธรรมของ
คนเมืองที่สืบทอด มีศาสนาและวัดเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ มี
ความสัมพันธ์แบบเครือญาติ ต้นทุนทางทรัพยากรธรรมชาติคือ
ผักพื้นบ้าน ที่มีสรรพคุณลดโรค สิ่งที่ต้องหนุนเสริมคือ การป้องกัน
โรคเรื้อรังทั้งเบาหวานและความดันโลหิตสูง ขาดการพัฒนา
กิจกรรมการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน คนในชุมชน การจัด
กิจกรรมดูแลสุขภาพตนเองของคนในชุมชนยังยึดติดพึ่งพิงบุคลากร
สุขภาพของรัฐ

**ระยะที่ 2 พัฒนาจิตสำนึกคนในท้องถิ่นต่อการอนุรักษ์
ผักพื้นบ้าน** หลังจากการวิเคราะห์สถานการณ์ชุมชนระหว่าง
นักพัฒนาสุขภาพร่วมกับนักวิจัยถึงสาเหตุ ความสัมพันธ์ของข้อมูล
ที่เกี่ยวกับคน ทรัพยากรธรรมชาติและสุขภาพร่วมกัน นักวิจัยจัด
กิจกรรมประสบการณ์ร่วมรู้สึกผ่านภาพในอดีตที่เห็นวิถีในอดีต
(ภาพที่ 1 และ ภาพที่ 2) เปรียบเทียบกับปัจจุบัน

นักพัฒนาสุขภาพจะเสนอขอศึกษาดูงาน แลกเปลี่ยนเรียนรู้
กับพื้นที่ที่ประสบความสำเร็จในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ
ภายใต้เศรษฐกิจพอเพียงและสุขภาพ 2 ศูนย์การเรียนรู้ ณ พื้นที่
รับผิดชอบของโรงพยาบาลสารภี อำเภอสารภีและศูนย์การเรียนรู้
ห้วยฮ่องไคร้ อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ ดังภาพที่ 3

นักพัฒนาสุขภาพจะจัดประชุมระดมความคิดเห็นเพื่อ
วางแผนปฏิบัติการและกิจกรรม กิจกรรมที่พัฒนาจากนักพัฒนา
สุขภาพจะมี 6 กิจกรรม ได้แก่

1) **กิจกรรมการบวชป่า** การฟื้นฟูประเพณีซึ่งต่อกย้ำ
ความสำคัญของป่ากับชุมชน ยึดโยงผ่านประวัติความเป็นมาของ
ชุมชนผ่านป่าชุมชนที่มีความสำคัญในอดีต ผ่านการทำพิธีสวด ผูก
ผ้าเหลืองบวชป่า ติดป้ายอนุรักษ์ต้นไม้หายากเพื่อรักษาป่าชุมชน
มีนักพัฒนาสุขภาพที่เป็นผู้นำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำ
ชุมชน ประชาชนชาวบ้านและพระ เป็นแกนนำหลัก



ภาพที่ 1 ภาพถ่ายอดีต

ที่มา: <https://getlink.pro/v/s0q8Xtvuhpc>



ภาพที่ 2 ภาพถ่ายอดีต

ที่มา: http://chiangkhamcity.blogspot.com/p/blog-page_25.html



ภาพที่ 3 นักพัฒนาสุขภาพจะศึกษาดูงาน

2) **กิจกรรมการเรียนรู้ข้ามวัยของผู้สูงอายุกับเด็กและเยาวชน** การเรียนรู้ข้ามวัยเป็นการถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น ส่งเสริมให้เด็กเยาวชนรู้คุณค่าและหวงแหนท้องถิ่น ผ่านกิจกรรมที่ผู้สูงอายุบรรยายสรรพคุณผักพื้นบ้าน การปรุงเมนูอาหารจากผักพื้นบ้านและร่วมกันปลูกผักพื้นบ้าน ในหมู่ที่ 6 หมู่ที่ 10 ส่วนหมู่ที่ 2 และหมู่ที่ 9 จัดกิจกรรมฐานการเรียนรู้เกี่ยวกับสรรพคุณผักพื้นบ้าน การนำผักไปใช้เป็นยา วิธีทำปุ๋ยอินทรีย์ในสวนอี (สวนครัว) ของปราชญ์ชาวบ้านที่เป็นหมอดินให้แก่เด็กและเยาวชน ดังภาพที่ 4

3) **กิจกรรมรณรงค์กินผักพื้นบ้าน** อาหารพื้นเมืองในโรงเรียน ณ โรงเรียนชุมชนบ้านแม่ใส หลังการคุยกับผู้อำนวยการโรงเรียนชุมชน ทำให้ผู้อำนวยการ ครูโภชนาการและแม่ครัว ร่วมกันปรับเมนูอาหารโดยเพิ่มปริมาณผัก เมนูอาหารพื้นบ้าน ลดผงชูรสและผงปรุงรสในอาหารกลางวันเด็ก จัดกิจกรรมให้เด็กประถมศึกษาระดับปีที่ 4-6 สำรวจผักสวนครัวบ้านตนเอง จดปริมาณผักและชนิดของผักที่มีในสวนครัวตนเอง และบันทึกสรรพคุณผักพื้นบ้านที่ผู้ปกครองนำมาประกอบอาหาร รวมทั้งให้นักพัฒนาสุขภาพหมู่ที่ 4 และ หมู่ที่ 5 สาธิตการปรุงอาหารจากผักพื้นบ้านให้กับเด็กในโรงเรียน

4) **กิจกรรมนักสืบน้อย** ผู้นำเยาวชนจำนวน 25 คน ถูกแบ่งเป็น 3 กลุ่ม และได้โจทย์ปัญหา “ทรัพยากรธรรมชาติที่คงอยู่และสูญหาย...นักสืบน้อยจะแก้ปัญหาอย่างไรดี” ในฐานะนักสืบน้อยจะต้องหาคำตอบและแนวทางแก้ไข จากผู้เฒ่าผู้แก่ในชุมชน บุคคลที่เกี่ยวข้องจากหน่วยงานรัฐต่างๆ ได้แก่ สำนักงานเกษตรจังหวัด สำนักงานประมงจังหวัด พร้อมนำกลับมาเสนอสิ่งที่ได้เรียนรู้ และ

โรงเรียนได้แต่งตั้งเป็นแกนนำอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ ดังภาพที่ 5

5) **กิจกรรมรณรงค์เด็กเล็กกินผัก** ณ ศูนย์เด็กเล็ก ประกอบด้วยการเล่านิทานหุ่นมือ กิจกรรมเรียนรู้ชื่อ สี รูปร่าง ลักษณะของผัก กิจกรรมร้องเพลงผัก กิจกรรมระบายสี กิจกรรมเมนูผักแปลงร่าง ให้ความรู้ผู้ปกครองและครูศูนย์เด็กเล็กเกี่ยวกับประโยชน์ของการกินผักพื้นบ้าน ประโยชน์ของเมนูผักแปลงร่าง ซึ่งเป็นเมนูกระตุ้นให้เด็กกินผัก และติดตามเยี่ยมบ้านต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการกินผักของเด็กและผู้ปกครอง ดังภาพที่ 6

6) **กิจกรรมขยะกินได้** หมู่บ้านที่ใช้ประโยชน์จากป่าชุมชน มีมาตรการการใช้ป่าชุมชน โดยทุกหมู่บ้านมีมาตรการลดการเผาขยะในหมู่บ้าน มาตรการคัดแยกขยะในทุกครัวเรือน กำหนดให้นำขยะจากผัก ผลไม้ เศษอาหารไปทำปุ๋ยอินทรีย์ ร้อยละ 50 ของหมู่บ้านที่เข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ หมู่ที่ 3 หมู่ที่ 2 หมู่ที่ 4 หมู่ที่ 5 หมู่ที่ 6 และหมู่ที่ 10 กำหนดให้ครัวเรือนที่มีเด็กและเยาวชนกับผู้ปกครองร่วมกันปลูกผักสวนครัวหน้าบ้าน มีการจัดประกวดเมนูอาหารที่ใช้ผักพื้นบ้านอย่างน้อย 3 ชนิด รสชาติต้องลดหวาน มัน เค็ม แต่ละหมู่บ้านที่ประกวดต้องนำเสนอสรรพคุณผักพื้นบ้าน มีคณะกรรมการจากโรงเรียนชุมชนแม่ใส พยาบาลจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลและครูศูนย์เด็กเล็ก ร่วมเป็นกรรมการ

จากทั้ง 6 กิจกรรมพบว่า คณะกรรมการนักพัฒนาสุขภาพ เป็นกำลังสำคัญในการร่วมคิดร่วมวางแผน เป็นผู้เอื้อให้เกิดการจัดกิจกรรม ส่วนนักวิจัยหนุนเสริมพลังอำนาจผ่านการชมเชยและการให้รางวัลสนับสนุน บางกิจกรรมเด็กและเยาวชนไม่ได้เข้าร่วม เนื่องจากติดเรียน เช่น กิจกรรมบวชป่า



ภาพที่ 4 กิจกรรมการเรียนรู้ข้ามวัยของผู้สูงอายุกับเด็กและเยาวชน



ภาพที่ 5 กิจกรรมนักสืบน้อย แกนนำอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ



ภาพที่ 6 กิจกรรมรณรงค์เด็กเล็กกินผัก ณ ศูนย์เด็กเล็ก

ระยะที่ 3 ถอดบทเรียน โดยการสนทนากลุ่มและสัมภาษณ์เชิงลึกในประเด็นการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน กับผู้นำชุมชน นักพัฒนาสุขภาพ การสังเคราะห์ข้อมูล และคืนข้อมูลให้กับชุมชน จากการสนทนากลุ่มและสัมภาษณ์เชิงลึกในประเด็นการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน กับผู้นำชุมชน นักพัฒนาสุขภาพ จากนั้นทำการสังเคราะห์ข้อมูลและคืนข้อมูลให้กับชุมชน ผลจากการถอดบทเรียนพบว่าแนวทางในการพัฒนาจิตสำนึกคนในท้องถิ่นต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน ประกอบด้วย 1) การคัดเลือกคนที่มีจิตสำนึกต่อการพัฒนาชุมชนมาเป็นแกนนำในการดำเนินงาน 2) จัดประสบการณ์ต่อยอดความรู้สู่การร่วมถึงคุณค่าวิถีวัฒนธรรมสังคมด้วยเครื่องมือต่างๆ เช่น แผนที่เดินดิน ประวัติศาสตร์ชุมชน ผังเครือญาติ ปฏิทินชุมชน ปฏิทินพืชผัก เพื่อทำให้รู้สึกห่วงใยทรัพยากรธรรมชาติที่ยังคงหลงเหลือ 3) ศึกษาดูงาน ระดมสมองและแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และ 4) การสะท้อนกลับ ทบทวน ปรับปรุงกิจกรรมตามแนวคิด PDCA รวมทั้ง

เสริมสร้างพลังอำนาจ เสริมแรงจูงใจ ดังภาพที่ 7

ความรู้หรือความเชี่ยวชาญที่ใช้

แนวทางการสร้างจิตสำนึกในการพัฒนาชุมชน ต้องยึดหลัก 6 ประการ คือ 1) การพัฒนาแบบกลุ่ม 2) การสร้างประสบการณ์ร่วม เช่น ประวัติศาสตร์หมู่บ้าน วัฒนธรรมหมู่บ้าน ความหวงแหนวัฒนธรรมตน 3) การต่อยอดผ่านปัญญาชนท้องถิ่น คนเฒ่าคนแก่ 4) การรวมกลุ่มในรูปแบบสหกรณ์ สมาพันธ์ 5) การมีเครือข่ายแลกเปลี่ยน และ 6) การรักษาสมาคมวัฒนธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (ฉัตรทิพย์ นาถสุภา, 2529) ลักษณะการมีจิตสำนึกในการพัฒนาชุมชน (อรุณรุ่ง ปภาพลิษฐ์ และคณะ, 2555) มี 3 ลักษณะ คือ 1)



ภาพที่ 7 กระบวนการพัฒนาจิตสำนึกคนในท้องถิ่นต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน

การไม่กระทำสิ่งที่ก่อให้เกิดปัญหาแก่ส่วนรวมขึ้นในชุมชน 2) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมเพื่อการพัฒนาชุมชน และ 3) การมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน

การวัดจิตสำนึก เป็นการวัดความรู้สึกทางอารมณ์ของบุคคล Krathwohl et al. (1964) กล่าวว่าระดับจิตสำนึก แบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ 1) การรับรู้ (Receiving) เป็นการแสดงของบุคคลต่อความชอบหรือไม่ชอบ ฟังพอใจหรือไม่พอใจ ควรเอาใจใส่หรือไม่ควรเอาใจใส่ต่อสิ่งเร้าที่เข้ามา 2) การตอบสนอง (Responding) บุคคลจะให้ความสำคัญต่อสิ่งเร้าที่ตนเห็นว่ามีความหมายหรือมีคุณค่า โดยแสดงออกถึงความสนใจและให้ความร่วมมือ 3) การรับรู้คุณค่า (Valuing) บุคคลจะมีความกระตือรือร้น เมื่อประเมินแล้วว่า สิ่งเร้านั้นมีความหมาย 4) การจัดระบบคุณค่า (Organization) บุคคลเกิดการปฏิบัติหรือเลือกกระทำต่อสิ่งเร้าในทางใดทางหนึ่ง 5) การสร้างลักษณะนิสัยอย่างใดอย่างหนึ่งหรือคุณค่าที่ซับซ้อน (Characteristics by a value or value complex) บุคคลนั้นจะแสดงบทบาทต่อสิ่งเร้าจนกลายเป็นพฤติกรรม ซึ่งความรู้สึกเหล่านี้เรียงลำดับต่อเนื่องกันจากน้อยไปหามาก

สถานการณ์ใหม่ ที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม

1) **นักพัฒนาสุขภาพ** ภายหลังจากใช้วิถีชุมชนเครื่องมือ 7 ขั้นที่ทำงานชุมชนง่าย ได้ผลและสนุก วิเคราะห์สถานการณ์และหลังจากเห็นการเชื่อมโยงโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงด้วยแผนที่เดินดิน ทำให้นักพัฒนาสุขภาพเห็นภาพชัดเจน เกิดการรับรู้ใหม่ว่า โรคดังกล่าวเกิดจากพฤติกรรมของคนมากกว่า

พันธกรรม การร่วมรับรู้ประวัติศาสตร์ตำบลและหมู่บ้าน ผ่านภาพในอดีตของครัวเรือน ทำให้ย้อนความรู้สึกถึงความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมในอดีต เห็นความสามารถของประชาชนบ้านทั้งในด้านหัตถกรรมผ่านงานจักสาน ตีมีด ด้านเกษตรกรรมผ่านหมอดิน ด้านการดูแลสุขภาพผ่านหมอสูชัชวัญ หมอประจำตำบล ทำให้ภาคภูมิใจกับภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีอยู่ เดิมนักพัฒนาสุขภาพที่เป็นตัวแทนภาคประชาชน ได้แก่ หมอดิน ช่างการบ้านาญ กลุ่มแม่บ้าน ไม่ค่อยกล้าคิด หรือแสดงความคิดเห็น กลับเป็นผู้ที่ร่วมแสดงความคิดเห็น กระตือรือร้นที่จะร่วมออกความคิดเห็น ร่วมคิดกิจกรรม รวมทั้งยินดีเป็นวิทยากร เป็นผู้ตอบคำถามแก่เด็กและเยาวชน ยอมเสียสละพื้นที่ส่วนตัวทั้งบ้านและสวนให้เป็นแหล่งเรียนรู้ของชุมชน เด็ก เยาวชนและบุคคลภายนอกเข้ามาศึกษาเรียนรู้หลังการจัดกิจกรรม พบว่า นักพัฒนาสุขภาพรู้สึกดีใจภาคภูมิใจ รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ที่ได้นำประสบการณ์ ความรู้ที่มีอยู่ในตน ออกมาถ่ายทอด บอกเล่า ดังคำกล่าว

“เด็กๆ มาถาม ดีใจมาก...เราแก่แล้วยังบอกเรื่องที่เราๆรู้ๆให้กับเขาได้”

(สัมภาษณ์หญิงแม่บ้านอายุ 67 ปี, วันที่ 3 พฤษภาคม 2559)

“เด็กๆ มาเล่นกันที่สวน มาได้เลย เดี่ยวจะสอนทำปุ๋ยให้ ผักมีเยอะแยะหลากหลาย อยากรู้อะไร ถามมา... เขาจะให้เห็นของจริง เขาจะรู้บ้านเรามีของดี”

(สัมภาษณ์หมอดินอายุ 74 ปี, วันที่ 10 พฤษภาคม 2559)

“จัดกิจกรรมลดช่องว่างระหว่างผู้สูงอายุกับเด็ก ผ่านการปลูกผักปลูกต้นไม้ น่าจะดี...เป็นการทำความดีถวายในหลวงด้วย... จัดกันวันไหนดี”

(สัมภาษณ์หญิงอายุ 58 ปี, วันที่ 10 พฤษภาคม 2559)

“ปลูกต้นไม้ ช่วยชาติ ตามรอยพ่อพันธุ์ จะได้มีกิจกรรมคนเฒ่าสอนเด็ก”

(สัมภาษณ์ชายอายุ 60 ปี, วันที่ 10 พฤษภาคม 2559)

2) **เด็กและเยาวชน** ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยจิตสำนึกการพัฒนาชุมชนในเยาวชนก่อนและหลังงานวิจัย ดังตารางที่ 1 พบว่า เยาวชนส่วนใหญ่มีระดับจิตสำนึกพัฒนาชุมชนด้านการเห็นคุณค่า เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 และมีระดับจิตสำนึกพัฒนาชุมชนด้านการรับรู้และการตอบสนองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนด้านการจัดระบบคุณค่าไม่เพิ่มขึ้น

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยจิตสำนึกการพัฒนาชุมชนในผู้นำเยาวชนก่อนและหลังวิจัย

ระดับจิตสำนึกของการพัฒนาชุมชน	n	\bar{X}	SD	t-test	P-value
การรับรู้				3.415	0.0012*
- ก่อนการทดลอง	25	11.2	2.7		
- หลังการทดลอง	25	13.2	2.1		
การตอบสนอง				2.784	0.0072*
- ก่อนการทดลอง	25	40.2	3.6		
- หลังการทดลอง	25	42.4	2.7		
การเห็นคุณค่า				6.455	0.0001**
- ก่อนการทดลอง	25	17.7	6.5		
- หลังการทดลอง	25	26.9	4.3		
การจัดระบบ				1.944	0.0618
- ก่อนการทดลอง	25	52.2	5.2		
- หลังการทดลอง	25	52.8	5.4		

P-value 0.001**, 0.05*

3) **ผู้ปกครองศูนย์เด็กเล็ก** จากเดิมผู้ปกครองมีทัศนคติว่าเด็กอ่อน คือ เด็กน่ารัก มีสุขภาพแข็งแรง เมื่ออ่อนแล้วสามารถลดเองได้ ซึ่งเป็นความเข้าใจผิด หลังให้ความรู้และติดตามเยี่ยมบ้าน ร้อยละ 46 ของผู้ปกครองศูนย์เด็กเล็ก ไม่ใส่ขนมกรุบกรอบในกระเป๋านักเรียน จัดเมนูอาหารแปรงว่างบางชนิด ได้แก่ ดอกไม้ชุบไข่ทอด กะหล่ำปลีพันหมูสับ นักเก็ตแครอท ให้เด็กรับประทานในวันหยุด

ผลกระทบและความยั่งยืนของการเปลี่ยนแปลง

การวิจัยครั้งนี้ทำให้นักพัฒนาสุขภาพได้เห็นภาพถ่ายในอดีตที่อุดมสมบูรณ์ของป่า เกิดการทวนนึกถึง รู้สึกห่วงหาพันธุกรรมชาติ การให้นักพัฒนาสุขภาพะค้นคว้าสำรวจข้อมูลประวัติศาสตร์ชุมชนและผังเครือญาติทำให้เกิดความรักใคร่ซึ่งกันและกันของคนในชุมชน การจัดทำแผนที่เดินดินบ่งชี้บ้านผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ทำให้นักพัฒนาสุขภาพได้เห็นข้อมูลอย่างเป็นรูปธรรมว่า โรคดังกล่าวเกิดจากพฤติกรรมมากกว่าพันธุกรรม ซึ่งแตกต่างจากความเชื่อของคนในชุมชนว่า โรคดังกล่าวเกิดจากพันธุกรรมเป็นหลัก ปฏิทินพืชผักทำให้เห็นสรรพคุณของผัก

ต่อสุขภาพ ปฏิทินชุมชนทำให้เห็นวัฒนธรรม ประเพณี ที่เกี่ยวข้องกับระหว่างคนกับป่า ทำให้นักพัฒนาสุขภาพะรับรู้ว่ามีป่าหมดไปจากการถางป่า ทหารายได้ ตัดถนน ใช้ประโยชน์แต่ขาดการดูแล ขาดจิตสำนึกและความรู้สึกเป็นเจ้าของ แต่หากไม่คงไว้ซึ่งการอนุรักษ์ผืนป่าบ้านจะทำให้ทรัพยากรธรรมชาติหมดไปในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของอุดมพงษ์ เกศศรีพงษ์ศา และคณะ (2560) ที่ใช้แผนที่เดินดิน ปฏิทินชุมชน ปฏิทินฤดูกาล ประวัติศาสตร์ชุมชนบอกความเชื่อมโยงของคนและป่าชุมชน จึงเห็นได้ว่า ภาพถ่าย วิถีชุมชนเครื่องมือ 7 ประการ เป็นเครื่องมือช่วยให้นักพัฒนาสุขภาพะร่วมรับรู้สถานการณ์ปัจจุบันของชุมชน รับรู้คุณค่า ตระหนักถึงความสำคัญของทรัพยากรธรรมชาติ ป่า และผืนป่าบ้านที่ชุมชนมีอยู่ด้วยตนเอง ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของธงรบ ชุนสงคราม (2561) ที่พบว่าหน่วยงานราชการเป็นผู้แจ้งสถานการณ์ตัดไม้ทำลายป่า และการศึกษาของสาโรจน์ พาณิชานนท์ และคณะ (2554) ที่ใช้ผลการสัมภาษณ์เป็นตัวบ่งชี้การขาดจิตสำนึก การใช้วิถีการบอกกล่าวและเล่าผลการสัมภาษณ์มีส่วนทำให้กลุ่มตัวอย่างรับรู้ข้อมูล การวางแผนการพัฒนากิจกรรมอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติกลายเป็นบทบาทหลักของผู้ดำเนินการ หากจะทำให้กลุ่มตัวอย่างรับรู้ข้อมูลรับรู้คุณค่าและห่วงหาพันธุกรรมชาติที่มีอยู่ การจัดประสบการณ์ให้กลุ่มตัวอย่างร่วมรู้สึกยอมรับต่อการวางแผนกิจกรรม

นักพัฒนาสุขภาพที่เป็นตัวแทนภาคประชาชน ได้แก่ หมอเดิน ข้าราชการบำนาญ กลุ่มแม่บ้าน ซึ่งไม่ค่อยกล้าคิด กล้าแสดงความคิดเห็น กลับเป็นผู้ที่ร่วมแสดงความคิดเห็น กระตือรือร้นที่จะร่วมออกความคิดเห็น ร่วมคิดกิจกรรม ซึ่งแสดงถึงการตอบสนองและรับรู้คุณค่าการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ รวมทั้งยินดีเป็นวิทยากร เป็นผู้ตอบคำถามแก่เด็กและเยาวชน ยอมเสียสละพื้นที่ส่วนตัวทั้งบ้านและสวน ให้เป็นแหล่งเรียนรู้ของชุมชน แสดงให้เห็นถึงการจัดระบบรับรู้คุณค่าการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของอรุณรุ่ง ปภาพลิษฐ์ และคณะ (2555) ที่กล่าวว่า ลักษณะของผู้มีจิตสำนึกต่อการพัฒนาชุมชน มักเป็นผู้กระตือรือร้นมีความต้องการให้ชุมชนของตนพัฒนาขึ้นจากเดิม มีเวลาและใส่ใจในการทำกิจกรรมที่ตกลงร่วมกัน และจากการศึกษาของชุดิมา พิษตรณชัยกุล และ สากล สถิติวิทยานันท์ (2557) พบว่า ผู้ที่เป็นอาสาสมัครมักเป็นผู้เสียสละเพื่อสังคม มีความสุขในการช่วยเหลือผู้อื่น ก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองและสร้างคุณค่าให้กับตนเอง และ เหมือนฝัน นาคทรพรพ และ ศิรพัฒน์ วงศ์คุ้มลิน (2556) พบว่าการต้องการทำความดีของแต่ละบุคคลเป็นการสร้างคุณค่าในตนตามหลักพรหมวิหาร 4 ซึ่งสอดคล้องตามวิถีของคนท้องถิ่นแม่ใสที่ถือและศรัทธาในบุญเป็นหลัก

กิจกรรมนักสืบน้อยที่มอบหมายโจทย์หรือคำถาม จากนั้นให้เยาวชนแสวงหาข้อมูล วิธีการหาความรู้ด้วยตนเอง เยาวชนได้ลงพื้นที่สำรวจผักพื้นบ้าน ค้นหาผักที่คงอยู่ ผักที่สูญหาย จากนั้นค้นคว้าชื่อและสรรพคุณผัก จากทั้งอินเทอร์เน็ต หนังสือ ตำรา จากห้องสมุดประชาชน โดยนักวิจัยและนักพัฒนาสุขภาพเอื้ออำนวยแหล่งประโยชน์ โดยชี้เป้าผู้ให้ข้อมูลและประสานในเบื้องต้นกับสำนักงานเกษตรจังหวัด สำนักงานประมงจังหวัด ศูนย์พัฒนาพันธุ์ข้าวและปราชญ์ชาวบ้าน หลังการแสวงหาข้อมูล เยาวชนให้ข้อมูลว่า พวกเขามองเห็นภาพของชุมชน ผักพื้นบ้าน กุ้ง หอย ปู ปลา ในกวีานพะเยา บางประเภทที่หายไป บางประเภทใกล้สูญหาย ทำให้เยาวชนมองเห็นว่า ชุมชนมีปัญหา พวกเขาควรต้องหันมาให้ความสนใจและจัดการแก้ไขปัญหา ก่อตั้งเป็นกลุ่มเยาวชนอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติบ้านแม่ใส แต่จากงานวิจัยนี้ พบว่า เยาวชนมีจิตสำนึกยังไม่ถึงระดับการจัดระบบคุณค่า และการสร้างลักษณะนิสัยอย่างใดอย่างหนึ่งหรือคุณค่าที่ซับซ้อน การที่เยาวชนจะมีจิตสำนึกด้านการจัดระบบคุณค่าได้ ต้องเกิดจากการรับรู้ปัญหา คิดหาแนวทางปฏิบัติ ลงมือปฏิบัติ จนสร้างเป็นความรู้ของตน (Kolb, 1984) สอดคล้องกับงานวิจัยของปภาพิณท์ รุณธาตุ และคณะ (2559) ที่พบว่า หลังการจัดโครงการสาเหตุที่เยาวชนไม่มีจิตสำนึกด้านการจัดระบบคุณค่าเพิ่มขึ้น อาจเกิดจากผู้นำชุมชนและคนในชุมชนบางส่วน ยังเห็นว่าเยาวชนอยู่ในวัยเรียน มีวุฒิภาวะต่ำ จึงควรสืบบทบาทพัฒนาชุมชนในฐานะผู้ร่วมทำ ไม่ใช่ผู้นำในการคิด

และทำกิจกรรมชุมชนด้วยตนเอง และสอดคล้องกับการศึกษาของศิริพร ทองปัญญา (2558) ที่พบว่าเยาวชนจะมีบทบาทในการพัฒนาชุมชนได้ ก็ต่อเมื่อเป็นกิจกรรมที่ใหญ่หรือคนในชุมชนจัดขึ้นเพื่อให้เยาวชนมีส่วนเกี่ยวข้องเท่านั้น

แนวทางการพัฒนาจิตสำนึกคนในท้องถิ่นต่อการอนุรักษ์ผักพื้นบ้าน คือ กำหนดแกนนำ จัดการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับวิถีวัฒนธรรม เน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมพร้อมลงมือทำและการพัฒนาเครือข่ายเพื่อให้เกิดการเสริมแรงและสร้างพลังอำนาจ ซึ่งแตกต่างกับงานวิจัยของวรรณิภา สันป่าแก้ว และ ชื่นชนก โควิทน (2557) ที่ใช้การกำหนดนโยบายเป็นตัวหลัก จากนั้นพัฒนาการมีส่วนร่วมของเครือข่าย การจัดการเรียนรู้ให้ได้ลงมือปฏิบัติจริงพัฒนาคนและสื่อ แล้วจึงสร้างเครือข่าย แต่อย่างไรก็ตามงานวิจัยนี้มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของอุดมพงษ์ เกศศรีพงษ์ศา และคณะ (2560) ที่ใช้รูปแบบกลุ่มเยาวชนเป็นหลัก ร่วมกับคณะกรรมการหมู่บ้านและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และได้สร้างหลักสูตรศึกษาพืชและสัตว์ป่าสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ซึ่งแตกต่างจากงานนี้ ซึ่งได้เพียงเนื้อหาและแนวทางการจัดกิจกรรม หากมีการทำซ้ำจะนำไปสู่การจัดหลักสูตรได้ นอกจากนั้นผลการถอดบทเรียนพบว่า มีเพียงพื้นที่หมู่ที่ 3 ที่รวมตัวกันลงมติ กำหนดกติกาชุมชนด้านการจัดการขยะเปียก โดยมีสภาหมู่บ้าน ขอรับทุนสนับสนุนจากแหล่งทุนภายนอกเพื่อดำเนินการต่อ ซึ่งการดำเนินการนี้สอดคล้องกับแนวคิดการกำหนดกติกาชุมชนเพื่อการใช้ทรัพยากรอย่างยั่งยืนของพนารัตน์ มาตฉมาตล (2560)

ผลที่เกิดขึ้นต่อพื้นที่

ผู้นำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้าร่วมโครงการ เครือข่ายความมั่นคงทางอาหารในชุมชนกับเครือข่าย 4 ตำบลในพื้นที่ข้างเคียง ภายใต้งบประมาณสนับสนุนจาก สสส. ผู้นำชุมชน อบต. กรรมการตลาดร่วมกันพัฒนาเป็นตลาดปลอดภัย การวางแผนการจัดตั้งศูนย์การเรียนรู้จำนวน 4 แห่งในตำบล สภาผู้นำชุมชนหมู่ที่ 3 ขอรับทุนสนับสนุนจาก สสส. เพื่อจัดโครงการร่วมสร้างชุมชนให้น่าอยู่ ศูนย์เด็กเล็กของบสนับสนุนจากกองทุน สปสช. เพื่อจัดกิจกรรมเด็กกินผักภายใต้การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองอย่างต่อเนื่อง ในปีงบประมาณ 2561 โรงเรียนชุมชนบ้านแม่ใสจัดแปลงผักพื้นบ้านให้เยาวชนระดับมัธยมศึกษาได้ร่วมปลูกร่วมเรียนรู้

ผลที่เกิดขึ้นต่อมหาวิทยาลัย

นักวิจัยของมหาวิทยาลัยน่านิลิตพยาบาล ชั้นปีที่ 4 เข้าร่วมกิจกรรมสำรวจและวิเคราะห์ชุมชน ร่วมกิจกรรมโครงการของ

ชุมชน โดยบูรณาการผ่านรายวิชา ปฏิบัติการพยาบาลอนามัยชุมชน 2 และนิสิตพยาบาล ชั้นปีที่ 3 เข้าร่วมกิจกรรมนักพัฒนาสุขภาพที่ศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียนชุมชนบ้านแม่ใส ผ่านรายวิชา ปฏิบัติการพยาบาลอนามัยชุมชน 1 ส่งผลให้นิสิต รู้จักการประสานงาน รู้จักการคิดวิเคราะห์ ค้นหากิจกรรมที่ผสมผสานการพยาบาลภายใต้วัฒนธรรมท้องถิ่น ดังคำกล่าว

“พวกหนูมีความสุข คนเฒ่าคนแก่ให้การดูแลเหมือนลูกหลาน...เลี้ยงขนมเส้น ต่ำล้มเวลาลงสำรวจชุมชน จึงไม่เครียด สนุกที่จะได้เรียนรู้วิถีท้องถิ่น”

(สัมภาษณ์นิสิตหญิงอายุ 22 ปี, วันที่ 9 กรกฎาคม 2560)

“ถูกเชิญเชิญให้คิดหากิจกรรมการพยาบาลที่ต้องสอดคล้องกับวิถีชีวิตจริงของคนเมือง...เหมือนง่ายแต่ไม่ง่าย...แตกต่างจากโรงพยาบาล...”

(สัมภาษณ์นิสิตหญิงอายุ 22 ปี, วันที่ 15 สิงหาคม 2560)

นอกจากนั้นนักวิจัยหน้าใหม่จากสาขาวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่ที่เชี่ยวชาญการฝึกปฏิบัติงานโรงพยาบาล เกิดการเปลี่ยนมุมมองการส่งเสริมให้นิสิตร่วมคิดกิจกรรมด้วยตนเอง

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณมหาวิทาลัยพะเยาที่สนับสนุนงบวิจัยเพื่อสนองพระราชดำริในโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สัญญาเลขที่ RM59005 ขอขอบพระคุณ คุณณัฐ โสขิตวากาญจน์ และ คุณเบญจมาศ ตีระมาศวณิช ที่เป็นกำลังใจให้เกิดการเขียนงาน ขอขอบคุณมหาวิทาลัยพะเยาและคณะพยาบาลศาสตร์ ที่ให้อโอกาสและเวลาในการทำงานในพื้นที่ รวมทั้งคนในตำบลแม่ใส ที่ให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูล เป็นทีมงานร่วมกันเป็นอย่างดี

บรรณานุกรม

- เกวลิน หาญกัน. (2560). รายงานการฝึกปฏิบัติงาน รายวิชา 301353 ปฏิบัติการพยาบาลอนามัยชุมชน 1. ภาคการศึกษา 2560. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทาลัยพะเยา. พะเยา: อัดสำเนา.
- โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์, คณิตสร เต็งรัง, และ ราตรี ปิ่นแก้ว. (2559). วิถีชุมชนเครื่องมือ 7 ชั้นที่ทำงานชุมชนง่าย ได้ผลและสนุก. (พิมพ์ครั้งที่ 12). นนทบุรี: สุขศาลา.
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2529). แนวคิดการพัฒนาแบบพึ่งตนเอง บ้านกับเมือง. กรุงเทพมหานคร: สร้างสรรค์ จำกัด.
- ชณิตา ประดิษฐ์สถาพร. (2556). การพัฒนาระบบสุขภาพชุมชนด้านการป้องกันเบาหวานด้วยอาหารวิถีล้านนา (รายงานการวิจัย). คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทาลัยพะเยา. พะเยา.
- ชณิตา ประดิษฐ์สถาพร. (2559). ระบบสุขภาพชุมชนด้านการป้องกันเบาหวานด้วยอาหารวิถีล้านนา. ใน ปิยะวัต บัญหลง (บ.ก.), *ประมวลบทความวิชาการเพื่อสังคม*. (น.38-41). กรุงเทพมหานคร: พันธกิจสัมพันธ์มหาวิทาลัยกับสังคม.
- ชุตินา พิษตรณชัยกุล และ สากล สถิติวิทยานันท์. (2557). การเข้าสู่อาสาสมัครและบทบาทของอาสาสมัครในสถานสงเคราะห์เด็กอ่อนพิการทางสมองและปัญญาจังหวัดนนทบุรี. *วารสารวิทาลัยราชสุดาเพื่อการวิจัยและพัฒนาคนพิการ*, 10(3), 4-12.
- ธงรบ ขุนสงคราม. (2561). การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการอนุรักษ์ฟื้นฟูป่าชุมชน กรณีศึกษา: ศูนย์อุดมศึกษาฯ ปะคำ ตำบลห้วยทำนบ อำเภอปะคำ จังหวัดบุรีรัมย์. รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการ (proceeding) การประชุมวิชาการระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ 2 มหาวิทาลัยราชภัฏบุรีรัมย์. สืบค้นเมื่อ 12 สิงหาคม 2559, จาก <https://dspace.bru.ac.th/xmlui/handle/123456789/3924>.
- ธีราพร ทองปัญญา. (2558). จิตสำนึกต่อการพัฒนาชุมชนของเยาวชน: กรณีศึกษา กลุ่มเยาวชนอาสาสมัครพัฒนาชุมชนห้วยหมอนทอง. *วิทยาสารเกษตรศาสตร์ สาขาสังคมศาสตร์*, 36(3), 483-497.
- ปภาพิณท์ รุณธาด, วัลนิกา ฉลากบาง, จ่านง วงษ์ชาชม, และ พรเทพ เสถียรนพแก้ว. (2559). การพัฒนาจิตสาธารณะด้วยกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้นำนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาศงขลา เขต 3. *วารสารมหาวิทาลัยนครพนม*, 6(2), 25-32.
- พนารัตน์ มาตมมาตล. (2560). การถอดบทเรียนการพัฒนาภาคีชุมชนเพื่อการใช้ทรัพยากรธรรมชาติร่วมเพื่อความยั่งยืน: ศึกษากรณีเครือข่ายโครงการรักษาป่าโคกหลวง องค์การบริหารส่วนตำบลสวนหม่อน อำเภอแม่จัน จังหวัดขอนแก่น. กรุงเทพมหานคร: สถาบันพระปกเกล้า.

- วรรณิภา สันป่าแก้ว และ ชื่นชนก โควิทน์. (2557). แนวทางการเสริมสร้างจิตสำนึกด้านการอนุรักษ์พลังงานของเยาวชน. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา*, 9(2), 438-451.
- วิลาสินี วิเชียรรัตน์. (2544). *ร่วมปฏิรูปการเรียนรู้กับครูต้นแบบ: การปฏิรูปการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ การสอนแบบมีส่วนร่วม*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- สถิตินิเวศวิทยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแม่ใส. (2558). *รายงานข้อมูลสุขภาพประจำปีงบประมาณ 2557*. พะเยา: เอกสารอัดสำเนา.
- สรายุทธ ดาน และ สมกมล ถาวรกิจ. (2560). รูปแบบการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของชุมชนกรณีศึกษา: ชุดโครงการวิจัยและพัฒนาการเรียนการสอนวิทยาศาสตร์ท้องถิ่น เครือข่ายมหาวิทยาลัยราชภัฏ. *วารสารสารสนเทศ*, 16(2), 169-180.
- ลาโรจน์ พานิชานนท์, สุรสิทธิ์ วชิรขจร, สมศักดิ์ สุวรรณสุจริต, และ ธวัชชัย ศุภดิษฐ์. (2554). การมีส่วนร่วมในโครงการตามกรอบแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงการเปลี่ยนแปลงจิตสำนึกและพฤติกรรมกรอนุรักษ์ป่าต้นน้ำของชาวไทยภูเขาเผ่ากระเหรี่ยง หมู่บ้านป่าละอู. *วารสารการจัดการสิ่งแวดล้อม*, 7(1), 59-74.
- สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. (2555). ยุทธศาสตร์การวิจัย (พ.ศ. 2555 – 2559): ภาคเหนือ. สืบค้นเมื่อ 10 พฤษภาคม 2562 จาก file:///E:/New%20folder/research_plan_north.pdf.
- สุภาวรรณ วงศ์คำจันทร์ และ บุญแสน เตียวบุญกุลธรรม. (2559). การใช้ประโยชน์ อนุรักษ์และฟื้นฟูทรัพยากรน้ำอย่างมีสมดุล. *วารสารวิจัยราชภัฏพระนคร สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*, 11(2), 108-124.
- เหมือนฝัน นาคกรรพ และ ชีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน. (2556). สัมพันธภาพทางสังคม พรหมวิหาร 4 การรับรู้คุณลักษณะของงานและความสุขในการทำงานของอาสาพัฒนาชุมชน จังหวัดนนทบุรี. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 39(2), 120-135.
- อรุณรุ่ง ปภาพลิษฐ์, ทิววัฒน์ มณีโชติ, สายฤดี วรภิจโกคาทร, และ วิรัตน์ คำศรีจันทร์. (2555). รูปแบบการสร้างจิตสำนึกในการพัฒนาชุมชน. *วารสารวิจัยราชภัฏพระนคร*, 7(2), 98-110.
- อุดมพงษ์ เกศศรีพงษ์ศา, จาริณี มาแก้ว, สรรพเพช เพียรจัด, ธัญรัตน์ ยุทธสารเสนีย์, และ ผกามาศ มูลวันดี. (2560). รูปแบบการสร้างจิตสำนึกท้องถิ่นเพื่ออนุรักษ์ป่าชุมชนอย่างยั่งยืน ตำบลโคกกลาง อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์. *วารสารวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์*, 12(1), 59-71.
- Colorafi, K. J., & Evans, B. (2016). Qualitative descriptive methods in health science research. *HERD: Health Environments Research & Design Journal*, 9(4), 16-25.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Krathwohl, D. R., Bloom, B. S., & Masia, B. B. (1964). *Taxonomy of educational objectives: Handbook II: Affective domain*. New York: David McKay Co.