

บทที่ 2

แนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเรื่อง การจัดทำบัญชีครัวเรือน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้จ่ายตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของประชาชนตำบลนาบ่อคำ อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร ว่าหลังจากการจัดทำบัญชีครัวเรือนอย่างต่อเนื่องแล้ว ประชาชนสามารถที่จะบริหารจัดการเรื่องความสมดุลระหว่างรายรับและรายจ่ายในครัวเรือนได้ และสามารถที่จะวิเคราะห์เปรียบเทียบรายจ่ายแต่ละเดือนได้ว่ามียอดรวมที่ลดลงหรือไม่ หลังจากได้มีการนำแนวคิด ทฤษฎีหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว มาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง
2. ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
3. หลักแนวคิดของเศรษฐกิจพอเพียง
4. หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
5. ความหมายของคำว่าการบัญชี
6. ความหมายของการจัดทำบัญชีครัวเรือน
7. ความสำคัญของการจัดทำบัญชีครัวเรือน
8. ทฤษฎีพฤติกรรมมนุษย์
9. ทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์
10. ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความหมายเศรษฐกิจพอเพียง

"เศรษฐกิจพอเพียงเป็นเสมือนรากฐานของชีวิต รากฐานความมั่นคงของแผ่นดิน เปรียบเสมือนเสาเข็มที่ถูกตอกรองรับบ้านเรือนตัวอาคารไว้นั่นเอง สิ่งก่อสร้างจะมั่นคงได้ก็อยู่ที่เสาเข็ม แต่คนส่วนมากมองไม่เห็นเสาเข็มและลืมเสาเข็มเสียด้วยซ้ำไป" (พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จากวารสารชัยพัฒนา)

"เศรษฐกิจพอเพียง" เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำริชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมาโดยตลอดนานกว่า 25 ปี ตั้งแต่ก่อนเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ และเมื่อภายหลังได้ทรงเน้นย้ำแนวทางการแก้ไขเพื่อให้รอดพ้น และสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์และความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ

สุเมธ ตันติเวชกุล (2550, หน้า 45) ได้กล่าวสรุปความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริไว้ว่า หมายถึง เศรษฐกิจที่สามารถอุ้มชูตัวเองได้ ให้มีความพอเพียงกับตัวเอง (self-sufficiency) อยู่ได้โดยไม่ต้องรื้อน ซึ่งต้องสร้างพื้นฐานทางเศรษฐกิจของตัวเองให้ดีเสียก่อน คือให้ตนเองสามารถอยู่ได้อย่างพอกินพอใช้ มิได้มุ่งหวังที่จะสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจให้เจริญอย่างรวดเร็วเพียงอย่างเดียว

ประเวศ วะสี (2550, หน้า 5–6) กล่าวว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง พอเพียงในอย่างน้อย 7 ประการด้วยกันคือ 1) พอเพียงสำหรับทุกคน ทุกครอบครัว ไม่ใช่เศรษฐกิจแบบทอดทิ้งกัน 2) จิตใจพอเพียง ทำให้รักและเอื้ออาทรคนอื่นได้ คนที่ไม่พอจะรักคนอื่นไม่เป็น และทำลายมาก 3) สิ่งแวดล้อมพอเพียง การอนุรักษ์และเพิ่มพูนสิ่งแวดล้อม ทำให้ยังชีพและทำมาหากินได้ เช่น การทำเกษตรผสมผสาน ซึ่งได้ทั้งอาหารได้ทั้งสิ่งแวดล้อม และได้ทั้งเงิน 4) ชุมชนเข้มแข็งพอเพียง การรวมตัวกันเป็นชุมชนเข้มแข็งจะทำให้สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ เช่น ปัญหาด้านสังคม ปัญหาความยากจนหรือปัญหาสิ่งแวดล้อม 5) ปัญญาพอเพียง มีการเรียนรู้ร่วมกันในทางปฏิบัติ และปรับตัวได้อย่างต่อเนื่อง 6) อยู่บนพื้นฐานวัฒนธรรมพอเพียง วัฒนธรรม หมายถึง วิถีชีวิตของกลุ่มคนที่สัมพันธ์อยู่กับสิ่งแวดล้อมที่หลากหลาย ดังนั้น เศรษฐกิจจึงควรสัมพันธ์และเติบโตขึ้นจากพื้นฐานทางวัฒนธรรมจึงจะมั่นคง เช่น เศรษฐกิจของจังหวัดตราด ขณะนี้ไม่กระทบกระเทือนจากพองสบู่แตก ไม่มีคนตกงาน เพราะอยู่บนพื้นฐานของสิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมท้องถิ่นที่เอื้อต่อการทำสวนผลไม้ ทำการประมง และการท่องเที่ยว และ 7) มีความมั่นคงพอเพียง ไม่ใช่ুবวาบ เดี่ยวจนเดี่ยวรวยแบบกะทันหัน เดี่ยวตกงานไม่มีกินไม่มีใช้ ถ้าเป็นแบบนั้นประสาหมนุษย์คงทนไม่ไหวต่อक्रमผันผวน ที่เร็วเกิน จนสุขภาพจิตเสีย เครียด เพี้ยน รุนแรง ฆ่าตัวตาย ตัดยา เศรษฐกิจพอเพียงที่มั่นคงจึงทำให้สุขภาพจิตดี

สรุปได้ว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง รายรับกับรายจ่ายเกิดความสมดุลกัน เป็นหลักการทำให้เศรษฐกิจเกิดความพอเพียง พอประมาณ มีเหตุมีผล และสามารถสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเอง ครอบครัว ประเทศเกิดความพอเพียง มั่นคง อย่างยั่งยืน

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมี ผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ต้องอาศัยความรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่ง ในการนำวิชาการต่างๆ มาใช้ในการวางแผน และการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎีและนักธุรกิจในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และมีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี (ประมวลและกลั่นกรองจากพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เรื่อง เศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งพระราชทานในวโรกาสต่างๆ รวมทั้งพระราชดำรัสอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยได้รับพระราชทาน พระบรมราชานุญาตให้นำไปเผยแพร่ เมื่อวันที่ 21 พฤศจิกายน 2542 เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติของทุกฝ่ายและประชาชนโดยทั่วไป)

หลักแนวคิดของเศรษฐกิจพอเพียง

การพัฒนาตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง คือ การพัฒนาที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลาง และความไม่ประมาท โดยคำนึงถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตลอดจนใช้ความรู้ความรอบคอบ และคุณธรรม ประกอบการวางแผน การตัดสินใจและการกระทำ มีหลักพิจารณาอยู่ 5 ส่วน ดังนี้

1. กรอบแนวคิด เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติคนในทางที่ควรจะเป็น โดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลา และเป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัย และวิกฤต เพื่อความมั่นคงและความยั่งยืนของการพัฒนา

2. คุณลักษณะ เศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติตนได้ในทุกระดับ โดยเน้นการปฏิบัติบนทางสายกลาง และการพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน

3. ค่านิยม ความพอเพียงจะต้องประกอบด้วย 3 คุณลักษณะ พร้อมๆ กันดังนี้

- ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดี ที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ

- ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ

- การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

4. เงื่อนไข การตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น ต้องอาศัยทั้งความรู้และคุณธรรมเป็นพื้นฐาน กล่าวคือ

- เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผน และความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

- เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้างประกอบด้วย ความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริตและมีความอดทน มีความเพียรใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

5. แนวทางปฏิบัติ/ผลที่คาดว่าจะได้รับ จากการนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงนำมาประยุกต์ใช้ คือ การพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้และเทคโนโลยี

หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอเพียงจะต้องประกอบด้วย 3 ห่วง และ 2 เงื่อนไข โดย 3 ห่วง คือ

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่นการผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ

ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผลโดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ อย่างรอบคอบ

การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

ส่วน 2 เจื่อนใจ คือการตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ให้อยู่ระดับพอเพียงนั้น ต้องอาศัยทั้งความรู้และคุณธรรมเป็นพื้นฐาน ประกอบไปด้วย

1. เจื่อนใจความรู้ และคุณธรรม ความรู้ หมายถึง ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในขั้นตอนปฏิบัติ คุณธรรม ประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต และมีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

2. เจื่อนใจชีวิต หมายถึง ดำเนินชีวิตด้วยความอดทนมีความเพียร มีสติ และปัญญา บริหารจัดการการใช้ชีวิต โดยใช้หลักวิชาและคุณธรรมเป็นแนวทางพื้นฐาน

ความหมายของคำว่า “การบัญชี”

มีผู้ให้ความหมายของคำว่า “การบัญชี” ไว้ดังนี้

เชาวลีย์ พงศ์ผาติโรจน์ และ วรศักดิ์ ทุมมานนท์ (2552, หน้า 2) อ้างถึง สมาคมนักบัญชีและผู้สอบบัญชีรับอนุญาตในสหรัฐอเมริกา ได้ให้คำจำกัดความของคำว่าบัญชีไว้ดังนี้ การบัญชีเป็นศิลปะของการ จัดบันทึกรายการ หรือเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการเงินไว้ในรูปของเงินตรา จัดแยกหมวดหมู่ของรายการที่บันทึก สรุปผลและวิเคราะห์ความหมายของรายการที่ได้จัดบันทึกไว้ โดยจัดทำในรูปของรายงานทางการเงิน

চারী হিরণ্যস্মি, সূপাধৰ চেংগীয়া, গাৱিণী মনোৱৰধন এবং পৰাগাধৰণ কেয়ৰতিকূলবিকা (2549, หน้า 9) กล่าวว่า การบัญชี หมายถึงศิลปะการจดบันทึกรายการหรือเหตุการณ์สำคัญทางการเงินไว้ในรูปเงินตรา ตลอดจนการจัดประเภท สรุปผล และตีความหมายของรายการที่มีการจดบันทึกนั้น

อรุณี อย่างธรรมา, อรสา วีระประดิษฐ์, ณัฐพร เหล่าธรรมทัศน์ และวิภาดา ตันติประภา (2554, หน้า 1) กล่าวว่า การบัญชีคือ การคัดเลือก การจดบันทึก การจำแนก การสรุปผล และการจัดทำรายงานทางการเงิน โดยใช้หน่วยวัดเป็นเงินตรา รวมถึงการแปลความหมายของรายงานเกี่ยวกับการเงินดังกล่าวเพื่อนำไปใช้ในการตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง

สรุปได้ว่า การบัญชี หมายถึง การเก็บรวบรวมข้อมูล รายการที่เกิดขึ้นในแต่ละวันทุกรายการที่เกี่ยวข้องกับข้อมูลทางการเงินแล้วนำมาบันทึก จัดหมวดหมู่ แล้วนำมาวิเคราะห์เพื่อนำมาจัดทำเป็นรายงานทางการเงิน เพื่อนำเสนอข้อมูลต่าง ๆ ต่อผู้บริหาร และผู้มีส่วนได้ส่วนเสียต่อไป

ความหมายของการจัดทำบัญชีครัวเรือน

บัญชีครัวเรือน เป็นการนำเอาหลักการบันทึกบัญชีมาประยุกต์ใช้กับหลักแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยนำรายการรายรับ และรายจ่ายในชีวิตประจำวันของแต่ละครัวเรือนมาจดบันทึกลงในสมุดเพื่อบันทึกความทรงจำ แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างรายรับกับรายจ่าย เพื่อนำมาวางแผนในการใช้จ่ายเงิน พยายามลดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นเพื่อให้รายจ่ายไม่เกินรายรับ และหาช่องทางในการมีอาชีพหรือรายได้เสริม พยายามก่อนนี้ให้น้อยที่สุดและควรมีชีวิตความ

เป็นอยู่ที่เรียบง่าย พอใจในสิ่งได้รับมาโดยชอบธรรม ไม่ฟุ่มเฟือย กินอยู่อย่างพอเพียง ประชาชนมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น มีเงินเหลือเก็บออมในอนาคตต่อไปตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ความสำคัญของการจัดทำบัญชีครัวเรือน

ยุทธศาสตร์ ที่รัฐบาลได้ให้ความสำคัญเป็นอันดับแรกในการบริหารประเทศ คือ การแก้ปัญหาความยากจน การกินดีอยู่ดี และยกระดับคุณภาพชีวิตของคนส่วนใหญ่ในประเทศให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งการแก้ปัญหาความยากจนและสร้างความเข้มแข็งให้เศรษฐกิจจากหล้าจะก่อให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน สิ่งสำคัญสิ่งหนึ่งในหลาย ๆ สิ่งที่ถูกมองข้ามละเลยทั้ง ๆ ที่ในชีวิตประจำวันและชีวิตธุรกิจจำเป็นต้องใช้นั้นคือ การจดบันทึกการใช้จ่ายเงินที่เกิดขึ้นประจำวัน หรือที่เรียกกันง่าย ๆ ว่า การจัดทำบัญชีครัวเรือน เพราะการลงบัญชีเป็นการเตือนสติในการใช้จ่ายใช้สอยของตนเอง ก่อให้เกิดการลด ละ เลิก สิ่งฟุ่มเฟือยต่าง ๆ เมื่อลดความฟุ่มเฟือยลงได้ก็ก่อให้เกิดเงินออม ครอบครัวก็จะอยู่กันอย่างผาสุก

วิจิตร อากัปกรณ์, (2555) อธิบดีกรมตรวจบัญชีสหกรณ์ กล่าวว่า กรมฯ ให้ความสำคัญในการรณรงค์การจัดทำบัญชีครัวเรือนไปยังทุกๆ กลุ่ม รวมทั้งกลุ่มเด็กและเยาวชน ล่าสุดได้จัดทำโครงการรณรงค์การจัดทำบัญชีครัวเรือนของนักเรียนในสถานศึกษา โดยมีนักเรียนเข้าร่วมโครงการฯ กว่า 10,000 คน จาก 14 โรงเรียน เพื่อให้เยาวชนนักเรียน มีความรู้ในการบันทึกบัญชี สามารถบันทึกรายรับ-รายจ่ายของตนเองและครอบครัว ซึ่งเมื่อบันทึกเป็นการต่อเนื่องแล้วจะเป็นบันทึกช่วยจำ ช่วยเตือนสติในการใช้จ่ายใช้สอยก่อให้เกิดการลด ละ เลิก สิ่งฟุ่มเฟือยต่าง ๆ รู้คุณค่าของเงิน เยาวชนนักเรียนได้เกิดจิตสำนึก รู้จักการประหยัด และอดออม ก็จะทำให้ครอบครัวอยู่ดี มีสุข ชุมชนก็จะเข้มแข็ง ส่งผลต่อสังคมประเทศชาติโดยรวม

นอกจากนี้ทางกรมตรวจบัญชีสหกรณ์ ยังได้ให้ความรู้ในการเสริมสร้างภูมิปัญญาทางบัญชีให้แก่ เกษตรกรไทย ทั่วไป ได้รับรู้ถึงการจัดทำบัญชีต้นทุนอาชีพ เพื่อให้ทราบถึงต้นทุนปัจจัยการผลิตต่าง ๆ เทียบกับผลผลิตที่ได้มีค่างามคุ้มค่า หรือคุ้มกับการลงทุนหรือไม่ หากไม่คุ้มก็จะมี การปรับเปลี่ยน หรือลดค่าใช้จ่ายในส่วนใดลงได้หรือไม่ หรือปรับเปลี่ยนอาชีพไปปลูกพืชชนิดอื่นที่คุ้มกับการลงทุน ต้นทุนต่าง ๆ ที่น้อยกว่าได้ โดยได้มีการบูรณาการงานต่าง ๆ ร่วมกับกรมต่าง ๆ ทั้ง 14 กรม ในกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ในลักษณะการทำงานเป็นเครือข่าย สร้างบุคลากรทางด้านบัญชีที่เรียกว่า “ครูบัญชี” ซึ่งเป็นอาสาสมัครในตำบล หรือในหมู่บ้าน เป็นผู้ช่วยในการเผยแพร่การทำบัญชี ให้กับสมาชิกในตำบล หมู่บ้านที่ตนอาศัยอยู่ ปัจจุบันมีอยู่กว่า 10,000 คน ทั่วประเทศ ซึ่งยังถือว่าน้อย หากเทียบกับอาสาสมัครอื่น ๆ เพราะเป็นงานอาสาที่ยังไม่มีค่าตอบแทน ซึ่งทางกรมฯ ก็ให้การสนับสนุนในแง่ขวัญกำลังใจ การมอบโล่เกียรติยศประกาศเกียรติคุณ โดยยังได้พยายามที่จะหาแนวทางในการให้ผลตอบแทนกับครูบัญชี เช่นเดียวกับอาสาสมัครสาธารณสุข หรือ อสม.ที่ปัจจุบันได้รับเงินตอบแทนในแต่ละเดือนเช่นกัน และได้กล่าวถึงความสำคัญของการทำบัญชีครัวเรือน ว่าเป็นแนวทางสอดคล้องกับแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ตามพระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวตอนหนึ่งในโอกาสเสด็จพระราชดำเนินทอดพระเนตรการดำเนินงานศูนย์ศึกษาพัฒนาห้วยทรายอันเนื่องมาจากพระราชดำริ เมื่อวันที่ 14 กรกฎาคม 2541 ว่า “ทำบัญชีให้เห็นว่าสมดุลไม่ขาดทุน ถ้าทุกคนสามารถที่จะทำให้พอดีไม่ขาดทุน ประเทศชาติไม่ขาดทุนแน่ และประเทศชาติขาดทุนอย่างนี้ ไม่ขาดทุน อยู่รอด ข้อสำคัญเป็นอย่างนี้ ที่ว่าเศรษฐกิจพอเพียงไม่ใช่พอเพียงในการบริโภค แต่ให้พอเพียงในการมีชีวิตอยู่ บางคนก็อาจจะรวยได้ที่เดียว”

ทั้งนี้โดยหลักคิดเศรษฐกิจพอเพียง 3 ห่วง 2 เงื่อนไข คือการดำเนินชีวิตด้วยทางสายกลางที่ประกอบไปด้วย 3 ห่วง คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว โดยมีเงื่อนไข 2 ประการ คือการใช้ความรู้และคุณธรรมควบคู่ไปพร้อมกัน โดยความสำคัญของการจัดทำบัญชีรับ-จ่ายประจำวัน บัญชีรับ-จ่ายในครัวเรือน ได้กลายเป็นความรู้เพิ่มเติมที่ทำให้ประชาชนทั่วไปและเกษตรกรที่ได้ทำบัญชี ได้ตระหนักและมองเห็นตัวตนด้วยการใช้ข้อมูลในสมุดบันทึกบัญชีมาเป็นเครื่องมือช่วยให้สามารถตั้งหลักคิด เพื่อเลือกทางที่เหมาะสมในการดำเนินชีวิตโดยมีภูมิปัญญาทางด้านบัญชี สร้างวิถีสู่อนาคต

ดังนั้นต้องลงมือทำบัญชี ต้องลงบัญชีทุกวันที่มีการรับ-จ่ายเงิน จะทำให้รู้รายได้มาจากไหน เท่าไร รู้รายรับ รู้รายจ่าย รู้ต้นทุน กำไร ทำให้สามารถวางแผนการใช้จ่ายเงินได้อย่างมีประสิทธิภาพ รู้จักประหยัด ทำให้เกิดการออม ก็จะทำให้ครอบครัวมีความสุข ช่วยแก้ปัญหาความยากจน กินดีอยู่ดี และยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นต่อไป

ทฤษฎีพฤติกรรมมนุษย์

ทฤษฎีพฤติกรรมมนุษย์ (Human Behaviors) : Theory X & Theory Y เป็นแนวความคิดของ Douglas McGregor ด้านพฤติกรรมองค์การแล้ว Douglas Mc Gregor เห็นว่าคนมี 2 ประเภท ตามกรอบทฤษฎี X และทฤษฎี Y และการบริหารคนทั้ง 2 ประเภท ต้องใช้วิธีการบริหารแตกต่างกัน

ทฤษฎี X เชื่อว่า

1. มนุษย์ไม่ชอบการทำงาน และพยายามหลีกเลี่ยงงาน
2. มนุษย์ชอบถูกสั่งการ และการลงโทษเพื่อให้ใช้ความพยายามมากพอ
3. มนุษย์มีความทะเยอทะยานน้อย
4. มนุษย์ประเภทเกียจคร้าน ควรใช้มาตรการบังคับ ใช้กฎเกณฑ์คอยกำกับ ควบคุมใกล้ชิด

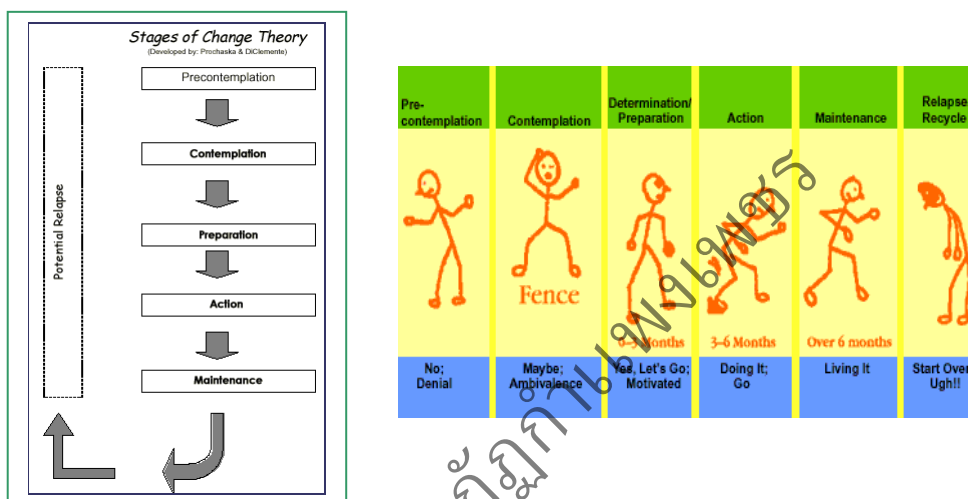
และมีการลงโทษเป็นหลัก

ทฤษฎี Y เชื่อว่า

1. มนุษย์ทำงานเพื่อตอบสนองความพึงพอใจ
2. มนุษย์ชอบการทำให้สำเร็จตามเป้าหมาย
3. มนุษย์มีความมุ่งมั่น ขยันทำงาน
4. มนุษย์ประเภทขยัน ควรกำหนดหน้าที่ที่เหมาะสมท้าทายความสามารถ สร้างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานเชิงบวก

ทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์

Stages of Change หรือขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นทฤษฎีของ James O. Prochaska, Ph.D. และ Carlo DiClemente , Ph.D. ที่มีโครงสร้างขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงเป็นหัวใจหลักในการอธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นต่อเนื่องไม่ใช่เป็นเพียงเหตุการณ์หนึ่งๆ เท่านั้น ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงจึงเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เริ่มจากขั้นขึ้นไม่สนใจปัญหาไปจนถึงขั้นลงมือปฏิบัติเพื่อเปลี่ยนแปลงแก้ไขไปสู่พฤติกรรมใหม่ ดังภาพต่อไปนี้



ภาพที่ 1 Stages of Change หรือขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นทฤษฎีของ James O. Prochaska, Ph.D. และ Carlo DiClemente , Ph.D.

Precontemplation - ขั้นไม่สนใจปัญหา เป็นขั้นที่บุคคลยังไม่ตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง ไม่รับรู้ไม่ใส่ใจต่อพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตน อาจเป็นเพราะไม่ได้รับรู้ข้อมูลถึงผลกระทบของพฤติกรรมนั้น เช่น คนส่วนใหญ่มักไม่ค่อยรู้ข้อมูลความสัมพันธ์ของการควบคุมอาหาร การออกกำลังกายและสุขภาพ หรือบางคนไม่รู้เรื่องความเสี่ยงของการสูบบุหรี่ เป็นต้น เมื่อคนเราไม่รู้อะไรหรือขาดข้อมูลที่จำเป็นเกี่ยวกับปัญหาของพฤติกรรมก็จะไม่เอาใจใส่หรือสนใจต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมนั้น อาจจะมีคำถามว่า "...ก็ฉันชอบสูบบุหรี่...ทำไมต้องเลิกสูบบุหรี่ด้วยล่ะ" หรืออาจเป็นเพราะเบื่อที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเองและคิดว่าไม่สามารถเปลี่ยนได้ บุคคลที่อยู่ในขั้นนี้มักจะหลีกเลี่ยงที่จะอ่าน พุดคุย หรือคิดเรื่องเกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยง ทฤษฎีการปรับพฤติกรรมอื่นมักจะมองการแสดงออกในลักษณะนี้ว่าเป็นการต่อต้านหรือขาดแรงจูงใจหรือไม่มีความพร้อม สำหรับ TTM แล้วถือว่าเป็นโอกาสที่ผู้ช่วยเหลือจะหาวิธีการต่าง ๆ มาใช้ให้เหมาะสมกับความต้องการของแต่ละบุคคล ในขั้นนี้บุคคลจำเป็นต้องได้รับข้อมูลสะท้อนกลับ ได้รับความรู้ความเข้าใจโดยเน้นสิ่งที่เป็นข้อเท็จจริง เป็นเหตุเป็นผล เป็นกลางไม่ชี้หน้าหรือขู่ให้กลัว

Contemplation - ขั้นลังเลใจ เป็นขั้นที่บุคคลมีความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในระยะเวลาอันใกล้นี้ มีความตระหนักถึงข้อดีของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม แต่ก็ยังคงกังวลกับข้อเสียในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยเช่นกัน การชั่งน้ำหนักระหว่างการลงทุนกับกำไรที่จะได้เมื่อมีการ

เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม อาจทำให้เกิดความล้าเจ้ออย่างมากจนทำให้บุคคลต้องติดอยู่ในขั้นนี้เป็นเวลานาน เหมือนกับการผัดวันประกันพรุ่ง (behavioral procrastination) จึงยังไม่พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงในทันที ในขั้นนี้ควรมีการพูดคุยถึงข้อดี - ข้อเสียของพฤติกรรมเก่าและใหม่ เปิดโอกาสให้ได้ชั่งน้ำหนัก และอาจมีการให้ข้อมูลที่ถูกต้องได้ด้วย

Preparation - ขั้นตัดสินใจและเตรียมตัว เป็นขั้นที่บุคคลตั้งใจว่าจะลงมือปฏิบัติในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเร็ว ๆ นี้ (ภายใน 1 เดือน) เมื่อตัดสินใจแล้วว่าจะเปลี่ยนพฤติกรรมใดของตน อย่างเช่น เลิกบุหรี่ ลดน้ำหนัก หรือออกกำลังกาย บางคนอาจวางแผนว่าจะต้องทำอะไรบ้าง เช่น เข้าร่วมฟังการบรรยายเรื่องสุขภาพ ขอคำปรึกษาพูดคุยกับแพทย์ ค้นคว้าข้อมูลหรือซื้อหนังสือเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมตนเองมาอ่าน กำหนดวันที่จะเริ่มเปลี่ยนพฤติกรรม เป็นต้น บุคคลที่อยู่ในขั้นนี้ควรมีทางเลือกในการเปลี่ยนพฤติกรรม โดยให้เขาตัดสินใจเลือกเอง และส่งเสริมศักยภาพในการกระทำของเขา

Action - ขั้นลงมือปฏิบัติ เป็นขั้นที่บุคคลลงมือปฏิบัติหรือกระทำพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมภายนอกตามที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้เป็นเวลาไม่น้อยกว่า 6 เดือน โดยสังเกตจากการกระทำที่ปรากฏให้เห็นสำหรับ TTM แล้ว การลงมือปฏิบัติเป็นเพียง 1 ใน 6 ของขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเท่านั้น ฉะนั้นพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปอาจไม่นับว่าเป็นขั้นลงมือปฏิบัติ (action) ได้ทั้งหมด เพราะพฤติกรรมของบุคคลนั้นจะต้องบรรลุตามข้อกำหนดที่ผู้เชี่ยวชาญหรือเจ้าหน้าที่วิชาชีพเห็นด้วยว่าเพียงพอที่จะลดพฤติกรรมเสี่ยงได้ อย่างเช่น การสูบบุหรี่ - การลดจำนวนบุหรี่ที่สูบหรือการเปลี่ยนมาสูบบุหรี่ที่มีทาร์ และนิโคตินต่ำ ถือว่าเป็นขั้นลงมือปฏิบัติ แต่ในปัจจุบันนี้มีข้อสรุปเป็นมติว่าการหยุดสูบบุหรี่เท่านั้นที่ถือว่าเป็นขั้นลงมือปฏิบัติ การควบคุมน้ำหนัก - จะต้องได้รับแคลอรีจากไขมันน้อยกว่า 30% ต่อวัน นอกจากนี้ยังถือว่า การเฝ้าระวังการกลับไปเสพยา (relapse) ถือเป็นเรื่องสำคัญในขั้นลงมือปฏิบัติด้วย บุคคลในขั้นนี้ควรได้รับการส่งเสริมให้ลงมือกระทำตามวิธีการที่เขาเลือกอย่างต่อเนื่อง โดยช่วยเหลือทางจิตอุปสรรค และให้กำลังใจแก่เขา

Maintenance - ขั้นกระทำต่อเนื่อง เป็นขั้นที่บุคคลกระทำพฤติกรรมใหม่อย่างต่อเนื่องเกินกว่า 6 เดือน โดยที่ยังคงทำกิจกรรมที่เป็นการป้องกันการกลับไปเสพยาของตนต่อไป แม้จะไม่เข้มข้นเท่ากับในขั้นลงมือปฏิบัติก็ตาม ในขั้นนี้ตัวกระตุ้นเร้าต่าง ๆ จะลดอิทธิพลลงและมีความเชื่อมั่นว่าตนสามารถเปลี่ยนแปลงได้ต่อไปเพิ่มขึ้นระยะนี้ถือว่าเป็นการสร้างความมั่นคงของพฤติกรรมจนกลายเป็นนิสัยใหม่ โดยที่บุคคลจะต้องทำพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์นี้ได้อย่างสม่ำเสมอ เหมือนกับว่ามีเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันโดยไม่จำเป็นต้องเตรียมตัวไว้ล่วงหน้าอีกแล้ว บุคคลที่อยู่ในขั้นนี้ควรมีการป้องกันการกลับไปเสพยา โดยการดำเนินชีวิตที่สมดุลอย่างมีคุณค่า มีการจัดการกับชีวิตประจำวันได้ดี บริหารเวลาอย่างเหมาะสม ดูแลสุขภาพตนเอง และอื่นๆ อาจมีคำถามว่า "...นานเท่าไรสิ่งที่กระทำจะกลายเป็นนิสัยใหม่ได้?" ก็ขึ้นกับการกระทำนั้นเป็นพฤติกรรมเกี่ยวกับอะไร ถ้าหากพฤติกรรมใหม่เป็นการใช้ประตูเปิด-ปิดอัตโนมัติ ก็น่าที่จะกลายเป็นนิสัยใหม่ได้ใน 2 - 3 วัน ถ้าพฤติกรรมใหม่นั้นเป็นการใช้ไหมขัดฟันทุกวันก็อาจต้องใช้เวลา 6 - 8 สัปดาห์ที่จะทำให้กลายเป็นนิสัยได้ และถ้าหากพฤติกรรมใหม่คือการเอาชนะภาวะเสพยาให้ได้ อย่างเช่นการเลิกสูบบุหรี่ ก็ต้องใช้เวลาเป็นปี ๆ กว่าที่จะสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างเด็ดขาด

Relapse – การกลับไปมีปัญหาค้าง คือการที่บุคคลนั้นถอยกลับไปมีพฤติกรรมแบบเดิมก่อนที่จะเปลี่ยนแปลงอีก โดยที่บุคคลจะนำพาตนเองไปสู่สถานการณ์เสี่ยง การปล่อยให้ตนเองมีภาวะอารมณ์จิตใจที่เปราะบาง ไม่สามารถจัดการกับความอยากได้ ประมาทเลินเล่อ จนพลังพลาดกลับไปมีพฤติกรรมเดิมบ้างหรือกลับไปมีปัญหาค้างหรือเสพยาอย่างเต็มตัว หากบุคคลมีการกลับไปเสพยาควรจะต้องดึงเขากลับเข้าสู่เส้นทางการเปลี่ยนพฤติกรรมให้เร็วที่สุด มีการให้กำลังใจ มองสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างตรงไปตรงมา มีการสรุปบทเรียนเพื่อไม่ให้เกิดซ้ำอีก และมุ่งมั่นในการเปลี่ยนพฤติกรรมต่อไป

การปรับพฤติกรรม

การนำเอาหลักการและทฤษฎีต่าง ๆ ทางจิตวิทยาที่ได้ผ่านการวิจัย ทดสอบแล้ว มาใช้ในการศึกษาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยวิธีการอย่างเป็นระบบ และเป็นวิทยาศาสตร์โดยเทคนิคในการปรับพฤติกรรมซึ่งมีวิธีการหลัก ๆ 4 วิธี คือ

การควบคุมตนเองและการบังคับตนเอง คือ การที่บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรม หรือการกระทำของตนเองได้ โดยที่เขาสามารถเลือกพฤติกรรมเป้าหมาย และกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นด้วยตัวเอง การควบคุมตนเองและการบังคับตนเองถือว่าเป็นเป้าหมายสำคัญของการปรับพฤติกรรม เพราะการปรับพฤติกรรมมุ่งหมายที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลที่ไม่พึงประสงค์ให้เกิดเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์โดยเขาสามารถบังคับและควบคุมตัวเองได้ ให้ประพฤติปฏิบัติหรือกระทำแต่ในสิ่งที่ถูกต้องดีงาม จึงถือว่าได้บรรลุเป้าหมายของการปรับพฤติกรรม การปรับพฤติกรรมโดยการพัฒนาการควบคุมตนเองนั้น เราสามารถนำเอาเทคนิคต่าง ๆ มาใช้ได้หลายประการ เช่นการควบคุมสิ่งเร้าไม่ให้มากระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม การสังเกตตนเองในพฤติกรรมที่แสดงออกต่างๆ และหมั่นย้ำยัง การเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองในเรื่องพฤติกรรมที่ถูกต้องและการพัฒนาความรับผิดชอบให้มากขึ้นหรือในระดับที่สูงขึ้น การสร้างพฤติกรรมใหม่เป็นเทคนิคสำหรับใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่โดยการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เราคาดหวังว่าจะนำไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการเช่นต้องการมาทำงานเช้ากว่าเดิม หรือทำงานให้มีความผิดพลาดน้อยลง โดยดำเนินการตามขั้นตอนคือ ขั้นแรกเลือกพฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้น ขั้นตอนที่สอง เลือกตัวเสริมแรงทางบวกที่เหมาะสม ขั้นตอนที่สาม ลงมือปฏิบัติแต่งพฤติกรรมพร้อมกับการให้การเสริมแรงคือการให้รางวัลในพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างเหมาะสม และให้การลงโทษในพฤติกรรมที่บกพร่อง แต่ทั้งนี้วิธีหนึ่งที่น่าสนใจคือเทคนิคการเลียนแบบ ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้โดยอาศัยการสังเกตจากพฤติกรรมของตัวแบบซึ่งได้แก่พฤติกรรมที่เป็นตัวอย่างที่ดี ซึ่งพฤติกรรมของตัวแบบสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ให้แก่ตนเองหรือบุคคลที่เราต้องการสร้างพฤติกรรมได้

การลดพฤติกรรม คือ การตัดทอนหรือลบพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ออกไปซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวอาจจะสร้างปัญหาและความเดือดร้อนให้ตัวเองและผู้อื่นได้ซึ่งเราสามารถ应用技术ต่างๆ เช่น การลงโทษ เมื่อมีการสร้างพฤติกรรมให้กับบุคลากรแล้วสิ่งที่สำคัญยิ่งคือการธำรงรักษาพฤติกรรมให้คงอยู่ถาวรหรือนานที่สุด ซึ่งคงต้องอาศัยหลักการเสริมแรงในทางบวกเป็นหลัก แต่หากจำเป็นอาจเสริมแรงในทางลบก็ได้ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

การเสริมแรงทางบวก คือ สิ่งเร้าที่ทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจ และส่งผลต่อพฤติกรรมที่จะดำรงอยู่กล่าวคือเกิดการตอบสนองที่จะมีพฤติกรรมนั้นๆ บ่อยขึ้น ซึ่งหลักการเสริมแรงทางบวกมีดังนี้

- ให้แรงเสริมทันทีที่พฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิด
- ตัวเสริมแรงที่ให้อาจมีขนาดและมีปริมาณมากพอ
- ถ้าเป็นแรงเสริมทางสังคมผู้ให้ต้องแสดงออกอย่างจริงจัง
- ต้องใช้การเสริมแรงไปตามขั้นตอนเริ่มต้นจากพฤติกรรมย่อยที่เป็นพื้นฐานก่อน

การเสริมแรงทางลบ คือ สิ่งเร้าหรือสถานการณ์ที่บุคคลไม่พึงพอใจซึ่งบุคคลอาจหลบเลี่ยงหรือหลีกเลี่ยงได้ด้วยการทำพฤติกรรมบางอย่าง บุคคลจะกระทำพฤติกรรมนั้นมากขึ้น ถ้าเขาเชื่อว่าจะช่วยให้เขาหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาได้ หลักของการเสริมแรงทางลบก็คือการให้สิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจตลอดเวลาเพื่อจะได้แสดงพฤติกรรมหลีกเลี่ยงจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจนั้น

ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยเฉพาะในฐานะของผู้นำแล้ว มักจะต้องเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของบุคคลหลายระดับและในบางโอกาสจำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้ร่วมงานหรือผู้ใต้บังคับบัญชาให้เป็นไปตามแบบที่ต้องการได้ในทางจิตวิทยาการเสริมแรงถือเป็นวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมอันพึงประสงค์ และการปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ของผู้ใต้บังคับบัญชาซึ่งจะนำมาพูดถึง 2 วิธีการ คือการชมเชย และการให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างมีประสิทธิภาพ

การชมเชย (Admiring)

ในทางจิตวิทยานั้นการชมเชยเป็นการให้รางวัลประเภทหนึ่ง จึงสามารถใช้เป็นสิ่งเสริมแรงเมื่อต้องการปรับพฤติกรรมให้เป็นไปในแบบที่ต้องการ หรือเป็นการดำรงไว้ซึ่งพฤติกรรมพึงประสงค์ การชมเชยแทบจะไม่มีผลเสียอะไรเลย ในทางมนุษยศาสตร์ถือว่าเป็นวิธีผูกใจคนได้อีกวิธีหนึ่ง เรื่องของการชมเชยนี้มีความละเอียดอ่อนมิใช่น้อย การชมเชยนั้นหากกระทำด้วยความจริงใจแล้วย่อมเป็นที่ชื่นชอบของผู้ที่ได้รับคำชมทั้งสิ้น แต่บางครั้งแม้ชมจากใจจริงก็กลับดูเหมือนไม่จริงใจจนเกิดความเข้าใจผิดขึ้นได้ด้วยเหตุนี้ควรศึกษาและฝึกปฏิบัติว่าการชมอย่างไรถึงจะดี และก่อให้เกิดกำลังใจหรือได้รับความสุขแก่ผู้ถูกชม ซึ่งการชมที่ดีควรมีลักษณะดังนี้

1. ชมด้วยความจริงใจไม่แสร้ง
2. คำชมนั้นต้องสัมพันธ์อันดีกับสีหน้าท่าทางของผู้ชม
3. คำชมต้องไม่ยืดเยื้อ แต่ควรสั้นกะทัดรัด

4. ไม่ชมให้พร่ำเพรื่อหรือหวานมากเกินไป เลือกชมในพฤติกรรมหรือผลงานที่ผู้ถูกชมเห็นว่ามีความภาคภูมิใจของเขาอย่างแท้จริง โดยเฉพาะเรื่องที่เขาไม่มีความมั่นใจ คำชมจะช่วยสร้างความมั่นใจให้แก่เขาในการทำหรือพฤติกรรมนั้นๆ ในครั้งต่อไป

5. ชมในเรื่องหรือแง่มุมที่ผู้ถูกชมคิดไม่ถึงหรือไม่คิดว่าจะได้คำชม จะให้ผลดีกว่าการชมในสิ่งที่เห็นชัด ๆ หรือแน่ ๆ อยู่แล้ว โดยเฉพาะการเลือกใช้คำพูดที่สร้างสรรค์ไม่ธรรมดา เช่นในการชมผู้บรรยายว่าบรรยายได้แง่คิด ได้ประโยชน์มากจากการฟังการบรรยายย่อมดีกว่าชมว่าบรรยายได้ยอดเยี่ยม

6. การชมต่อหน้าผู้อื่น หรือให้ผู้อื่นได้รับรู้ด้วยจะได้ผลดีกว่าการชมตรง ๆ ต่อหน้าผู้ถูกชมคนเดียวมันไม่ได้ผลดีเท่ากับการชมลับหลัง หรือการชมต่อหน้าในที่ประชุมจะมีคนรับรู้มากกว่าจึงสร้างความภาคภูมิใจแก่ผู้ที่ถูกชมได้มากกว่า นอกจากนั้นการชมลับหลังหรือชมในที่ประชุมเป็นการแสดงว่าผู้กล่าวชม ๆ ด้วยความจริงใจจริงๆ เนื่องจากการชมแบบนี้ชี้ให้เห็นว่า ผู้กล่าวคำชมจะรับผิดชอบในคำชมทุกคำที่กล่าวมานั้น

7. ความเร็วในการให้คำชม เช่น ทันทีที่พฤติกรรมสิ้นสุดจะได้ผลมากกว่าการปล่อยทิ้งไว้นาน

8. การยกตัวอย่างประกอบคำชม จะทำให้การชมนั้นได้รับผลเป็นเลิศ

9. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) การให้ข้อมูลย้อนกลับถือว่าเป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้คนปรับพฤติกรรม หรือทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะจะทำให้เขารู้ว่าที่เขาทำไปนั้นมีผลกระทบที่ดี หรือผิดพลาดต่อผู้อื่นมากน้อยเพียงใด คนอื่นเขาจะคิดอย่างไรกับผลงานของเรา แล้วนำข้อติชมต่าง ๆ เหล่านั้นมาวิเคราะห์วิจารณ์ศึกษา และปรับปรุงให้ดีขึ้นไปก็

ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สุพรรณิ ต่อนับ (2552) ได้ทำการวิจัยเรื่องการทำบัญชีครัวเรือนของเกษตรกรลูกค้าธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร ในจังหวัดเชียงใหม่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการจัดทำบัญชีครัวเรือนของเกษตรกรลูกค้าธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร (ธ.ก.ส.) และทัศนคติของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส.ที่มีต่อการจัดทำบัญชีครัวเรือน ตลอดจนปัญหาและอุปสรรคในการจัดทำบัญชีครัวเรือนของเกษตรกร ผลการวิจัยพบว่า เกษตรกรมีทัศนคติเห็นด้วยอย่างยิ่งต่อการจัดทำบัญชีครัวเรือนโดยมีค่าคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 4.59 ซึ่งเนื่องจากการได้รับคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่ ธ.ก.ส. อย่างสม่ำเสมอทำให้คิดอยากทำบัญชีครัวเรือนมากขึ้น ในด้านปัญหาและอุปสรรคในการจัดทำบัญชีครัวเรือน พบว่า ปัญหาที่สำคัญคือ เกษตรกรขาดความเข้าใจในการทำบัญชีครัวเรือน และขาดการช่วยเหลือ แนะนำ จากเจ้าหน้าที่เมื่อมีปัญหาในการทำบัญชีครัวเรือน ข้อเสนอแนะของเกษตรกรคือ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชนควรให้ความรู้ คำแนะนำ จัดฝึกอบรม และส่งเสริมสนับสนุนให้มีการทำบัญชีครัวเรือนอย่างต่อเนื่อง

ชนิดา โชติเสถียรกุล (2555) ได้ทำการวิจัยเรื่องการศึกษาสภาพปัญหาการจัดทำบัญชีครัวเรือนของผู้ปกครองนักศึกษาสาขาการบัญชี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา ภาคพายัพ เชียงใหม่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้การจัดทำบัญชีครัวเรือนของผู้ปกครองนักศึกษาสาขาการบัญชี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา ภาคพายัพ ศึกษาการปฏิบัติการจัดทำบัญชีครัวเรือน และเพื่อเสนอแนะแนวทางแก้ไขในการจัดทำบัญชีครัวเรือนที่ถูกต้อง ผลการวิจัยพบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความรู้ด้านการจัดทำบัญชีครัวเรือน แต่ส่วนใหญ่ไม่เคยได้ลงมือปฏิบัติการจัดทำบัญชีครัวเรือน โดยในการจัดทำบัญชีส่วนใหญ่จะสมัครใจทำเอง รองลงมาคือ เจ้าหน้าที่ ธ.ก.ส. แนะนำ ซึ่งให้ความเห็นว่าการจัดทำบัญชีครัวเรือนมีประโยชน์สูงสุดในด้านทำให้สามารถแบ่งเงินรายได้ออกเป็นเงินออมและเงินใช้จ่ายประจำ รองลงมาคือลดค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นได้ ลดการซื้อสินค้าฟุ่มเฟือยที่ไม่จำเป็น และมีเงินออมเพิ่มขึ้น สำหรับปัญหาของการจัดทำบัญชีครัวเรือนที่พบส่วนใหญ่ 3 อันดับแรก คือ ไม่มีเวลาในการบันทึกบัญชี สายตาไม่ดี ไม่ได้บันทึกอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ จากการวิจัยยังพบอีกว่า แม้ผู้จัดทำบัญชีครัวเรือนจะเห็นประโยชน์ในการบันทึกบัญชี แต่ในปัจจุบัน

ส่วนใหญ่ไม่ได้จัดทำบัญชีครัวเรือนแล้ว ซึ่งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรให้การสนับสนุน และให้ความร่วมมือในการเข้าไปตรวจสอบอย่างต่อเนื่อง

มยุรี กิม่วงสง (2551) ได้ทำการวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการจัดทำบัญชีครัวเรือนของเกษตรกรลูกค้าธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ปัจจัยส่วนบุคคลของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. และปัจจัยเกี่ยวกับเจ้าหน้าที่ ธ.ก.ส. สาขาบางน้ำเปรี้ยว 2) วิธีการจัดบันทึกบัญชีของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. กับการจัดทำบัญชีครัวเรือนของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. สาขาบางน้ำเปรี้ยว 3) ปัจจัยที่มีผลต่อการจัดทำบัญชีครัวเรือนของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. สาขาบางน้ำเปรี้ยว 4) ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไขการจัดทำบัญชีครัวเรือนของเกษตรกรลูกค้า ธ.ก.ส. สาขาบางน้ำเปรี้ยว ผลการวิจัยพบว่า

เกษตรกรส่วนใหญ่ระบุว่าเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องมีการจัดประชุมชี้แจงโครงการ เรื่องการจัดทำบัญชีครัวเรือนให้เกษตรกร ร้อยละ 87.9 เจ้าหน้าที่ ธ.ก.ส. มีการจัดฝึกอบรมเกี่ยวกับการจัดทำบัญชีครัวเรือนให้กับเกษตรกร ร้อยละ 87.5 จำนวน 1 ครั้งซึ่งถือว่าน้อยเกินไปทำให้การจัดบันทึกของเกษตรกรไม่ค่อยถูกต้องเกษตรกรส่วนใหญ่ระบุว่าเจ้าหน้าที่ธ.ก.ส. มีการสาธิตการลงบัญชีครัวเรือนให้กับเกษตรกร ร้อยละ 90.4 มีผลทำให้เกษตรกรจัดบันทึกบัญชีที่ถูกต้องปานกลาง เกษตรกรส่วนใหญ่ระบุว่าครู ก และครู ข และนักบัญชีอาสา มีการตรวจสอบและติดตามการลงบัญชีครัวเรือนของเกษตรกร ร้อยละ 82.9 มีผลทำให้เกษตรกรจัดบันทึกบัญชีที่ถูกต้องปานกลาง เกษตรกรส่วนใหญ่ระบุว่า เจ้าหน้าที่ ธ.ก.ส. มีการประชาสัมพันธ์ให้เกษตรกรรับรู้เกี่ยวกับการจัดทำบัญชีครัวเรือน ร้อยละ 96.3 มีผลทำให้เกษตรกรจัดบันทึกบัญชีที่ถูกต้องปานกลาง

เกษตรกรส่วนใหญ่เป็นผู้จะบันทึกบัญชีครัวเรือนเอง จัดบันทึกบัญชีรายรับ-รายจ่าย เฉพาะรายการใหญ่ ๆ เท่านั้น จัดบันทึกบัญชีครัวเรือนสัปดาห์ละครั้งและไม่มีการสรุปยอดเงินรวมของจำนวนเงินที่ได้รับและจำนวนเงินที่จ่ายไปภายหลังจากจัดบันทึกที่รายรับ-รายจ่ายลงในสมุดบัญชีครัวเรือน เกษตรกรส่วนใหญ่สรุปยอดเงินรวมของจำนวนเงินที่ได้รับและจำนวนเงินที่จ่ายไปทุกเดือน มีรายรับมากกว่ารายจ่ายภายหลังจากสรุปยอดเงินรวม ไม่มีการทบทวนรายจ่ายที่จัดไว้ในสมุดบัญชีครัวเรือน เกษตรกรส่วนใหญ่ไม่สามารถแยกรายจ่ายออกเป็นรายจ่ายที่จำเป็นและรายจ่ายที่ไม่ค่อยจำเป็น และรายจ่ายฟุ่มเฟือย มีเงินออมภายหลังจากได้จัดบันทึกที่รายรับ-รายจ่าย ลงในสมุดบัญชีครัวเรือนและสรุปยอด

เกษตรกรมีปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการจัดบันทึกบัญชีครัวเรือน (รายรับ-รายจ่าย) เกษตรกรคิดว่าเป็นภาระที่ต้องทำบัญชีครัวเรือน นอกจากนี้เกษตรกรยังไม่เห็นความสำคัญและประโยชน์ของการบันทึกบัญชีครัวเรือน และไม่สามารถบันทึกรายการได้เนื่องจากมีปัญหาในการเขียนหนังสือ

ฉัตรมณี กลางสวัสดิ์ (2552) ได้ทำการวิจัยเรื่องการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านการเงินของประชาชนที่จัดทำบัญชีครัวเรือน กรณีศึกษาในเขตพื้นที่ ตำบลอ่างทอง อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการออมก่อนการจัดทำบัญชีครัวเรือนส่วนใหญ่ผู้ตอบแบบสอบถามมีเงินออมน้อยกว่าไม่มีเงินออมคิดเป็นร้อยละ 48.6 และหลังจากการอบรมจัดทำบัญชีครัวเรือนผู้ตอบแบบสอบถามมีเงินออมเพิ่มขึ้น 25.9 ไม่มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมร้อยละ 71.5 และลดลง 2.5 ในการออมจะมีการออมตั้งแต่ 1,001 บาทขึ้นไป

พฤติกรรมการกู้ยืมพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีการกู้ยืมเงิน คิดเป็นร้อยละ 82.6 และระดับการกู้ยืม 50,001 บาทขึ้นไปร้อยละ 31.1 นิยมกู้ยืมกับกองทุนหมู่บ้านมากที่สุด รองลงมาคือกู้ยืมเงินกับธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร หลังการอบรมการจัดทำบัญชีครัวเรือนพบว่าระดับการกู้ยืมเพิ่มขึ้นร้อยละ 13.9 เท่าเดิมไม่เปลี่ยนแปลงร้อยละ 78.1 ลดลง 8.1

ผู้ตอบแบบสอบถามมีทัศนคติเห็นด้วยว่าการเรียนรู้การจัดทำบัญชีครัวเรือนมีประโยชน์การสนับสนุนกันในชุมชน และการประชุมหารือในเรื่องการจัดทำบัญชีครัวเรือนทำให้เก็บออมได้มากขึ้น และทำให้ไม่กู้ยืมหรือกู้ยืมน้อยลง แต่เมื่อเปรียบเทียบ พฤติกรรมกับทัศนคติพบว่า ด้านการออมทิศทางเป็นบวกและทัศนคติมีผลต่อพฤติกรรมการออม แต่ทัศนคติดังกล่าวไม่มีผลต่อพฤติกรรมในการกู้ยืม

สมัย เจริญ (2554) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาการจัดทำบัญชีครัวเรือน เพื่อการพึ่งพาตนเองของประชาชนหมู่บ้านแม่ ตำบลพันนา อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) ศึกษาสภาพปัญหาการจัดทำบัญชีครัวเรือนของประชาชนหมู่บ้านแม่ ตำบลพันนา อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร และ 2) พัฒนาการจัดทำบัญชีครัวเรือนเพื่อการพึ่งพาตนเอง ผลการวิจัยพบว่า สภาพปัญหาและความต้องการในการจัดทำบัญชีครัวเรือนของประชาชนหมู่บ้านแม่ ตำบลพันนา อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนครมีดังนี้ สาเหตุของปัญหาคือแบบฟอร์มบัญชีครัวเรือน ซึ่งมีความหลากหลาย ซับซ้อนยุ่งยากแตกต่างกันเพราะแบบฟอร์มบัญชีของแต่ละหน่วยงานจัดทำขึ้นตามวัตถุประสงค์และความต้องการที่หน่วยงาน นั้น ๆ กำหนดทิศทางไว้ในภาพรวม ปัญหาความยุ่งยากที่เกิดจากการบันทึกบัญชี ของบุคคลในครัวเรือน ที่มีความรู้ ความคิด อายุ อาชีพ เพศ และสมรรถนะของคนแตกต่างกัน ตลอดจนความรู้สึกรังเกียจต่างกันอีกด้วย และมีความต้องการให้มีการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ การศึกษาดูงานจากประสบการณ์จริง และมีการติดตามสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง มีการพัฒนาการจัดทำบัญชีครัวเรือนเพื่อการพึ่งพาตนเองของประชาชนหมู่บ้านแม่ โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชน ทำให้ได้แบบฟอร์มบัญชีครัวเรือนที่เหมาะสม มีเนื้อหาครอบคลุม เข้าใจง่าย สะดวก และไม่ยุ่งยากในการบันทึก ซึ่งทำให้ชุมชน สามารถจัดทำบัญชีเพื่อการวิเคราะห์รายรับ-รายจ่ายของตนเอง และหาวิธีการแก้ปัญหาของตนเองได้อย่างถูกต้อง จากการติดตามผลพบว่า มีการจัดทำบัญชีต่อเนื่องสม่ำเสมอ จำนวน 12 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 66.67 ทำบ้างไม่สม่ำเสมอ จำนวน 3 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 16.67 และที่ได้ทำบัญชีเลยมีจำนวน 3 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 16.67 นอกจากนี้การทำบัญชีครัวเรือนยังทำให้สมาชิกในครัวเรือนมีการพูดคุย ปรึกษาหารือ ทำให้เกิดความเข้าใจและความสัมพันธ์ที่ดี จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการจัดทำบัญชีครัวเรือน พบว่า รายได้ส่วนใหญ่มาจากการทำเกษตรกรรม รับจ้าง และข้อมูลรายจ่ายส่วนใหญ่เป็นค่าอาหาร ค่าใช้จ่ายเพื่อสาธารณูปโภค ค่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือย และอบายมุข เป็นต้น

สุคนธ์ เหลืองอิงคะสุต (2551) ได้ทำการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ของความรู้ความเข้าใจในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริกับการบันทึกบัญชีครัวเรือนของประชาชนในเขตพื้นที่ตำบลหนองไผ่ อำเภอมือง จังหวัดอุดรธานี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาความรู้และความเข้าใจในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริของประชาชนในเขตพื้นที่ตำบลหนองไผ่ อำเภอมือง จังหวัดอุดรธานี 2) เพื่อศึกษาการบันทึกบัญชีครัวเรือนของประชาชนในเขตพื้นที่ตำบลหนองไผ่ อำเภอมือง จังหวัดอุดรธานี 3) เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการบันทึกบัญชีครัวเรือนของประชาชนในเขตพื้นที่ตำบลหนองไผ่ อำเภอมือง จังหวัดอุดรธานี 4) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์

ระหว่างความรู้ความเข้าใจในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริกับการบันทึกบัญชีครัวเรือนของประชาชนในเขตพื้นที่ตำบลหนองไผ่ อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร ผลการวิจัยพบว่าความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริของประชาชนมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.16 เมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้านพบว่าความรู้ความเข้าใจในด้านการลดรายจ่าย และการเอื้ออารีต่อกัน มีความสัมพันธ์การบันทึกบัญชีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และด้านการเพิ่มรายได้มีความสัมพันธ์กับการบันทึกบัญชีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร