

การพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคมแห่งความสุขตามธรรม*
IMPROVE THE QUALITY OF LIFE AND SOCIETY
OF HAPPINESS ACCORDINGLY

ณภัตสรณ์ เหมาะะประสิทธิ์¹, ชนัตตา เยาว์ธานี²
Napatsorn Mohprasit¹, Chanatda Yaotanee²
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง^{1,2}
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Nakhon Lampang Buddhist College^{1,2}
Email : napatsorn.mor@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคมแห่งความสุขตามธรรม อันเน้นคำสอนของพระพุทธเจ้าที่สามารถช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นแนวความคิดที่ปรากฏขึ้นหลังสงครามโลกครั้งที่สองในสหรัฐอเมริกาในเริ่มแรกทีเดียวนั้นคำว่าคุณภาพชีวิตมีความหมายเหมือนการมีชีวิตที่ดี ตามนัยยะที่ใช้เฉพาะกับผู้บริโภคที่สื่อให้เห็นถึงสถานภาพที่เป็นวัตถุอันจับต้องได้หรือสื่อให้เห็นถึงการครอบครองสินค้าและอสังหาริมทรัพย์การมีชีวิตที่ดีหรือการมีคุณภาพชีวิตคือการมีที่ดินการมีบ้านที่มีเครื่องตกแต่งบ้านพร้อมการมีรถยนต์และอื่นๆจนกระทั่งในปลายศตวรรษที่ยี่สิบมีการเปลี่ยนแปลงจาก “การมี” มาเป็น “การเป็น” ซึ่งสะท้อนคุณค่าที่ไปไกลกว่าวัตถุหรืออสังหาริมทรัพย์เช่นการเป็นผู้มีคุณภาพชีวิตคือการเป็นผู้ที่มีการศึกษาการเป็นผู้มีเสรีภาพส่วนบุคคลหรือการเป็นผู้มีความพึงพอใจในด้านต่างๆ ของชีวิต แนวคิดทฤษฎีด้านคุณภาพชีวิตมีพัฒนาการมาเป็นลำดับรวมทั้งมีการกำหนดสร้างการชี้วัดคุณภาพชีวิตเพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาต่างๆ ของประเทศต่างๆ จนกลายเป็นแนวคิดทฤษฎีและการชี้วัดที่เป็นสากลและนิยมกันไปทั่วโลก

คำสำคัญ : 1. การพัฒนาคุณภาพชีวิต 2. สังคมแห่งความสุข 3. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

ABSTRACT

This academic article aims to study the development of quality of life and society of happiness according to the law. Which emphasizes the teachings of the Buddha that can help improve quality of life. It's a concept that pops up. after world war ii In the United States in the beginning that only The term quality of life is synonymous with good living. In a sense that applies only to consumers that convey the status of a tangible object or conveys the possession of goods and real estate To live well or to have a quality of life is to have land. Having a home with furnishings, having a car, etc. Until the end of the twentieth century There has been a shift from "having" to "being" which reflects values that go beyond material or real estate. For example, being a quality of life is an educated person. Individual freedom or being satisfied with various aspects of life. The quality of life theory has evolved in succession, including establishing indicators of quality of life. To benefit the development of various countries until it has become a concept, theory and measure that is universal and popular around the world.

Keywords : 1. Improve Quality of Life 2. Happy Society 3. Buddhist Principles

1. บทนำ

ปัจจุบันนักวิชาการยังมีปัญหาเกี่ยวกับการนิยามความหมายของคุณภาพชีวิตให้เป็นที่ยอมรับกันอย่างกว้างขวางโดยทั่วไปเมื่อกล่าวถึงคำนิยามของคำว่าคุณภาพชีวิตก็นิยมที่จะใช้คำนิยามขององค์การอนามัยโลก (World health organization) ที่กำหนดไว้ตั้งแต่ปี ค.ศ. 1995 ที่ว่า “คุณภาพชีวิตคือการรับรู้ตำแหน่งแห่งที่ในชีวิตของบุคคลในบริบททางวัฒนธรรมและระบบค่านิยมที่บุคคลมีชีวิตอยู่และมีความสัมพันธ์กับเป้าหมายของบุคคลความคาดหวังค่านิยมและมีความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับสภาวะทางกายสภาวะทางจิตใจระดับความเป็นอิสระความสัมพันธ์ทางสังคมความเชื่อส่วนบุคคลและยังสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมที่สำคัญคุณภาพชีวิตยังหมายถึงการประเมินในเชิงอัตวิสัยที่แนบแน่นอยู่กับบริบททางสังคมวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม”(Jurkauskas, 2009) นิยามความหมายของคุณภาพชีวิตที่แตกต่างไปจากการนิยามขององค์การอนามัยโลกเป็นการพิจารณาคุณภาพชีวิตที่จำเป็นต้องผสมผสานระหว่างแนวทางเชิงวัตถุวิสัยและแนวทางเชิงอัตวิสัยทำให้มีการกำหนดนิยามศัพท์ของคำว่า “คุณภาพชีวิต” ไว้ดังนี้ “คุณภาพชีวิตคือการที่ความต้องการจำเป็นในเชิงวัตถุวิสัยของมนุษย์ได้รับการตอบสนองอย่างสัมพันธ์-ขึ้นอยู่กับการรับรู้ถึงสภาวะความเป็นอยู่ที่ดีในเชิงอัตวิสัย(Subjective

well-being) ของบุคคลหรือกลุ่มทั้งนี้ความต้องการจำเป็นของมนุษย์เป็นพื้นฐานความจำเป็นเพื่อการดำรงชีวิตอย่างเพียงพอการสืบพันธุ์การมีความมั่นคงการได้รับความรักความเข้าใจ ฯลฯ ส่วนสภาวะความเป็นอยู่ที่ดีในเชิงอัตวิสัยนั้นประเมินได้จากการให้บุคคลหรือกลุ่มตอบคำถามเกี่ยวกับความสุข ความพึงพอใจในชีวิตการได้ใช้ประโยชน์หรือสวัสดิการต่างๆ (Costanza, 2007) ความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการจำเป็นของมนุษย์กับการรับรู้ความพึงพอใจต่อการตอบสนองความจำเป็นนั้นยังได้รับผลกระทบจากความคิดบริบททางวัฒนธรรมข้อมูลข่าวสารการศึกษาอารมณ์และอื่นๆ ที่ปรากฏให้เห็นอย่างสลับซับซ้อนยิ่งไปกว่านั้นความสัมพันธ์ระหว่างการตอบสนองความต้องการจำเป็นของมนุษย์กับสภาวะความเป็นอยู่ที่ดีเชิงอัตวิสัยโดยรวม-ยังได้รับผลกระทบจากสิ่งที่บุคคลกลุ่มและวัฒนธรรมได้ให้ต่อการตอบสนองความต้องการความจำเป็นของมนุษย์ผู้อื่นแต่ละเรื่องอย่างผันแปรไปตามกาลเวลาจะเห็นได้ว่ามีปัจจัยมากมายหลายประการที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตอาทิสภาวะทางกายภาพสุขภาพจิตวิญญาณระดับความเป็นอิสระความสัมพันธ์ระหว่างสังคมกับสิ่งแวดล้อมและอื่นๆ หรือจะกล่าวอีกอย่างหนึ่งได้ว่าคุณภาพชีวิตอาจหมายถึงความพึงพอใจของบุคคลที่มีต่อมิติต่างๆ ของชีวิตในปัจจุบัน-เปรียบเทียบกับคุณภาพชีวิตที่เป็นอุดมคติตั้งนั้นการประเมินคุณภาพชีวิตของใครสักคนจึงเป็นสิ่งที่ขึ้นอยู่กับระบบค่านิยมของบุคคลนั้นพอๆ กับสภาวะแวดล้อมทางวัฒนธรรมที่รายรอบชีวิตของบุคคลนั้นการอธิบายแนวคิดคุณภาพชีวิตจึงต้องพิจารณาถึงสภาวะภายนอกของบุคคลอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ในปัจจุบันแนวคิดคุณภาพชีวิตได้วิวัฒนาการมาจนกลายเป็นการยอมรับหลักการสองประการประการแรกหลักการที่เห็นว่าคุณภาพชีวิตเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายใน (Internal) เป็นทักษะหรือเป็นลักษณะนิสัยส่วนบุคคลที่ทำให้มนุษย์สามารถมีการกระทำตามอำนาจอิสระและประการที่สอง หลักการที่มองว่าคุณภาพชีวิตเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงกับภายนอกตัวบุคคล เชื่อมโยงกับสภาวะแวดล้อมของชีวิตปัจเจกบุคคลแต่ละคนทั้งนี้ปัจจัยภายในนั้นทำให้เกิดความรู้สึกพึงพอใจกับชีวิตในขณะที่ปัจจัยภายนอกส่งผลกระทบต่อกลไกภายในทั้งในระดับปัจเจกบุคคลและในระดับชุมชน

2. ความหมายคุณภาพชีวิตและการบูรณาการ

การกำหนดแนวทางการบูรณาการนิยามคำศัพท์คำว่า “คุณภาพชีวิต” มาจากการศึกษานิยามความหมายของคุณภาพชีวิตที่มีนักวิชาการให้ความหมายอย่างหลากหลายนั้นพอจะสรุปได้เป็นสามแนวคิดใหญ่ๆ คือ 1)คุณภาพชีวิตเชิงอัตวิสัย(Subjective quality of life) 2)คุณภาพชีวิตเชิงอัตถิภาวะวิสัย(Existential quality of life) และ 3)คุณภาพชีวิตเชิงวัตถุวิสัย (Objective quality of life) (กิตติพัฒน์ นนทปัทมะตุลย์, 2557)

2.1 แนวคิดคุณภาพชีวิตเชิงอัตวิสัย คุณภาพชีวิตเชิงอัตวิสัยเป็นสิ่งที่บุคคลแต่ละคนรู้สึกหรือรับรู้ว่าคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างไรทั้งนี้ปัจเจกบุคคลจะมีการประเมินว่าตนมองสิ่งต่างๆ มีความรู้สึกและมีความคิดต่อสิ่งต่างๆ ในชีวิตอย่างไรไม่ว่าเขาหรือเธอจะมีความยินดีพอใจต่อชีวิตและความสุขมาก

น้อยเพียงไรล้วนสะท้อนให้เห็นคุณภาพชีวิตในเชิงอัตวิสัยของแต่ละบุคคล (Ventegodt, S., Merrick, J., & Andersen, N.J., 2003)

2.2 แนวคิดคุณภาพชีวิตเชิงอัตถิภาวะวิสัย คุณภาพชีวิตเชิงอัตถิภาวะวิสัยมีความหมายถึง การที่บุคคลมีชีวิตที่ดีในระดับที่ลึกซึ้งทั้งนี้แนวคิดคุณภาพชีวิตเชิงอัตถิภาวะวิสัยมีข้อสันนิษฐานเบื้องต้นว่าบุคคลทุกคนมีธรรมชาติลึกๆ ที่สมควรจะได้รับการเคารพนับถือและบุคคลสามารถ ดำรงชีวิตได้อย่างผสมกลมกลืนกับผู้อื่นในสังคมเราอาจจะมีถึงความต้องการจำเป็นด้านชีววิทยา ตามธรรมชาติของมนุษย์ที่เราจำเป็นต้องได้รับการตอบสนองอาทิการเจริญเติบโตที่จักต้องได้รับการ ตอบสนองอย่างเหมาะสมที่สุด (Optimized) หรือเราต้องมีชีวิตอยู่อย่างสอดคล้องกับอุดมการณ์ทาง ศาสนาหรือทางจิตวิญญาณที่เป็นธรรมชาติของเรา

2.3 แนวคิดคุณภาพชีวิตเชิงวัตถุวิสัย แนวคิดคุณภาพชีวิตเชิงวัตถุวิสัยหมายถึงสภาพชีวิตที่ ดีของบุคคลที่โลกรอบตัวเขาหรือเธอรับรู้ซึ่งเป็นการกำหนดคุณภาพชีวิตโดยอิทธิพลของวัฒนธรรมที่ รายรอบชีวิตของบุคคลคนนั้นคุณภาพชีวิตเชิงวัตถุวิสัยเปิดเผยให้เห็นว่าบุคคลมีความสามารถเพียงไร ในการปรับตัวให้เข้ากับค่านิยมของวัฒนธรรมแต่ไม่ได้บอกถึงชีวิตที่แท้จริงของบุคคลนั้นสักเท่าไร ตัวอย่างเช่นการมีสถานภาพทางสังคมหรือสัญลักษณ์เชิงสถานภาพของบุคคลที่คนๆ หนึ่งอาจจะเป็น สมาชิกที่ดีในวัฒนธรรมนั้นแต่ในชีวิตจริงๆ ของเขาหรือเธออาจจะไม่ได้มีความสุขหรือไม่ได้มีคุณภาพ ชีวิตที่ดีก็ได้ (Juczynski, Z., 2006) แนวคิดทั้งสามแนวคิดของคุณภาพชีวิตเป็นการกำหนดหมวดหมู่ อย่างหลวมๆ และอาจมีความทับซ้อนกันอยู่และอาจจะจัดวางไล่เรียงเหมือนแสงสเปกตรัมมากกว่าที่จะ แยกส่วนเป็นห้องๆ ออกจากกันเด็ดขาดทั้งนี้นักวิชาการพอใจที่จัดวางแนวคิดคุณภาพชีวิตเชิง อัตถิภาวะวิสัยให้อยู่ตรงกลางนักวิชาการให้ความเห็นว่า การวางตำแหน่งแนวคิดคุณภาพชีวิตเชิง อัตถิภาวะวิสัยไว้ตรงกลางเนื่องเพราะเป็นแนวคิดที่สามารถหลอมรวมทั้งมิติเชิงอัตวิสัยและวัตถุวิสัย เข้าไว้ด้วยกันอย่างแนบแน่นนอกจากนี้ตำแหน่งตรงกลางของแนวคิดคุณภาพชีวิตเชิงอัตถิภาวะวิสัย ยังสะท้อนความลุ่มลึกของความเป็นมนุษย์ได้เป็นอย่างดีทั้งนี้นักวิจัยด้านคุณภาพชีวิตท่านอื่นๆ อาจผนวกรวมมิติด้านวัตถุวิสัยกับอัตวิสัยเอาไว้ในสถานะขั้นสูงของชีวิตบุคคลยิ่งไปกว่านั้นการให้ ความหมายของแนวคิดคุณภาพชีวิตแบบไล่เรียงไปตามสเปกตรัมเช่นนี้ทำให้สะท้อนให้เห็นบูรณาการ ของทฤษฎีที่ว่าด้วยคุณภาพชีวิตได้อย่างชัดเจน

3. การมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี

ประเด็นที่สำคัญที่สุดประการหนึ่งของคุณภาพชีวิตในเชิงอัตวิสัยได้แก่การมีชีวิตความเป็น อยู่ที่ดี (Well-being) คุณภาพชีวิตในประเด็นนี้ความจริงแท้จะอยู่ใกล้ตัวจนเป็นชีวิตประจำวัน ของเราเช่นเราทักทายเพื่อนหรือคนที่รู้จักว่า“สวัสดี” ในภาษาไทยหรือ How are you? ในภาษาอังกฤษ

ก็มีความหมายเช่นเดียวกันคือเหมือนกับเราถามบุคคลผู้นั้นให้บอกเราถึงการประเมินคุณภาพชีวิต-
ด้านชีวิตความเป็นอยู่ของเขา/เธอเองคำถามที่เป็นการทักทายเช่นนี้ก็ได้ต้องการ

อธิบายอย่างเป็นทางการที่ยืดยาวกว่าเป็นการประเมินชีวิตอย่างง่าย ๆ ทั่วๆ ไปที่ผู้ตอบ
แสดงการรับไม่ตรีจิตในบริบทของการทักทายหรือโอภาปราศรัยเล็กๆ น้อยๆ อย่างไรก็ตามถ้ามีผู้ถาม
ว่าเราพอใจกับชีวิตอย่างไรหรือเรามีความสุขมากน้อยเพียงไรคำถามชุดหลังนี้เริ่มเป็นเรื่องที่ต้องการ
การประเมินที่ละเอียดและสลับซับซ้อนกว่าการทักทายธรรมดาความพอใจในชีวิตและความสุขเป็นมิติ
ที่ลุ่มลึกที่ไม่ได้บอกถึงชีวิตความเป็นอยู่โดยตรงแต่ถ้าเราถูกถามเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีและต้องตอบ
คำถามนี้ก็จำเป็นต้องตามมาด้วยคำอธิบายที่ขยายความยืดยาวไปกว่าเดิมเช่นถ้าเราตอบว่า “ตอนนี้
ทำงานไม่ใคร่สนุกเหมือนเมื่อก่อนนะ” “สุขภาพฉันมันซักจะไม่เหมือนเดิมแล้วละ” คำตอบเหล่านี้
สะท้อนให้เห็นว่าชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงอย่างใกล้ชิดกับสิ่งที่เกิดขึ้นในโลกวัตถุวิสัยและ
เป็นปัจจัยภายนอกที่มีผลต่อชีวิตเราเมื่อเราพูดถึงความรู้สึกที่ดีที่เราไม่ได้อภิปรายอย่างกว้างขวางถึง
ความหมายของชีวิตไม่ได้วิเคราะห์ประเด็นเชิงอัตถะภาวะวิสัย-หรือการดำรงชีวิตประจำวันด้วยความ
มุ่งมาดปรารถนาดังนั้นชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีจึงเป็นสิ่งที่ความหมายที่ลึกซึ้งกว่า ผิดผินกว่าความหมายใน
ชีวิตการตอบสนองความต้องการจำเป็นอย่างสมบูรณ์และการเข้าใจในชีวิตของตนเองคนส่วนใหญ่จะ
บอกคนทั่วไปว่าเขา/เธอรู้สึกดีแต่คนน้อยคนนักที่จะกล้าเปิดเผยถึงความหมายของชีวิตของตนเองเราจึงมี
ความผิวนินที่เปิดเผยกว้างให้กับคนส่วนใหญ่แต่เราจะซ่อนเก็บความลุ่มลึกที่เป็นความหมายของชีวิต
ของเราเปิดให้กับเฉพาะบางคนที่เกี่ยวข้องเท่านั้นหรือบางทีตัวเราเองก็ยังไม่เข้าใจตัวตนของเราในระดับ
ลึกๆ เช่นกันประสบการณ์ด้านคุณภาพชีวิตที่เป็นประสบการณ์ตามธรรมชาติของบุคคลจึงดูเหมือน
เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติทำให้บางทีเรามักจะมองข้ามประสบการณ์เหล่านี้ไปจนลืมที่จะ
ศึกษาอย่างจริงจัง

4. ความพึงพอใจในชีวิต

เมื่อบุคคลถูกถามว่าเขาหรือเธอมีความพึงพอใจในชีวิตหรือไม่บางคนอาจจะตอบอะไรออกมา
บ้างในขณะที่บางคนไม่ตอบทั้งนี้บุคคลโดยปกติมักจะรู้สึกพึงพอใจในชีวิตของตนน้อยกว่าที่ชีวิตความ
เป็นอยู่ชั่ววุดออกมา (ดูเหมือนชีวิตจะมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีแต่กลับไม่ได้พึงพอใจมากนัก) บางคนบอกว่าตน
รู้สึกดีนะแต่ก็ไม่ได้พึงพอใจกับชีวิตมากแค่ว่าพอใจ-ธรรมดา-ธรรมดาหรือที่คนไทยชอบพูดว่า “เฉยๆ”
บางทีถ้าถามย้อนไปถึงเหตุการณ์ในอดีตบุคคลเดียวกันอาจจะตอบว่าไม่พึงพอใจอย่างมากหรือรู้สึกว่า
แย่มากทีเดียว (Ventegodt, Merrick, & Andersen, 2003) ความพึงพอใจมีความหมายเหมือนชีวิต
ได้ดำเนินไปอย่างที่สมควรจะเป็นไปเมื่อใครสักคนได้รับการตอบสนองตามความคาดหวังตามความ
ต้องการจำเป็นและตามความปรารถนาใฝ่ฝันจากโลกรอบๆ ตัวคนนั้นน่าจะมีความพึงพอใจดังนั้นความ
พึงพอใจจึงเป็นสภาวะทางจิตใจและเป็นสิ่งที่เกิดจากการตระหนักรู้ด้วยปัญญาสมการที่ลงตัวเช่นนี้มี

ที่มาจากกลยุทธ์การจัดการสองแนวทางคือ (ก) เราพยายามที่จะสร้างการเปลี่ยนแปลงโลกภายนอก เพื่อให้ความใฝ่ฝันของเราเป็นจริงหรือมีฉะนั้น (ข) เราต้องยอมแพ้-ล้มเลิกความใฝ่ฝันของเราเสีย เพราะว่าความใฝ่ฝันของเรามันเป็นจริงไปไม่ได้และเราต้องปรับลดความใฝ่ฝันให้เข้ากับโลกที่เป็นจริง แทนที่จะปรับโลกให้เป็นไปตามความใฝ่ฝันแต่ทั้งสองแนวทางนั้นก็คือการสร้างสรรค์ความลงตัว ระหว่างโลกภายนอกกับความใฝ่ฝัน-ให้ได้ประเด็นที่สำคัญคือทั้งสองแนวทางนำไปสู่ความพึงพอใจ อย่างเดียวกันแม้ว่ากลยุทธ์ทั้งสองแนวทางจะสร้างชีวิตความเป็นอยู่ที่แตกต่างกันกลยุทธ์แรกทำให้ ชีวิตเราได้รับการตอบสนองอย่างสมหวัง-สมความใฝ่ฝันแต่อีกกลยุทธ์หนึ่งทำให้ชีวิตอยู่ในสภาวะที่ ยอมถอย-ยอมปล่อยสิ่งที่ใฝ่ฝันแต่ทั้งสองกลยุทธ์ก็นำความพึงพอใจมาให้บุคคลได้เช่นกันดังนั้นความ พึงพอใจในชีวิตจึงไม่จำเป็นต้องเกี่ยวข้องใดๆ กับความตระหนักในศักยภาพของชีวิตการตอบสนอง ความต้องการจำเป็นหรือความสามารถในการทำหน้าที่ได้ดีในโลกวัตถุวิสัยบุคคลอาจจะมีชีวิตที่ แส่นยากลำบากอาทิเป็นคนขายบริการทางเพศป่วยด้วยโรคร้ายแรงหรือโรคเรื้อรังหรือยากจนข้นแค้น ทว่าอาจมีความพึงพอใจในชีวิตของตนได้เสมอเพราะว่าเขาหรือเธอค่อยๆ ปรับตัวผ่านกลยุทธ์ประการ ที่สอง คือ การยอมถอยยอมปล่อยคนบางคนอาจจะพึงพอใจกับชีวิตแต่รู้สึกไม่ดีข้างในลึกๆ กระบวนการ ปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมอาจนำไปสู่ความรู้สึกต้อยต่ำจากการที่ตนจำต้องพังทลายความใฝ่ฝันลึกๆ ที่งดงามบางคนก็อาจรู้สึกว่าได้-ไม่มีความสุขหรือพอจะมีความสุขอยู่บ้างแต่ลึกๆ แล้วเห็นว่าชีวิต ของตนไม่ได้มีความหมายอะไรเลยดังนั้นความพึงพอใจในชีวิตจึงไม่ใช่สิ่งเดียวกันกับการมี ประสบการณ์เรื่องชีวิตที่มีความหมายกล่าวได้ว่าเป็นเรื่องที่พบเห็นได้ทั่วไปที่คนหลายคนอาจมีความ พึงพอใจต่อชีวิต แต่ไม่ได้มีความสุขอันที่จริงทฤษฎีที่ใช้อธิบายความพึงพอใจมีหลายทฤษฎีทฤษฎีหนึ่ง ที่นิยมใช้เรียกว่าทฤษฎีเลือกที่จะพอใจ (Preference theory) ทฤษฎีนี้มองว่าชีวิตที่ดีขึ้นอยู่กับ การมองเห็นว่าความปรารถนาของตนได้บรรลุความเป็นจริงเหตุที่ใช้คำว่า “การมองเห็น” ก็เพราะว่าบาง ทีความปรารถนาของบุคคลยังไม่ได้ได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอบุคคลนั้นต้องพบกับการมี ประสบการณ์ที่เป็นจริงทฤษฎีนี้ (เลือกที่จะพอใจ) มองว่าบุคคลมีอิสระที่จะตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะ เลือกพอใจอะไรเพียงไรตัวอย่างเช่นบุคคลคนหนึ่งมีอิสระที่จะเลือกสะสมทรัพย์หรือเลือกคบหา สมาคมกับเพื่อนที่ดีๆ คุณภาพชีวิตของบุคคลคนหนึ่งจึงขึ้นอยู่กับสิ่งที่บุคคลนั้นจะได้รับสิ่งที่ตน ต้องการ (Kersee, E. W. 1992)

5. ความสุข

โดยพื้นฐานแนวคิดคุณภาพชีวิตครอบคลุมปรากฏการณ์ที่หลากหลายทั้งในด้านกายภาพ จิตวิทยาและสังคม เสมือนจะบอกว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่ภายใต้สิ่งที่จะนับเป็น “ความสุข” (Happiness) ของบุคคลในทางกลับกัน “ความสุข” ก็เป็นแนวคิดที่สามารถอธิบายไปได้สองแนวทางแนวทางหนึ่งคือ แนวทางที่เน้นธรรมชาตินิยม (Naturalistic) ส่วนอีกแนวทางหนึ่งเป็นแนวทางที่เน้นมนุษย์นิยม

(Humanistic) แนวทางธรรมชาตินิยมเป็นแนวทางที่รวมศูนย์ไปที่กระบวนการที่เป็นกลไกและกระบวนการทางชีววิทยาและมองความสุขในรูปของความยินดีพอใจในขณะที่แนวทางมนุษยนิยมย้ำเน้นบทบาทในเชิงจิตสำนึกของปัจเจกบุคคลและมองความสุขเสมือนเป็นความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) กับความเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-actualization) ที่เกิดขึ้นพร้อมๆ กันในตัวบุคคล นักวิชาการหันมาสนใจชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีในเชิงอัตวิสัยมากขึ้น (Subjective well-being) การประเมินความพึงพอใจในชีวิตหรือบางทีเรียกว่าการประเมินความรู้สึกว่ามีความสุข เริ่มเป็นที่สนใจและกลายเป็นตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตที่สำคัญประการหนึ่งความรู้สึกว่ามีความสุขนั้นนักวิชาการบางท่านใช้วิธีวัดจากอัตราส่วน (Ratio) ของความรู้สึกด้านบวกที่สูงกว่าด้านลบก็เรียกว่ามีความสุขที่มีความสุข อย่างไรก็ตามความรู้สึกว่ามีความสุขก็เป็นสิ่งที่มีความเป็นอัตวิสัยสูงมากและขึ้นอยู่กับปัจจัยภายนอกหลายประการการใช้ความสุขมาเป็นดัชนีหรือเครื่องชี้วัด (Indicator) คุณภาพชีวิตจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งคนทั่วไปเมื่อใช้คำว่าความสุขก็มักจะใช้อย่างระมัดระวังความสุขไม่ได้เป็นแค่ความยินดีและความพอใจว่าเป็นความรู้สึกที่มีความพิเศษมากมีคุณค่ามากและเป็นสิ่งที่พึงปรารถนามากๆ แต่กลับยากที่จะได้มา หรือยากที่จะได้เป็นความสุขเป็นสิ่งที่อยู่อย่างลึกๆ ในแต่ละบุคคลความสุขเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงอย่างแนบแน่นกับเรือนร่าง (Body) แต่ไม่ได้จำกัดอยู่เพียงแค่เรือนร่างความสุขยังเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงกับมิติของความไม่มีเหตุผล (Nonrational dimensions) อาทิความรักสภาวะของสุขภาพ ความผูกพันกับธรรมชาติและปัจจัยวัตถุวิสัยอื่นๆ แต่ไม่ใช่ความผูกพันกับตัวเงินโดยตรงความสุขถือเป็นปัจจัยเชิงอัตวิสัยที่ขึ้นอยู่กับทักษะหรือวิธีการมองโลกของแต่ละบุคคลเช่นบุคคลนั้นมีปรัชญาชีวิตอย่างไรอะไรคือสิ่งที่บุคคลมองว่าเป็นสภาวะที่สมมูลสำหรับตนสถานการณ์ทางการเงินที่บุคคลเห็นว่ามีความสำคัญต่อตนภูมิหลังของบุคคลการนับถือศาสนาหรือความเชื่อของบุคคลและการเข้าใจต่อตำแหน่งแห่งที่ของตนในสังคมเป็นต้นแนวคิดคุณภาพชีวิตและแนวคิดเรื่องความสุขมีความสัมพันธ์กันแต่ไม่ใช่สิ่งเดียวกันบุคคลที่มีระดับตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตอยู่ในเกณฑ์สูงอาจจะไม่มีความสุขหรือรู้สึกไม่มีความสุขก็ได้และในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีความยากจนอย่างมาก (คุณภาพชีวิตต่ำมาก) อาจจะ เป็นคนที่มีความสุขก็ได้

6. ความหมายของชีวิต

ความหมายของชีวิตเป็นแนวคิดที่สำคัญแต่ไม่ค่อยมีการนำไปใช้เราจะพูดเรื่องความหมายของชีวิตก็เฉพาะแต่กับเพื่อนที่สนิทสนมกันมากๆ หรือกับญาติสนิทเท่านั้นบุคคลที่แสวงหาความหมายของชีวิตมักจะเป็นบุคคลที่กำลังตกอยู่ในสถานการณ์ที่สับสนทำให้ต้องหันมาพิจารณาคุณค่าต่างๆ ด้านมุมของชีวิตเช่นพิจารณาว่าความสัมพันธ์กับเพื่อนหรือหุ้นส่วนนั้นมีความหมายอย่างที่ควรจะเป็นหรือไม่ฉันกำลังทำอะไรที่ถูกต้องในชีวิตใช่หรือไม่ฉันกำลังได้ทำงาน ถูกที่หรือเปล่าฉันได้ใช้ความสามารถของฉันไปในทางที่ถูกต้องหรือไม่ฉันมีความเชื่อต่อชีวิตอย่างถูกต้อง

จริงๆ ใช้ใหม่การแสวงหาความหมายของชีวิตเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับการยอมรับในชีวิตที่ไม่มี ความหมาย และชีวิตที่เต็มไปด้วยความหมายและเป็นความผูกพันของบุคคลที่จะต้องพยายามปรับปรุงแก้ไขในสิ่ง ที่ไร้ความหมายด้วยแนวทางเช่นนี้การตั้งคำถามถึงความหมายของชีวิตกลายเป็นเรื่องส่วนบุคคลที่มีความ ลุ่มลึกและมีน้อยคนที่พยายามจะหาคำตอบเพราะถ้าไปหมกมุ่นกับการหาคำตอบดังกล่าว มากๆ เราเองจะมีความเสี่ยงต่อการขาดความมั่นคงในชีวิตประจำวัน (Ventegodt, Merrick, & Andersen, 2003) ปัญหาของการมีความหมายของชีวิตก็คือความหมายสามารถเลื่อนหายไปได้ทั้งนี้ การเลื่อนหายของความหมายแสดงให้เห็นได้จากการที่เรารู้สึกสูญเสียตัวตนของเราหรือเราไม่สามารถ มีชีวิตอยู่อย่างสอดคล้องกับตัวตนที่ลึกที่สุดของเราได้หลายคนจะมีความรู้สึกที่ว่าลึกลงไปแล้วชีวิตมีแต่ ความว่างเปล่าบางคนรู้สึกไม่อยากลุกจากที่นอนในตอนเช้าหรือบางคนอาจคิดถึงการทำอัตวินิบาตกรรม นักวิชาการเชื่อว่าชีวิตไร้ความหมาย-คือสาเหตุสำคัญที่อธิบายว่าเหตุใดประชาชนจำนวน ประมาณ 1,400 คนในเดนมาร์กจึงกระทำอัตวินิบาตกรรมทุกปีความหมายของชีวิตอยู่ในหลักการ สำคัญของศาสนาใหญ่ๆ ทั่วโลกและในทางกลับกันนักวิชาการก็มองว่าศาสนาของโลกก็คือทฤษฎีที่ อธิบายความหมายของชีวิตนั่นเองตัวอย่างเช่นเป้าหมายของศาสนาฮินดู (Hinduism) ก็คือการมี ประสบการณ์เป็นหนึ่งเดียวกับโลกหลักการที่ว่า ตตฺวัมอสิ (tat tvamasi- thou art that) สูเจ้าคือสิ่งนั้น นับเป็นความหมายระดับสูงที่สุดของชีวิตในศาสนาพุทธเป้าหมายสูงสุดคือนิพพานหรือความว่างเปล่า ซึ่งมีศูนย์กลางรวมอยู่ที่การเป็นหนึ่งที่มีความหมายลึกลับที่สุดในโลกชนเผ่าในอเมริกาหลายชนเผ่า มองความหมายของชีวิตคือเป้าหมายสูงสุดที่จะค้นพบองค์รวมทั้งหมด (Wholeness) แห่งตนใน คริสตศาสนาสารแห่งความรักในพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของจักรนำมวลมนุษย์ไปสู่ศูนย์กลางแห่งความหมายของชีวิต ความลุ่มลึกของการเป็นอยู่-ดำรงอยู่คือความห่างไกลระหว่างผิวหน้าและชั้นที่ลึกลงทำให้มีพื้นที่ที่ กว้างขวางสำหรับเติมเต็มความหมายของชีวิตลงไปยังพื้นที่นั้นมนุษย์เราบางที่ได้ชุกซ่อนความลุ่มลึก ของความหมายแห่งชีวิตที่เราดำรงอยู่นักวิชาการบางท่านมองว่าทฤษฎีที่อธิบายความหมายของชีวิตก็ คือทฤษฎีพันธกิจแห่งชีวิตนั่นเอง (Ventegodt, Merrick, & Andersen, 2003)

6.1 ชีวิตทางชีววิทยา จากมุมมองทางชีววิทยามนุษย์นับเป็นอินทรีย์ที่มีชีวิตมนุษย์เป็นกลุ่ม ก้อนของเซลล์จำนวนมากายที่มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารอย่างเข้มข้นมุมมองทางชีววิทยาทำให้ เราตระหนักว่าศักยภาพที่ลึกลับทางชีววิทยานั้นเป็นสิ่งที่สร้างมนุษย์ขึ้นมาเมื่อการกำเนิดของบุคคลมี ทฤษฎีที่อธิบายลึกลงไปในธรรมชาติที่สะท้อนโครงสร้างอินทรีย์ของมนุษย์ชีวิตมนุษย์จึงเป็นสิ่งที่กำหนด โดยระบบระเบียบทางชีววิทยาจิตวิทยาสังคมและศาสนาในความหมายที่กว้างขวางเมื่อมองจาก มุมมองนี้สุขภาพเชิงกายภาพสะท้อนให้เห็นระบบข้อมูลข่าวสารเชิงชีววิทยาเนื่องจากเซลล์ของ ร่างกายจำเป็นต้องอาศัยข้อมูลข่าวสารที่ชัดเจนเพื่อทำการหน้าที่ที่ถูกต้องและเพื่อการดำรงรักษา ร่างกายให้เป็นไปด้วยดีมีสุขภาพ (Ventegodt, Merrick, & Andersen, 2003) ด้วยการอธิบายตาม แนวคิดทฤษฎีดังกล่าวคุณภาพชีวิตจึงเป็นสิ่งที่ขึ้นอยู่กับความลงตัวของร่างกายการใช้ชีวิตจริงของบุคคล

และระบบระเบียบทางชีววิทยาที่ก่อตัวมาเป็นอินทรีย์แห่งบุคคลนั้นกล่าวได้ว่าประสบการณ์ชีวิตของมนุษย์เป็นสิ่งที่มีความเกี่ยวเนื่องในเชิงชีววิทยาการที่ชีวิตของเราจะมีความหมายหรือไม่มีความหมายอย่างไรถือได้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของการกำหนดสถานะเกี่ยวเนื่องที่มีจากระบบข้อมูลข่าวสารเชิงชีววิทยา หากการสื่อสารระหว่างเซลล์ต่างๆ ของอินทรีย์ไม่ได้เป็นไปด้วยดีสถานะของชีวิตของอินทรีย์นั้นก็ไม้อาจเป็นไปได้ด้วยดีเช่นกันบุคคลที่ป่วยเป็นโรคข้ออักเสบ (Arthritis) อาจทำหน้าที่การทำงานและดำรงตนในสังคมได้ดีขณะที่บุคคลที่ไม่ได้เจ็บป่วยอาจทำหน้าที่การทำงานได้แย่กว่าหรือทำหน้าที่ทางสังคมไม่ได้ดีคำถามที่น่าสนใจคือเหตุใดคนที่มิโรคข้ออักเสบยังคงมีชีวิตที่มีความหมายอย่างมากถ้าหากจะมีความเชื่อมโยงระหว่างคุณภาพชีวิตและความเจ็บป่วยความเชื่อมโยงดังกล่าวก็คงวางตัวอยู่ในระดับลึกลงไปในความเป็นมนุษย์ความหมายของชีวิตกับระบบระเบียบทางชีววิทยาจึงดำเนินไปพร้อมๆ กันในทฤษฎีที่อธิบายชีวิตมนุษย์ (Nordenfelt, L., 1993) บุคคลที่มีชีวิตที่มีความหมายของชีวิตของตนค่อยๆ สูญหายไปนั้นจึงมักเป็นบุคคลที่มีความเจ็บป่วยอันมีผลต่อรูปลักษณะทางกายภาพของตนและมีผลต่อสุขภาพร่างกายของตนดังนั้นความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตและความเจ็บป่วยจึงสามารถแสดงให้เห็นได้อย่างดีที่สุดโดยการใช้ทฤษฎีที่มองปัจเจกบุคคลในฐานะที่เป็นระบบข้อมูลข่าวสารทางชีววิทยา

6.2 การตระหนักในศักยภาพของชีวิต ชีวิตมนุษย์มีการเริ่มต้นตั้งแต่การปฏิสนธิในครรภ์มารดาและเริ่มพัฒนาต่อเนื่องมาเป็นลำดับตลอดพัฒนาการของชีวิตมนุษย์เต็มไปด้วยข้อมูลข่าวสารจำนวนมากศาสตร์ข้อมูลข่าวสารนี้ทำให้ชีวิตมนุษย์มีศักยภาพการตระหนักในศักยภาพของชีวิตมนุษย์ถือเป็นแนวคิดหลักสำคัญของคุณภาพชีวิตเปรียบเสมือนเมล็ดของทานตะวันยอมให้ศักยภาพของมันในการเติบโตเป็นต้นทานตะวันที่เติบโตแตกเป็นใบเป็นดอกทานตะวันฉันใดมนุษย์ก็ใช้ศักยภาพที่มีอยู่ในการสร้างสรรค์กิจกรรมการมีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีการมีงานทำที่มีความหมายและการเริ่มชีวิตครอบครัวทั้งหมดเป็นชีวิตที่เติบโตเต็มที่ดังต้นทานตะวันที่เติบโตจากเมล็ดฉันนั้นการตระหนักในศักยภาพของชีวิตนั้นเป็นจุดของความเชื่อมโยงกับสภาพความเป็นจริงในหลายระดับสมองของมนุษย์มีระบบประสาทส่วนกลาง (Central nervous system) ที่ช่วยให้เรากำเนิดออกมาสู่โลกเหมือนอย่างการปลูกพืชแต่ชีวิตมนุษย์นั้นมีความสลับซับซ้อนมากกว่าต้นทานตะวันมากนักพัฒนาการของชีวิตมนุษย์มีลักษณะนามธรรมอันสลับซับซ้อนทฤษฎีที่อธิบายการตระหนักในศักยภาพของชีวิตเป็นทฤษฎีที่เชื่อมโยงระหว่างธรรมชาติและมนุษย์ชาติทฤษฎีนี้เชื่อมโยงคุณภาพชีวิตอย่างใกล้ชิดกับรากเหง้าความเป็นมนุษย์ในธรรมชาติทฤษฎีที่มีการเริ่มต้นจากชีววิทยาไม่ได้ลดความสำคัญของการดำรงชีวิตของมนุษย์ทว่ายืนยันให้เห็นว่ามีทฤษฎีการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารที่มีความหมายอยู่อย่างกว้างขวางในระบบชีวิตจากเซลล์ไปสู่อินทรีย์จากอินทรีย์ไปสู่สังคมซึ่งบางคนนิยมใช้คำว่าทฤษฎีชีวะจิตสังคม (Biopsychosocial theory) นั้นเอง (วิชัย ศรีรัตน์ และคณะ, 2556)

6.3 การตอบสนองความต้องการจำเป็น แนวคิดเรื่องการตอบสนองความต้องการจำเป็นมีความเป็นนามธรรมน้อยกว่าแนวคิดทฤษฎีอื่นๆ ที่กล่าวมาเป็นเรื่องที่เข้าใจง่ายและมีเงื่อนไขในเชิงวัฒนธรรมการตอบสนองความต้องการจำเป็นเป็นแนวคิดที่นำไปใช้อย่างกว้างขวางและเป็นที่ยอมรับสูง ความต้องการจำเป็นนั้นสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตมานานแล้วเมื่อความต้องการจำเป็นของเราได้รับการตอบสนองอย่างดีเพียงไรคุณภาพชีวิตของเราก็สูงตามไปด้วยเพียงนั้นความต้องการจำเป็น-เป็นเหมือนการแสดงออกของธรรมชาติของเราหรือกล่าวได้ว่าความต้องการจำเป็นนั้นมนุษย์ทุกคนย่อมมีอยู่แล้ว แนวคิดเรื่องการตอบสนองความต้องการจำเป็นเป็นแนวคิดที่เกิดขึ้นอย่างแพร่หลายอับราฮัมมาสโลว์ (Abraham Maslow) ได้วางแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการจำเป็นที่มีความสำคัญและนำไปใช้กันอย่างแพร่หลายนอกเหนือจากความต้องการอาหารน้ำอากาศหายใจความต้องการทางเพศและความต้องการความสัมพันธ์ทางสังคมแล้ว มาสโลว์ ยังได้อธิบายถึงความต้องการที่มีความเป็นนามธรรมสูงกว่านั้นคือความต้องการในการตระหนักรู้ในตัวตนของมนุษย์แนวคิดทฤษฎีด้านความต้องการจำเป็นนี้ได้กลายมาเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมของมนุษย์ไปแล้วแนวคิดเรื่องการตอบสนองความต้องการจำเป็นมีลำดับขั้นตอนตั้งแต่ความลุ่มลึกมีด้านมุมของความเป็นอัตถิภาวะวิสัยอย่างสูงไปจนถึงปรากฏการณ์ที่มีความเป็นวัตถุวิสัยชัดเจนความต้องการจำเป็นยังมีความเชื่อมโยงอย่างใกล้ชิดกับความปรารถนาและความพึงพอใจเมื่อความต้องการจำเป็นของเราได้รับการตอบสนองอย่างครบถ้วนอย่างไรก็ตามการตอบสนองความต้องการจำเป็นไม่ใช่สิ่งเดียวกันกับการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีเท่าเมื่อเรามีความรู้สึกที่ดีทุกครั้งที่ได้รับการตอบสนองความต้องการจำเป็นเท่ากับว่าการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีนั้นเป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎีความต้องการจำเป็น

ขณะเดียวกันการตอบสนองความต้องการจำเป็นก็ไม่ใช่สิ่งเดียวกันกับการตระหนักในศักยภาพของชีวิตซึ่งแนวคิดเรื่องการตระหนักในศักยภาพของชีวิตเป็นการมองว่าชีวิตเป็นการตระหนักรู้ถึงข้อมูลข่าวสารเชิงชีววิทยาของมนุษย์ข้อมูลข่าวสารนี้ดำรงอยู่อย่างสลับซับซ้อนจนไม่อาจลดรูปมาเป็นเพียงความต้องการจำเป็นที่เข้าใจง่ายๆ ชัดเจนถ้าเราพยายามอธิบายแนวคิดความต้องการจำเป็นของมาสโลว์ ไปในเชิงนามธรรมที่เรียกว่าการตระหนักรู้ในตนเอง(Self-realization) นิยามความหมายของความต้องการในขั้นนี้ก็ยังคงคลุมเครือและไม่ชัดเจนความต้องการจำเป็นในขั้นสูงจึงไม่ใช่สิ่งที่จะแสวงหาความพึงพอใจได้จากแหล่งตอบสนองภายนอกอาทิอาหารและที่อยู่อาศัยแต่เป็นสิ่งที่บุคคลต้องสร้างการตอบสนองมาจากภายในตัวของตนเองและบรรลุผลสำเร็จในการตอบสนองความต้องการนั้นด้วยตัวของเขาหรือเธอเอง (Cobb. C.W., 2000)

6.4 ปัจจัยด้านวัตถุวิสัย แนวคิดเกี่ยวกับปัจจัยด้านวัตถุวิสัยของคุณภาพชีวิตเป็นสิ่งที่สัมพันธ์กับปัจจัยภายนอกของชีวิตเช่นรายได้สถานภาพสมรสสภาวะสุขภาพและจำนวนการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆในชีวิตประจำวันเราจำเป็นต้องแยกแยะให้ชัดเจนกับด้านนามธรรมต่างๆ ในคุณภาพชีวิตเพราะว่าคนมักจะสับสนระหว่างการใช้ชีวิตที่ดีกับการใช้ชีวิตที่ถูกมองว่า “ถูกต้อง” และ “ร่ำรวย”

เราอาจไม่มีความสุขอยู่ในรถหรูราคาแพงที่เรียกว่าซูเปอร์คาร์แต่มีความสุขกว่าที่ได้นั่งรถสาธารณะประจำทางหรือบางที่เราพบว่าการประเมินของแพทย์ต่อคุณภาพชีวิตผู้ป่วยในเชิงวัดฤวิสัยมีผลแตกต่างจากการประเมินคุณภาพเชิงอัตวิสัยของตัวผู้ป่วยเองปัจจัยที่นำมาใช้ชี้วัดคุณภาพชีวิตเชิงวัดฤวิสัยนั้นมีความเชื่อมโยงอย่างใกล้ชิดกับวัฒนธรรมที่รายรอบการดำรงชีวิตของเราตัวอย่างเช่นในเดนมาร์กคนส่วนใหญ่เชื่อว่าการมีลูกสองคนเป็นความพอเพียงที่จะทำให้คุณภาพชีวิตอยู่ในขั้นสูงสุด บางวัฒนธรรมอาจจะคิดว่าการมีลูกแค่สองสามคนยังไม่เป็นการเพียงพอ “ขอให้มียุคเต็มบ้านหลานเต็มเมือง” เป็นคำอวยพรของวัฒนธรรมจีนในสมัยหนึ่งสะท้อนการมีจำนวนบุตรมากๆ ครอบครัวยิ่งๆ คุณภาพชีวิตในเชิงวัดฤวิสัยจึงเป็นการสะท้อนความสามารถของตัวเราเองในการปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมที่เราอาศัยอยู่ดังนั้นปัจจัยวัดฤวิสัยจึงค่อนข้างเห็นได้ชัดเจนเพราะไม่ได้คาดหวังถึงการสะท้อนเชิงลึกของธรรมชาติของแต่ละวัฒนธรรมระดับการปรับตัวให้เข้ากับบรรทัดฐานทางวัฒนธรรม เป็นสิ่งที่เห็นได้ชัดเจนเช่นเดียวกันกับแนวคิดเรื่องการมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีการวิจัยด้านคุณภาพชีวิตมักได้รับอิทธิพลอย่างมากจากความพยายามที่จะชี้วัดคุณภาพชีวิตในเชิงวัดฤวิสัยที่ชัดเจนการวิจัยทดสอบเช่นนี้เราสังเกตเห็นความเป็นวัดฤวิสัยได้ชัดเจนตั้งแต่การที่วงการแพทย์ใช้การวัดใช้วัดความดันโลหิตวัดการเต้นของหัวใจการยีนการเดินการทรงตัวไปจนถึงการนับของนักสังคมวิทยานับการมีการติดต่อกับสังคมนับเป็นสถิติคำนวณการวิเคราะห์ตัวเลขความสัมพันธ์ของตัวแปร โดยทั่วไปการวิจัยดังกล่าวตั้งอยู่บนพื้นฐานทฤษฎีที่นำไปสู่การกำหนดรายการปัจจัยเชิงวัดฤวิสัยต่างๆ ที่เป็นส่วนหนึ่งของการมีชีวิตที่ดีการวิจัยเพื่อชี้วัดคุณภาพชีวิตเชิงวัดฤวิสัยสามารถดำเนินการได้หลากหลายวิธีและไม่อาจหลีกเลี่ยงบริบทของวัฒนธรรมที่เป็นตัวกำหนดปัจจัยวัดฤวิสัยของคุณภาพชีวิต

7. แนวคิดและการพัฒนาคุณภาพชีวิต

แนวคิดคุณภาพชีวิตที่นำมาอภิปรายข้างต้นนั้นสามารถจัดวางในแนวระนาบที่มีการเคลื่อนไหวจากอัตวิสัยไปสู่วัดฤวิสัยเริ่มตั้งแต่สองแนวคิดชุดแรก คือ 1)การมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีและ 2)ปัจจัยด้านวัดฤวิสัยซึ่งนับเป็นชุดแนวคิดที่มีความชัดเจนและเข้าใจง่ายที่สุดเนื่องจากทั้งสองแนวคิดสะท้อนความสามารถของบุคคลในการปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมที่บุคคลดำรงอยู่ส่วนแนวคิดชุดที่สอง ได้แก่ 3)แนวคิดเรื่องความพึงพอใจในชีวิต และ 4)แนวคิดการตอบสนองความต้องการจำเป็นนั้นเป็นชุดแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับมิติที่ลุ่มลึกกว่าทั้งสองแนวคิดอาจไม่ได้สะท้อนความสมมาตร (Symmetry) ระหว่าง “สิ่งที่ฉันต้องการจากชีวิต” และ “ชีวิตให้อะไรกับฉันบ้าง” ชุดแนวคิดชุดที่สาม ได้แก่ 5)แนวคิดความสุขกับ 6)แนวคิดการตระหนักในศักยภาพของชีวิตนับว่าเป็นสองแนวคิดที่ครอบคลุมการมีอยู่ (Existence) และธรรมชาติของชีวิตบุคคลในระดับที่ลึกซึ้งที่สุด ส่วนชุดแนวคิดชุดที่สี่ ได้แก่ 7)ความหมายของชีวิต และ 8)ระบบระเบียบทางชีววิทยา(ซึ่งรวมถึงความไร้ระบบไร้ระเบียบเชิงชีววิทยาด้วย) นั้นเป็นประเด็นที่ผมนึกอยู่ในขั้นในที่สุดของความเป็นมนุษย์เราจำเป็นต้องวิเคราะห์ว่า

ชุดแนวคิดชุดที่สี่ระหว่างความหมายของชีวิตและระบบระเบียบ/หรือไร้ระบบระเบียบทางชีววิทยานั้น เป็นสิ่งที่ไม่สามารถจะชี้วัดได้และไม่สามารถจะแสดงให้เห็นชัดเจนได้คุณลักษณะของความเป็นอัตวิสัยและวัตถุวิสัยที่ผนึกรวมอยู่ในชุดแนวคิดชุดนี้ถือได้ว่าเป็นคุณภาพชีวิตเชิงอัตวิสัยที่อยู่ลึกที่สุด และเป็นสภาวะวัตถุวิสัยของอินทรีย์ดังเช่นเราเข้าใจได้ในรูปของสุขภาพกับความเจ็บป่วยและลึกลงไปในปัจเจกบุคคลตรงแก่นกลางที่แนวคิดความหมายของชีวิตได้ก่อรูปขึ้นถือได้ว่าเป็นส่วนที่อยู่ภายในที่สุดและอยู่ตรงแก่นกลางของอัตถิภาวะวิสัยหรือการมีอยู่ (Existence) การที่ปัจเจกบุคคลมีความรู้สึกนึกคิดอยู่ที่ตำแหน่งแก่นกลางของความเป็นมนุษย์นี่เป็นการสะท้อนคุณภาพชีวิตในระดับความรู้แห่งความเป็นมนุษย์ที่ลุ่มลึกที่สุดที่เราจะสามารถรับรู้ได้อย่างไรก็ตามนักวิชาการเห็นว่าเป็นที่น่าเสียดายที่ความเป็นมนุษย์ในระดับลึกที่สุดนี้ (อัตถิภาวะวิสัย) อาจอธิบายออกมาเป็นคำพูดไม่ได้ทั้งนี้เพราะว่าประสบการณ์ของมนุษย์ไม่ได้เป็นสิ่งที่โลกเชิงตรรกะและกฎระเบียบต่างๆ จะเชื่อมโยงได้ครบถ้วนบางทีไม่สามารถอธิบายได้ด้วยเหตุผลและก้าวพ้นมิติของการวิเคราะห์หรืออธิบายด้วยเหตุผลโดยสิ้นเชิง (Susniene, D., & Jurkauskas, A., 2009) นักวิชาการบางท่านอาจจะเลือกถ้อยคำที่ใช้อธิบายส่วนที่อยู่ลุ่มลึกที่สุดตรงนี้ว่าสิ่งนั้นคือสิ่งที่เกิดจากระบบศาสนาที่ยิ่งใหญ่ระบบญาณวิเศษที่แสนลึกลับและระบบปรัชญาที่สูงส่งไม่ว่าเราจะเรียกความลุ่มลึกนี้ว่าอะไรก็ตามชีวิตก็มีความสามารถพอที่จะติดต่อกับสิ่งนี้และนำออกมาอย่างสอดคล้องกับสิ่งที่เราพิจารณาได้ว่าเป็น “สาระที่แท้จริงของชีวิต” (True essence of life) หากเราเชื่อในตัวตนของเราอย่างพอเพียงเราย่อมสามารถนำสาระที่แท้จริงของเรานี้ออกมาจากส่วนที่ลึกที่สุดและนำมาเป็นส่วนหนึ่งการดำรงชีวิตของเรา

8. สรุป

การนำเสนอบูรณาการว่าด้วยคุณภาพชีวิตในที่นี้ให้หลักคิดที่น่าสนใจและยังท้าทายต่อการตีความและการวิเคราะห์อย่างต่อเนื่องต่อไปในการทำงานกับมนุษย์และสังคมไม่ว่าจะเป็นวิชาชีพใดสามารถที่จะนำบูรณาการแนวคิดคุณภาพชีวิตไปพิจารณาประยุกต์ใช้ได้เป็นอย่างดีการที่บุคคลครอบครัวยุคใหม่และสังคมจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีหลากหลายมิติที่จะต้องพิจารณาเราทำให้คนทุกคนร่ำรวยเท่ากันไม่ได้และถึงเราจะทำให้คนทุกคนมีความมั่งคั่งก็ไม่ได้หมายความว่าคนเหล่านั้นจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีมีความพึงพอใจหรือมีความสุขอย่างไรก็ตามการทำให้สังคมมีความเป็นธรรมและมีพื้นฐานของการเปิดโอกาสให้คนในสังคมสามารถเข้าถึงสิ่งที่จะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างเสมอภาคเท่าเทียมและเป็นธรรมเป็นสิ่งที่นักวิชาชีพด้านสังคมสงเคราะห์พัฒนาสังคมและสวัสดิการสังคมพึงกระทำอย่างที่สุด

9. บรรณานุกรม

- กิติพัฒน์ นนทปัทมะดุลย์. (2557). **ตัวชี้วัดทางสังคมกับนโยบายสังคม: ความเข้าใจเบื้องต้น**. กรุงเทพฯ : คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิชัย ศรีรัตน์ และคณะ. (2556). **รายงานโครงการศึกษาเรื่องการจัดทำตัวชี้วัดสิทธิมนุษยชนเบื้องต้นตามปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน**. กรุงเทพฯ : ศูนย์กฎหมายสิทธิมนุษยชนและสันติศึกษา.
- Cobb, C.W. (2000). **Redefining progress: Measurement tools and the quality of life**. San Francisco : Redefining. Progress.
- Costanza. (2007). Quality of life: An approach integrating opportunities, human needs, and subjective well-being. **Ecological Economics**. 61(2-3). 267-276.
- Juczynski, Z. (2006). Health-related quality of life: Theory and measurement. **Folia Psychologica**. 10(2006). 4-15.
- Kerce, E. W. (1992). **Quality of life: Meaning, measurement, and models**. San Diego, CA : Navy Personal Research and Development Center.
- Nordenfelt, L. (1993). **Quality of life, health and happiness**. Aldershot, Hants : Ashgate Publishing Co.
- Susniene, D., & Jurkauskas, A. (2009). The concepts of quality of life and happiness: Correlation and differences. **Engineering Economics**. (3). 58-66.
- Ventegodt, S., Merrick, J., & Andersen, N.J. (2003). **Quality of life theory I**. The IQOL theory : An integrative.