

บทความวิชาการ

การส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาลในสังคมวัตถุนิยม Promoting Economical Behaviors for Nursing Students in a Materialistic Society

กาญจนา เลิศถาวรธรรม (Kanchana Lersthavorntham)*

จิราภรณ์ อุ่นษา (Chiraporn Ancha)*

นงนุช วงศ์สว่าง (Nongnuch Wongsawang)*

Received: Sep 18, 2019

Revised: Oct 7, 2019

Accepted: Oct 16, 2019

บทคัดย่อ

ปัจจุบันนี้ ผู้คนในสังคมทุกภาคส่วนในประเทศไทย ต่างก็ได้รับผลกระทบของกระแสโลกาภิวัตน์ที่ผู้คนทั่วโลกสามารถเชื่อมต่อถึงกันอย่างไร้พรมแดน รวมถึงการเติบโตของการซื้อสินค้าและบริการผ่านเครือข่ายสังคมออนไลน์ และกระแสของค่านิยมในสังคมแบบวัตถุนิยม โดยเฉพาะนักศึกษาพยาบาลที่ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยรุ่นหญิง อันเป็นเป้าหมายของการโฆษณาขายสินค้าตามแฟชั่นทั่วไป และการใช้สิ่งของเทคโนโลยีที่ทันสมัยซึ่งมีราคาสูง รวมถึงการใช้จ่ายเกินความจำเป็นต่างๆ นักศึกษาพยาบาลเหล่านี้จึงมีความจำเป็นต้องรู้เท่าทันตนเอง และรับมือกับกระแสสังคมวัตถุนิยมได้ บทความนี้ได้นำเสนอแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมการประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล 5 แนวทาง ได้แก่ (1) การให้นักศึกษารับรู้ความสำเร็จของการประหยัด (2) การส่งเสริมให้นักศึกษารู้จักคิดก่อนการใช้จ่ายเงิน (3) การมีต้นแบบในการประหยัด (4) การฝึกให้นักศึกษารู้จักการออม และ (5) การเสริมสร้างความรอบรู้ทางการเงิน แนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมการประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาลนี้สามารถใช้เป็นเครื่องมือในการจัดการเรียนการสอนให้นักศึกษาเห็นคุณค่าของการบริโภคที่ตอบสนองต่อความจำเป็น มากกว่าความต้องการตามค่านิยมแบบวัตถุนิยม อันจะเป็นการส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดและพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาลให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมวัตถุนิยมยุคปัจจุบันได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

คำสำคัญ: พฤติกรรมการประหยัด, นักศึกษาพยาบาล

*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี, e-mail: lkarnchana@yahoo.com



Abstract

Nowadays people in every sector of Thailand are affected by globalization the phenomenon that creates the borderless world in which people from around the world can connect to each other. Together with this trend, e-commerce business is growing. Meanwhile, increasing materialistic values have been found, particularly among nursing students. The majority of these students are female adolescents the target audiences of advertisements of several trendy products such as clothes and high-end technology gadgets. Aside from that, overspending has been found among them as well. Accordingly, nursing students need to be mindful of these materialistic issues and be able to deal with the issues effectively. This article aims to present five principles regarding the promotion of economical behaviors for nursing students: (1) enabling nursing students to acknowledge positive consequences of economical behaviors, (2) encouraging nursing students to spend cautiously, (3) suggesting a role model of economical behaviors, (4) training nursing students in saving behaviors, and (5) promoting financial literacy. These principles can be applied in the development of instructional materials guiding nursing students to realize the values of consumption of necessities rather than consumption on demand for luxury. This is to enable nursing students to enhance their economical behaviors, with desirable quality of life, in the current materialistic world.

Keywords: Economical behaviors, Nursing students

บทนำ

พฤติกรรมประหยัดเป็นเรื่องที่ถูกปลูกฝังมานานในสังคมไทย และถูกปลูกฝังมาตั้งแต่วัยเด็กเช่น เพลงหน้าที่เด็ก (เด็กเอ๋ยเด็กดี) ที่ ช่อม ปัญญาพรค์ เป็นผู้ขับร้องตั้งแต่ปี พ.ศ 2498 ระบุหน้าที่หนึ่งของเด็กคือ รู้จักออมประหยัดที่ใช้เพื่อปลูกฝังพฤติกรรมประหยัดอย่างต่อเนื่องกันมายาวนานถึงปัจจุบัน (Culture Surveillance Bureau, 2013) อีกทั้งแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในรัชกาลที่ 9 ทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะแก่พสกนิกรชาวไทย เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตและการพัฒนาตนเองให้ก้าวหน้าอย่างเป็นขั้นตอน และสามารถพึ่งพาตนเองเกิดความพอมีพอกินพอใช้ได้ ซึ่งรัฐบาลไทยหลายยุคหลายสมัยมีการส่งเสริมสนับสนุนให้ประชาชนมีพฤติกรรมประหยัดเก็บออม โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในการดำเนินชีวิต (Srirattanakul,

Tiraphairote, & Suvithayasiri, 2016) แต่ในปัจจุบันการก้าวสู่ยุคโลกาภิวัตน์ ที่คนในสังคมให้ความสำคัญกับวัตถุมากกว่าคุณค่าความรู้สึกทางจิตใจ มีความอยากได้อยากครอบครองทางวัตถุมากขึ้น เกิดค่านิยมแบบวัตถุนิยมที่ให้ความสำคัญกับเงิน ตลอดจนจนวัตถุอำนวยความสะดวกต่างๆ (Sereetrakul, 2013) ส่งผลให้เด็กและวัยรุ่นไทยจำนวนไม่น้อยให้ความสำคัญกับวัตถุสิ่งของ เช่น โทรศัพท์มือถือ เครื่องแต่งกาย เครื่องประดับ จนมีความต้องการใช้จ่ายเกินตน ขาดการเก็บออม (Samutachak, & Kanchanachitra, 2014) จนหลายครั้งที่เด็กและเยาวชนที่ขาดคุณธรรมด้านการประหยัด อาจเกิดการเรียนรู้และความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนไปว่าวัตถุสิ่งของต่างๆ นั้นสื่อถึงคุณค่าของบุคคล (Office of the Education Council, 2008) นักศึกษาพยาบาลเป็นกลุ่มวัยรุ่นและส่วนใหญ่เป็น



เพศหญิง ซึ่งนับเป็นกลุ่มเป้าหมายของสินค้าโฆษณาต่างๆ (Loudon & Bitta, 1993) ประกอบกับการที่ต้องมาอาศัยอยู่ในหอพักพยาบาล ต้องห่างจากการกำกับดูแลของครอบครัว รวมถึงต้องบริหารจัดการค่าใช้จ่ายต่างๆ ด้วยตนเอง ส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลที่ขาดทักษะในการบริหารจัดการตนเองหรือมีคุณธรรมด้านการประหยัดและอดออมต่ำ มีแนวโน้มที่จะได้รับอิทธิพลของค่านิยมแบบวัตถุนิยมและมีพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินไปกับการซื้อหาของใช้ที่เกินความจำเป็น ไม่ว่าจะเป็น เสื้อผ้า กระเป๋า รองเท้า โทรศัพท์มือถือ อันเป็นการบริโภคตามกระแสวัตถุนิยม (Samutachak & Kanchanachitra, 2014) ดังนั้นบทความวิชาการฉบับนี้มุ่งนำเสนอแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล โดยเน้นที่สาระเกี่ยวกับความหมายของพฤติกรรมประหยัด ความจำเป็นต้องส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมประหยัดของนักศึกษาพยาบาล และแนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล อันจะเป็นการส่งเสริมคุณธรรมด้านการประหยัดและอดออม และเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาลให้สามารถดำรงชีวิต อยู่ในสังคมวัตถุนิยมยุคปัจจุบันได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

ความหมายของพฤติกรรมประหยัด

พฤติกรรมประหยัด เป็นคุณธรรมหนึ่งในคุณธรรมพื้นฐาน 8 ประการ ซึ่งกระทรวงศึกษาธิการประกาศนโยบายเร่งรัดการปฏิรูปการศึกษา โดยยึดหลักคุณธรรมนำความรู้ เพื่อใช้เป็นพื้นฐานของกระบวนการเรียนรู้ ทั้งนี้เด็กและวัยรุ่นผู้ที่ได้รับการบ่มเพาะคุณธรรมในด้านความประหยัดจะเข้าใจถึงฐานะการเงินของตนไม่ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่ายเกินตัวรู้จักคุณค่าของเงินและรู้จักเก็บออม (Office of the Education Council, 2008) ซึ่งสอดคล้องกับค่านิยมหลักของไทย 12 ประการ เกี่ยวกับการดำรงตนโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย ขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม โดยมีภูมิคุ้มกันที่ดี (Office of the Basic Education Commission, 2016)

สำหรับความหมายของคำว่า "ประหยัด" ในบริบททางเศรษฐกิจหมายถึง การออมรายได้ที่เหลือหลังจากหักการบริโภคในปัจจุบันในช่วงระยะเวลาหนึ่ง การประหยัดจึงถือเป็นส่วนที่เหลือของรายได้ลบด้วยการบริโภคในปัจจุบัน ส่วนในบริบททางจิตวิทยา ประหยัด หมายถึง กระบวนการที่ไม่ใช้เงินในช่วงเวลาปัจจุบันเพื่อใช้ในอนาคต (Warneryd, 1999; Kamarudin&Hashim, 2018) อีกทั้งพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 นั้นได้นิยามคำว่า "ประหยัด" ไว้ว่า หมายถึง "การยับยั้งระมัดระวัง ใช้จ่ายแต่พอควรแก่ฐานะ" ดังนั้นผู้ที่มีพฤติกรรมความประหยัดจะเรียนรู้ที่จะดำเนินชีวิตในรูปแบบที่เรียบง่าย ประหยัดได้ถึงฐานะการเงินของตน ถนอมใช้จ่ายตามฐานะตน ด้านกระทรวงศึกษาธิการได้ให้ความหมายของพฤติกรรมประหยัดว่าหมายถึง ผู้ที่ดำเนินชีวิตความเป็นอยู่อย่างเรียบง่าย รู้จักฐานะการเงินของตน คิดก่อนใช้ คิดก่อนซื้อ เก็บออม ถนอมใช้ทรัพย์สิน สิ่งของอย่างคุ้มค่า เป็นการใช้ในปริมาณน้อย แต่ก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดไม่ฟุ่มเฟือยฟุ้งเฟ้อ รู้จักทำบัญชีรายรับรายจ่ายของตนเองอยู่เสมอ (Office of the Education Council, 2008)

จะเห็นได้ว่า พฤติกรรมประหยัด จึงเป็นการกระทำที่แสดงออกถึงการใช้จ่ายที่ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่ก่อหนี้สิน เลือกซื้อเฉพาะสิ่งที่มีคุณค่า มีประสิทธิภาพ คำนึงถึงความคุ้มค่า และให้เกิดประโยชน์สูงสุดจากการใช้จ่าย รวมถึงการเก็บเงินส่วนที่เหลือจากการบริโภคในลักษณะของการออมไว้ใช้จ่ายทั้งในปัจจุบันและอนาคต

ความจำเป็นต้องส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล

การก้าวเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางความคิดและค่านิยมของคนในสังคม เกิดกระแสค่านิยมแบบวัตถุนิยม อีกทั้งค่านิยมแบบวัตถุนิยมถูกกระตุ้นจากความเจริญทางเทคโนโลยีที่เชื่อมโยงกันด้วยการสื่อสารที่รวดเร็วและทันสมัย รวมทั้งการแข่งขันทางเศรษฐกิจและบุคคลใกล้ชิด ค่านิยมแบบวัตถุนิยมจึงเป็นความเชื่อของปัจเจกบุคคลที่ให้ความสำคัญแก่เงินและสิ่งที่เป็นรูปธรรม ตลอดจนวัตถุนิยมความสะดวกต่างๆ เป็นการ

ใช้ชีวิตเพื่อการใฝ่หาและมุ่งครอบครองทรัพย์สินสมบัติ (Sereetrakul, 2013) การเปลี่ยนแปลงทางความคิด และ ค่านิยมแบบวัตถุนิยมของคนในสังคมเหล่านี้ ล้วนส่งผล ต่อการเปลี่ยนแปลงบริบทของสิ่งแวดล้อมของเด็กและ วัยรุ่น รวมถึงนักศึกษาพยาบาลที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นด้วย เช่น เดียวกับวัยรุ่นไทยอื่นๆ นักศึกษาพยาบาลเองก็ได้รับ ค่านิยมแบบวัตถุนิยมมาจากการที่สื่อมวลชนได้เผยแพร่ ภาพและข่าวสารที่สะท้อนให้เห็นเกี่ยวกับค่านิยมในเรื่อง ความหรูหราฟุ่มเฟือย มากกว่าการส่งเสริมพฤติกรรมความ ประหยัดและการอดออม ประกอบกับรูปแบบการใช้จ่ายใช้ สอยในปัจจุบันมีช่องทางที่หลากหลายมากขึ้นกว่าในอดีต โดยเฉพาะเมื่อมีอินเทอร์เน็ต การซื้อของออนไลน์ ซึ่งเป็น รูปแบบใหม่ในการเลือกซื้อของและเป็นช่องทางที่เป็น ที่นิยมในกลุ่มนักศึกษาวัยรุ่น (Chirdchupunseree & Chantuk, 2016) หากนักศึกษาเหล่านี้ไม่ระมัดระวังการ ใช้จ่าย อาจทำให้ประสบปัญหาทางการเงิน แต่ด้านนักศึกษา เรียนรู้ที่จะประหยัด รู้จักการออมเงิน จะให้นักศึกษา สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข (Sereetrakul, 2014)

จากข้อมูลการสำรวจและวิจัยที่ดำเนินการทั่วประเทศ โดยมูลนิธิสถาบันวิจัยนโยบายเศรษฐกิจการคลังในปี พ.ศ. 2556 (Fiscal Policy Research Institute Foundation, 2013) ที่สอบถามทัศนคติของนักศึกษาที่มีต่อเงินในหลายๆ พื้นที่ พบว่าส่วนใหญ่ นักศึกษามีเงินออมไม่มากพอที่จะจัดการ กับสถานการณ์ที่ไม่คาดคิดมาก่อนได้ หรือในบางราย ก็ไม่มีเงินออมเลย ในด้านของผลิตภัณฑ์ทางการเงิน นักศึกษาจำนวนมากมีบัญชีออมทรัพย์กับธนาคาร แต่ส่วนใหญ่ไม่มีการวางแผนทางการเงิน และพบว่า มีนักศึกษาจำนวนมาก โดยเฉพาะนักเรียนนักศึกษาวัยรุ่น ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอาชีวศึกษาและมหาวิทยาลัย ที่รู้สึกพึงพอใจกับระดับการบริโภคและการใช้จ่ายใน ปัจจุบันของตนเอง (Kenan Foundation Asia, 2015) ซึ่งในหลายๆกรณีนักเรียนนักศึกษาตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์ หรือการบริการตามกระแสสังคมวัตถุนิยม สอดคล้องกับ การศึกษาของกูเบิร์ต สมุทจักร และมนสิการ กาญจนะจิตรา (Samutachak & Kanchanachitra, 2014) พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักเรียนนักศึกษาอายุตั้งแต่ 12-18 ปี มีคะแนน

ความเป็นวัตถุนิยมสูงกว่าพฤติกรรมอื่นๆ ถึงแม้สถาบัน การศึกษาหลายแห่งพยายามใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง ให้นักศึกษานำมาใช้ในการดำรงชีวิต แต่จาก ผลสำรวจความเข้าใจของวัยรุ่นไทยต่อปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง จำนวน 1,908 คน พบว่ามี 6 พฤติกรรมสำคัญของ วัยรุ่น ที่มองว่าสวนทางกับการใช้ชีวิตตามหลักปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียง 3 อันดับแรกได้แก่ การใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ร้อยละ 28.44 รับประทานอาหารราคาแพงร้อยละ 21.8 และใช้ชีวิตหรูหราเกินจำเป็นร้อยละ 10.15 (Khahawong, 2016) นอกจากนี้ นักเรียนนักศึกษาวัยรุ่นในปัจจุบันอยู่ใน ช่วงวัยตามเจนเอเรชั่น (Generation) ที่เรียกว่า Gen Z (ผู้ที่ เกิดปีพ.ศ.2544 เป็นต้นไป) เป็นช่วงวัยที่มีความรอบรู้ ทางการเงินพื้นฐานยังไม่ได้ฝึก ยังไม่เห็นความสำคัญ ของการตั้งเป้าหมายทางการเงินระยะยาว เน้นเพียงสามารถ ใช้เงินที่ได้มาให้เพียงพอต่อค่าใช้จ่าย รวมทั้งยังไม่เห็น ความสำคัญของการเก็บออม และไม่ได้เก็บออมในวิธีที่ เหมาะสม (Bank of Thailand, 2016) พฤติกรรมการใช้จ่าย เช่นนี้กำลังทำให้เกิดข้อวิตกว่า จะทำให้นักเรียนนักศึกษา วัยรุ่นซึ่งเป็นกลุ่มประชากรที่จะเป็นรากฐานและเป็น กำลังหลักอันสำคัญในการพัฒนาสังคมไทยที่เข้าสู่ สังคมผู้สูงอายุ และเป็นกำลังหลักในการดูแลผู้สูงอายุและ เด็กในอนาคตจะมีความเสี่ยงต่อความเป็นวัตถุนิยม (Sereetrakul, 2013)

นักศึกษาพยาบาลนับเป็นนักศึกษาวัยรุ่น และ ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาหญิงที่มีแนวโน้มการอยู่ในกระแส สังคมวัตถุนิยม และบริโภคนิยม (Loudon, & Bitta, 1993) นอกจากนี้ นักศึกษาพยาบาลเหล่านี้มาจากครอบครัว ชนชั้นกลางที่มักมีการใช้เงินเพื่อใช้ในการศึกษา ค่าใช้จ่าย ในการดำรงชีพ และภาษีสังคมสูง ไม่ว่าจะเป็น การแต่งตัว การใช้สิ่งของด้านเทคโนโลยีที่ทันสมัยซึ่งมีราคาสูง แฝงกัน เช่น เครื่องประดับ เครื่องบำรุงผิวพรรณ (Chirdchupunseree & Chantuk, 2016) จะเห็นได้ว่าสินค้าเหล่านี้เป็นรายการ สินค้าที่กลายเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิตของนักศึกษาวัยรุ่น รวมถึงนักศึกษาพยาบาลซึ่งสะท้อนถึงลักษณะการบริโภค ตามค่านิยมวัตถุนิยม และการใช้จ่ายเกินวัย (Samutachak & Kanchanachitra, 2014) ดังจะเห็นได้จากการศึกษา

เกี่ยวกับพฤติกรรมประหยัด และการออมของนักศึกษาพยาบาล พบว่านักศึกษาพยาบาลไม่มีรายรับส่วนตัวสุทธิเหลือเพื่อการออม จึงไม่มีเงินออมหรือ ถึงแม้จะมีการออม แต่ก็เป็นกรออมในระยะสั้น เมื่อมีเงิน ไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายก็นำเงินออมมาใช้เนื่องจากมีค่าใช้จ่ายสำหรับการบริโภค และซื้อสินค้าและบริการทางสุขภาพเช่น ซื้อเสื้อผ้าตามแฟชั่นตามสมัยนิยม ให้รางวัลตนเองโดยซื้อสิ่งของตามที่ต้องการ รวมทั้งนักศึกษาส่วนใหญ่ไม่มีการจดบัญชีรายรับรายจ่าย (Srirattanakul et al., 2016; Maneelarp et al., 2018) อีกทั้งการจัดการเรียนการสอนทางการพยาบาลในปัจจุบันยังขาดการพัฒนาความรู้ทางการเงิน (Financial literacy) ทำให้นักศึกษาอาจเกิดปัญหาทางการเงินขึ้น (Chirdchupunseree & Chantuk, 2016) ดังนั้น การสนับสนุนและส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาลในยุควัตดูนิคม จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้นักศึกษามีการสร้างภูมิคุ้มกันให้ตนเองสำหรับอนาคต ส่งผลให้นักศึกษาได้มีการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ให้สามารถดำรงชีวิตของตนเองได้อย่างมีคุณค่าต่อไป

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมประหยัดของนักศึกษาพยาบาล

เมื่อพิจารณาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมประหยัดของนักศึกษาพยาบาล พบว่าได้มีการกล่าวถึงปัจจัยที่สำคัญด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยอื่นๆ ดังนี้

ปัจจัยด้านบุคคล พบว่ามี 2 ปัจจัยหลักได้แก่ การรับรู้ความสามารถตนเอง และความสามารถในการคิดวิเคราะห์ โดยการรับรู้ความสามารถตนเอง (Perceived self-efficacy) ในที่นี้หมายถึง ความเชื่อในความสามารถของตนในการกระทำหรือปฏิบัติงานหนึ่งๆ ให้สำเร็จลุล่วงไปตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ตามแนวคิดทฤษฎีการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy theory) ของอัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) กล่าวถึงแหล่งที่สร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง ได้แก่ (1) ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (2) การเห็นตัวแบบในสังคม (3) การใช้คำพูดชักจูง และ (4) การกระตุ้นทางอารมณ์ (Bandura, 1994)

การรับรู้ความสามารถของตนเองนี้ จะเป็นสิ่งที่สร้างแรงจูงใจให้นักศึกษาพยาบาลแสดงพฤติกรรมต่างๆ โดยนักศึกษาพยาบาลที่มีการรับรู้ความสามารถตนเองสูง จะเชื่อว่าตนสามารถทำงานที่จะต้องทำหรืองานที่ได้รับมอบหมายได้สำเร็จ มีความท้าทายที่จะทำงานหรือเรียนรู้อะไรใหม่ๆ และใช้ความพยายามอย่างเต็มที่ในการทำงานนั้นๆ (Lamsupasit, 2013; Sutthisakom, 2016) การรับรู้ความสามารถของตนเองจะเป็นสิ่งกระตุ้นต่อการปฏิบัติพฤติกรรมทั้งโดยตรงจากความคาดหวังผลลัพธ์ที่เกิดจากการทำพฤติกรรมนั้นๆ และมีผลกระทบโดยอ้อมผ่านการรับรู้อุปสรรค (Bandura, 1994) ดังนั้นการที่นักศึกษาพยาบาลมีการรับรู้ความสามารถตนเองสูงก็จะทำให้นักศึกษาพยาบาลเหล่านี้ตัดสินใจเกี่ยวกับความสามารถของตนเองที่จะจัดการดำเนินการกระทำพฤติกรรมการใช้จ่ายอย่างประหยัด และสามารถควบคุมตนเองเพื่อจัดการกับสถานการณ์ที่ท้าทายความประหยัดได้ด้วยความอดทนไม่ที่อดง่าย จนบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ (Otto, 2013) ดังจะเห็นจากการศึกษาวิจัยที่ผ่านมา สนับสนุนว่าผู้ที่มีการรับรู้ความสามารถตนเองสูงจะมีพฤติกรรมประหยัด และมีการจัดการและแก้ไขปัญหาทางการเงินสูงด้วยเช่นกัน (Danes & Haberman, 2007; Otto, 2009; Lim, Heckman, Montalto, & Letkiewicz, 2014)

นอกจากการรับรู้ความสามารถตนเองแล้ว ยังมีอีกปัจจัยที่มีความสำคัญต่อพฤติกรรมประหยัด คือความสามารถในการคิดวิเคราะห์ (Analytical Thinking) ความสามารถในการคิดวิเคราะห์เป็นรากฐานสำคัญของการเรียนรู้ และการดำเนินชีวิต บุคคลที่มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ จะมีความสามารถด้านต่างๆเหนือกว่าบุคคลอื่นทั้งด้านสติปัญญาและการดำเนินชีวิต การคิดวิเคราะห์เป็นพื้นฐานของการคิดทั้งหมด เป็นความคิดในการจำแนกแยกแยะข้อมูล องค์ประกอบของสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นวัตถุ เรื่องราว เหตุการณ์ต่างๆ ออกเป็นส่วนย่อยๆ มีการพิจารณาใคร่ครวญทุกด้านทุกมุมอย่างลึกซึ้ง (Susoarar, 2008) ในด้านพฤติกรรมประหยัด หากนักศึกษาก่อการคิดวิเคราะห์ก่อนการใช้จ่าย ทำให้รู้จักบริหารการใช้จ่ายเงินอย่างพอดีกับความจำเป็นของตนเอง

เลือกใช้จ่ายในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสิ่งจำเป็นในการดำรงชีพ เป็นการประมาทตน และประมาทเงิน อีกทั้งมีการยับยั้งใจซึ่งใจในการตัดสินใจใช้เงินที่ตนเองมีอยู่ โดยคำนึงถึงคุณค่า ประสิทธิภาพและประโยชน์สูงสุดจากการใช้จ่าย เช่น การไม่ซื้อไม่บริโภคสินค้าที่แพงหรือฟุ่มเฟือย หรือสินค้าที่เกินความจำเป็นในการดำเนินชีวิต การรู้จักเลือกซื้อสินค้าที่มีประโยชน์ต่อตนเอง (Lersthavorntham, Swangwatanasade, & Klayhirun, 2015; Chalimah, Martono, & Khafid, 2019) ถ้านักศึกษาไม่มีกระบวนการคิดก่อนใช้เงิน อาจทำให้พวกเขาใช้เงินได้โดยง่าย ขาดความคิดการไตร่ตรองในการใช้จ่าย ใช้จ่ายโดยขาดการวางแผนล่วงหน้า ซื่อตามความชอบอย่างลึบปล้นทันที ทำให้ขาดวิจารณญาณในการใช้จ่ายเป็นเหตุให้ไม่สามารถประหยัดได้ (Samutachak & Kanchanachitra, 2014; Lersthavorntham et al., 2015)

ปัจจัยด้านครอบครัว เนื่องจากครอบครัวเป็นหน่วยทางสังคมที่เป็นต้นแบบทางค่านิยม จิตใจ การกระทำ ตลอดจนบุคลิกภาพโดยรวมต่อเด็ก ผ่านการอบรมสั่งสอนของครอบครัว (Warneryd, 1999; Otto, 2013) และพฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลยังมีความเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้โดยการสังเกต หรือเลียนแบบจากสิ่งแวดล้อมที่อยู่ในครอบครัว (Bandura, 1994) ดังนั้นการที่บุคคลเห็นแบบอย่างพฤติกรรมประหยัด และเก็บออมเงินจากบุคคลในครอบครัว เกิดความพึงพอใจและเล็งเห็นคุณค่าและความสำคัญของการประหยัดและเก็บออมเงินว่าเป็นสิ่งที่มีประโยชน์ต่อตนเอง และครอบครัว บุคคลก็จะแสดงออกหรือลอกเลียนแบบพฤติกรรมการประหยัด เช่น เด็กจะสังเกตพฤติกรรมการหาเงินและใช้จ่ายเงินจากบุคคลใกล้ชิดเช่น การเก็บออมเงิน การนำเงินไปฝากธนาคาร การเลือกซื้อเลือกใช้อย่างคุ้มค่าเงินเป็นต้น (Otto, 2009; Chalimah et al., 2019) บุคคลในครอบครัวและสถานศึกษาจึงเป็นต้นแบบที่สำคัญต่อการสร้างคุณค่าทางจริยธรรมนักศึกษาพยาบาลในสังคมด้วยเช่นกัน

ปัจจัยด้านอื่นๆ เช่น อิทธิพลของเพื่อน (Peer Influence) นักศึกษาพยาบาลวัยรุ่นนับเป็นช่วงวัยที่เพื่อนเริ่มจะเข้ามามีบทบาทในการใช้ชีวิตมากขึ้น เนื่องจากการ

ต้องมาใช้ชีวิตในหอพักพยาบาลและต้องห่างจากครอบครัว จึงทำให้กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อนักศึกษา นอกเหนือจากครอบครัว (Sutthisakom, 2016; Lersthavorntham et al., 2015) การศึกษาที่ผ่านมา (Otto, 2009; Kamarudin & Hashim, 2018) ได้ระบุว่า วัยรุ่นใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับเพื่อน เพื่อนจึงมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาการด้านจิตใจ อารมณ์ และพฤติกรรมของวัยรุ่นมาก กลุ่มเพื่อนทำให้วัยรุ่นมีตัวแบบ และมีแหล่งข้อมูลป้อนกลับด้านพฤติกรรมลักษณะของเพื่อนในวัยเดียวกันจึงมีอิทธิพลให้เกิดการชักจูง และการเลียนแบบให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมหรือไม่เหมาะสมได้ (Bandura, 1994) โดยเฉพาะวัยรุ่นที่อยู่ในเจนเนอเรชั่น Z กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรมต่างๆ (Sutthisakom, 2016) มีการศึกษาวิจัยหลายเรื่องที่สนับสนุนว่ากลุ่มเพื่อนเป็นปัจจัยมีอิทธิพลต่อการมีพฤติกรรมประหยัด และพฤติกรรมการใช้จ่ายในยุควัตุนิยมในบุคคล (Otto, 2013; Sereetrakul, 2013; Samutachak & Kanchanachitra, 2014)

ปัจจัยด้านอื่นๆ ต่อมา ได้แก่ ความรอบรู้ทางการเงิน (Financial Literacy) จากแนวคิดการพัฒนาเยาวชนเพื่อเข้าสู่ศตวรรษที่ 21 ความรอบรู้ทางการเงินเป็นด้านหนึ่งของพื้นฐานความรู้และทักษะเพื่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ 21 เป็นการรู้วิธีการที่เหมาะสมสำหรับการสร้างตัวเลือกเชิงเศรษฐศาสตร์/เศรษฐกิจ และความเข้าใจบทบาทในเชิงเศรษฐศาสตร์ที่มีต่อสังคมสิ่งแวดล้อม (Office of the Basic Education Commission, 2016) ความรอบรู้ทางการเงินหมายถึง การมีความรอบรู้และความเข้าใจแนวความคิดที่เกี่ยวกับการเงิน ความเสี่ยงทางการเงิน รวมถึงทักษะแรงจูงใจ และความเชื่อมั่นที่จะใช้ความรู้และความเข้าใจเหล่านี้ในวางแผนและตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพ ในหลากหลายบริบททางการเงิน สามารถวางแผนและบริหารจัดการเงินได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งในด้านการใช้จ่ายการเก็บออม และการจัดการหนี้สินซึ่งเป็นภูมิคุ้มกันทางการเงินสำคัญที่จะช่วยเพิ่มพูนความมั่นคงในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและครอบครัวสามารถรับมือกับความท้าทายต่างๆ ได้อย่างมั่นคง (Bank of Thailand, 2016; Alekam, Mohammed, Salleh, & Salniza, 2018) ความรอบรู้ทาง

การเงินเป็นชุดของแนวคิดที่เกี่ยวข้องกัน 3 หลัก (Kenan Foundation asia, 2015) คือ (1) การตระหนักรู้ทางการเงิน (Financial awareness) (2) ความสามารถทางการเงิน (Financial competence) และ (3) ความรับผิดชอบทางการเงิน (Financial responsibility) อีกทั้งความรู้ทางการเงิน จะส่งผลทางอ้อมให้บุคคลลดรายจ่ายและเพิ่มการออมเงินรายเดือน มีความตระหนักในการออมเงินที่สูง ลดพฤติกรรมแบบวัตถุนิยมลง และเพิ่มสมรรถนะการใช้จ่ายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (Intaravorrathat, Chetsumon, & Traimongkolkul, 2014) ซึ่งการที่บุคคลในครอบครัวมีความรู้ทางการเงินเช่น มีวิธีการที่จะจัดสรรเงิน การวางแผนงบประมาณการเงินที่เหมาะสม มีการเก็บออม ยิ่งส่งผลให้บุคคลในครอบครัวมีพฤติกรรมประหยัด (Chalimah et al., 2019) มีงานวิจัยหลายเรื่องที่ระบุว่าความรู้ทางการเงินมีความสัมพันธ์มากกับพฤติกรรมประหยัดของวัยรุ่น และพบว่าวัยรุ่นที่มีระดับความรู้ทางการเงินสูงมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมประหยัดสูง (Intaravorrathat, Buayeam, Wongthai, Kanloun, Unjan, & Woraurai, 2012; Alekam et al., 2018; Kamarudin & Hashim, 2018)

อย่างไรก็ตาม ปัจจัยที่เกี่ยวกับพฤติกรรมการประหยัดในนักศึกษาพยาบาลแต่ละชั้นปี อาจมีความแตกต่างกันไปในแต่ละชั้นปี เช่น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายต้องปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต ความเป็นอยู่จากครอบครัวมาอยู่หอพักกับเพื่อนใหม่ และรุ่นพี่ ต้องดูแลตนเองในทุกเรื่องรวมทั้งค่าใช้จ่ายของตนเอง พ่อแม่เริ่มมีบทบาทน้อยลง นักศึกษาจำเป็นต้องคิดวิเคราะห์ และมีความรู้ทางการเงินในการจัดสรรค่าใช้จ่ายด้วยตนเอง เช่น นักศึกษาต้องมีการจัดสรรเงินก่อนใช้จ่าย ใช้จ่ายให้พอดีกับรายรับเพื่อไม่ให้ตนเองเดือดร้อน และไม่ยอกได้ในสิ่งที่เกินรายรับที่มี การใช้จ่ายโดยมีการวางแผนค่าใช้จ่าย เพื่อให้รายจ่ายสมดุลกับรายรับ รวมทั้งคำนึงถึงความจำเป็นและประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต (Lersthavorntham et al., 2015; Chirdchupunseree & Chantuk, 2016) ในขณะที่นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 และ 4 จะมีการฝึกภาคปฏิบัติในแหล่งฝึกนอกวิทยาลัย และมีกิจกรรมที่

จะเตรียมจบการศึกษา ทำให้ให้นักศึกษาเห็นความสำคัญของการประหยัดค่าใช้จ่ายของตนเองมากขึ้น มีการจัดสรรเงินออกเป็นส่วน ๆ โดยเก็บเป็นเงินออมก่อนใช้ อาจทำให้มีการออมอย่างต่อเนื่อง โดยนักศึกษามีการแสดงพฤติกรรม การออมเงินและใช้จ่ายให้น้อยที่สุด ใช้เงินให้คุ้มค่า มีการออมเงินอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง แต่เป็นการออมระยะสั้น สำหรับการวางแผนการออมในระยะยาวนั้น มีการวางแผนการออมไว้แต่ทำไม่ได้ยาก (Lersthavorntham et al., 2015; Maneelarp et al., 2018) มีงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษาพยาบาลพบว่านักศึกษาพยาบาล มีเงินใช้จ่ายเพียงพอแต่ไม่มีเงินออม (Srirattanakull et al., 2016; Maneelarp et al., 2018)

แนวทางการส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาลให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยผ่านกระบวนการทางการศึกษา ต้องตั้งอยู่บนหลักการที่เป็นการพัฒนาที่สมบูรณ์รอบด้าน ไม่ว่าจะเป็นทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคม โดยเฉพาะสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงไปสู่การมีค่านิยมแบบวัตถุนิยมมากขึ้น สถาบันการศึกษาพยาบาล จำเป็นที่จะต้องมีการเตรียมความพร้อมของนักศึกษาให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ 21 และสามารถปรับตัวได้อย่างชาญฉลาด ให้กับตามเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ และกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ โดยเฉพาะการส่งเสริมพฤติกรรมประหยัด ไม่ใช่ชีวิตไปตามกระแสวัตถุนิยม ข้อมูลจากการทบทวนทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ในช่วงที่ผ่านมา นำมาสู่ข้อเสนอแนะแนวทางสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรมการประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล โดยเฉพาะแนวคิดของ Bandura ในการสร้างเสริมพฤติกรรมประหยัดด้วยการส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเองผ่านแหล่งที่สร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง 2 แหล่งที่นักศึกษาพยาบาลสามารถฝึกปฏิบัติได้ด้วยตนเอง ได้แก่ (1) การมีประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จในด้านการประหยัด (2) การเห็นตัวแบบ

ในสังคม ทั้งนี้แนวทางสำหรับการส่งเสริมพฤติกรรม การประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาล ในรูปแบบต่างๆ ทั้ง 5 ด้านมีดังนี้

1. ส่งเสริมให้นักศึกษารับรู้ความสำเร็จของความ ประหยัด

การศึกษาวิจัยที่ผ่านมาระบุว่า บุคคลที่มีการรับรู้ ความสามารถตนเองสูง จะมีพฤติกรรมประหยัดสูง ด้วยเช่นกัน (Otto, 2009; Danes & Haberman, 2007; Lim et al., 2014) ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า การส่งเสริมให้ นักศึกษาพยาบาลรับรู้ความสามารถตนเอง หรือการ ส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลมีความเชื่อในความสามารถ ของตนเอง ในด้านการประหยัดจะทำให้ให้นักศึกษามีพฤติกรรมประหยัดสูงตามไปด้วย ทั้งนี้ Bandura กล่าวถึงแหล่งที่สร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง ได้แก่ (1) ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (2) การเห็น ตัวแบบในสังคม (3) การใช้คำพูดชักจูง และ (4) การกระตุ้น ทางอารมณ์ (Bandura, 1994) ดังนั้นในประเด็นของการ ส่งเสริม ให้นักศึกษาพยาบาลรับรู้ความสำเร็จของความ ประหยัด เพื่อส่งเสริมการรับรู้ความสามารถของตนเอง ครู พยาบาล อาจต้องใช้คำพูดที่จูงใจให้นักศึกษารู้ถึงคุณค่า ความประหยัด เช่น เมื่อมีความจำเป็นต้องใช้เงินก็สามารถ มีเงินใช้เองได้โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น ประสบการณ์ที่ได้รับ ความสำเร็จจากการมีพฤติกรรมประหยัดด้วยตนเอง ซึ่งครู อาจต้องคอยๆ สร้างความสามารถให้นักศึกษาอย่างค่อยเป็น ค่อยไปพร้อมทั้งคำพูดชักจูงร่วมด้วย (Lamsupasit, 2013) จะทำให้นักศึกษารับรู้ถึงคุณค่าและประโยชน์ของพฤติกรรม ประหยัด ทำให้นักศึกษาเกิดความภาคภูมิใจและเลือก ที่จะปฏิบัติพฤติกรรมประหยัดอย่างต่อเนื่อง

2. ฝึกให้นักศึกษาเกิดกระบวนการคิดก่อนการใช้จ่าย ทุกครั้ง

ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ มีความสำคัญต่อ บุคคลในการช่วยเพิ่มขีดความสามารถในการแก้ปัญหา และอุปสรรคต่างๆ ที่พวกเขาเผชิญได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรม และ สามารถประยุกต์ความรู้มาใช้ในการป้องกันและแก้ไข

ปัญหา และมีการตัดสินใจที่มีประสิทธิภาพ โดยคำนึงถึง ผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม (Jutarosaga, 2013; Office of the Basic Education Commission, 2016) ทั้งนี้จากการศึกษาลักษณะคุณธรรม ด้านการประหยัดของนักศึกษาพยาบาล (Lersthavorntham et al., 2015) ที่ผ่านมาพบว่า การที่นักศึกษาจะประสบ ความสำเร็จในการปฏิบัติพฤติกรรมประหยัดได้นั้น มีขั้นตอนการเกิดพฤติกรรมจากการมีกระบวนการคิดวิเคราะห์ เป็น 3 ขั้นตอนคือ (1) คิดว่ามีเงินเพียงพอหรือไม่ โดย ประเมินการว่าใช้จ่ายเท่าที่มีอยู่ และไม่เกินรายรับ ของตนเอง (2) คิดว่าจำเป็นหรือไม่ ถ้าจำเป็นจึงจะซื้อ ถ้าไม่จำเป็นจะไม่ซื้อ และ (3) คิดว่าตนเองพอใจในสิ่งที่ มีอยู่หรือไม่ ถ้าพอใจจึงซื้อ ถ้าไม่พอใจจะแสวงหาของ ใหม่และตัดสินใจ กระบวนการคิดจึงมีความสำคัญที่ทำให้ เกิดกระบวนการยับยั้งชั่งใจในการใช้เงินที่มีอยู่ ทำให้ บุคคลสามารถควบคุมตนเองได้ เมื่อต้องเผชิญกับ สถานการณ์ที่ต้องตัดสินใจว่าจำเป็นจะใช้เงิน หรือไม่ใช้เงิน (Chalimah et.al., 2019)

ดังนั้นการที่สถานศึกษาพยาบาลมีการส่งเสริมให้ นักศึกษาใช้กระบวนการคิดในสถานการณ์ต่างๆ ทั้งภายใน และภายนอกห้องเรียนเป็นการฝึกให้นักศึกษามีกระบวนการ คิดใคร่ครวญซึ่งเป็นผลผลิตจากกระบวนการคิด และการ สะท้อนคิด ผลผลิตที่ได้จากกระบวนการเรียนรู้สุดท้าย คือ กระบวนการที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม ปัญหา เจตคติ และพฤติกรรม เกิดมุมมองใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม มีความพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ (Jutarosaga, 2013) ทำให้นักศึกษามีความสามารถ ที่จะ คิดแล้วสามารถเชื่อมโยง มองภาพรวม เข้าใจความเป็น องค์กรวม มองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างการใช้จ่ายตาม ความจำเป็น กับการใช้จ่ายตามค่านิยมวัตถุนิยมอย่างเข้าใจ และเป็นเหตุเป็นผล เกิดการเรียนรู้และสามารถนำมา ปฏิบัติ และเรียนกับชีวิตจริงเพื่อนำไปแก้ปัญหา กับ สถานการณ์ ที่เสี่ยงต่อการ ไม่สามารถมีพฤติกรรมประหยัด ในชีวิตประจำวันได้

3. การสร้างตัวแบบเพื่อกระตุ้นเตือนให้นักศึกษาเกิดพฤติกรรมประหยัด

การศึกษาที่ผ่านมา (Otto, 2013; Alekam et al., 2018; Kamarudin & Hashim, 2018) ระบุว่า ประสบการณ์ที่ประสบผลสำเร็จจากการประหยัด และการมีตัวอย่างที่ดีในการใช้จ่ายเงินของบุคคลในครอบครัวในวัยเด็กรวมทั้งการอยู่ในครอบครัวที่มีพฤติกรรมประหยัด สามารถสร้างทัศนคติทางการเงินให้เด็กเห็นความสำคัญของการมีพฤติกรรมประหยัดได้ เพราะเด็กมักลอกเลียนแบบ หรือทำที่รวมทั้งพฤติกรรมการใช้จ่ายของบิดามารดา หรือบุคคลในครอบครัว การได้ลอกเลียนแบบหรือได้แสดงท่าทางที่สอดคล้องกับคนที่ตนใกล้ชิดจะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกภูมิใจที่ตนสามารถมีพฤติกรรมใกล้เคียงกับคนที่ตนรักเคารพและศรัทธา ยิ่งเด็กได้รับการเสริมแรงเมื่อได้แสดงพฤติกรรมตามตัวแบบจะทำให้พฤติกรรมนี้เกิดขึ้นอย่างคงที่และสม่ำเสมอ (Lamsupasit, 2013; Otto, 2013; Alekam et al., 2018) ซึ่งในกรณีนักศึกษาพยาบาลต้องอาศัยอยู่ในหอพักนักศึกษาพยาบาลกับเพื่อน สถาบันการศึกษาอาจค้นหาต้นแบบการมีพฤติกรรมประหยัดจากกลุ่มรุ่นที่รุ่นน้องและเพื่อนนักศึกษาเพราะการได้เห็นหรือรับรู้การแสดงออกของเพื่อน ๆ ในการประหยัดและเก็บออมเงินจะทำให้เกิดพฤติกรรมเปลี่ยนแบบพฤติกรรมจากเพื่อน เช่น เห็นเพื่อน เก็บออมเงิน โดยนำเงินไปฝากกับธนาคารเพื่อนใช้จ่ายอย่างประหยัด เพื่อนมีการบริหารการใช้จ่ายเงินและเก็บออมเป็นต้น

4. ส่งเสริมให้นักศึกษามีพฤติกรรมการออม

พฤติกรรมการออม เป็นพฤติกรรมหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการใช้จ่ายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ที่ชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ความพอเพียงหมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผลรวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน โดยสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้ (Sundaravibhata, 2016) ทั้งนี้การเกิดพฤติกรรมการออมได้จริงนั้นขึ้นอยู่กับเงื่อนไข 4 ประการ (Intaravorrathat et al., 2012) คือ (1) ความตระหนักและ

ทัศนคติเชิงบวกต่อการออม (2) รายได้ส่วนบุคคลที่เพียงพอที่จะเกิดศักยภาพในการออม (3) การสนับสนุนเงินรายได้ส่วนบุคคลจากผู้ปกครองในลักษณะเงินก้อนที่เป็นจำนวนเงินคงที่ จะทำให้นักศึกษาสามารถวางแผนหรือคำนวณเงินออมในอนาคต และสร้างประสบการณ์การออมด้วยตนเองได้และ(4)ประสบการณ์ในการบริหารจัดการทางการเงินด้วยตนเองเช่นการตั้งเป้าหมายในการออมระยะสั้นและระยะยาว การไม่ทำบัตร ATM หรือการโอนเงินผ่านระบบออนไลน์ เพื่อป้องกันการใช้จ่ายฟุ่มเฟือยจากความสะดวกในการใช้เงิน

ในการศึกษาพยาบาลนักศึกษาจะต้องมีค่าใช้จ่ายส่วนอื่นที่นอกจากเงินทุนที่ได้รับจากกระทรวงสาธารณสุข เช่น ค่าใช้จ่ายตามความต้องการพื้นฐาน ความต้องการทางการศึกษา ความต้องการด้านวัตถุนิยม โดยเฉพาะนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 จะมีค่าใช้จ่ายก่อนจบการศึกษา เช่น ค่าใช้จ่ายด้านการศึกษา ค่าใช้จ่ายตามกระแสวัตถุนิยม (Chirdchupunseree & Chantuk 2016) ดังนั้นการออมของนักศึกษาพยาบาลควรเริ่มตั้งแต่เข้าเรียนพยาบาลในชั้นปีแรกโดยการส่งเสริมให้มีทัศนคติที่ดีต่อการออมเพื่อจะได้มีการออมเงินที่ต่อเนื่องสำหรับใช้ในชั้นปีสุดท้าย การรู้จักคิดและออมอย่างชาญฉลาดจึงเป็นการสร้างต้นทุนชีวิตให้นักศึกษาเช่น การเลือกใช้วิธีการออมที่เพิ่มพูนรายได้ วิธีการใช้จ่ายเงินได้ยากขึ้น จากการศึกษาคุณธรรมด้านการประหยัดของนักศึกษาพยาบาล (Lersthavorntham et al., 2015) พบว่ามีขั้นตอนการออมคือ 1) มีการวางแผนการใช้จ่ายที่ครอบคลุมรายรับรายจ่ายและเงินออม 2) จัดสรรเงินก่อนก่อนใช้จ่ายออกเป็นส่วนๆ อย่างชัดเจน โดยเก็บเป็นเงินออมก่อนใช้จ่าย 3) กำหนดกฎเกณฑ์ในการใช้เงินสำหรับตนเอง และปฏิบัติอย่างเคร่งครัดเช่น วางแผนว่าจะเก็บเงินสัปดาห์ละ 100 บาท ต้องทำให้ได้ ถ้าไม่ได้สัปดาห์ต่อไปต้องทำออมเงินเพิ่ม 4) ถ้ามีเงินเหลือต้องเก็บออมไว้เสมอ 5) มีเทคนิควิธีการกระตุ้นเตือนการออมของตนเอง และเมื่อนักศึกษาทำสำเร็จควรมีการเสริมแรงให้พฤติกรรมนั้นคงอยู่ต่อไป ทั้งนี้นักศึกษาพยาบาลแต่ละคนจะมีวิธีการออมที่แตกต่างกัน แต่แต่ละคนจะต้องหาวิธีที่เหมาะสมสำหรับตนเองเพื่อจะได้

พบวิธีการที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในการออม ถ้าทดลองวิธีหนึ่งแล้วไม่ได้ผล จะเรียนรู้และหาวิธีการใหม่ๆ ที่จะช่วยให้เกิดการออมได้ต่อเนื่อง (Intaravorrathat, et al., 2012)

5. เสริมสร้างความรอบรู้ทางการเงิน

การศึกษาวิจัยที่ผ่านมา(Intaravorrathat et al., 2012; Alekam et al., 2018; Kamarudin & Hashim, 2018) ให้ความเห็นว่า การที่บุคคลในครอบครัวมีความรอบรู้และความสามารถทางการเงินเช่นมีวิธีการที่จะจัดสรรเงิน การวางแผนงบประมาณการเงินที่เหมาะสม มีการเก็บออม ยิ่งส่งผลให้บุคคลในครอบครัวมีพฤติกรรมประหยัด ความรอบรู้ทางการเงินจึงมีความสัมพันธ์มากกับพฤติกรรมประหยัดของวัยรุ่น และพบว่าวัยรุ่นที่มีระดับความรู้ทางการเงินสูงจะมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมการใช้จ่ายอย่างประหยัดสูงเช่นกัน

ถึงแม้ปัจจุบันนักศึกษาพยาบาลจำนวนมากยังไม่ต้องรับผิดชอบต่อภาระทางการเงินภายในครัวเรือน แต่ก็ยังเป็นสิ่งจำเป็นที่นักศึกษาจะต้องเรียนรู้เกี่ยวกับความอยู่ดีมีสุขทางสถานะการเงินซึ่งการให้ความรอบรู้ทางการเงินแก่นักศึกษาในปัจจุบันพบว่ามี การให้ความรู้ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษา แต่ความรู้เหล่านั้นยังไม่เพียงพอเพราะยังมีนักศึกษาที่ประสบปัญหาการใช้เงินฟุ่มเฟือย และการไม่มีเงินออม (Intaravorrathat et al., 2014; Kenan Foundation Asia, 2015) ดังนั้นสถาบันการศึกษาพยาบาล ต้องมีการพัฒนาความรู้ทางการเงิน ที่จำเป็นในการบริหารจัดการการเงินส่วนบุคคลของนักศึกษา ทั้งในปัจจุบันและที่จะเกิดขึ้นในอนาคตให้นักศึกษา โดยนักศึกษาต้องสามารถแปลงความรู้ทางการเงินให้เป็นความสามารถทางการเงิน เช่น ความสามารถในการกำหนดค่าใช้จ่ายส่วนตัว มีการออมโดยผ่านกระบวนการเรียนรู้ทั้งในและนอกห้องเรียน เช่น การประกวดแข่งขัน การแสดงนิทรรศการ การทำค่ายผู้นำการทางธุรกิจจำลอง และการทำงานเสริมแบบไม่เต็มเวลา กิจกรรมในห้องเรียนที่ทำให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางคณิตศาสตร์และความรู้รอบรู้ทางการเงินโดยเชื่อมโยงกับกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทางด้าน

การศึกษาไม่จำเป็นต้องเพิ่มเนื้อหาความรู้ทางการเงินเข้าไปในหลักสูตรที่มีอยู่หรือสร้างวิชาที่เกี่ยวกับความรู้เรื่องความรู้ทางการเงินขึ้นมาใหม่ (Kenan Foundation Asia, 2015) ดังนั้นทุกภาคส่วนไม่ว่าจะเป็นบิดามารดา เพื่อนญาติพี่น้องสถาบันการศึกษาหรือกระทั่งสถาบันการเงินต้องพร้อมที่จะเป็นแหล่งเรียนรู้ทางการเงินที่ดีให้กับนักศึกษาให้สามารถให้ความรู้ความเข้าใจทัศนคติทางการเงินที่ถูกต้องเพียงพอทันสมัยซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าบุคคลและชุมชนรอบข้างก็ต้องได้รับการพัฒนาความรู้ความเข้าใจทางการเงินควบคู่ไปกับนักศึกษาด้วย(Intaravorrathat et al., 2012) ที่สำคัญการพัฒนาดังกล่าวต้องปฏิบัติไปพร้อมกับการปรับฐานการคิดในการดำเนินชีวิตของนักศึกษาให้โน้มเอียงสู่ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ตรงกับบริบทชีวิตของนักศึกษาเช่นกัน

สรุป

ในสังคมยุคปัจจุบันที่มีความทันสมัยของเทคโนโลยีและการปรับเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและค่านิยมของบุคคล ส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลซึ่งยังอยู่ในช่วงวัยรุ่นอาจมีพฤติกรรมการใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือยเกินความจำเป็น และเกินฐานะของตนเองตามกระแสสังคมวัตถุนิยม ไม่ว่าจะด้วยปัจจัยใดๆ ก็ตาม ในบทบาทของอาจารย์ที่อยู่ในสถาบันการศึกษาพยาบาลจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องทำความเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดังกล่าวและหาแนวทางปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้จ่ายนักศึกษา โดยการส่งเสริมพฤติกรรมประหยัดสำหรับนักศึกษาพยาบาลเหล่านี้ไม่ว่าจะเป็นการส่งเสริมให้นักศึกษารับรู้ความสำเร็จของความประหยัด การฝึกให้นักศึกษาเกิดกระบวนการคิดก่อนการใช้เงินทุกครั้ง การสร้างตัวแบบเพื่อกระตุ้นเตือนให้นักศึกษาเกิดพฤติกรรมประหยัดส่งเสริมให้นักศึกษามีพฤติกรรมออมและเสริมสร้างความรอบรู้ทางการเงิน ทั้งนี้เพื่อให้นักศึกษาพยาบาลเหล่านี้สามารถใช้ชีวิตอยู่ในกระแสสังคมวัตถุนิยมได้อย่างมีคุณภาพ

เอกสารอ้างอิง

- Alekam, E., Mohammed, J., Salleh, B. M., & Salniza, M. (2018). The effects of family, peer, behavior, saving and spending behavior on financial literacy among young generations. *International Journal of Organization Leadership*, 7, 309-323.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran, (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (pp. 71-81). New York: Academic Press.
- Bank of Thailand. (2016, August). *Financial literacy survey and guidelines for bank of Thailand*. Retrieved 4 August 2019 from https://www.bot.or.th/Thai/AboutBOT/Activities/Documents/Article_23Aug2018_1.pdf. [In Thai].
- Chalimah, S. N., Martono, S., & Khafid, M. (2019). The saving behavior of public vocational high school students of business and management program in Semarang. *Journal of Economic Education*, 8(1), 22-29.
- Chirdchupunseree, H., & Chantuk, T. (2016). The pattern analysis of spending from demand for money of nursing students in Private University. *Veridian E-Journal, Silpakorn University*, 9(2), 597-609. [In Thai].
- Culture Surveillance Bureau. (2013, September). *Source"Song for children duty*. Retrieved 11 January 2019 from https://www.m-culture.go.th/surveillance/ewt_news.php?nid=820&filename=index. [In Thai].
- Danes, S. M., & Haberman, H. R. (2007). Teen financial knowledge, self-efficacy, and behavior: A gendered view. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 18(2), 48-60.
- Fiscal Policy Research Institute Foundation. (2013). 2013 Financial Literacy Survey in Thailand. A research project funded by the Fiscal Policy Office, Bangkok, Ministry of Finance. [In Thai].
- Intaravorrathat, P., Buayeam, P., Wongthai, S., Kanloun, T. Unjan, P., & Woraurai, N. (2012). Factors and conditions influencing saving behaviors of college students: A case study of Suan Dusit Rajabhat University. *Kasetsart Journal (Soc.Sci)*, 33, 55-66. [In Thai].
- Intaravorrathat, P., Chetsumon, S., & Traimongkolkul, P. (2014). Causal factors influencing indebtedness of undergraduate students in Bangkok. *Kasetsart Journal (Soc. Sci)*, 35, 1-15. [In Thai].
- Jutarosaga, M. (2013). *Systems thinking: teaching application*. Nontaburi: Tana Press Co., Ltd. [In Thai].
- Kamarudin, Z. B., & Hashim, J. H. (2018). Factor affecting the saving behavior of TAJ International College students. *The Journal of Management and Science (ALQIMAH)*, 4(1), 1-15.
- Kenan Foundation Asia. (2015). *Literacy improvement for better finance in Thailand*. Retrieved 4 August 2019 from https://thaipublica.org/wp-content/uploads/2015/03/1.Citi-LIFT-FL-Research-Report-THAI_Draft.pdf. [In Thai].
- Khahawong, T. (2016, December 10). Teens ready to apply the philosophy of sufficient economy. [Electronic version]. *Thairat*. Retrieved 19 August 2019 from <https://www.thairath.co.th/content/813676>. [In Thai].
- Lamsupasit, S. (2013). *Theories and Techniques in Modification*. Bangkok: Chulalongkorn University. [In Thai].
- Lersthavorntham, K., Swangwatanasade, O., & Klayhirun, W. (2015). Characteristics of a Virtue among the Nursing Students at Boromarajonani



- College of Nursing, Ratchaburi. *Journal of Teaching and Education*, 4(2), 531-538. [In Thai].
- Lim, H., Heckman, S., Montalto, C. P., & Letkiewicz, J. (2014). Financial stress, self-efficacy, and financial help-seeking behavior of college students. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 25(2), 148-160.
- Loudon, D. L., & Bitta, A.J., (1993). *Consumer Behavior: Concepts and Applications* (4th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Maneelparp, S., Sisaeng, P., Chuonsong, M., Mechawesom, W., Pancharoen, P., Jindakun, P., & Sarasuk, S. (2018). The saving behavior of the first and second year nursing student at Boromarajonani College of Nursing SuratThani. In *Proceedings of the Active Learning: Challenges Innovations 2018*. (pp. 519-529). Nakhon Si Thammarat: Walailak University. [In Thai].
- Office of the Basic Education Commission. (2016). *Learning Management in 21 century skills*. Retrieved 4 August 2019 from https://webs.rmutl.ac.th/assets/upload/files/2016/09/20160908101755_51855.pdf. [In Thai].
- Office of the Education Council. (2008). *Evaluation research reports the 8 virtues of learners: Attitude and behaviors*. Bangkok: Ploen studio. [In Thai].
- Otto, A. (2009). *The Economic Psychology of Adolescent Saving*. Exeter: University of Exeter.
- Otto, A. (2013). Saving in childhood and adolescence insights from developmental psychology. *Economic of Education Review*. 33, 5-18.
- Samutachak, B., & Kanchanachitra, K. (2014). What drives consumerism in Thai youth?. *Thammasat Journal*, 33(1), 46-69. [In Thai].
- Sereetrakul, W. (2013). Factors to predict materialistic values of students in Bangkok metropolitan area. *Kasetsart Journal (Soc.Sci)*, 34, 17-29. [In Thai].
- Sereetrakul, W. (2014). Factors predicting saving behavior of students in Bangkok metropolitan area. *Suthiparithat Journal*, 28(85), 301-316. [In Thai].
- Srirattanakull, S., Tiraphairote, Y., & Suvithayasiri, K. (2016). Knowledge and behavior of applying philosophy of sufficiency economy in the living of nursing students. *Journal of Boromarajonani college of nursing, Bangkok*, 32(3), 74-86. [In Thai].
- Sundaravibhata, T. (2016). Media usage and spending behaviors based on the sufficiency economy among college students in the Bangkok metropolitan. *BU academic review*, 15(1), 137-155. [In Thai].
- Susoarat, P. (2008). *Thinking development*. Bangkok: 9119 Technique Printing. [In Thai].
- Sutthisakorn, U. (2016). *Adolescent psychology. School of humanities and applied arts*. Bangkok: ThreeLada Limited Partnership. [In Thai].
- Warneryd, K. E. (1999). *The psychology of saving: A study on economic psychology*. Cheltenham, UK: Edward Elgar.