

รูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเอง*

COMMUNITY MANAGEMENT MODEL FOR ELDERLY SELF-RELIANCE

กัญญารัตน์ รอดแก้ว

Kanyarat rodkaew

ปัญญา เลิศไกร

Panya lertKrai

สุดาวรรณ มีบัว

Sudawan MiBua

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช

Nakhon Si Thammarat Rajabhat University, Thailand

E-mail: kanarrat102@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษารูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเอง 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเอง และ 3) เพื่อประเมินผลรูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเองและพัฒนาเผยแพร่ไปยังชุมชนผู้สูงอายุ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ที่ใช้วิธีการวิจัยและพัฒนา โดยวิจัยปฏิบัติการภาคสนามแบบมีส่วนร่วม ในพื้นที่บ้านสระเพลง ตำบลทางพูน อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดนครศรีธรรมราช

ผลการวิจัยพบว่า

ระยะที่ 1 สภาพบริบทการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเองของชาวสระเพลง มีกลุ่มคนและหน่วยงานได้เข้ามามีบทบาทในการสนับสนุนพัฒนาผู้สูงอายุให้มีสุขภาพดีทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ในนามของชมรมผู้สูงอายุ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ศูนย์อนามัยที่ 11 และเทศบาลตำบลทางพูน ทำให้เกิดแรงจูงใจ เตรียมตนเองให้มีความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกับชมรมผู้สูงอายุ การพัฒนารูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเอง พบว่า ชมรมผู้สูงอายุเป็นกลุ่มหลักในการขับเคลื่อนการเรียนรู้พัฒนารูปแบบมีการรวมกลุ่มพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ภูมิปัญญาการดูแลสุขภาพ การรักษาอาการเจ็บป่วยด้วย

* Received 8 April 2019; Revised 27 April 2019; Accepted 28 April 2019.



ตนเอง การป้องกันโรคบางอย่าง ด้วยรูปแบบการออกกำลังกาย รูปแบบการประกอบอาชีพที่ทำให้ดีต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิตและดีต่อคุณภาพชีวิต

ระยะที่ 2 ผู้นำและทีมขับเคลื่อนชมรมผู้สูงอายุ ร่วมกันวิเคราะห์วางแผนจัดการรูปแบบ การทดลองขนาดเล็กเพื่อการเรียนรู้จนได้รูปแบบ (Model) ที่เป็นรูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเอง

ระยะที่ 3 การประเมินผลรูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเองและพัฒนาเผยแพร่ไปยังชุมชนผู้สูงอายุ มีการเชิญทีมงานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสระเพลง ทีมงานด้านสาธารณสุขจากศูนย์อนามัยที่ 11 วิทยาการผู้ทรงคุณวุฒิประเมินด้วยการสัมภาษณ์ วิเคราะห์แบบเข้มข้น (Focus Group Analysis) และขยายผลให้กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโคกคราม อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดนครศรีธรรมราช โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลยางยวน อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดนครศรีธรรมราช โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสระพัง อำเภอร่อนพิบูลย์ จังหวัดนครศรีธรรมราช

คำสำคัญ : รูปแบบการจัดการชุมชน, ผู้สูงอายุ, การพึ่งตนเอง

Abstract

The purposes of this research were: 1) to study the community management model for the elderly to be self-reliant, 2) to develop the community management model for the elderly to be self-reliant, and 3) to evaluate the results of the community management model for the elderly to be self-reliant and develop and distribute to the elderly community. This is a qualitative research that uses research and development methods by participatory field research in the area of Ban SA Pleng, Thang Phun Sub-district, Chalerm Phra Kiat District, Nakhon Sri Thammarat

The results found that:

Stage 1 – The context of community management for elderly to be self-reliant, There are groups of people and department that have played a role in



supporting the development of the elderly to be healthy in both body, mind and society on behalf of the elderly club from Sub-district Health Promoting Hospital (THPH), Health Center 11 and Thang Phun Sub-district Municipality causes motivation prepare yourself to be ready to participate in activities with the elderly club. The development of a community management model for elderly to be self-reliant found that the elderly club is the main group to drive learning, developing patterns, have a group discussion, exchange of knowledge and wisdom, take care of your health, self-healing, prevention of certain diseases with exercise style occupational patterns that are good for physical health, mental health and good for quality of life.

Stage 2 – Leaders and teams driving the elderly club worked cooperatively to analyze, plan to manage forms, small experiments for learning until receiving a model that is a community management model for elderly to be self-reliant.

Stage 3 – Evaluation of the community management model for elderly self-reliant and development to disseminate to the elderly community, invited to the Ban Sa Pleng Sub-district Health Promoting Hospital team, public health team from Health Center 11, Expert speaker evaluate with Focus Group Analysis Seminar, and extended the results to Ban Khok Khram Sub-district Health Promoting Hospital, Chalerm Phra Kiat District, Nakhon Sri Thammarat, Yang Yuan Sub-District Health Promoting Hospital, Chaloeam Phra Kiat District, Nakhon Sri Thammarat, Ban Sa Phang Sub-District Health Promoting Hospital, Ron Phibun District, Nakhon Sri Thammarat.

Keywords: Community Management Model, Elderly, Self-reliance



บทนำ

รูปแบบการจัดการ เป็นการผสมผสานองค์ความรู้ด้านการจัดการ และการนำเอาสิ่งใหม่หรือสิ่งที่มีอยู่เดิม มาพัฒนาต่อยอด เพื่อประยุกต์ใช้ในการจัดการกิจกรรม โครงการ หรือองค์กรให้มีคุณภาพมากขึ้นกว่าแบบเดิมที่ใช้อยู่ รูปแบบจึงเป็นผลจากการนำสิ่งใหม่ ๆ มาเป็นปัจจัยสำคัญในการวางแผน และดำเนินการขับเคลื่อนกิจกรรมสู่เป้าหมายที่เหนือกว่าปกติ

การจัดการ หมายถึง กระบวนการจัดกิจกรรม หรือการปฏิบัติหน้าที่ตามความรับผิดชอบ ที่จะสร้างและรักษาไว้ซึ่งสถานะที่จะเอื้อต่อการบรรลุวัตถุประสงค์ การจัดการเป็นความรู้ที่สามารถถ่ายทอด มีหลักเกณฑ์ สามารถพิสูจน์ความจริงได้ และมีความเป็นศิลปะ หมายถึงการประยุกต์เอาความรู้มาใช้ให้เกิดประโยชน์ เพราะการจัดการในองค์กรแต่ละองค์กรมีปัจจัยที่แตกต่างกัน ดังนั้นศาสตร์หรือความรู้ในด้านการจัดการเพียงอย่างเดียวจึงไม่สามารถจะนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์กับองค์กรได้ จำเป็นต้องประยุกต์ความรู้ให้เหมาะสมและสอดคล้องกับองค์กรแต่ละองค์กร (วิชัย ชัย นาคสิงห์, 2560) ชุมชนก็เน้นเช่นกันเมื่อมีการจัดการที่ดี ย่อมทำให้ชุมชนมีความเข้มแข็ง โดยเฉพาะผู้สูงอายุเมื่อกลุ่มมีการจัดการที่ดี ทำให้มีแผนและแนวทางในการดำเนินการไปในการที่เหมาะสม ย่อมทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามมาด้วย ชุมชนผู้สูงอายุ เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นและขยายตัวอย่างรวดเร็ว พบว่า โครงสร้างประชากร ในปี 2560 ประเทศไทยมีประชากรทั้งหมด 65.5 ล้านคน เป็นวัยเด็กร้อยละ 17.5 วัยแรงงานร้อยละ 65.3 และวัยสูงอายुर้อยละ 17.1 ของประชากรทั้งประเทศ โดยมีอัตราเจริญพันธุ์รวม (TFR) อยู่ที่ระดับ 1.59 และคาดว่าจะมีแนวโน้มลดลงช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2579) (กิตติศักดิ์ สินธุวนิช, 2560) เหลือเพียง 1.35 ในปี 2559 ส่งผลให้เมื่อสิ้นสุดแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 ในปี 2564 (กิตติศักดิ์ สินธุวนิช, 2560) ประเทศไทยจะเป็นสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์คือ วัยสูงอายุจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 19.8 ขณะที่วัยเด็กและวัยแรงงาน ลดลงเหลือร้อยละ 16.6 และ 63.6 ตามลำดับ ทั้งนี้ การมีวัยแรงงานลดน้อยลงส่งผลต่อศักยภาพการเติบโตทางเศรษฐกิจของประเทศในระยะยาวและผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น วัยแรงงานต้องรับภาระในการดูแลผู้สูงอายุที่สูงขึ้น ดังจะเห็นได้จากอัตราส่วนการเป็นภาระของประชากรวัยแรงงานต่อผู้สูงอายุ โดยในปี 2558 ประชากรวัยแรงงาน 4.2 คน จะต้องรับภาระดูแลผู้สูงอายุ 1 คน คาดว่าจะลดลงเหลือ 3.2 คน ต่อผู้สูงอายุ 1 คน ในปี 2564 ประกอบกับประชากรวัยแรงงานส่วนใหญ่ยังขาดความมั่นคงทางการเงิน การออมภาค



ครัวเรือนยังอยู่ในระดับต่ำ ภาระค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการจัดสวัสดิการของประชากรตกอยู่กับภาครัฐเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งมีมติการเป็นสังคมสูงอายุของประเทศไทย จึงส่งผลกระทบต่อทุกภาคส่วน ทั้งผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น การลดลงของวัยเด็กที่ในอนาคตจะเป็นประชากรวัยแรงงานก็จะลดลงตามไปด้วยและวัยแรงงานซึ่งเป็นกลุ่มวัยเดียวที่สร้างรายได้ให้กับประเทศก็จะมีจำนวนลดลงด้วย ส่งผลต่อรายได้ของภาครัฐที่จะนำมาใช้จ่ายในการพัฒนาประเทศและการจัดสวัสดิการต่าง ๆ ในอนาคต (กิตติศักดิ์ สีนธวนิช, 2560)

การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุ เป็นประเด็นหลักในการสร้างความพร้อมของผู้เข้าสู่วัยสูงอายุ และการสนับสนุนให้ผู้สูงอายุ มีศักยภาพในการดูแลตนเอง เพราะการพึ่งตนเองจะลดข้อกังวลทางจิตใจของผู้สูงอายุและตนในครอบครัวลงได้มาก ทั้งยังสร้างสังคมผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ให้ผู้สูงอายุมีความสง่างามตามความเหมาะสม แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 เป็นแผนพัฒนาประเทศไทยระยะ 5 ปี (พ.ศ.2560-2564) ซึ่งแปลงยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี สู่การปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรมด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (ลัญจกร นิลกาญจน์, ปัญญา เลิศไกร และสุดาวรรณ มีบัว, 2559) ยึดคนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนาใช้หลักการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจที่ลดความเหลื่อมล้ำและขับเคลื่อนการเจริญเติบโตจากการเพิ่มเติมผลิตภาพการผลิตบนฐานการใช้ภูมิปัญญาและนวัตกรรม โดยใช้วิสัยทัศน์และเป้าหมายอนาคตประเทศไทยในปี 2579 ที่กำหนดไว้ในยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี มาเป็นกรอบวิสัยทัศน์ประเทศไทยและเป้าหมายในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 และมุ่งนำไปสู่การปฏิบัติให้เกิดผลอย่างจริงจังในระยะ 5 ปี ในการวางรากฐานให้คนไทยเป็นคนที่มีสมบูรณ์ มีคุณธรรม จริยธรรม มีความสุข มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคม รักษาฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติและคุณภาพสิ่งแวดล้อม การบริหารราชการแผ่นดินที่มีประสิทธิภาพ โปร่งใส ทันสมัยและมีการกระจายความเจริญไปสู่ภูมิภาคโดยการพัฒนาระบบเศรษฐกิจและเมือง รวมทั้งการผลักดันให้ประเทศไทยมีความเชื่อมโยงกับประเทศต่าง ๆ ได้อย่างสมบูรณ์และมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เพื่อจะต่อยอดไปสู่ผลสัมฤทธิ์ที่เป็นเป้าหมายยาว (กิตติศักดิ์ สีนธวนิช, 2560)

การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นครูสอนพิเศษเพื่อถ่ายทอดความรู้ในด้านต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุมีความชำนาญและมีประสบการณ์ให้แก่คนรุ่นหลัง ได้แก่ การทำยาสมุนไพร การทอผ้า การเล่นดนตรี การละเล่นพื้นบ้าน (วรดี เลิศไกร, จรุงใจ มนต์เลี้ยงและสุชาดา จิตกล้า, มกราคม -



มิถุนายน 2559) งานอดิเรกหมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมของตนในเวลาว่างหรือเป็นการพักผ่อนอาจเป็นงานประจำ งานพิเศษ หรืองานชั่วคราวเป็นกิจกรรมนันทนาการ เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุขทางใจให้แก่ผู้สูงอายุ และเป็นกิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริมความพร้อมทางร่างกายในด้านต่าง ๆ ตามวัยของผู้สูงอายุเช่น การละเล่นต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเพลิดเพลิน ได้แก่ การละเล่นดนตรี นาฏศิลป์ การเล่นละครย่อย การร้องรำทำเพลง การเล่นกีฬาทั้งในร่มและกลางแจ้ง และการเล่นเกมต่าง ๆ กิจกรรมอาชีพ เป็นการฝึกอบรมให้ผู้สูงอายุมีงานทำ มีอาชีพเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เหมาะสมกับวัยของตนเอง เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ หรือการทำงานเพื่อรายได้เสริม (work) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมที่ก่อให้เกิดรายได้ ซึ่งอาจจะเป็นงานประจำ งานพิเศษ หรืองานชั่วคราวก็ได้ เป็นการเพิ่มรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุ เช่นการทอผ้า การทำอาหารสำเร็จรูป การทำสมุนไพรพื้นบ้านเพื่อใช้ประโยชน์ในด้านต่าง ๆ เป็นต้น (สุภาวดี พุฒิน้อย. [Online], 2561) ดังนั้นกลุ่มผู้สูงอายุที่มีการติดต่อกัน มีความสัมพันธ์กัน มีกิจกรรมร่วมกัน เรียกว่ากลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้สูงอายุที่มีความสัมพันธ์ มีการติดต่อกัน อยู่บริเวณเดียวกัน เรียกว่าชุมชนผู้สูงอายุ เมื่อชุมชนผู้สูงอายุอยู่รวมกัน ก็ย่อมมีการจัดการร่วมกันเพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขในกลุ่มผู้สูงอายุ

การจัดการชุมชนเป็นแนวทางที่ช่วยในการแก้ไขชุมชนผู้สูงอายุให้สามารถสร้างสุขภาพทางกายและจิต มีชีวิตยืนยาว มีความสามารถทางสังคมและเศรษฐกิจ การควบคุมตนเองพึ่งตนเองได้ ทำในสิ่งที่ปรารถนาได้ตามศักยภาพของตน ทำประโยชน์ให้ส่วนรวม และเตรียมพร้อมสำหรับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาวิจัยเรื่องรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง
3. เพื่อประเมินรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเองและพัฒนาเผยแพร่



วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยใช้การวิจัย เชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ในการดำเนินงานวิจัยและพัฒนา เก็บข้อมูลภาคสนามเป็นหลัก นำมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ ปรากฏการณ์ การใช้ภูมิปัญญาในการจัดการกลุ่ม จัดการกิจกรรมในชุมชนของผู้สูงอายุ วิธีชีวิต แนวการปรับตัว การแก้ปัญหา การป้องกันปัญหาทั้งสุขภาพและการดำเนินชีวิต

การดำเนินงานวิจัย

ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องจากวิทยานิพนธ์ งานวิจัย และเอกสารตำรา มาวิเคราะห์ สังเคราะห์เป็นแนวทางการศึกษาในการเก็บข้อมูลแบบสังเกต แบบสัมภาษณ์สนทนา (discussion guideline) จะช่วยให้เกิดความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับวิธีคิด วิธีการเรียนรู้ และการเลือกแนวการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ กระบวนการการเรียนรู้และพัฒนา รูปแบบขั้นมาใช้ กับตนเอง กับกลุ่มและชุมชน ปรากฏการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นในชุมชน กระบวนการการใช้เรียนรู้และพัฒนาตน กระบวนการยอมรับและพัฒนาภูมิปัญญา การพยายามเรียนรู้เพื่อคิด หรือนำเข้ารูปแบบที่เกี่ยวข้องมาประยุกต์ใช้

ศึกษาจัดเก็บข้อมูลภาคสนาม ด้วยการศึกษาสภาพพื้นที่ ศึกษาลักษณะทางกายภาพ และทางสังคมของชุมชน การศึกษาบริบทสังคม ชุมชนด้วยการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม และแบบมีส่วนร่วมรอบทิศทาง 360 องศา (ปัญญา เลิศไกรและปรีชา สามัคคี, 2557) เป็นระยะ ๆ แล้วบันทึกภาพปรากฏการณ์ เหตุการณ์ที่น่าสนใจของผู้สูงอายุที่บ้าน ในหมู่บ้าน และในการรวมกลุ่มทำกิจกรรม การสัมภาษณ์พูดคุยอย่างไม่เป็นทางการกับผู้ที่เกี่ยวข้อง หรืออยู่ในเหตุการณ์ของปรากฏการณ์ โดยสนทนาสอบถามรายละเอียด และประเด็นเกี่ยวข้อง (ปัญญา เลิศไกรและสัญญากร นิลกาญจน์, กรกฎาคม-ธันวาคม 2559) และการสนทนากลุ่มในสองระดับ คือสอบถามข้อมูลและสอบถามความเห็น (Focus group interviews and Focus group discussions) เพื่อให้ได้ข้อมูลครบถ้วนในหลากหลายมิติต่าง ๆ อย่างหลากหลาย และกระตุ้นการเรียนรู้พัฒนาให้ได้มาซึ่งรูปแบบด้านการจัดการชุมชน

พื้นที่การวิจัยบ้านสระเพลง ตำบลทางพูน อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัด นครศรีธรรมราช เก็บข้อมูลด้วยการสำรวจหมู่บ้าน ชุมชนที่มีผู้สูงอายุ สังเกตสภาพแวดล้อม รอบทิศทาง สัมภาษณ์เดี่ยว สัมภาษณ์กลุ่มแบบ ย้อนประสบการณ์ (Ex-post facto approach) บางครั้งจะสนทนาเรื่องราวในอดีต เหตุการณ์สำคัญที่มีผลกระทบต่อผู้สูงอายุ



การศึกษาภูมิปัญญา แนวคิดการปรับตัวและพัฒนาารูปแบบ การรับรูปแบบการจัดการกลุ่ม การจัดการชุมชนเกี่ยวกับผู้สูงอายุมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. การสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อเก็บข้อมูลและตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า โดยสัมภาษณ์ประเด็นเดียวกันจากหลายผู้ให้ข้อมูล

2. การนำผลจากการดำเนินการมาประมวล สังเคราะห์ผลออกมาจัดระบบและสรุปเชิงวิชาการ โดยใช้แนวคิดทฤษฎีเป็นแนวทางในการดำเนินการ ให้ได้องค์ความรู้จากผลการปฏิบัติการและปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจากการดำเนินการ จนได้องค์ความรู้ใหม่ที่ผสมผสานจากภูมิปัญญา

3. การตรวจสอบข้อมูลที่ได้มาด้วยการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นภาพรวมของปรากฏการณ์จริง

4. การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำเอาข้อมูลที่ผ่านการตรวจสอบจากการสนทนากลุ่ม มาจัดระบบหมวดหมู่ แล้ววิเคราะห์โดยใช้แนวคิด ทฤษฎีมาวิเคราะห์การเชื่อมโยงปัจจัยจากข้อมูลที่มีอยู่ สู่ปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น แล้วนำมาวิเคราะห์ซ้ำ โดยจัดสัมมนาวิเคราะห์การประชุมผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิ (Focus Group Analysis) แล้วสังเคราะห์เชิงสรุป

การเลือกผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informant) การศึกษารูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุ เน้นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญในการนำเอาภูมิปัญญาที่สะสมมาประยุกต์ใช้กับรูปแบบวิถีชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน มีการพัฒนาค่านาารูปแบบการจัดการให้เหมาะสมกับสภาพที่เป็นอยู่ ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informant) ผู้วิจัยใช้วิธีเลือกเชิงทฤษฎี (Theoretical Sampling) คือค้นหาบุคคลแห่งการเรียนรู้และพยายามพัฒนารูปแบบ วิธีการดำเนินงานในการดูแล และสร้างรูปแบบมาใช้ประโยชน์ การจัดการกิจกรรม กระบวนการดำเนินชีวิตในครอบครัวและชุมชนของผู้สูงอายุ การพัฒนารูปแบบการจัดการให้เหมาะสมกับสภาพของบริบทพื้นที่ ผู้ให้ข้อมูลหลักที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้จากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คือบุคลากรในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสระเพลง ผู้ให้ข้อมูลหลัก ผู้นำชุมชน จำนวน 3 คน ตัวแทนนักวิชาการสาธารณสุขที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ จำนวน 3 คน ผู้สูงอายุ จำนวน 3 คน สมาชิกครอบครัว 9 คน อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) จำนวน 3 คน อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 3 คน โดยการสังเกตแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม การสัมภาษณ์ลึก

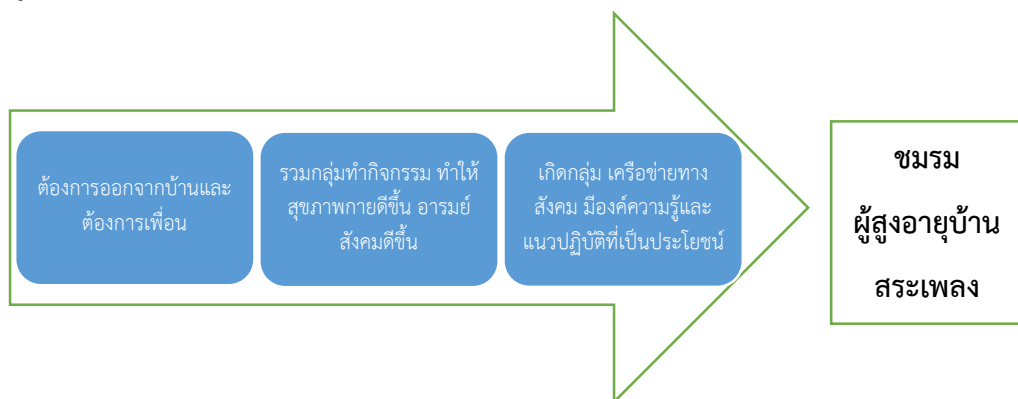


สนทนากลุ่ม และจัดเวทีรับฟังความเห็น เพื่อเก็บข้อมูลวิเคราะห์และตรวจสอบ รูปแบบจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง

ผลการวิจัย

ระยะที่ 1 การศึกษาสภาพรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเองของชาวสระเพลง พบว่ารูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุในพื้นที่บ้านสระเพลง มีกลุ่มคนและหน่วยงานได้เข้ามามีบทบาทในการเรียนรู้ สนับสนุนพัฒนาผู้สูงอายุให้มีสุขภาพดีทั้งร่างกายจิตใจและสังคม จึงมีความพยายามพัฒนารูปแบบช่วยเหลือ สนับสนุนกลุ่มผู้สูงอายุให้มีรูปแบบในการทำกิจกรรมที่เกิดผลดีต่อสุขภาพ และมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม รูปแบบเฉพาะที่เกิดจากการเรียนรู้แล้วพัฒนาปรับปรุงให้เกิดผลดีมากขึ้น กลายเป็นรูปแบบที่ช่วยพัฒนาผู้สูงอายุในมิติต่าง ๆ อย่างหลากหลายดังนี้

ชมรมผู้สูงอายุ รวมกลุ่มกันโดยการสนับสนุนจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) และเทศบาลตำบลทางพูน ให้ผู้สูงอายุได้รวมกลุ่มกันทำกิจกรรมตามที่สมาชิกกลุ่มต้องการ ซึ่งอดีตครูโรงเรียนประถมศึกษาเป็นผู้นำ ตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้น นัดพบพูดคุยและชวนทำกิจกรรมเดือนละครึ่ง การรวมตัวกันเป็นชมรม ทำให้สมาชิกได้มีโอกาสเดินทางออกจากบ้าน มาพบกลุ่มโดยนัดพบที่วัด ที่อาคารเรียนโรงเรียนวัดสระเพลง (อาคารเอนกประสงค์) และที่รพ.สต. การที่สมาชิกมาพบกลุ่ม มีกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ มีเพื่อนได้พูดคุยทำกิจกรรมที่สนุกสนานและดีต่อสุขภาพ ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์การดำเนินชีวิต ได้ปรับทุกข์ ผูกมิตรระหว่างกัน ทำให้จำนวนสมาชิกค่อย ๆ เพิ่มขึ้น



แผนภาพแสดง รูปแบบกระบวนการเกิด ชมรมผู้สูงอายุบ้านสระเพลง



ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้เกิดแรงจูงใจ เตรียมตนเองให้มีความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกับชมรมผู้สูงอายุ จากคำร่ำลือของผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรม และญาติผู้ใกล้ชิดกับสมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมบอกต่อ ทำให้ผู้สูงอายุสนใจเข้าร่วมชมรมผู้สูงอายุมากขึ้นเป็นลำดับ การทำกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ จึงเริ่มมีบทบาท มีความเข้มข้น กระบวนการขับเคลื่อนกิจกรรมจึงมีรูปแบบ มีการพัฒนาระบบจนนำไปสู่ รูปแบบการจัดการผู้สูงอายุในชุมชนขึ้น

โรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นผลต่อเนื่องจากกลุ่มชมรมผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มทำกิจกรรมบ่อย ๆ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสระเพลง จึงดำเนินการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้น เพื่อให้การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุมีประสิทธิภาพมากขึ้น สร้างศักยภาพการดำเนินชีวิตให้กับผู้สูงอายุให้สูงขึ้น นอกจากการดูแลด้วยการตรวจและสนับสนุนการรักษาอาการเจ็บป่วย แนะนำแนวการดูแลตนเองแล้ว ยังได้มีโอกาสสนับสนุนชมรมผู้สูงอายุให้ มีกิจกรรมด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต เป็นการป้องกันแทนการรักษาตนเอง

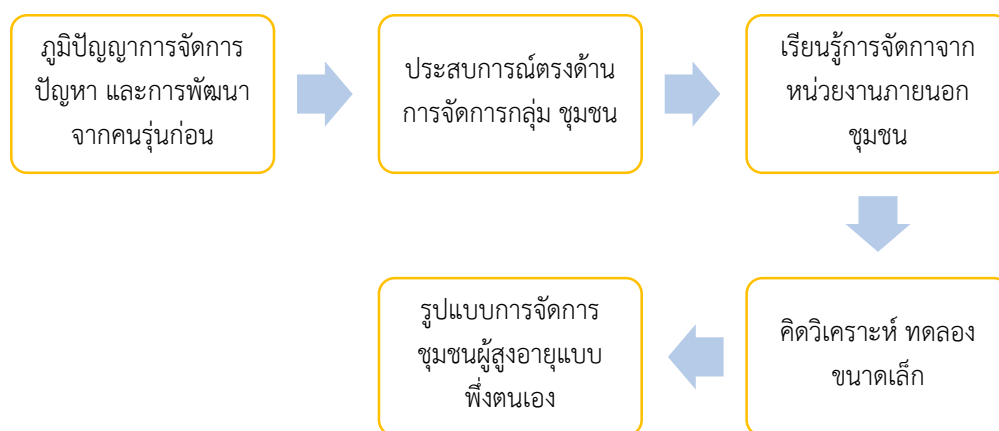
ภูมิปัญญาท้องถิ่น พบว่าผู้สูงอายุหลายคน ได้รับการถ่ายทอดภูมิปัญญาในการดูแลตนเองตอนสูงอายุ ได้เรียนรู้จากรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย รุ่นพ่อ แม่ ว่ามีวิถีปฏิบัติตนอย่างไร จึงทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ไม่ซึมเศร้า ไม่เจ็บป่วย และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ด้วยการเก็บจํามาปฏิบัติและมีการพยายามเรียนรู้เพิ่มเติม นํามาคิด พัฒนาต่อยอด จนเกิดรูปแบบในการรักษาสุขภาพ รูปแบบการดูแลสุขภาพเพื่อป้องกันโรคเกี่ยวกับผู้สูงอายุบางโรคด้วยตนเอง

ระยะที่ 2 เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเอง พบว่า ชมรมผู้สูงอายุเป็นกลุ่มหลักในการขับเคลื่อนการเรียนรู้พัฒนารูปแบบ มีการรวมกลุ่ม พูดคุย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ภูมิปัญญาการดูแลสุขภาพ การรักษาอาการเจ็บป่วยด้วยตนเอง การป้องกันโรคบางอย่าง ด้วยรูปแบบการออกกำลังกาย รูปแบบการประกอบอาชีพที่ทำให้ดีต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิตและดีต่อคุณภาพชีวิต

ผู้นำและทีมขับเคลื่อนชมรมผู้สูงอายุ ผอ.รพ.สต. ทีมผู้บริหารเทศบาลตำบลทางพูน ที่มีประสบการณ์การบริหารจัดการกิจกรรมการจัดการกลุ่ม หรือผู้ที่มีภาวะผู้นำทำให้บุคคลในองค์กร หรือกลุ่มที่สามารถนำการขับเคลื่อนกิจกรรม (ธัชชนท์ อิศรเดช, 2561) รวมถึงคนที่สนใจและมีประสบการณ์ในการจัดการชุมชน มาพูดคุยแลกเปลี่ยนในลักษณะของสัมมนากลุ่ม การนำข้อมูลด้านภูมิปัญญาและประสบการณ์ตรง มาหารือร่วมกัน แสดงความเห็นเชิงวิเคราะห์ร่วมกัน แล้ววางแผนจัดการรูปแบบที่เกิดขึ้นทั้งหมด มาบริหารจัดการให้เกิดความเชื่อมั่น ด้วย



การสนับสนุนให้มีการทดลองขนาดเล็กเพื่อการเรียนรู้ จากนั้นได้นำประเด็นการเรียนรู้ มา สัมมนาวิเคราะห์ต่อจนได้รูปแบบ (Model) ที่เป็นรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบ พึ่งตนเอง ให้มีผลต่อผู้สูงอายุโดยตรง ต่อครอบครัว เพื่อนสนิท และต่อสมาชิกในกลุ่ม ในชุมชน อย่างมาก การดำเนินชีวิตและกิจกรรมการประกอบอาชีพ การร่วมกิจกรรมสังคมในชุมชนเชิง สร้างสรรค์สังคมที่เป็นสุข (พระมหาขวัญชัย กิตติเมธี, 2561) คนในชุมชนสามารถวางแผน เชิงกลยุทธ์ในการปรับเปลี่ยนวิธีคิด สนับสนุนแนวความคิดเกี่ยวกับกิจกรรมของครอบครัว กิจกรรมสังคมในชุมชน ทำให้บุคคลเกิดความมุ่งมั่น มั่นใจในตนเอง เป็นกลุ่มคนที่มีระบบการ จัดการอย่างมีคุณภาพ ทำให้สามารถร่วมมือกันสร้างรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบ พึ่งตนเอง



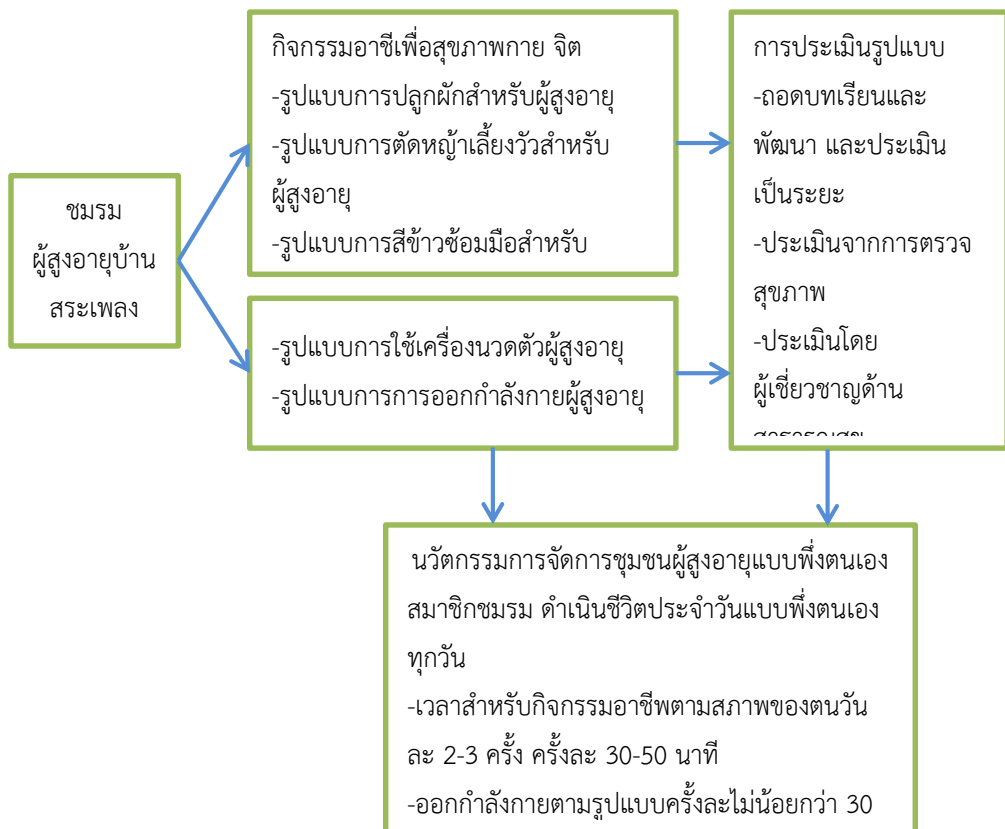
แผนภาพแสดง การสร้างรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง

การสร้างรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเองของชมรมผู้สูงอายุบ้านสระเพงเป็นการนำเอาภูมิปัญญาจากคนรุ่นก่อน ๆ ด้านการจัดการกลุ่ม การจัดการกิจกรรมชุมชน ที่เรียนรู้จากการถ่ายทอดภูมิปัญญาด้านการจัดการจากคนรุ่นก่อน และการนำเอาประสบการณ์ตรงด้านการจัดการของผู้เฒ่ากลุ่ม ผู้นำชุมชนที่พบจากการจัดการขับเคลื่อนกิจกรรมด้วยตนเอง มาคิดวิเคราะห์ สกัดเป็นองค์ความรู้ มีการสะสม บ่มเพาะข้อมูลความคิดวิเคราะห์ อย่างเป็น



กระบวนการมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และถ่ายทอดความคิด ความเห็นแก่กันและกันในกลุ่มผู้นำในการขับเคลื่อนกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุในชุมชนสระเพลง ตำบลทางพูน

ระยะที่ 3 เพื่อประเมินผลรูปแบบการจัดการชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเองและพัฒนาเผยแพร่ กรรมการและสมาชิกกลุ่ม ในลักษณะแบบมีส่วนร่วม มีการเชิญทีมงาน รพ.สต. บ้านสระเพลง ทีมงานด้านสาธารณสุขจากศูนย์อนามัยที่ 11 วิทยาการจากผู้มีประสบการณ์ผ่านการเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุจากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครศรีธรรมราช อาจารย์มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช การประเมินเน้นการสัมภาษณ์วิเคราะห์ (Focus Group Analysis)



ภาพแสดง รูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง



การขยายผล ผู้วิจัยและทีมงานจากชมรมผู้สูงอายุบ้านสระเพลง ได้นำรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเองของบ้านสระเพลง ไปขยายผลให้กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโคกคราม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลดอนตรอ เทศบาลตำบลดอนตรอ เทศบาลตำบลทางพูน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสระพัง องค์การบริหารส่วนตำบลเสาชาง อำเภอร่อนพิบูลย์ เพื่อนำไปปรับใช้ในการจัดการชุมชนผู้สูงอายุต่อไป

อภิปรายผลการวิจัย

ด้วยธรรมชาติของผู้สูงอายุในชุมชนที่มีอาชีพการเกษตรส่วนใหญ่จะมีลักษณะของความเฉื่อยมน ไม่ค่อยแสดงออกถึงผลงานหรือเสนอความคิดที่ตนมีเท่าที่ควร ประกอบกับวิถีชีวิตของเกษตรกรที่บอเพาะในการพึ่งตนเองมาอย่างต่อเนื่องหลายสิบปี แต่ละคนจะได้รับการแนะนำ ถ่ายทอดและเรียนรู้การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุรุ่นก่อน ๆ แบบใกล้ชิดจากคนในครอบครัวและญาติสนิทมายาวนาน และมีประสบการณ์ตรงในการดิ้นรนช่วยเหลือตนเองมาตลอดเวลา การที่นักวิชาการจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสระเพลง จากผู้บริหารหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุเข้าไปพูดคุยด้วยบรรยากาศแบบเครือญาติ ด้วยเทคนิคการถอดบทเรียน จะทำให้ได้องค์ความรู้ที่เป็นรูปแบบที่เป็นจริง ใช้ประโยชน์ได้ในทันที และผู้สูงอายุเองก็เกิดความภาคภูมิใจ มั่นใจในตนเองมากขึ้น การถอดองค์ความรู้แบบมีส่วนร่วม จึงเป็นปัจจัยสำคัญต่อการจัดการชุมชนผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน รูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง มีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ เพื่อศึกษารูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเองและเพื่อประเมินรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเองและพัฒนาเผยแพร่ไปยังชุมชนผู้สูงอายุ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่ใช้วิธีการวิจัยและพัฒนา โดยวิจัยปฏิบัติการภาคสนามแบบมีส่วนร่วม ในพื้นที่บ้านสระเพลง ตำบลทางพูน อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการวิจัยพบว่า

ระยะที่ 1 สภาารูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเองของชาวสระเพลง มีกลุ่มคนและหน่วยงานได้เข้ามามีบทบาทในการสนับสนุนพัฒนาผู้สูงอายุให้มีสุขภาพดีทั้งร่างกายจิตใจและสังคม ในนามของชมรมผู้สูงอายุ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ศูนย์อนามัยที่ 11 และเทศบาลตำบลทางพูน ทำให้เกิดแรงจูงใจ เตรียมตนเองให้มีความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกับชมรมผู้สูงอายุ การพัฒนารูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุ



แบบพึ่งตนเอง พบว่า ชมรมผู้สูงอายุเป็นกลุ่มหลักในการขับเคลื่อนการเรียนรู้พัฒนารูปแบบ มีการรวมกลุ่ม พูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ภูมิปัญญาการดูแลสุขภาพ การรักษาอาการเจ็บป่วยด้วยตนเอง การป้องกันโรคบางอย่าง ด้วยรูปแบบการออกกำลังกาย รูปแบบการประกอบอาชีพที่ทำให้ดีต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิตและดีต่อคุณภาพชีวิต

ระยะที่ 2 ผู้นำและทีมขับเคลื่อนชมรมผู้สูงอายุ ร่วมกันวิเคราะห์วางแผนจัดการรูปแบบ การทดลองขนาดเล็กเพื่อการเรียนรู้จนได้รูปแบบ (Model) ที่เป็นรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเอง

ระยะที่ 3 การประเมินรูปแบบการจัดการชุมชนผู้สูงอายุแบบพึ่งตนเองและพัฒนาเผยแพร่ มีการเชิญทีมงานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสระเพลง ทีมงานด้านสาธารณสุขจากศูนย์อนามัยที่ 11 วิทยาการผู้ทรงคุณวุฒิประเมินด้วยการสัมมนาวิเคราะห์แบบเข้มข้น (Focus Group Analysis) และขยายผลให้กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโคกคราม อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดนครศรีธรรมราช โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลดอนตรอ อำเภอเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดนครศรีธรรมราช โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสระพัง อำเภอรอนพิบูลย์ จังหวัดนครศรีธรรมราช

สรุป

ชมรมผู้สูงอายุ รวมกลุ่มกันโดยการสนับสนุนจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) และเทศบาลตำบลทางพูน ให้ผู้สูงอายุได้รวมกลุ่มกันทำกิจกรรมตามที่สมาชิกกลุ่มต้องการ ซึ่งอดีตครูโรงเรียนประถมศึกษาเป็นผู้นำ ตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้น นัดพบพูดคุยและชวนทำกิจกรรมเดือนละครั้ง การรวมตัวกันเป็นชมรม ทำให้สมาชิกได้มีโอกาสเดินทางออกจากบ้าน มาพบกลุ่มโดยนัดพบที่วัด ที่อาคารเรียนโรงเรียนวัดสระเพลง (อาคารเอนกประสงค์) และที่รพ.สต. การที่สมาชิกมาพบกลุ่ม มีกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ มีเพื่อนได้พูดคุยทำกิจกรรมที่สนุกสนานและดีต่อสุขภาพ

รูปแบบชุมชนที่ถุ่กันมาใช้ และมีการเรียนรู้ร่วมกันพร้อมกับวิเคราะห์พัฒนาต่อยอดแบบมีส่วนร่วม ทำให้เกิดการถ่ายทอดรูปแบบการเรียนรู้ด้วยตนเอง เกิดการพยายามคิดวิเคราะห์พัฒนาจากฐานราก อันส่งผลให้ชุมชนเข้มแข็ง มีภูมิคุ้มกันปัญหาสังคมที่เกิดจากกระแสสังคมที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมที่เข้ามาสร้างปัญหา สามารถ



ปรับตัวให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงอย่างเหมาะสม ทำให้ระบบครอบครัว เครือญาติ และชุมชนมีความแข็งแกร่งอย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

1. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล โรงเรียนผู้สูงอายุ และองค์การบริหารส่วนตำบล หรือเทศบาลตำบล ควรสนับสนุนให้มีการใช้ภูมิปัญญาของผู้สูงอายุพัฒนารูปแบบในการจัดการกลุ่มผู้สูงอายุแบบมีส่วนร่วมในชุมชน
2. ประธานรุ่นโรงเรียนผู้สูงอายุ ควรนำไปปรับรูปแบบบางส่วนตามสภาพทางสังคมให้เหมาะสม เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุภาคภูมิใจที่มีส่วนพัฒนารูปแบบและใช้รูปแบบพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน
3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล นักวิชาการด้านสาธารณสุข ควรวิจัยต่อยอดเพื่อพัฒนารูปแบบจากบริบทต่าง ๆ เพื่อสังเคราะห์พัฒนาเป็นเทคโนโลยีที่เหมาะสมในการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในสภาพสังคมทั่วไป

เอกสารอ้างอิง

- กิตติศักดิ์ สีนธุนิช. (2560). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 กับสังคมสูงอายุ. จุลสารธนาคารสมองสี่สัปดาห์สัมพันธ์สรรค์สร้างสังคม.
- ธัชชนันท์ อิศรเดช. (2561). การพัฒนาภาวะผู้นำของพระสงฆ์เพื่อเตรียมความพร้อมสู่ประชาคมอาเซียน. วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์ ปีที่ 5, 105-118.
- ปัญญา เลิศไกรและปรีชา สามัคคี. (2557). เทคนิคการสังเกตสำหรับการวิจัยและพัฒนา. วารสารนาคนุตรปริทรรศน์, 58-66.
- ปัญญา เลิศไกรและลัญจกร นิลกาญจน์. (กรกฎาคม-ธันวาคม 2559). การเก็บข้อมูลวิจัยชุมชนภาคสนาม. วารสารนาคนุตรปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, 1-10.
- พระมหาขวัญชัย กิตติเมธี. (2561). เงินกับคุณค่าทางจริยะ : กรณีพระภิกษุจับเงิน. วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์ ,5(1), 1-15.



- ลัญจกร นิลกาญจน์, ปัญญา เลิศไกร และสุดาวรรณ มีบัว. (2559). เศรษฐกิจพอเพียง ในโรงเรียน. วารสารนาคบุตรปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, 203-211.
- วรดี เลิศไกร,จรงใจ มนต์เลี้ยงและสุชาดา จิตกล้า. (มกราคม – มิถุนายน 2559). การจัดกิจกรรมของเล่นภูมิ ปัญญาเพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัย กรณีเทศบาลตำบลทอนหงส์ อำเภอพรหมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช. วารสารนาคบุตรปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, 77-85.
- วิชัย ชัย นาคสิงห์. (25 ธันวาคม 2560). หลักการจัดการ. [Online]. เข้าถึงได้จาก Available HTTP: <https://www.gotoknow.org/posts/345600>
- สุภาวดี พุฒิน้อย. [Online]. (11 มีนาคม 2561). เข้าถึงได้จาก Available HTTP: <https://www.gotoknow.org/posts/551185> ,