

แนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่า
ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน อำเภอแม่เปิน
จังหวัดนครสวรรค์*

GUIDELINES FOR PROMOTING HAPPINESS IN LIVING A VALUABLE LIFE
FOR THE ELDERLY IN MAE POEN SUBDISTRICT ADMINISTRATIVE
ORGANIZATION, MAE PIN DISTRICT, NAKHON SAWAN PROVINCE

ทัดดาว พันธุ์เขียน

Tuddaow Pankien

กัมปนาท วงษ์วัฒนพงษ์

Kampanart Wongwatthanaphong

โชติ บดีรัฐ

Chot Bodeerat

มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม, ประเทศไทย

Pibulsongkram Rajabhat University, Thailand

E-mail: tuddaow75@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน 2) เปรียบเทียบความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) ศึกษาแนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน ดำเนินการวิจัยแบบผสานวิธี ระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน จำนวน 358 คน และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 9 คน เครื่องมือ คือ แบบสอบถาม และ แบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า t-test และ F-test และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาความ ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก 2) การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า พบว่า ผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา ลักษณะการพักอาศัย และลักษณะของครอบครัว ที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน ไม่แตกต่างกัน และ 3) แนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่า

* Received 4 March 2025; Revised 3 April 2025; Accepted 24 April 2025

พบว่า แนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่า ประกอบด้วย 1) การกำหนดกลไกสำคัญในชุมชนท้องถิ่นในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 2) การพัฒนาระบบ/กลไกในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุ 3) รูปแบบที่เหมาะสมในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุขโดยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัย เน้นส่งเสริมการพึ่งพาตนเอง ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเยาวชน ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของวัยแรงงาน ส่งเสริมชุมชนท้องถิ่น ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของกลไกทุกภาคส่วน

คำสำคัญ : แนวทางการส่งเสริม, ความสุข, การดำเนินชีวิต, ผู้สูงอายุ

Abstract

This independent study aimed to 1) study the level of happiness in valuable life of the elderly in Mae Poen Subdistrict Administrative Organization, 2) compare the happiness in valuable life of the elderly in Mae Poen Subdistrict Administrative Organization, classified by personal factors and 3) study the guidelines for promoting happiness in valuable life of the elderly in Mae Poen Subdistrict Administrative Organization. The research was conducted by combining quantitative and qualitative research. The population and sample were 358 elderly people in Mae Poen Subdistrict Administrative Organization and 9 key informants. The research tools were questionnaires and interview forms. Data were analyzed using statistics, frequency, percentage, mean, standard deviation, t-test and F-test, and descriptive data analysis. The research results found that 1) The overall of happiness level in living a valuable life of the elderly in Mae Poen Subdistrict Administrative Organization was at a high level. 2) The comparison of personal factors and happiness in living a valuable life in Mae Poen Subdistrict Administrative Organization found that the elderly with different genders, ages, marital status, education, residence characteristics, and family characteristics had no different opinions on happiness in living a valuable life in Mae Poen Subdistrict Administrative Organization. Therefore, the hypothesis was rejected. And 3) The guidelines for promoting happiness in valuable elderly life in Mae Poen Subdistrict Administrative Organization, Mae Poen District, Nakhon Sawan Province found that guidelines for promoting happiness in valuable elderly life consisted of 1) Determining important mechanisms in local communities to promote the quality of elderly's life, 2) Developing systems/mechanisms to promote good quality of elderly's life, 3) Creating appropriate formats for promoting the quality of elderly's life to be happy by participating people of all ages, emphasizing self-reliance, promoting youth participation, promoting the participation of working-age people, promoting local communities, and promoting the participation of mechanisms in all sectors.

Keywords: guidelines for promoting, happiness, living a valuable life, elderly



บทนำ

วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม เช่น ปัญหาสุขภาพ ภาวะภูมิคุ้มกันในตนเองลดลง ทำให้การทำกิจกรรมต่างๆ ลดลง เกิดความรู้สึกทางลบและทำให้ผู้สูงอายุไม่มีความสุข ทั้งที่ผู้สูงอายุถือว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่สูงค่าก็ยังสามารถทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์หลายๆ อย่างได้เป็นอย่างดี ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการสะสมองค์ความรู้ที่ทรงคุณค่าในหลายๆ ด้าน ทั้งในด้านของประสบการณ์การทำงาน การดำรงชีวิต ภูมิปัญญา ผู้สูงอายุยังสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคม อีกทั้งยังสามารถถ่ายทอดความรู้ให้กับคนในสังคมได้ การดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง การเตรียมความพร้อมของคนในครอบครัวที่จะรับมือกับปัญหาของผู้สูงอายุ การสังเกตการเปลี่ยนแปลงและการปรับตัวเมื่อก้าวเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุสามารถรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ได้เป็นอย่างดี (ภัทรนันท์ อุ่นอ่อน, 2564) การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุเป็นอีกสิ่งที่สำคัญ เพราะเป็นความรู้สึกเชื่อภายในตนขั้นพื้นฐานที่ผู้สูงอายุรู้สึกว่าเป็นที่รักเป็นคนมีประโยชน์ และมีความสามารถซึ่งเป็นความรู้สึกที่ผู้สูงอายุ มองเห็นความสามารถของตนเองในการเผชิญต่อการเปลี่ยนแปลง เมื่อสูงวัยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สัมพันธ์กับอารมณ์ ความรู้สึก การกระทำ พฤติกรรม ทศนคติ รวมทั้งความสามารถด้านต่างๆ ของคนเรา บุคคลที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นบุคคลที่มีความสุขไม่เครียด มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกตนเองมีความสามารถ (อรรวรรณ แสนบริสุทธิ์ , 2563)

จากสถานการณ์ผู้สูงอายุไทยพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 และยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ดังกล่าวสำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต ได้เสนอกรอบแนวคิดเรื่องความสุข 5 มิติ เพื่อส่งเสริมและป้องกันโรคในผู้สูงอายุเพื่อที่จะพัฒนาความสุขในผู้สูงอายุให้มีความสุขใน 5 มิติ ดังนี้ สุขสบาย (Health) สุขสนุก (Recreation) สุขสง่า (Integrity) สุขสว่าง (Cognition) และ สุขสงบ (Peacefulness) (สำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต, 2560) ทั้งนี้เพราะความสุข (Happiness) เป็นสภาวะที่มนุษย์ต้องการให้คงอยู่กับตนเองยาวนาน เป็นสิ่งที่ดี ที่สุดที่มนุษย์ต้องการ ความสุขจึงเป็นเป้าหมายของชีวิตที่มนุษย์ทุกคนต้องการจะมีในการดำรงชีวิต เหมือนกัน บางคนมีความสุขกับการมีทรัพย์สินเงินทอง มีอาชีพ มีรายได้ การได้รับประทานอาหารที่ตนเองชอบ หรือบางคนก็มีความสุขกับการที่ได้มีครอบครัวที่อบอุ่น ได้รับการรักการดูแลเอาใจใส่ เป็นต้น ดังนั้นการแสวงหาความสุขของคนเรานั้นจึงแตกต่างกัน ความสุขของแต่ละบุคคลนั้นอาจ เปลี่ยนแปลงได้ตามกาลเวลา หรือแม้กระทั่งการให้นิยามของความสุขก็ขึ้นอยู่กับคำจำกัดความของแต่ละบุคคล แต่ละคนตัดสินใจว่ามีความสุขมากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับวิถีชีวิตที่กำลังดำเนินอยู่ ประสบการณ์ที่ผ่านมาในอดีต และทัศนคติที่มีต่อการดำเนินชีวิต หลักการวิจิต ซึ่งประสบการณ์ชีวิต ของแต่ละบุคคลก็อาจจะมีทั้งที่ก่อให้เกิดความสุขและความทุกข์ คนที่จะมีความสุขอย่างแท้จริงนั้นจึง ขึ้นอยู่กับวิจิต ท่าทีมุมมองต่อชีวิตการใช้ชีวิต (อัมพร เครือแอม, 2561) ซึ่งความสุขในชีวิต (Life Happiness) เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนควรได้รับและเป็นสิ่งสำคัญของการดำเนินชีวิตของทุกคน ถ้าแต่ละชีวิตมีความสุข มนุษย์จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข จะเป็นความสุขของหมู่คณะ ของสังคมและของโลก นอกจากนี้ยังพบว่าความสุขของผู้สูงอายุนั้นมีความแตกต่างกันขึ้นกับวัฒนธรรม สังคม สิ่งแวดล้อม การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการได้แก่ การมีโรคประจำตัว ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม ทั้งนี้ความสุขยังทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกพึงพอใจต่อการมีชีวิตยืนยาว เมื่อผู้สูงอายุเห็นประโยชน์ของการมีชีวิตยืนยาว ก็ย่อมที่จะทำให้เกิดความพอใจที่จะดูแลตนเองให้มีชีวิตที่ยืนยาวอย่างมีความสุข นำไปสู่การวางแผน

สู่เป้าหมาย เพื่อการมีชีวิตยืนยาวอย่างมีความสุข และก็จะเกิดความมุ่งมั่นลงมือทำเกิดผลสำเร็จตามแผน เช่น การดูแลตนเองให้พร้อมอยู่เสมอที่จะพึ่งพาตนเองได้ดี ทั้งด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย และสภาพแวดล้อม เพื่อการมีชีวิตที่ยืนยาวอย่างมีความสุข และถ้าหากผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองในเรื่องความสุขที่มาจากการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ก็ย่อมที่จะทำให้มีความสุขในการดำเนินชีวิต สังคมไทยก็จะกลายเป็นสังคมของผู้สูงอายุที่สมบูรณ์แบบในอนาคต (ภัทร งามล, 2554)

องค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ มีพื้นที่รับผิดชอบทั้งสิ้น 24 หมู่บ้าน มีประชากรทั้งสิ้น 20,835 คน มีผู้สูงอายุ 3,363 คน ซึ่งการดำเนินงานที่ผ่านมาองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น ได้ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุโดยได้ดำเนินกิจกรรมและโครงการต่างๆ เช่น โครงการออมเพื่ออวดของผู้สูงอายุ โครงการส่งเสริมวิถีดูแลสุขภาพด้วยการออกกำลังกายแก่ผู้สูงอายุ (หมื่นปีเกมส์) โครงการเพื่อนช่วยเพื่อน กิจกรรมส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุด้วยการนวดแผนไทย กิจกรรมงานประเพณีต่างๆ เช่น ประเพณีบุญประเพณีข้าวเปลือก ประเพณีบุญบั้งไฟ ประเพณีสงกรานต์ ประเพณีสืบสานงานลอยกระทง เป็นต้น โดยการดำเนินโครงการและกิจกรรมต่างๆ จัดทำขึ้นเพื่อสร้างความสุขในการดำเนินชีวิตให้กับผู้สูงอายุ ตามหลักการของสำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต ประกอบด้วย 1) สุขสบาย ซึ่งเน้นเรื่องสุขภาพร่างกายการปฏิบัติ กิจวัตรประจำวัน และพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ 2) สุขสนุก เป็นความสามารถของผู้สูงอายุในการเลือกวิถีชีวิตที่รื่นรมย์ด้วยการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดอารมณ์เป็นสุข จิตใจสดชื่นแจ่มใส 3) สุขสง่า เน้นความเข้าใจในความเป็นไปในชีวิต ความมีคุณค่าในตนเอง มีมุมมองและความรู้สึกต่อตนเองและผู้อื่นอย่าง เห็นอกเห็นใจไม่ซึมเศร้าไม่ท้อแท้ 4) สุขสว่างเป็นความสามารถด้านความจำ ความเข้าใจความคิดแบบนามธรรม การสื่อสารการใช้เหตุผลและการวางแผนแก้ไข ปัญหาสุขสงบ เป็นการรับรู้เข้าใจความรู้สึกของตนเองรู้จัก ควบคุมอารมณ์และสามารถจัดการกับภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ 5) สุขสงบ ความสามารถในการควบคุมความต้องการจากแรงกระตุ้นได้อย่างเหมาะสม (องค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น, 2567)

ดังนั้นความสุขจึงเป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุความสุขนั้นเกิดขึ้น ได้หลายด้านทั้งความสุขทางกาย ความสุขทางจิตใจ และความสุขจากการได้รับความดูแลเอาใจใส่ การสนับสนุน การให้กำลังใจของคนในครอบครัว สำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา แนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ เพื่อศึกษาว่าผู้สูงอายุอย่างมีความสุขในการดำเนินชีวิตอยู่ในระดับใด ผู้สูงอายุที่ปัจจัยส่วนบุคคลต่างมีความคิดเห็นอย่างไรต่อการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน ทั้งนี้เพื่อนำข้อมูล

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์
2. เพื่อเปรียบเทียบความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล
3. เพื่อศึกษาแนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์



ระเบียบวิธีวิจัย

1. ประชากร กลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย 1) ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ ได้แก่ ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน 3,363 คน (องค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น, 2567) 2) กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น โดยใช้สูตรการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างของยามานะ (Yamane) ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และกำหนดความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ .05 ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 358 คน และ 3) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ ผู้วิจัยเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญแบบ Small Group จำนวน 9 คน โดยแบ่งออกเป็น หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน และผู้สูงอายุ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) แบบสอบถามโดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบตรวจรายการ (Check List) ตอนที่ 2 แบบสอบถามแบบสอบถามเกี่ยวกับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น เป็นแบบสอบถามประเมินค่ามีลักษณะการประเมินค่าแบบ 5 ระดับ และตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะทั่วไป มีลักษณะเป็นแบบปลายเปิด (Open-Ended Form และ 2) แบบสัมภาษณ์ ผู้วิจัยสร้างประเด็นคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อการวิจัย 2 ประเด็นคำถาม ดังนี้ 1) ท่านคิดว่าการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ เป็นอย่างไร และ 2) ท่านคิดว่าแนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ ควรอย่างไร

3. ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ การตรวจสอบความถูกต้อง ของแบบสอบถาม ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ตรวจและแก้ไขเรียบร้อยแล้ว เสนออาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ พิจารณาความถูกต้อง ครบถ้วน ของเนื้อหา รวมถึงภาษาและสำนวนที่ใช้ในแบบสอบถาม การตรวจสอบความเที่ยงตรง (Validity) เพื่อหาค่าดัชนีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์แต่ละข้อ (Index of Item Objective Congruence: IOC) โดยได้ค่า IOC 1.00 ทุกข้อ และการทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) กับบุคคลที่มีลักษณะเช่นเดียวกันกับประชากร จำนวน 30 คน โดยเครื่องมือการวิจัยได้ค่าของแบบสอบถาม = 0.887

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล การเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอน ดังนี้ ขอนหนังสือจากคณะสังคมศาสตร์และการพัฒนาท้องถิ่นมหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม ถึงนายกองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลในการวิจัยและนำข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ แล้วนำมาตรวจสอบความถูกต้องเพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติและวิเคราะห์เนื้อหาต่อไป

5. การวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย 1) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ คือ สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) คือ วิเคราะห์โดยนำมาแจกแจงความถี่ (Frequency) และหาร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistic) คือ วิเคราะห์โดยการทดสอบค่า t-test (Two-Independent Sample Test) และสถิติทดสอบค่า F-test (One-Way ANOVA) 2) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ การวิเคราะห์โดยวิธีการจำแนกชนิดข้อมูล (Typological Analysis) เพื่อที่จะ



ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการจัดการระบบข้อมูลซึ่งอาศัยหลักเกณฑ์โดยการจำแนกหรือการจัดกลุ่มข้อมูล และเขียนบรรยายแบบพรรณนาความ

ผลการวิจัย

1. ระดับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น โดยภาพรวม

ลำดับ	ความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น	ระดับความคิดเห็น		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1.	สุขสบาย (Heath)	3.60	0.68	มาก
2.	สุขสนุก (Recreation)	3.60	0.67	มาก
3.	สุขสง่า (Integrity)	3.67	0.61	มาก
4.	สุขสว่าง (Cognition)	3.64	0.62	มาก
5.	สุขสงบ (Peacefulness)	3.71	0.55	มาก
ภาพรวม		3.64	0.39	มาก

จากตาราง 1 พบว่า ระดับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.64$) เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ สุขสงบ (Peacefulness) ($\bar{X} = 3.71$) รองลงมา คือ สุขสง่า (Integrity) ($\bar{X} = 3.67$) สุขสว่าง (Cognition) ($\bar{X} = 3.64$) สุขสบาย (Heath) ($\bar{X} = 3.60$) และสุขสนุก (Recreation) ($\bar{X} = 3.60$) ตามลำดับ

2. การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น

ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า t	ค่า F	Sig	ผลการศึกษา	
					ยอมรับ	ปฏิเสธ
เพศ	ความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า	1.536	-	0.879	-	✓
อายุ	ความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า	-	0.352	0.703	-	✓



ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม	ค่า t	ค่า F	Sig	ผลการศึกษา	
					ยอมรับ	ปฏิเสธ
สถานภาพ	ความสุขในการดำเนิน	-	0.595	0.552	-	✓
สมรส	ชีวิตอย่างมีคุณค่า					
การศึกษา	ความสุขในการดำเนิน	-	0.400	0.753	-	✓
	ชีวิตอย่างมีคุณค่า					
ลักษณะการ	ความสุขในการดำเนิน	0.990	-	0.275	-	✓
พักอาศัย	ชีวิตอย่างมีคุณค่า					
ลักษณะของ	ความสุขในการดำเนิน	1.695	-	0.278	-	✓
ครอบครัว	ชีวิตอย่างมีคุณค่า					

จากตาราง 2 ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา ลักษณะการพักอาศัย และลักษณะของครอบครัว ที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน อำเภอแม่เปิน จังหวัดนครสวรรค์ ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. แนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน อำเภอแม่เปิน จังหวัดนครสวรรค์

จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ ผู้วิจัยเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญแบบ Small Group จำนวน 9 คน โดยแบ่งออกเป็น หน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง กำนัน ผู้ใหญ่บ้านและผู้สูงอายุ จากการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์สะท้อนให้เห็นถึงลักษณะความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่ยังคงอาศัยอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว หรือมีบ้านที่พักอาศัยอยู่ในบริเวณใกล้เคียงกับบ้านของบุตรหลาน ลักษณะความสัมพันธ์เป็นไปอย่างผูกพันใกล้ชิด มีการดูแลซึ่งกันและกันโดยแบ่งหน้าที่ภายในครอบครัว ผู้สูงอายุได้รับการดูแลทั้งทางด้านร่างกายเกี่ยวกับการใช้ชีวิตประจำวัน และการดูแลสุขภาพจิตใจ ผู้สูงอายุที่ไม่ได้อาศัยอยู่ร่วมกับบุตรหลาน จะได้รับการช่วยเหลือดูแลโดยญาติ/เพื่อนบ้าน อย่างไรก็ตามแม้ว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจะดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกาย จิตใจที่ดี และมีความสุขในการดำเนินชีวิต แต่ยังมีปัจจัยบางประการที่เป็นข้อจำกัด/อุปสรรคที่ทำให้การช่วยเหลือดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุยังไม่ครอบคลุมทั่วถึงทุกกลุ่มเป้าหมาย จำเป็นต้องมีการปรับปรุง/พัฒนา เพื่อให้การช่วยเหลือ แก้ไขปัญหา และส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น จากการสัมภาษณ์ผู้วิจัยสรุปแนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน อำเภอแม่เปิน จังหวัดนครสวรรค์ ได้ดังนี้

1. การกำหนดกลไกสำคัญในชุมชนท้องถิ่นในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดำเนินการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจะต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของกลไกทุกระดับทั้งโดยตัวของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ครอบครัวที่มีความใกล้ชิดกับผู้สูงอายุควรเป็นกลไกหลักในการช่วยเหลือดูแลเป็นแหล่งพึ่งพิงให้กับผู้สูงอายุ ผู้นำชุมชนท้องถิ่นที่ควรมีการกำหนดนโยบาย แผนงาน และการกำกับติดตามการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุอย่างชัดเจน

ตลอดจนการมีส่วนร่วมของผู้นำกลุ่ม/องค์กรต่างๆ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่และคนในชุมชนท้องถิ่น ในการกำหนดแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างเหมาะสมตามบริบทของแต่ละพื้นที่ ซึ่งกลไกทุกระดับที่เกี่ยวข้องจะต้องตระหนักถึงความสำคัญ มีความเข้าใจสถานการณ์อย่างถูกต้องชัดเจน และมีการประสานความร่วมมือในเชิงปฏิบัติอย่างเต็มกำลังความสามารถผู้สูงอายุที่ได้รับการช่วยเหลือและพัฒนาโอกาสที่จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

2. การพัฒนาระบบ/กลไกในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุ การพัฒนาระบบ/กลไกในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุจะต้องเริ่มต้นจากระดับครอบครัว โดยการสนับสนุนเงินอุดหนุนเยียวยาให้กับครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวต้องดูแลผู้สูงอายุ เป็นการประเมินมูลค่าจากการสละเวลา สูญเสียโอกาส และรายได้ โดยอาจมีการจัดลำดับความสำคัญตามระดับของความลำบากในการดูแลผู้สูงอายุที่อยู่ในครอบครัว เพื่อกำหนดแนวทางในการให้ความช่วยเหลือ รูปแบบการสนับสนุนในลักษณะดังกล่าวเป็นการส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัว สร้างสายสัมพันธ์เพื่อไม่ให้ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง เป็นการจัดสรรงบประมาณสำหรับการเยียวยาครอบครัวโดยตรง และมีระบบการติดตามตรวจสอบที่ชัดเจน และสำหรับครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวไม่สามารถดูแลผู้สูงอายุได้ด้วยตนเอง อาจต้องมีการจ้างคนดูแลผู้สูงอายุ งบประมาณในส่วนนี้จะเป็ค่าใช้จ่ายสนับสนุนการดูแลผู้สูงอายุ นอกจากนี้ควรมีระบบการลดหย่อนค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับสาธารณูปโภคต่างๆ และมีระบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวในชุมชนท้องถิ่น อย่างไรก็ตาม แม้ว่าการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจะดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกาย จิตใจที่ดี และมีความสุขในการดำเนินชีวิต แต่ยังมีปัจจัยบางประการที่เป็นข้อจำกัด/อุปสรรคที่ทำให้การช่วยเหลือดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุยังไม่ครอบคลุมทั่วถึงทุกกลุ่มเป้าหมาย จำเป็นต้องมีการปรับปรุง/พัฒนา เพื่อให้การช่วยเหลือ แก้ไขปัญหา และส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

3. รูปแบบที่เหมาะสมในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุขโดยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัย การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภายใต้สังคมสูงอายุที่มีสัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ควรมีแนวทาง/รูปแบบที่เหมาะสม ดังนี้

3.1 การส่งเสริมตัวของผู้สูงอายุให้มีความสามารถในการพึ่งพาตนเอง ทั้งในกลุ่มที่ไม่มีความพร้อมด้านปัจจัยพื้นฐานให้มีโอกาสในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร สวัสดิการ และบริการต่างๆ มากขึ้น ส่วนกลุ่มที่มีความพร้อมด้านปัจจัยพื้นฐานควรส่งเสริมความตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง รวมทั้งการเป็น Active Aging อีกหนึ่งกำลังสำคัญที่มีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม

3.2 การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเยาวชนในการช่วยเหลือดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวทั้งในด้านการดำเนินกิจวัตรประจำวัน และเป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดข้อมูลข่าวสารที่จำเป็น รวมทั้งให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุในชุมชนท้องถิ่นที่ขาดผู้ดูแลแม้ไม่ใช่คนในครอบครัว

3.3 การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของวัยแรงงานเกี่ยวกับการสนับสนุนค่าใช้จ่ายในการดูแลผู้สูงอายุให้มีสุขภาพดี พร้อมทั้งดูแลสุขภาพของตนเอง เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ



3.4 การส่งเสริมชุมชนท้องถิ่นโดยเฉพาะผู้นำควรให้ความสำคัญและมีการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความชัดเจน มีการถ่ายทอดสู่แนวทางปฏิบัติ พร้อมกำกับติดตามประเมินผลอย่างใกล้ชิด รวมทั้งประสานงานกับหน่วยงานภายนอกเพื่อสร้างเครือข่ายความร่วมมือ

3.5 การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของกลไกทุกภาคส่วน ตั้งแต่การวิเคราะห์สภาพปัญหา/ความต้องการของผู้สูงอายุ การกำหนดแนวทาง/นโยบายในการช่วยเหลือ/แก้ไขปัญหา/พัฒนา มีการดำเนินงานตามแนวทาง/นโยบาย/ข้อกำหนดที่เป็นมติจากการตกลงร่วมกัน โดยมีการกำหนดบทบาทหน้าที่ของกลไกแต่ละภาคส่วนให้มีความชัดเจน

อภิปรายผลการวิจัย

1. ระดับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ สุขสงบ (Peacefulness) รองลงมา คือ สุขสง่า (Integrity) สุขสว่าง (Cognition) สุขสบาย (Heath) และสุขสนุก (Recreation) ตามลำดับ ผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพให้มีสมรรถภาพร่างกายที่แข็งแรง คล่องแคล่ว มีกำลังสามารถตอบสนองต่อความต้องการทางกายภาพได้ตามสภาพที่เป็นอยู่ มีเศรษฐกิจหรือปัจจัยที่จำเป็นพอเพียง ไม่มีอุบัติเหตุหรืออันตราย มีสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพ มีวิถีชีวิตและดำเนินชีวิตอย่างรื่นรมย์สนุกสนาน และเข้าร่วมทำหรือกิจกรรมนันทนาการที่ก่อให้เกิดอารมณ์เป็นสุข จิตใจสดชื่นแจ่มใสกระปรี้กระเปร่าอย่างเหมาะสมสอดคล้องกับงานวิจัยของอรรธรณ แสนบริสุทธิ (2563) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุใน ตำบลคำใหญ่ อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์ ผลการศึกษาพบว่า ความสุขของผู้สูงอายุในตำบลคำใหญ่ อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์ มีความสุข ในระดับมาก ร้อยละ 55.22 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญ คือ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศีลียา สุขอนันต์ และคณะ โครงการวิจัยการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยอาศัยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัยในครอบครัวและชุมชน ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในปัจจุบันทั้งจากการประเมินโดยตัวของผู้สูงอายุและการประเมินโดยสมาชิกช่วงวัยอื่นในครอบครัวเป็นไปในทิศทางที่สอดคล้องกัน โดยผลการประเมินในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบพบว่า นอกจากกลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่จะให้คะแนนการประเมินอยู่ในระดับปานกลาง เท่ากับ 3.36 และ 3.28 ในกลุ่มผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัว ตามลำดับ แต่มีข้อสังเกตที่น่าสนใจคือ องค์ประกอบด้านจิตใจมีร้อยละของการประเมินคุณภาพชีวิตในระดับที่ดีสูงกว่าองค์ประกอบด้านอื่น ๆ โดยเท่ากับ ร้อยละ 28.20 และ 16.30 ในกลุ่มผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัว ตามลำดับ ส่วนองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมมีร้อยละของการประเมินคุณภาพชีวิต ในระดับต่ำมากกว่าองค์ประกอบด้านอื่น ๆ ซึ่งเท่ากับร้อยละ 18.50 และ 21.30 ในกลุ่มผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวตามลำดับ (ลียา สุขอนันต์ และคณะ, 2566)

2. การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า ผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษา ลักษณะการพักอาศัย และลักษณะของครอบครัว ที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ ไม่แตกต่างกัน จึง

ปฏิเษสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของรัตนติกานต์ อินทร์สุข ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ผลการวิจัยพบว่า เปรียบเทียบความคิดเห็นของผู้สูงอายุที่มีต่อระบบการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า ผู้สูงอายุของที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกัน ส่งผลต่อระบบการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ไม่แตกต่างกัน (รัตนติกานต์ อินทร์สุข, 2564) สอดคล้องกับงานวิจัยของภัญญาภา คงชน ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การจัดสวัสดิการของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าแดง อำเภอชาติตระการ จังหวัดพิษณุโลก ผลการวิจัยพบว่า การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อการจัดสวัสดิการของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าแดง อำเภอชาติตระการ จังหวัดพิษณุโลก พบว่า ผู้สูงอายุของที่มี เพศ อายุ สถานภาพ การศึกษา รายได้ต่อเดือนโดยประมาณ ลักษณะที่อยู่อาศัย และอาชีพ ต่างกัน ส่งผลต่อระบบการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเษสมมติฐานที่ตั้งไว้ (ภัญญาภา คงชน, 2564) รวมทั้งสอดคล้องกับงานวิจัยของภทรนันท์ อุ่่นอ่อน ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า แนวทางในการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐมประกอบด้วย 1) ผู้สูงอายุควรหมั่นดูแลสุขภาพกายของตนเอง 2) ผู้สูงอายุควรวางแผนทางการเงินตั้งแต่วัยทำงาน และออมเงินไว้ใช้ในยามแก่ชรา 3) ครอบครัวและชุมชนควรให้ความ เข้าอกเข้าใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และช่วยเหลือเกื้อกูลผู้สูงอายุ 4) การมีระบบบริการสาธารณะที่เอื้อต่อ ผู้สูงอายุข้อเสนอแนะจากการวิจัยมีดังนี้ควรมีนโยบายส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุสนับสนุนให้มีการจ้างแรงงานผู้สูงอายุการสนับสนุนการจัดทำโครงการหรือจัดกิจกรรมที่ผู้สูงอายุได้ทำประโยชน์เพื่อชุมชนและสังคม การกำหนดมาตรฐานทางสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ (ภทรนันท์ อุ่่นอ่อน, 2564)

3. แนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่เป็น อำเภอแม่เป็น จังหวัดนครสวรรค์ พบว่า แนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่า ประกอบด้วย การกำหนดกลไกสำคัญในชุมชนท้องถิ่นในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การพัฒนาระบบ/กลไกในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุ รูปแบบที่เหมาะสมในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุขโดยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัย เน้นส่งเสริมการพึ่งพาตนเอง ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเยาวชน ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของวัยแรงงาน ส่งเสริมชุมชนท้องถิ่น ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของกลไกทุกภาคส่วน สอดคล้องกับงานวิจัยของภัญญาภา คงชน ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การจัดสวัสดิการของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าแดง อำเภอชาติตระการ จังหวัดพิษณุโลก ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการจัดสวัสดิการของผู้สูงอายุ พบว่า ควรจัดตั้งคลินิกสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อดูแลรักษาผู้สูงอายุให้บริการแบบองค์รวม และควรจัดรถรับ-ส่ง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสะดวกในการเดินทางไปพบแพทย์ สนับสนุนส่งเสริมอาชีพสำหรับผู้สูงอายุ จัดสวัสดิการที่จำเป็นต่อผู้สูงอายุ จัดตั้งชมรมด้านอาชีพสำหรับผู้สูงอายุและควรมีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่างๆ ให้ผู้สูงอายุทุกคนในพื้นที่เข้าถึงและรับรู้ ข้อมูลข่าวสารของการดำเนินโครงการ เพื่อให้ผู้สูงอายุมาใช้สิทธิ์และเข้ารับบริการ โดยอาศัยอาสาสมัครสาธารณสุข (ภัญญาภา คงชน, 2564)และสอดคล้องกับงานวิจัยของภทรนันท์ อุ่่นอ่อน ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า แนวทางในการพัฒนาความสุขของ



ผู้สูงอายุในจังหวัด นครปฐมประกอบด้วย 1) ผู้สูงอายุควรหมั่นดูแลสุขภาพกายของตนเอง 2) ผู้สูงอายุควรวางแผนทางการเงินตั้งแต่วัยทำงาน และออมเงินไว้ใช้ในยามแก่ชรา 3) ครอบครัวและชุมชนควรให้ความ เข้าอกเข้าใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และช่วยเหลือเกื้อกูลผู้สูงอายุ 4) การมีระบบบริการสาธารณะที่เอื้อต่อ ผู้สูงอายุข้อเสนอแนะจากการวิจัยมีดังนี้ควรมีนโยบายส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุสนับสนุนให้มีการจ้างแรงงานผู้สูงอายุการสนับสนุนการจัดทำโครงการหรือจัดกิจกรรมที่ผู้สูงอายุได้ทำประโยชน์เพื่อชุมชนและสังคม การกำหนดมาตรฐานทางสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ (ภัทรนันท์ อุ่นอ่อน, 2564) และสอดคล้องกับงานวิจัยของเจตพล เกษแก้ว ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง ความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลและสามารถทำนายความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง แรงสนับสนุนทางสังคม สัมพันธภาพในครอบครัว การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม และการรับรู้สถานะแวดล้อมทางสังคม ซึ่งสามารถร่วมทำนายความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรเสริมสร้างความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเสริมสร้างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีการสนับสนุนทางสังคมอย่างเพียงพอ ส่งเสริมสัมพันธภาพในครอบครัว รวมถึงสนับสนุนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม และการจัดการสถานะแวดล้อมทางสังคม ให้สอดคล้องกับความต้องการและวิถีการดำเนินชีวิต เพื่อให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข (เจตพล เกษแก้ว, 2566)

องค์ความรู้ใหม่

การส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าองค์การบริหารส่วนตำบลควรกำหนดหลักการ กระบวนการในการสร้างรับรู้ให้เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุว่ามีความพึงพอใจในชีวิต มีความรู้สึกทางบวก มีอารมณ์ที่ดี และการไม่มีความรู้สึกทางลบ มีทัศนคติที่ดีต่อการดำเนินชีวิต โดยอาศัยหลักการ ดังแผนภาพ



ภาพที่ 1 แนวทางการส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ

จากแผนภาพอธิบายได้ว่า การส่งเสริมความสุขในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าองค์การบริหารส่วนตำบลควรดำเนินการดังนี้ 1) การกำหนดกลไกสำคัญในชุมชนท้องถิ่นในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 2) การพัฒนาระบบ/กลไกในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุ และ 3) รูปแบบที่เหมาะสมในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุขโดยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัย เน้นส่งเสริมการพึ่งพาตนเอง ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเยาวชน ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของวัยแรงงาน ส่งเสริมชุมชนท้องถิ่น ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของกลไกทุกภาคส่วน

สรุปและข้อเสนอแนะ

1. สรุป ผู้สูงอายุคนที่มีความสุขเป็นบุคคลที่สามารถประกอบกิจการงานประสบความสำเร็จตามความปรารถนา มีร่างกายแข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ไม่มีอารมณ์ขุ่นมัวหรือวิตกกังวล มีอารมณ์มั่นคง มีความอดทน และมีความสามารถต่อสู้อุปสรรคต่างๆ ได้ เป็นคนที่ยอมรับความจริงในชีวิตทำตัวให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ซึ่งผลจากการวิจัยผู้สูงอายุมีความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า อยู่ในระดับมาก เพราะผู้สูงอายุมีความสุขสงบ ความสุขสง่า ความสุขสว่าง ความสุขสบาย และความสุขสนุก ตามลำดับ

2. ข้อเสนอแนะ ได้แก่ 1) องค์การบริหารส่วนตำบลควรกำหนดกลไกในการดำเนินการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยอาศัยการมีส่วนร่วมของทุกระดับทั้งโดยตัวของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ครอบครัวที่มีความใกล้ชิดกับผู้สูงอายุ ควรเป็นกลไกหลักในการช่วยเหลือดูแลเป็นแหล่งพึ่งพิงให้กับผู้สูงอายุอย่างเหมาะสมตามบริบทของแต่ละพื้นที่ 2) องค์การบริหารส่วนตำบลควรพัฒนาระบบในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุโดยการสนับสนุนเงินอุดหนุนเยียวยาให้กับครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวต้องดูแลผู้สูงอายุเป็นการประเมินมูลค่าจากการสละเวลา สูญเสียโอกาส และรายได้ เพื่อให้การช่วยเหลือ แก้ไขปัญหา และส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น และ 3) องค์การบริหารส่วนตำบลควรกำหนดรูปแบบที่เหมาะสมในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุขโดยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัยภายใต้สังคมสูงอายุผ่านกระบวนการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน

บรรณานุกรม

- เจตพล เกษแก้ว. (2566). ความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอบ้านดุง จังหวัดอุดรธานี. ใน (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุข) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี.
- ภัญญาภา คงชน. (2564). การจัดสวัสดิการของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลป่าแดง อำเภอชาติตระการ จังหวัดพิษณุโลก. ใน (วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม.
- ภัทร งามล. (2554). ความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนเมือง : กรณีศึกษาชุมชนวัดไชยทิศเขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร. ใน (วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสังคมสงเคราะห์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.



- ภทรนันท์ อุ่นอ่อน. (2564). แนวทางการพัฒนาความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม. ใน (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาบริหารการศึกษา) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- รัตน์ติกานต์ อินทร์สุข. (2564). การศึกษาการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงดิน อำเภอสามง่าม จังหวัดพิจิตร. ใน (การศึกษาอิสระรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม.
- लिया สุขอนันต์ และคณะ. (2566). การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยอาศัยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัยในครอบครัวและชุมชน. ใน (รายงานการวิจัย) สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคม.
- สำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต. (2560). คู่มือวิทยากรจัดกิจกรรมสร้างสุข 5 มิติ สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน. นครปฐม: โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- องค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน. (2567). แผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ. 2566-2570). นครสวรรค์: องค์การบริหารส่วนตำบลแม่เปิน.
- อรรณณ แสนบริสุทธิ . (2563). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุใน ตำบลคำใหญ่ อำเภอห้วยเม็ก จังหวัดกาฬสินธุ์. ใน (วิทยานิพนธ์สาธิตศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุข) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อัมพร เครือแอม. (2561). ความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุตำบลหนองโพ จังหวัดราชบุรี. วารสารหัวหินสุขใจไกลกังวล, 3(1) , 59-71.