

การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี

THE DEVELOPMENT OF LEARNING ACTIVITIES TO ENHANCE THE QUALITY OF LIFE
FOR THE ELDERLY IN RATCHABURI PROVINCE.

ปณณธร เจริญชัยพฤษณ์¹, พระมหาคำพันธ์ รัตนชัยโย,
พระมหาพิพัฒพงศ์ ฐิตธมโม, พระมหาชินภัทร ฉินนาลโย และ อุทัย ภูบังดาว

Pannatorn Tainchaiyapurk, Phramaha Kumphan Rananchayo,
Phramaha Phiphatphong Thitadhammo, Phramaha Chinnapat Chinnalayo
and Uthai Poobangdao

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วิทยาลัยสงฆ์ราชบุรี
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Ratchaburi Buddhist College.

Email: Pannatorn_t@hotmail.com¹

Received 6 September 2022; Revised 29 September 2022; Accepted 29 August 2023.



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาวิถีและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2) เพื่อศึกษาการพัฒนา
กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ 3) เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้าง
คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี เป็นการวิจัยแบบผสมวิธีระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ
โดยใช้แนวคิดการพัฒนาคูณภาพชีวิต 4 ด้าน และปัจจัยการเรียนรู้เพื่อพัฒนาเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
เป็นกรอบการวิจัย เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุคัดเลือกโดยการสุ่มแบบง่าย
จำนวน 372 คน และแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคือ ผู้บริหารหน่วยงานและองค์กรที่
เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ คัดเลือกโดยเจาะจง จำนวน 15 คน และวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเชิงปริมาณโดยใช้สถิติ
พื้นฐาน ส่วนการวิจัยเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหาแล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า

1. วิถีและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี เป็นคนดั้งเดิมที่เกิดและเติบโตจนชราในพื้นที่
มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ประกอบอาชีพมีรายได้และเลี้ยงตัวเองได้ มีผู้ดูแลและให้ความช่วยเหลือ มีสุขภาพกาย
และจิตใจที่ดี มีความสัมพันธ์ทางสังคมดี และมีสภาพแวดล้อมเพื่อการดำรงชีวิตที่เหมาะสม

2. การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี ได้แก่ การเรียนรู้
ด้านร่างกาย การเรียนรู้ด้านจิตใจ การเรียนรู้ด้านสังคม และการเรียนรู้ด้านสิ่งแวดล้อม

3. ปัจจัยการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี ได้แก่ ปัจจัยด้านผู้สูงอายุ
ปัจจัยด้านองค์กร ปัจจัยด้านสถาบันทางสังคม ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม และปัญหาอุปสรรคการจัดการ

องค์ความรู้จากงานวิจัยนี้หน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนสามารถนำไปกำหนดเป็นนโยบายเพื่อการ
พัฒนากิจกรรมการเรียนรู้และนำการใช้ประโยชน์ในการพัฒนาเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้

คำสำคัญ : การพัฒนา; กิจกรรมการเรียนรู้; คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this research article are as follows: 1) to study the lifestyle and quality of life for the elderly; 2) to examine learning activities to enhance the quality of life for the elderly, and 3) to analyze learning factors to enhance the quality of life for the elderly in Ratchaburi Province. The research employs a mixed-method approach, combining qualitative and quantitative methodologies, utilizing the concept of quality-of-life development in four aspects and learning factors to enhance the quality of life for the elderly as its research framework. The primary research tool employed was a questionnaire. The sample group was 372 elderly people selected by simple random sampling and structured interviews. Additionally, key informants included fifteen agency executives and organizations related to the elderly, selected through purposive sampling. Quantitative data were analyzed by basic statistics, while for qualitative research, content was synthesized and descriptive reports were written. The research results were as follows:

1. Lifestyle and quality of life for the elderly in Ratchaburi Province were characterized by their deep-rooted connection to the area, having been born and raised there. They possessed a unique identity, pursued careers, earned income, and were self-sufficient. Moreover, they had access to caregivers and support and maintained both physical and mental well-being. They also enjoyed good social relationships and resided in suitable living environments.

2. The development of learning activities to enhance the quality of life for the elderly in Ratchaburi Province encompassed various domains, including physical, mental, social, and environmental learning.

3. Learning factors to enhance the quality of life for the elderly in Ratchaburi Province comprised aspects related to the elderly themselves, organizational factors, social institutional factors, environmental factors, and management concerns.

The body of knowledge gained from this research holds valuable implications for government agencies and the private sector, enabling them to formulate policies that promote the development of learning activities and leverage this development to enhance the quality of life for the elderly.

Keywords: Development; Learning Activities; Quality of Life for the Elderly

บทนำ

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรครั้งสำคัญ คือ การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยสัดส่วนจำนวนประชากรในวัยทำงานและวัยเด็กลดลง เนื่องจากอัตราการเกิดและอัตราการตายของประชากรลดลงอย่างต่อเนื่อง ทำให้ประชากรไทยมีอายุยืนยาวขึ้น เนื่องจากการดำเนินนโยบายด้านประชากรและการวางแผนครอบครัวประสบผลสำเร็จ ตลอดจนความก้าวหน้าด้านเศรษฐกิจและสังคมส่งผลให้คนไทยมีสุขภาพดี และมีโอกาสได้รับการศึกษาที่สูงขึ้น มีความรู้และทักษะในการป้องกันและดูแล

สุขภาพ ตลอดจนการวางแผนครอบครัวที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ประชากรที่อยู่ในวัยสูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ในขณะที่ประชากรวัยเด็กและวัยแรงงานมีแนวโน้มที่ลดลง ซึ่งองค์การสหประชาชาติ (UN) ได้นิยามว่าประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นสัดส่วนเกินร้อยละ 10 หรืออายุ 65 ปีขึ้นไปเกินร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศ ถือว่าประเทศนั้นได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์เมื่อสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มเป็นร้อยละ 20 และอายุ 65 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 14 โดยประเทศไทย ได้นิยามคำว่า “ผู้สูงอายุ” ไว้ในพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 ว่าหมายถึง “ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป” ข้อมูลประชากรประเทศไทยสำรวจเมื่อเดือนธันวาคม พ.ศ.2564 จากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ มีประชากรทั้งหมด 66,171,439 คน มีผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป 12,241,542 คน คิดเป็นร้อยละ 18.50 ของประชากรทั้งหมด (Department of provincial Administration, Official statistics registration systems, 2021) ปัญหาผู้สูงอายุเป็นเรื่องซับซ้อน หน่วยงานที่มีหน้าที่เข้ามาเกี่ยวข้องจะต้องร่วมมือกันไม่ว่าจะเป็นภาครัฐ ภาคเอกชน รวมถึงชุมชน ครอบครัว เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการช่วยกันแก้ไขปัญหาให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี การสร้างแรงจูงใจให้หน่วยงานต่างๆ ร่วมมือพัฒนาพื้นที่ของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องนั้น รัฐต้องเปลี่ยนแปลงบทบาทจากการสงเคราะห์มาเป็นพัฒนา (Kamolporn Kalyanamitra, 2022)

ในสถานการณ์ที่มีผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจ จากการที่ผู้สูงอายุมีอายุเฉลี่ยที่ยืนยาวออกไป คุณภาพชีวิตในวัยสูงอายุก็น่าจะสามารถจะยืดยาวออกไปได้ด้วยเช่นกัน สังคมไทยผู้สูงอายุมีหน้าที่เลี้ยงดู ให้คำแนะนำอบรมสั่งสอนและเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตให้กับสมาชิกในครอบครัว รวมทั้งยังมีบทบาทสำคัญต่อชุมชน สังคมไทยในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของประชาคมโลกจึงต้องปรับตัวเองโดยการพัฒนาคน ซึ่งหมายถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสมรรถนะของคนให้มีพื้นฐานในการคิด และการเรียนรู้ทักษะในการดำรงชีวิต สามารถเผชิญกับปัญหาและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว โดยต้องให้คนไทยได้รับการพัฒนาทั้งด้านสติปัญญา กระบวนการเรียนรู้และทักษะการรับผิดชอบตนเอง ในการพัฒนาคนตามความจำเป็นดังกล่าว จึงต้องมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน ซึ่งประกอบด้วย (1) ด้านร่างกาย คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล (2) ด้านจิตใจ คือ การรับรู้ทางสภาพจิตใจของตนเอง (3) ด้านทางสังคม คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น และ (4) ด้านสิ่งแวดล้อม คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต แต่การดำเนินงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุโดยภาครัฐนั้นยังไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร เพราะยังมีขอบเขตที่จำกัด และไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุที่เพิ่มจำนวนขึ้นได้ ซึ่งส่งผลทำให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นขาดความภูมิใจในตนเอง และรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า (Department of Health. 2557) สิ่งที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต คือปัจจัยด้านวัตถุนิยม และปัจจัยด้านอัตวิสัย การศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตนั้นมีข้อโต้แย้งมานาน กล่าวคือในแต่ละทศวรรษจะเน้นการศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตในด้านที่ต่างกัน นักวิจัยมุ่งศึกษาในเรื่องของการประเมินคุณภาพชีวิต และผลกระทบของแนวคิดการลดการพึ่งพาสถาบันที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต รวมถึงศึกษาผลกระทบของการวิจัยเชิงวัตถุนิยมงานวิจัยในช่วงทศวรรษนี้เน้นศึกษาในเรื่องของความสำคัญของการใช้อัตวิสัยในการศึกษาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เพื่อให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข เป็นการพัฒนาการเรียนรู้ในทุกๆ ด้าน ให้มีความเข้มแข็งทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา รวมทั้งต้องพัฒนาปัจจัยแวดล้อมที่เกี่ยวข้องคือ สภาพทางสังคม และสิ่งแวดล้อมให้สามารถปรับใช้ประโยชน์ได้ จึงจำเป็นที่จะต้องพัฒนาผู้สูงอายุให้มีความรู้ มีความสามารถ มีทักษะพื้นฐานที่จำเป็น มีลักษณะนิสัยจิตใจที่ดีงาม มีความพร้อมที่จะต่อสู้เพื่อตนเองและสังคม การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดความสำเร็จได้นั้นต้องพัฒนาทุกด้านโดยภาพรวมไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม สติปัญญา สภาพทางสังคม และสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างแท้จริง ซึ่งสามารถที่จะใช้ปัญญาพิจารณาพิจารณาในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง และพร้อมที่จะสร้างสรรค์

สิ่งที่ตั้งถามให้เกิดขึ้นกับชีวิตของตนเองและสามารถสร้างความสันติสุขให้เกิดขึ้นในสังคมที่ตนเองอยู่อาศัยด้วย
พร้อมกันนั้นก็สมารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาวิถีและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี
2. เพื่อศึกษาการพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี
3. เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี

การทบทวนวรรณกรรม

องค์กรอนามัยโลกในฐานะเป็นองค์กรหลักที่ดูแลด้านสุขภาพอนามัย มองเห็นว่า “ร่างกาย จิตใจ สังคมที่ดีและการไม่มีโรคภัยไข้เจ็บเป็นสภาวะของความสมบูรณ์ที่ดี” ถึงแม้ว่าข้อกำหนดนี้จะไม่ได้เกิดขึ้นจริง อย่างไรก็ตามในระยะแรกผลสัมฤทธิ์ของแนวคิดที่ว่านี้เกิดกับกลุ่มประชาชนในวัยทำงานในโลกตะวันตก ซึ่งหันมาดูแลสุขภาพมากขึ้น โดยเฉพาะการให้คำแนะนำในเรื่องสุขภาพภายนอกร่างกายและมีการชักชวนให้มีการดูแลสุขภาพ ซึ่งทำให้เชื่อมโยงไปสู่ความสัมพันธ์เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนเรา ซึ่งในช่วงนั้น สุขภาพ (Health) ถูกให้ความหมายว่า เป็นสภาวะของความสมบูรณ์ทางร่างกาย จิตใจและความเป็นอยู่ที่ดี ในสังคม มิใช่หมายถึงแต่เพียงปราศจากโรคและความอ่อนแอเท่านั้น แต่การพัฒนาด้านการสาธารณสุขกับการพัฒนาด้านการคิดค้นความรู้และเทคโนโลยีใหม่ๆ ด้านการรักษาสุขภาพที่เกิดจากการเจ็บป่วยด้านเดียว ขณะที่การเจ็บป่วยด้านอื่นๆกลับไม่ได้รับการดูแล ดังนั้น ความหมายของคำว่า “สุขภาพ” หลังจากนั้น จึงรวมความหมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ หรือสุขภาวะที่สมบูรณ์ ทุกๆ ทางเชื่อมโยงกัน สะท้อนถึงความเป็นองค์รวมอย่างแท้จริงของสุขภาพที่เกี่ยวพันและเชื่อมโยงกัน ทั้ง 4 มิติ ซึ่งความหมายในแต่ละด้าน คือ (1) สุขภาวะทางกาย หมายถึง การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียงมีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ เป็นต้น (2) สุขภาวะทางจิต หมายถึง จิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย ไม่เครียด คล่องแคล่ว มีความเมตตา กรุณา มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น (3) สุขภาวะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดีในครอบครัว ในชุมชนในที่ทำงาน ในสังคม ในโลก ซึ่งรวมถึงการมีบริการทางสังคมที่ดี และมีสันติภาพ เป็นต้น และ (4) สุขภาวะทางปัญญา (จิตวิญญาณ) หมายถึง ความสุขอันประเสริฐที่เกิดจากมีจิตใจสูง เข้าถึงความจริงทั้งหมด ละความเห็นแก่ตัว มุ่งเข้าถึงสิ่งสูงสุด ซึ่งหมายถึง พระนิพพาน หรือ พระผู้เป็นเจ้าหรือความดีสูงสุด สุดแล้วแต่ความเชื่อที่แตกต่างกันของแต่ละคน สุขภาวะทางจิตวิญญาณจึงหมายถึง มิติทางคุณค่าที่สูงสุดเหนือไปจากโลกหรือภพภูมิทางวัตถุ การมีศรัทธาและการเข้าถึงคุณค่าที่สูงส่ง ทำให้เกิดความสุขอันประณีตลึกล้ำ (The WHOQOL Group, 1994)

แนวคิดคุณภาพชีวิตขององค์กรอนามัยโลก ให้คำนิยามคุณภาพชีวิตว่าเป็นสถานะความเป็นอยู่ที่ดีของร่างกาย จิตใจ และสังคม การรับรู้คุณภาพชีวิตของบุคคลนั้นวัฒนธรรมและค่านิยมจะส่งผลกับเป้าหมายและความคาดหวัง เกี่ยวกับมาตรฐานคุณภาพชีวิตที่เกี่ยวข้อง โดยคุณภาพชีวิตแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ (1) ด้านร่างกาย คือ การรับรู้ทางสภาพด้านร่างกายของบุคคลซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์ของร่างกาย การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการทำงาน เป็นต้น (2) ด้านจิตใจ คือ การรับรู้ทางสภาพจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกและทางลบที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง การรับรู้ถึงความคิด การตัดสินใจและความสามารถในการเรียนรู้ของตน เป็นต้น (3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือและการได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ

บุคคลอื่นในสังคมด้วย และ (4) ด้านสิ่งแวดล้อม คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต การรับรู้การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพ การรับรู้ว่ามีชีวิตอยู่อย่างอิสระ มีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต เป็นต้น (United Nations, 2002)

ปัจจัยการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ ปัจจัยต่างๆ ที่มีส่วนเสริมการมีคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทำให้เกิดความแตกต่างของคุณภาพชีวิต ทั้งนี้เนื่องจากเป็นลักษณะภายในของบุคคลที่ทำให้บุคคลมีความรู้สึกนึกคิด ปรับตัว มีความพึงพอใจในชีวิตที่แตกต่างกัน ประกอบด้วย

1) ปัจจัยพื้นฐาน ได้แก่ (1) อายุ เป็นข้อบ่งชี้ถึงควมมีวุฒิภาวะ (2) เพศ เป็นตัวบ่งชี้ถึงความแตกต่างทางสรีระ และเป็นตัวกำหนดบทบาท บุคลิกภาพในครอบครัวชุมชนและสังคม (3) สถานภาพสมรส เป็นปัจจัยสร้างความผูกพันระหว่างผู้สูงอายุกับคู่ชีวิต (4) ระดับการศึกษา เป็นการเรียนรู้เพื่อพัฒนาความรู้ ทักษะ ทศนคติและพฤติกรรมที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยทั่วไป (5) อาชีพ เป็นที่มาของรายได้ สามารถดูแลตนเองและช่วยเหลือผู้อื่นได้เพื่อส่งเสริมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี (6) รายได้ เป็นตัวชี้บอกสถานภาพทางเศรษฐกิจที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของบุคคล (7) ลักษณะของครอบครัว เป็นสถาบันปฐมนิเทศหน้าที่ดูแลเลี้ยงดูให้ความรัก เอาใจใส่ เข้าใจและเห็นใจที่สนองตอบความต้องการขั้นพื้นฐานทั้งด้านร่างกายและจิตใจ และ (8) ภาวะสุขภาพ เป็นปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต บุคคลที่มีสุขภาพดี มีความแข็งแรงสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ ย่อมจะสามารถดูแลตนเองได้

2) ปัจจัยแวดล้อม ได้แก่ (1) สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย เป็นหนึ่งในปัจจัยที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุและครอบครัว (2) สัมพันธภาพในครอบครัว ความสัมพันธ์ในครอบครัวก่อให้เกิดความห่วงใยต่อสถานะและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สุขภาพและการดูแลยามเจ็บป่วย (3) การรับรู้ข่าวสารต่างๆ เป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ซึ่งเป็นขั้นตอนแรกของการสร้างแรงจูงใจให้เกิดการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ (4) ปัญหาสุขภาพจิต การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจในผู้สูงอายุเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย สังคม และสิ่งแวดล้อม ทำให้เกิดความเครียดในชีวิต (Orem, D. E., 1991)

กระบวนการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต คือ การกระทำใดใดที่เป็นการช่วยส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีสภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ได้แก่ (1) ด้านร่างกายหรือสุขภาวะทางกาย หมายถึง การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียงมีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ คือ การรับรู้ทางสภาพด้านร่างกายของบุคคล ซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน (2) ด้านจิตใจหรือสุขภาวะทางจิต หมายถึง จิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย ไม่เครียด คล่องแคล่ว มีความเมตตา กรุณา มีสติ มีสมาธิ คือ การรับรู้ทางสภาพจิตใจของตนเอง (3) ด้านสังคมหรือสุขภาวะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดีในครอบครัว ในชุมชน ในที่ทำงาน ในสังคม ในโลก ซึ่งรวมถึงการมีบริการทางสังคมที่ดีและมีสันติภาพ และ (4) ด้านสิ่งแวดล้อมหรือสุขภาวะทางสิ่งแวดล้อม หมายถึง การมีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ มีชีวิตอยู่อย่างอิสระ มีความปลอดภัยและมั่นคง การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต (Bureau of Health Promotion, Ministry of Public Health, 2005)

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี” กำหนดใช้การศึกษาวิจัยแบบผสมวิธี ใช้วิธีการผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยเชิงคุณภาพ

1. การเก็บข้อมูล

1) การวิจัยเชิงปริมาณเพื่อทราบข้อมูลทั่วไป วิธีและคุณภาพชีวิต การพัฒนากิจกรรมเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ รวมทั้งปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะ เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามแบบเลือกตอบ กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุในจังหวัดราชบุรี จำนวน 372 คน โดยการสุ่มแบบง่าย

2) การวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อให้ทราบถึงประเด็นของการศึกษา ได้แก่ นโยบาย แผนงาน โครงการ และการดำเนินการกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตลอดจนปัจจัยการเรียนรู้และปัญหาอุปสรรค เครื่องมือที่ใช้คือแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างชนิดปลายเปิด ผู้ให้ข้อมูลสำคัญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 15 คน ได้แก่ ผู้บริหาร/เจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้บริหาร/เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลหรือสาธารณสุขท้องถิ่น และผู้บริหาร/ผู้ดูแลชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดราชบุรี

3) นำข้อมูลจากผลการวิจัยในแต่ละขั้นตอนมาจัดรวบรวม อธิบายความหมาย สร้างข้อสรุปด้วยการตีความแบบอุปนัย จัดระบบจำแนกชนิดข้อมูล และวิเคราะห์เชิงเนื้อหาเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์สร้างเป็นรูปแบบเพื่อนำเสนอผลการวิจัย

2. การตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูล

1) จัดสัมมนาทางวิชาการเพื่อตรวจสอบความถูกต้องชัดเจนของข้อมูลโดยผู้เชี่ยวชาญหรือผู้ทรงคุณวุฒิที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ประกอบด้วยผู้นำทางศาสนา, นักวิชาการในสถานศึกษา, ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น, ผู้บริหารโรงพยาบาลหรือสาธารณสุขท้องถิ่น และผู้บริหารหรือผู้ดูแลชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดราชบุรี จำนวน 10 รูป/คน

2) เป็นการระดมความคิดเห็น ข้อเสนอแนะจากผู้เกี่ยวข้องในพื้นที่ที่เป็นผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุ เพื่อให้ได้แนวทางเกี่ยวกับการพัฒนากิจกรรมและปัจจัยการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง “การพัฒนา กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี” สรุปผลตามกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการศึกษา ดังนี้

1. **วิถีและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี** มีวิถีและคุณภาพชีวิตเป็นคนดั้งเดิมที่เกิดและเติบโตจนชราในพื้นที่ ประกอบด้วยหลายกลุ่มหลายชาติพันธุ์ มีประเพณีและวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว สามารถประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเองได้ มีรายได้และดูแลตัวเองได้ อาศัยอยู่บ้านตัวเองหรืออยู่กับบุตรหลานหรือญาติพี่น้อง โดยมีผู้ดูแลและให้ความช่วยเหลือ มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีความสัมพันธ์ทางสังคมและสามารถปรับตัวเพื่อทำกิจกรรมการรวมกลุ่มได้ สภาพแวดล้อมและปัจจัยเพื่อการดำรงชีวิตเหมาะสม โดยได้รับการดูแลจากภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และสถานพยาบาลตามสิทธิที่มี

2. การพัฒนา กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี

1) ด้านร่างกาย ด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ต่างๆ ได้แก่ (1) ด้านความจำเป็นพื้นฐาน เช่น การจัดหาปัจจัยสี่ที่เหมาะสม การจัดสวัสดิการเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ การจัดสถานที่พักผ่อนที่ให้อย่างเหมาะสม การสร้างและปรับปรุงระบบสาธารณสุขและการดูแลสุขภาพ (2) ด้านการฝึกอบรมและการแนะนำ เช่น การอบรมแนะนำเกี่ยวกับอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม การออกกำลังกายที่ถูกต้อง การประกอบอาชีพเสริม

2) ด้านจิตใจ ด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ต่างๆ ได้แก่ (1) ด้านการพัฒนาจิตใจผู้สูงอายุ เช่น การสร้างความภาคภูมิใจ การมอบประกาศเกียรติคุณ การจัดกิจกรรมในวันสำคัญ และการจัดกิจกรรมสันทนาการ (2) ด้านการฝึกอบรมและการแนะนำ เช่น การฝึกสมาธิ การเรียนรู้จิตใจที่เปลี่ยนไป การให้คำปรึกษาทางสุขภาพจิต การศึกษาดูงานเพื่อเพิ่มศักยภาพให้กับผู้นำชุมชน/อาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุ

3) ด้านสังคม ด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ต่างๆ ได้แก่ (1) ด้านการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม เช่น การสร้างการมีส่วนร่วมในสังคม การสร้างบทบาทในสังคม โครงการสืบสานประเพณีไทย การสร้างคุณค่า

ภูมิปัญญาผู้สูงอายุ (2) ด้านการฝึกอบรมและการแนะนำ เช่น การอบรมและพัฒนาเครือข่ายการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ และการอบรมแนะนำการรับรู้สภาพจิตใจตนเอง การเรียนรู้จิตใจที่เปลี่ยนไป

4) ด้านสิ่งแวดล้อม ด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ต่างๆ ได้แก่ (1) ด้านการพัฒนาและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม เช่น การพัฒนาระบบสาธารณูปโภคและสาธารณูปการให้ได้มาตรฐาน การปรับปรุงท่อระบายน้ำพร้อมบ่อพัก การปรับปรุงระบบบรรเทาสาธารณภัย และการสร้างและซ่อมแซมบ้านพักผู้สูงอายุ (2) ด้านการฝึกอบรมและการแนะนำ เช่น การให้ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ การจัดการสิ่งแวดล้อมเพื่อการดำรงชีวิตที่ถูกต้องและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ

ทั้งนี้ รวมทั้งการดำเนินการพัฒนาด้านอื่นๆประกอบในทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ (1) การจัดระเบียบชุมชน/สังคม การรักษาความปลอดภัยและการรักษาความสงบเรียบร้อย (2) การบูรณาการหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งด้านการกำหนดนโยบาย แผนและโครงการ ตลอดจนการสนับสนุนทรัพยากรการบริหารจัดการซึ่งกันและกัน และ (3) ด้านการให้ข้อมูล/ข่าวสาร/ความรู้ผ่านสื่อเรียนรู้สังคมประเภทต่างๆ

3. ปัจจัยการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี

1) ปัจจัยด้านผู้สูงอายุ ได้แก่ (1) ผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพ (2) ผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางจิต (3) ผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้ และ (4) ผู้สูงอายุที่ไม่มีที่อยู่อาศัยหรือไม่มีคนดูแล

2) ปัจจัยด้านองค์กร ได้แก่ (1) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น/องค์กรฝ่ายปกครอง (2) องค์กรด้านการให้ความรู้ (3) องค์กรด้านการรักษาพยาบาล และ (4) องค์กรเอกชนอื่นๆ

3) ปัจจัยด้านสถาบันทางสังคม ได้แก่ (1) สถาบันครอบครัว (2) สถาบันการศึกษา (3) สถาบันทางศาสนา และ (4) สมาคมหรือมูลนิธิเพื่อสังคม

4) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ (1) พื้นที่ชุมชนแออัด (2) พื้นที่ห่างไกลหรือทุรกันดาร (3) พื้นที่ที่การบริการสาธารณูปการสาธารณูปโภคไม่สะดวกและทั่วถึง และ (4) พื้นที่ที่ไม่ปลอดภัย

5) ปัญหาและอุปสรรคที่ ได้แก่ (1) ด้านบุคลากร (2) ด้านงบประมาณ (3) ด้านวัสดุอุปกรณ์ และ (4) ด้านการบริหารจัดการ

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัยเรื่อง “การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี” ครั้งนี้ นำเสนอการอภิปรายผลตามกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการศึกษา ดังนี้

1. **วิถีและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี** วิถีและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดราชบุรี ผู้สูงอายุในพื้นที่ส่วนมากเป็นคนดั้งเดิมที่เกิดและเติบโตจนชราในพื้นที่ มีประเพณีและวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว ประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเองได้ อาศัยอยู่บ้านตัวเองหรือญาติพี่น้อง มีผู้ดูแลและให้ความช่วยเหลือ มีสุขภาพกายและจิตใจที่ดี มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่อบอุ่น มีสภาพแวดล้อมและปัจจัยเพื่อการดำรงชีวิตเหมาะสมและได้รับการดูแลจากภาครัฐและท้องถิ่น ซึ่งสอดคล้องการวิจัยของดวงกมล โพธิ์แก้ว, (2560) ที่วิจัยเรื่อง “การพัฒนาวิธีการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักพุทธบริหารการศึกษา” ผลการวิจัยพบว่า ความชราภาพของผู้สูงอายุที่เสื่อมลงเป็นธรรมชาติของมนุษย์ โดยไม่สามารถปฏิเสธได้ส่งผลโดยตรงต่อสรรถนะและประสิทธิภาพด้านต่างๆของผู้สูงอายุ เช่น สภาพทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุสภาพทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ สภาพทางด้านสังคมของผู้สูงอายุ สภาพทางด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ หากแต่ต้องมีการเตรียมความพร้อมรองรับด้านต่างเพิ่มให้เกิดสมดุลชีวิตเพิ่มเติมสิ่งที่เสื่อมถอยไป

2. การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี

1) ด้านร่างกาย ด้วยการดำเนินการต่างๆ เช่น การพัฒนาความจำเป็นพื้นฐาน การฝึกอบรมและการแนะนำทางวิชาการ การจัดระเบียบชุมชน/สังคม การบูรณาการกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และการให้ข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อต่างๆ ซึ่งสอดคล้องการวิจัยของพระมหาชัยยนต์ คมภิรวาที (เทพหาร) (2562) ที่วิจัยเรื่อง “รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอแม่สรวย จังหวัดเชียงราย” ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบที่เหมาะสมกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยผู้สูงอายุเอง ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ครอบครัว ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และหน่วยงานภาครัฐ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพชุมชน

2) ด้านจิตใจ ด้วยการดำเนินการต่างๆ เช่น การจัดการพัฒนาจิตใจ การฝึกอบรมและการแนะนำทางวิชาการ การจัดระเบียบชุมชน/สังคม การบูรณาการกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และการให้ข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับพระครูใบฎีกาอภิชาติ ธมมสุโข (พรสุทธิชัยพงศ์), ดร. และคณะ (2560) ที่วิจัยเรื่อง “การสร้างเครือข่ายความร่วมมือในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชนในอำเภอสามปราชญ์ จังหวัดนครปฐม” ผลการวิจัยพบว่า การสร้างเครือข่ายความร่วมมือในการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุเกิดจากการทำกิจกรรมร่วมกัน โดยกิจกรรมด้านจิตใจ ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ที่จะเตรียมตัวตาย กิจกรรมทางศาสนา ได้แก่ การนิมนต์พระมาเทศน์หรือไปเยี่ยมที่บ้าน การดูแลผู้ป่วยหลายระยะ การปฏิบัติธรรม ร่วมกันถวายสังฆทาน การบวชชีพราหมณ์ (ศีลจาริณี) การไปปฏิบัติธรรมนอกอำเภอหรือต่างจังหวัด

3) ด้านสังคม ด้วยการดำเนินการต่างๆ เช่น การจัดการพัฒนาการสร้างการมีส่วนร่วมในสังคม การจัดระเบียบชุมชน/สังคม การบูรณาการกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และการให้ข้อมูลข่าวสารการผ่านสื่อต่างๆ ซึ่งสอดคล้องการวิจัยของพระครูสังฆรักษ์ทรงพรณ ชยทตโต, ดร. (ภิรมย์พร) และคณะ (2559) ที่วิจัยเรื่อง “บทบาทวัดในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาวัดหลวงพ่อดธรรมกายาราม อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี” ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการพัฒนาบทบาทวัดหลวงพ่อดธรรมกายารามในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม คือ การจัดกิจกรรมพุทธศิลป์บำบัดที่ช่วยให้มีความรู้สึกผ่อนคลาย รื่นรมย์ เกิดความสุขทางใจ สำหรับผู้สูงอายุที่เข้าปฏิบัติธรรมร่วมกับบุคคลผู้สนใจทั่วไป

4) ด้านสิ่งแวดล้อม ด้วยการดำเนินการต่างๆ เช่น การจัดการพัฒนาและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม การจัดระเบียบชุมชน/สังคม การบูรณาการกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และการให้ข้อมูลข่าวสารผ่านสื่อต่างๆ ซึ่งสอดคล้องการวิจัยของพระมหาวิชัย ตีบก้นเงิน (2557) ที่วิจัยเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลวังกระแจะ อำเภอไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี” ผลการวิจัยพบว่า แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในแต่ละด้าน คือ ด้านเศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อม ควรจัดกิจกรรมอาชีพเสริมให้กับผู้สูงอายุที่ต้องการมีรายได้เสริม สงเคราะห์ผู้สูงอายุที่เดือดร้อน โดยเฉพาะกับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้และผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้เป็นของตนเอง

3. การวิเคราะห์ปัจจัยการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี ปัจจัยการเรียนรู้ที่หน่วยงานท้องถิ่น รพ.สต./หน่วยงานสาธารณสุข และชมรมผู้สูงอายุ นำไปกำหนดเป็นนโยบาย/แผนงาน/กิจกรรม และนำไปปฏิบัติในด้านต่างๆ เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี ได้แก่ (1) ปัจจัยด้านปัจจัยส่วนบุคคลผู้สูงอายุ (2) ปัจจัยด้านองค์กรที่ทำหน้าที่ (3) ปัจจัยด้านสถาบันทางสังคม (4) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม (5) ปัญหาและอุปสรรคที่จัดเป็นปัจจัยการเรียนรู้อีกด้าน ซึ่งสอดคล้องการวิจัยของว่าที่ ร.ต.หญิง ดร.สุทธิญาณ โอบอ้อม และสัญญา สุดประเสริฐ (2564) ที่วิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเพิ่มพละพลังของผู้สูงอายุในสังคมไทย” ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเพิ่มพละพลังของผู้สูงอายุพบว่า การเตรียมทางด้านร่างกาย ผู้สูงอายุต้องยอมรับสภาพเสื่อมถอยของร่างกาย และต้องปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับสภาวะที่เป็นอยู่ การเตรียมทางด้านจิตใจ ผู้สูงอายุต้องเข้าใจและยอมรับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ฝึกตนให้อยู่ในหลักธรรม ทำตนให้เป็นที่ยอมรับของทุกคนทั่วไป

สรุปองค์ความรู้

1. การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี

1.1 กิจกรรมการเรียนรู้ที่มุ่งเป้าหมายที่ผู้สูงอายุ ได้แก่ 1) กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาด้านร่างกาย ประกอบด้วย (1) การเรียนรู้ปัจจัยสี่ที่เหมาะสม การจัดสวัสดิการเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ การสร้างและปรับปรุงระบบสาธารณสุขการและสาธารณสุขโรค (2) การฝึกอบรมและการแนะนำทางวิชาการ ได้แก่ การอบรมแนะนำเกี่ยวกับการรับประทานอาหารเช้าที่ถูกต้องเหมาะสม การอบรมแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การฝึกอบรมแนะนำการประกอบอาชีพเสริม 2) กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาด้านจิตใจ ประกอบด้วย (1) การพัฒนาจิตใจผู้สูงอายุ การสร้างความภาคภูมิใจ การมอบประกาศเกียรติคุณ การจัดกิจกรรมในวันสำคัญ (2) การฝึกอบรมและการแนะนำทางวิชาการ การฝึกสมาธิ การแนะนำการรับรู้สภาพจิตใจตนเอง การให้คำปรึกษาทางสุขภาพจิต การฝึกอบรมและศึกษาดูงานเพื่อเพิ่มศักยภาพให้กับผู้นำชุมชน/อาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุ

1.2 กิจกรรมการเรียนรู้ที่มุ่งเป้าหมายที่ปัจจัยแวดล้อม ได้แก่ 1) กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาด้านสังคม ประกอบด้วย (1) การจัดการพัฒนาด้านสังคมผู้สูงอายุ การสร้างการมีส่วนร่วมในสังคม การสนับสนุนผู้สูงอายุให้มีบทบาทในสังคม โครงการครอบครัวสามัคคี 3 วัย โครงการสืบสานประเพณีไทยร่วมกิจกรรมทางสังคมในวันสงกรานต์และรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุ สร้างคุณค่าภูมิปัญญาผู้สูงอายุ การสร้างจิตอาสาผู้สูงอายุปฏิบัติงานเพื่อสังคม (2) การฝึกอบรมและการแนะนำทางวิชาการ การอบรมและศึกษาดูงานเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ การพัฒนาเครือข่ายสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ และการอบรมแนะนำการรับรู้สภาพจิตใจตนเอง การเรียนรู้จิตใจที่เปลี่ยนไป 2) กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาด้านสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย (1) การพัฒนาและอนุรักษ์ด้านสิ่งแวดล้อม การพัฒนาระบบสาธารณสุขโรคและสาธารณสุขการให้ได้มาตรฐานและทั่วถึง การปรับปรุงการบรรเทาสาธารณภัย และการสร้างและซ่อมแซมบ้านผู้สูงอายุให้มีความปลอดภัย มั่นคง แข็งแรง การถ่ายทอดประสบการณ์และใช้ภูมิปัญญาดูแลและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม (2) การฝึกอบรมและการแนะนำทางวิชาการ การให้ความรู้เกี่ยวกับการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม การจัดการสิ่งแวดล้อมเพื่อการดำรงชีวิตที่ถูกต้องและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ และโรงเรียนผู้สูงอายุ

1.3 กิจกรรมการเรียนรู้ที่มุ่งเป้าหมายที่องค์กรหรือหน่วยงาน ได้แก่ 1) การบูรณาการการดำเนินงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ (1) การประสานงานแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมร่วมกัน การสนับสนุนบุคลากร/งบประมาณ/วัสดุอุปกรณ์ระหว่างหน่วยงาน (2) การจัดระเบียบชุมชน/สังคมและการรักษาความสงบเรียบร้อย การดูแลรักษาความสงบเรียบร้อย การรักษาความปลอดภัย การมีส่วนร่วมภาคประชาชน และการสร้างความปรองดองสมานฉันท์ 2) การให้ข้อมูล/ข่าวสาร/ความรู้ผ่านสื่อเรียนรู้สังคมประเภทต่างๆ ได้แก่ การแจ้งข้อมูล/ข่าวสาร/สิทธิประโยชน์ทางเว็บไซต์ การประชาสัมพันธ์ทางเสียงตามสาย และการจัดเจ้าหน้าที่ออกประชาสัมพันธ์โดยตรง

2. ปัจจัยการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดราชบุรี

2.1 ปัจจัยด้านผู้สูงอายุ ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพหรือมีปัญหาทางจิต ผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้ และผู้สูงอายุที่ไม่มีที่อยู่อาศัยหรือไม่มีคนดูแล

2.2 ปัจจัยด้านองค์กร ได้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น/องค์กรฝ่ายปกครอง องค์กรให้ความรู้ องค์กรรักษาพยาบาล และองค์กรที่ทำหน้าที่เพื่อสาธารณประโยชน์

2.3 ปัจจัยด้านสถาบันทางสังคม ได้แก่ สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันศาสนา และองค์กรเอกชนอื่น

2.4 ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ พื้นที่ชุมชนแออัด พื้นที่ทางไกลหรือทุรกันดาร พื้นที่ที่การบริการสาธารณสุขการสาธารณสุขโรคไม่สะดวกและทั่วถึง และพื้นที่ที่ไม่ปลอดภัย

2.5 ปัญหาและอุปสรรคที่มีผลต่อการพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้ ได้แก่ ทรัพยากรในการบริหารจัดการ เช่นบุคลากร งบประมาณ วัสดุอุปกรณ์ และรูปแบบการบริหารจัดการ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงการนำไปใช้ประโยชน์

- 1) ควรมีการจ้างงานผู้สูงอายุที่สามารถทำงานได้ ให้มีโอกาสดำรงตำแหน่งในองค์กรภาครัฐและภาคเอกชน โดยเน้นไปที่การสร้างเสริมภูมิปัญญาผู้สูงอายุโดยถ่ายทอดประสบการณ์ ความรู้ ความสามารถ
- 2) ควรจัดกิจกรรมที่เหมาะสมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมด้วยความสมัครใจ เช่น การฝึกอาชีพเสริมของผู้สูงอายุ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องให้การช่วยเหลือและสนับสนุนในเรื่องของตลาดมารองรับ
- 3) ควรส่งเสริมบทบาทของครอบครัว ชุมชนให้เข้ามาดูแลผู้สูงอายุ เน้นการพัฒนาคนในครอบครัวให้ตระหนักและเห็นคุณค่าของผู้สูงอายุ
- 4) ควรมีนโยบายและการประชาสัมพันธ์แจ้งข้อมูลข่าวสาร เกี่ยวกับสิทธิสวัสดิการ ผลประโยชน์ของผู้สูงอายุ และการคุ้มครองการเลือกปฏิบัติของหน่วยงานภาครัฐที่เข้าใจง่ายและเป็นภาษาท้องถิ่น

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

- 1) ควรนำการศึกษาวิจัย การพัฒนา กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุนี้ไปศึกษาวิจัยในพื้นที่อื่นเพื่อวัดค่าความสัมฤทธิ์ผล
- 2) ควรนำการศึกษาวิจัย การพัฒนา กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุนี้ไปศึกษาวิจัยในการดำเนินการของหน่วยงานอื่น
- 3) ควรนำการศึกษาวิจัย การพัฒนา กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุนี้ไปศึกษาวิจัยโดยใช้หลักพุทธธรรมเป็นแนวทาง เพื่อนำมาเปรียบเทียบผล
- 4) ควรนำการศึกษาวิจัย การพัฒนา กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุนี้ไปต่อยอดการวิจัยโดยใช้ปัจจัยด้านอื่นเป็นรูปแบบ เพื่อนำมาเปรียบเทียบผล

References

- Acting Sub Lt Sutthaya Obom and Sanya Sodprasert. *Factors affecting active aging of the elderly in the society*. Journal of MCU Buddhapanya Review Vol. 7 No. 1 (January – March, 2022): 238.
- Bureau of Health Promotion, Ministry of Public Health.(2005). *Guidelines for training leaders of health building clubs fitness for health Food is nutritious, safe, and healthy for health workers*. 3^{ed}. Bangkok: Receiving and Package Organization Printing House.
- Department of Health. (2557). *Quality of life improvement*. Bangkok: Ministry of Public Health.
- Department of provincial Administration, Official statistics registration systems. (2020). Statistics of the elderly in Thailand 77 provinces. [Online]. Retrieved February 1, 2021, from http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age.php.
- Duangkamon Pokaew. (2018). *The Development of Living a Life of the Elderly according to Buddhist Educational Administration*. (Doctoral Dissertation). Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Orem, D. E. *Nursing Concept of Practice*. 4^{ed}. St. Louis: Mosby Year Book, 1991.

- Phrakhrusangharak Songphan Jayadatto, Dr. (Phiromporn) and Others, (2016). *The Roles of Buddhist Monastery in Developing the Quality of Life for the Elderly: A case Study of Wat Luang Phor Sod Dhammakayaram, Damnoensaduak District, Ratchaburi Province*. (Research Report). Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Ratchaburi Buddhist College.
- Phramaha Chaiyon Gambīravādī (Thephan). (2019). *The Model of Quality of Life Development for the Elderly in Mae Suai District, Chiang Rai Province*. (Doctoral Dissertation). Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Kamolporn Kalyanamitra. *Quality of life of the elderly, Turn lord into power, Contribute to social development*. Journal of MCU Buddhapanya Review. Vol. 7 No. 2 (April-June 2022) : 33.
- The Elderly Act 2003. (2003, December 31). *National Gazette*. (No. 122/130ก).
- The WHOQOL Group. *Development of the WHOQOL: Rationale and current status*. International Journal of Mental Health, 1994.
- United Nations. *Data sheet for population aging*. New York: United Nations, 2002.

