

การเสริมพลังเครือข่ายของชุมชน เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่

THE ENHANCING COMMUNITY NETWORKS FOR IMPROVING THE ELDERLY'S QUALITY OF LIFE
BAN MUEANG PHA, RIM NUEA SUB-DISTRICT, MAE RIM DISTRICT, CHIANG MAI PROVINCE.

พระสุทธิพงษ์ ลอยธง¹, ทิพาภรณ์ เยสุวรรณ์² และ สหัทธยา วิเศษ³

PhraSutthipong Loythong¹, Tipaporn Yesuwan² and Sahathaya Wises.³

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่^{1,2}

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตพะเยา³

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiang Mai Campus.¹⁻²

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Phayao Campus.³

E-mail : sutthipongdream25399@gmail.com¹

Received 29 June 2023; Revised 8 August 2023; Accepted 25 June 2024.



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเหมืองผ่า 2) เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่ายในชุมชนบ้านเหมืองผ่า 3) เพื่อเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่า รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ พื้นที่วิจัย คือ บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ 1) ผู้ให้การสัมภาษณ์เป็นรายบุคคล จำนวน 20 ท่าน 2) ผู้ให้การสนทนากลุ่ม จำนวน 11 รูป/ท่าน โดยใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิเคราะห์เนื้อหาแล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา

ผลการศึกษาวิจัยพบว่า

1) คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเหมืองผ่า พบว่า ผู้สูงอายุมีปัญหา ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคม จากประเด็นทั้ง 3 ด้าน ก่อให้เกิดผลกระทบในด้านจิตใจ เกิดความเหงา ว้าเหว่ เครียด ลดทอนคุณค่าในตัวเอง นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุขาดการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ขาดการพบปะผู้คน เกิดคุณภาพชีวิตลดลง

2) การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่ายในชุมชนบ้านเหมืองผ่า พบว่า กลุ่มเครือข่ายชุมชนได้พัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเหมืองผ่า โดยการจัดกิจกรรมการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ การออกกำลังกาย, กิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจ , กิจกรรมการสร้างอาชีพ , กิจกรรม

ส่งเสริมด้านสังคม ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มผู้สูงอายุ เกิดการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่ายชุมชน

3) การเสริมพลังเครือข่ายเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ ด้วยการเสริมพลังเครือข่ายเชิงบูรณาการ ขององค์กรทางศาสนา , กลุ่มผู้นำชุมชน และกลุ่มโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ เกิดพลังเครือข่ายในชุมชนส่งผลให้ผู้สูงอายุในชุมชนได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างครบวงจร

คำสำคัญ : การเสริมพลัง; เครือข่าย; คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ; บ้านเหมืองผา

Abstract

The objectives of this academic investigation encompass: 1) to investigate the elder's quality of life in Ban Mueang Pha community, 2) to upgrade the elder's quality of life by the network power in Ban Mueang Pha Community, and 3) to empower community networks to improve the elder's quality of life Ban Mueang Pha . This study employs a qualitative research approach, positioning Ban Mueang Pha, Rim Nuea Sub-district, Mae Rim District, Chiang Mai Province. For data procurement, vital informants were delineated into two particular groups: 1) A set of 20 individuals who took part in one-on-one interviews; and 2) A cluster of 11 participants who were part of focus group discussions. The process of selecting key informants was conducted in a purposive manner. In terms of the research instruments utilized, data was gathered via structured interview forms. Subsequent analysis of the collected data was undertaken using content analysis complemented by descriptive writing to articulate the findings.

The followings were the research results:

1) Have the quality of life of the elderly at home been operated on? Elderly people have environmental and social problems from all 3 issues that cause significant impacts. also point out what is missing.

2) The development of the elderly's quality of life by the power of networks in Ban Mueang Pha community has shown that the community network group has developed the elderly's quality in Ban Mueang Pha community by organizing the many knowledge training activities such as the health acare, the physical exercise, and the ethical and moral cultivating activities to mental development, the job creationg activities, the social promoting activities. Those bring about the improvement of the Elderly's Life quality and the establishment of the elderly school by the power of community networks.

3) The creating the network power for upgrading the elderly's quality of life was activated by establishing the elderly school through through empowering the integrated networks of religious organizations, the community leaders and the health promoting hospital groups. It, thereby, causes communal network power resulting the elderlies in the community having been developed thier life quality comprehensively.

Keyword : The enhancing; Networks; Eldery's quality; Ban Mueang Pha

บทนำ

ในปัจจุบันประเทศไทยเกิดโครงสร้างการเปลี่ยนแปลงของประชากรที่เข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” ซึ่งมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ในขณะที่สัดส่วนของอัตราการเกิดและจำนวนประชากรในวัยทำงานลดน้อยลงไปเช่นกัน จากโครงสร้างของประชากรผู้สูงอายุที่มีเพิ่มมากขึ้นนั้น เกิดจากความก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์และความเจริญทางด้านเศรษฐกิจ ทำให้อายุประชากรผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวขึ้น (Phoyen, K., 2019.P.202) คำว่า “สังคมผู้สูงวัย” คือ สังคมที่มีสัดส่วนของผู้สูงอายุหรือประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จากข้อมูลสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่าประเทศไทยมีประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไปร้อยละ 10 หรือมากกว่า 7 ล้านคน นอกจากนั้นยังคาดการณ์ไว้ว่าอนาคต สัดส่วนของจำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นไปถึงร้อยละ 20-30 เปอร์เซ็นต์ แสดงให้เห็นว่าประชากรทุกๆ 100 คน จะพบว่าจะมีจำนวนผู้สูงอายุอยู่ 30 คน (Boonpadung, S., 2011.P.1) จากโครงสร้างการเปลี่ยนแปลงของประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ถือได้ว่าจะเป็นอุปสรรคและส่งผลกระทบต่อความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจและสังคมในระยะยาว เนื่องจากสถานการณ์ดังกล่าว ทำให้ภาครัฐต้องนำภาษีของประชาชนวัยทำงานไปจัดสรรเป็นสวัสดิการเพื่อดูแลกลุ่มผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น จนอาจจะส่งผลให้หนี้สาธารณะเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งในภาวะปัจจุบันกรอบการบริหารหนี้คงค้างของรัฐบาลได้กำหนดสัดส่วน “หนี้สาธารณะคงค้าง” ไว้ไม่เกินร้อยละ 60 ต่อ GDP และสัดส่วน “ภาระหนี้” ไม่เกินร้อยละ 15 ต่อประมาณรายจ่าย (Ladplee P., et al. 2015) เพราะฉะนั้นการขับเคลื่อนการดูแลคุณภาพผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่ควรทราบถึงความต้องการและผลกระทบที่เกิดขึ้นจากสังคมผู้สูงอายุอย่างแท้จริง เนื่องจากการขับเคลื่อนดูแลช่วยเหลือดังกล่าวต้องใช้ทรัพยากรที่ส่งผลต่อระบบเศรษฐกิจระดับประเทศ

และในภาคปัจจุบันนี้ ถึงแม้ว่ารัฐบาลจะประกาศให้ความสำคัญโดยกำหนดนโยบายและมาตรการต่างๆ ให้เป็นระเบียบและวาระแห่งชาติ เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุเพื่อให้ทันต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลง และที่จะเห็นได้ชัดเจนก็คือนโยบายการช่วยเหลือเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ โดยผ่านกลไกของศูนย์ส่งเสริมรักษาสุขภาพประจำหมู่บ้าน และให้สวัสดิการโดยการปรับตามขั้นบันได คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60-69 ปีจะได้รับเบี้ยยังชีพอัตรา 600 บาท/คน/เดือน ผู้สูงอายุที่มีอายุ 70-79 ปีจะได้รับเบี้ยยังชีพอัตรา 700 บาท/คน/เดือน ผู้สูงอายุที่มีอายุ 80-89 ปีจะได้รับเบี้ยยังชีพอัตรา 800 บาท/คน/เดือน ผู้สูงอายุที่มีอายุ 90 ปีขึ้นไปจะได้รับเบี้ยยังชีพอัตรา 1,000 บาท/คน/เดือน (Totham B., and otser. 2018) อย่างไรก็ตามในความเป็นจริงแล้วกลุ่มสังคมผู้สูงอายุไม่ได้มีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจแต่เพียงด้านเดียว เนื่องจากเมื่อประชากรเมื่อเข้าสู่ผู้สูงวัยสูงอายุแล้วนั้น

จะต้องเผชิญปัญหาหลายด้าน เช่น ปัญหาทางด้านสุขภาพร่างกาย สภาพจิต อารมณ์ เศรษฐกิจ สังคม และที่อยู่อาศัย ตลอดจนปัญหาในการปรับตัวเข้ากับสังคมและครอบครัว เป็นต้น อีกทั้งผลกระทบที่เกิดกับผู้สูงอายุพบว่า มีทั้งผลกระทบด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านการใช้เวลาว่าง และด้านความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว (Benchawan, P., M.Ed. 2015) นอกจากนี้ยังพบว่า การดำเนินงานตามนโยบายของรัฐบาลที่ผ่านมา ยังมีปัญหาในด้านการขับเคลื่อนนโยบายของภาครัฐ เนื่องจากส่วนใหญ่เป็นการทำงานแบบแยกส่วน ขาดการบูรณาการหรือมีความซ้ำซ้อนทั้งในเชิงประเด็นและพื้นที่ อีกทั้งข้อมูลการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุไม่สามารถแสดงให้เห็นผลการดำเนินงานที่เป็นปัจจุบันจากภาคส่วนที่ดำเนินงานได้อย่างเป็นรูปธรรม เป็นการทำงานที่ผันแปรไปตามนโยบายของแต่ละรัฐบาล มิได้เป็นการขับเคลื่อนไปตามการทำงานเชิงบูรณาการอย่างเป็นองค์รวม (Department of Older Persons 20-year . 2018-2037) เพราะฉะนั้นแล้วการจะขับเคลื่อนการดูแลคุณภาพผู้สูงอายุควรมีกระบวนการทำงานเป็นเครือข่าย โดยเฉพาะเครือข่ายเชิงพื้นที่ เนื่องจากจะเป็นเครือข่ายที่เข้าใจบริบทของชุมชนหรือกลุ่มผู้สูงอายุ อีกทั้งประเด็นปัญหาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุมีหลายมิติ เพราะฉะนั้นควรมีการดำเนินการในเชิงบูรณาการแบบมีส่วนร่วมในทุกภาคส่วน

เช่นเดียวกับสังคมผู้สูงอายุนบ้านเหมืองผา ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งในปัจจุบันมีจำนวนประชากรผู้สูงอายุทั้งสิ้น 270 คน จากการเข้าไปศึกษาข้อมูลและบริบทพื้นที่เบื้องต้นพบว่า กลุ่มผู้สูงอายุนบ้านเหมืองผาส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่อยู่กับบ้าน บุตรหลานแต่งงานแล้วแยกย้ายไปสร้างครอบครัวของตนเอง จึงทำให้ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยว อีกทั้งการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมก็น้อยหรือบางรายแทบจะไม่มีเลย อีกทั้งข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์จากภาครัฐหรือภาคสังคมเข้าไม่ถึงในบางราย ไม่สอดคล้องกับสิทธิที่ผู้สูงอายุควรได้รับจากแผนพัฒนาสาธารณสุข ซึ่งสิทธิผู้สูงอายุในมาตรา 11 กล่าวไว้ว่า ผู้สูงอายุควรได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริมและสนับสนุนในด้านต่าง ๆ อาทิ ด้านการบริการทางการแพทย์และการสาธารณสุขโดยให้ความสะดวกและรวดเร็วแก่ผู้สูงอายุเป็นกรณีพิเศษ ด้านการศึกษา ศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต ด้านการประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม ด้านการพัฒนาตนเองและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน และการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ หรือการบริการสาธารณะอื่น เป็นต้น และเพื่อให้ผู้สูงอายุนบ้านเหมืองผามีสุขภาพอนามัยที่พึงประสงค์ มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น สามารถดูแลตนเองได้ ตามแผนพัฒนาสาธารณสุขด้านสิทธิของผู้สูงอายุที่พึงจะได้รับ กลุ่มผู้สูงอายุควรได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมีพลังเครือข่ายในชุมชนเป็นตัวขับเคลื่อน อันประกอบไปด้วยสมาชิกในครอบครัว พุทธศาสนา (วัด) ตลอดจนผู้นำและชุมชน ได้มีส่วนร่วมเป็นเครือข่ายในการดูแลส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีพื้นที่และมีโอกาสแสดงศักยภาพในการพัฒนาส่งเสริมสุขภาพตนเอง เรียกได้ว่าเป็นการเสริมพลังเครือข่ายในชุมชนเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งในด้านสุขภาพ สังคม และเศรษฐกิจของกลุ่มผู้สูงอายุ โดยบูรณาการร่วมกันระหว่างวัด ชุมชน องค์กรเครือข่ายทางการแพทย์ ตลอดจนกลุ่มผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการดำเนินการ โดยการหาสถานที่เพื่อเป็นศูนย์กลางในการพัฒนา

จากสภาพของปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยในมีความสนใจที่จะศึกษา การเสริมพลังเครือข่ายในชุมชน เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่า โดยเน้นการพัฒนาให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองได้ ตลอดจนการสร้างอาชีพเพื่อให้เกิดรายได้ และมีความเท่าทันต่อสังคมในเรื่องต่าง ๆ เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันในตนเองให้เกิดศักยภาพของการเป็นผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งได้แก่ หลักความพอประมาณ หลักการมีเหตุผลและหลักการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี มาสอดแทรกในปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จึงได้จัดทำโครงการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่า โดยการศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่าเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาโดยใช้พลังเครือข่ายเป็นพลังในการขับเคลื่อน เพื่อเป็นฐานข้อมูลในการกำหนดแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เหมาะสมของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่าอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่อิง จังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่ายในชุมชนบ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่อิง จังหวัดเชียงใหม่
3. เพื่อเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่อิง จังหวัดเชียงใหม่

การทบทวนวรรณกรรม

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่อิง จังหวัดเชียงใหม่” ผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจากเอกสาร หนังสือตำราวิชาการโดยมีตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1.แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเสริมพลังเครือข่าย

การเสริมสร้างพลัง หมายถึง กระบวนการที่เสริมสร้างความสามารถ และพัฒนาศักยภาพของบุคคล ครอบครัว หรือชุมชน ในการควบคุมปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อสุขภาพ และชีวิต เพื่อให้เขาเหล่านั้นมีพลัง มีความผาสุก และมีอำนาจในการตัดสินใจเลือกใช้แหล่งประโยชน์ต่าง ๆ และดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อรักษาไว้ซึ่งสุขภาพทั้งร่างกาย และจิตใจ ซึ่งกระบวนการนั้นมีขั้นตอน เพื่อการเรียนรู้จากข้อมูลต่าง และประสบการณ์ตรงในการพัฒนาเพื่อการพึ่งพาตนเองควบคุมตนเอง โดยมีการใช้พลังอำนาจได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Kongkamnerd, R., 2000p.119-127)

2.แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นการสร้างรากฐานของระดับการดำรงชีวิตของคนให้ดีขึ้น โดยการให้ความรู้ การฝึกด้านคุณธรรม การส่งเสริมสุขภาพอนามัยการประกอบอาชีพรวมกันอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ในประเทศไทยได้มีการสร้างเกณฑ์มาตรฐานของคุณภาพชีวิต และเป้าหมายหลักในการ “พัฒนาคุณภาพ

ชีวิต” คือการให้มีความสามารถในการ “พึ่งพาตนเอง” จุดเริ่มต้นของการพัฒนาคุณภาพชีวิต คือเริ่มจากการพัฒนา “ตนเอง” ซึ่งเป็นหน่วยย่อยของสังคม การพัฒนาตนตามแนวพุทธศาสนา ได้มีการวิเคราะห์พฤติกรรม (การกระทำของคน) ไว้ในสองลักษณะ คือ

ลักษณะที่ 1 พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดทุกข์ เกิดจากการไม่รู้หรืออวิชาตันทหา เช่น ความโลภอยากได้ของคนอื่นเกิดการลักขโมย เป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดทุกข์

ลักษณะที่ 2 พฤติกรรมสลายทุกข์ (การแก้ปัญหา) เมื่อคนเราเกิดความทุกข์จะก่อให้เกิดพฤติกรรมในการแก้ปัญหาคือสร้างปัญญาและฉันทะ เพื่อให้เกิดการศึกษา รู้วิธีการในการแก้ปัญหาจากพฤติกรรมดังกล่าว การพัฒนาความสัมพันธ์เริ่มจากจุดเล็ก คือตนเอง จากตนเองไปสู่ความสัมพันธ์ในครอบครัวกว้างออกไปอีก คือสังคม ชุมชน สังคมโลก พฤติกรรมการสร้างความสัมพันธ์เป็น “ธรรมชาติ” ของมนุษย์

(1.) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ได้แก่ การให้ความสำคัญกับสุขภาพ รู้จักบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะและครบ 5 หมู่ หาเวลาพักผ่อนและออกกำลังกายเป็นประจำ เพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์

(2.) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านอารมณ์ เป็นการสร้างเสริมสุขภาพจิตที่ดี รู้จักควบคุมอารมณ์โดยการ หมั่นฝึกให้ทาน การทำงานอดิเรก การเข้าร่วมกิจกรรมสันตนาการ การฝึกสมาธิ เป็นต้น

(3.) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสังคม เป็นการสร้างการยอมรับ และยกย่องจากสังคม ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ หรือจากหน่วยงานต่าง ๆ ที่จัดขึ้น การใช้เวลาว่างบำเพ็ญประโยชน์เพื่อชุมชน และการปฏิบัติตนโดยยึดหลักคุณธรรม จริยธรรม เป็นต้น

(4.) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสติปัญญา เป็นการเพิ่มทักษะทางด้านความรู้ให้กับตนเอง อาทิเช่น การอ่านหนังสือ การเข้ารับการอบรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ ทักษะและประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ การศึกษาข้อมูลด้วยตนเองจากสื่อสารสนเทศ วิทยุ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต รวมไปถึงการหัดสังเกตและติดตามการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม เป็นต้น นอกจากนี้แล้วการศึกษาก็นับว่าเป็นตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตอีกข้อที่สำคัญ เพราะทั่วโลกจะถือว่า “ประเทศที่มีอัตราการศึกษาของประชากรภายในประเทศอยู่ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสูงนั้น ย่อมถือว่า ประชากรในประเทศนั้นมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วย” เช่น ประเทศ สหรัฐอเมริกา แคนาดา อังกฤษ เป็นต้น (Thepsittha, S.,1996)

3.แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุคือ ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป เป็นผู้ที่สามารถพูดคุ้ยได้รู้เรื่องอ่านออกเขียนได้โต้ตอบได้ด้วย ช่วงวัยของผู้สูงอายุสามารถแบ่งได้ 4 ช่วง ได้แก่ 1) ช่วงไม่ค่อยแก่ คืออายุประมาณ 60-69 ปี เป็นช่วงที่ผู้สูงอายุต้องเผชิญกับภาวะเกษียณอายุ สูญเสียตำแหน่งหน้าที่การงาน รายได้ลดลง สูญเสีย คนรอบข้าง เป็นช่วงที่ผู้สูงอายุควรเข้ากลุ่ม หรือเข้าสังคมเพื่อทำกิจกรรมให้มาก เพื่อชดเชยกิจกรรมที่เคยทำ 2) ช่วงแก่ปานกลาง อายุประมาณ 70-79 ปี เป็นช่วงที่คนเริ่มเจ็บป่วย สมาชิกในครอบครัวที่มี อายุใกล้เคียงกันเริ่มตายจากไปมากขึ้น ผู้สูงอายุในช่วงนี้จะเข้ากลุ่มสังคมกับคนอื่นน้อยลง ไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวกับกิจกรรมในครอบครัวและสังคม ต้องการความสงบ 3) ช่วงแก่จริง อายุประมาณ 80-90 ปี เป็นช่วงวัยที่ต้องการความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง

มากกว่าวัยอื่น เริ่มนึกถึงอดีตมากขึ้น ต้องการ ความเป็นส่วนตัว แต่ยังต้องการสภาพแวดล้อมที่กระตุ้นสมรรถภาพด้านต่าง ๆ 4) ช่วงแก่มาก ๆ อายุ ประมาณ 90-99 ปี ผู้สูงอายุมีจำนวนน้อยที่จะอายุถึง 90 ปี เป็นช่วงที่มีปัญหาสุขภาพมาก ต้องทำกิจกรรมที่ตนเองพอใจและอยากทำ ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ผ่านทั้งเรื่องดีและไม่ดีมากมาย เป็นช่วงที่ต้องการความสุขสงบพอใจในตนเอง (Foundation of Thai Gerontology Research and Development Institute and Institute for Population and Social Research, The Situation of the Elderly. 2015.)

ระเบียบวิธีวิจัย

ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ โดยผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านต่าง ๆ ไว้ดังนี้

การศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีขั้นตอนการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

1. ศึกษาข้อมูล คัดเลือกผู้สูงอายุ ประธานชุมชน องค์กรสนับสนุนผู้สูงอายุ และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ที่มีความรู้ในเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในเขตพื้นที่บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่
2. ขั้นตอนการลงพื้นที่ภาคสนาม เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Interview) เป็นการสัมภาษณ์รายบุคคล ใช้เกณฑ์การคัดเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยคัดเลือกกลุ่มประชากร ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่า ที่มีอายุ 60-75 ปี จำนวน 20 ท่าน
3. การหากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่ายโดยใช้เกณฑ์การคัดเลือกแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยคัดเลือกกลุ่มประชากร ได้แก่ ผู้นำชุมชน ผู้นำศาสนา โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล และ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง จำนวน 11 รูป/ท่าน ในการสนทนากลุ่ม (Focus Group) เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่าย

หลังจากนั้นผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลที่ได้มาจากการศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่มนำมาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพและพรรณานำผลสรุปมาจัดทำรูปเล่มในการวิจัยและดำเนินการเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่

ผลการวิจัย

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเหมืองผ่ามีปัญหาคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ และการดูแลของเครือข่ายชุมชนที่เข้าไปพบปะผู้สูงอายุ พบว่าเครือข่ายชุมชนเหล่านี้ เข้าไปดูแลผู้สูงอายุได้อย่างไม่ทั่วถึง เนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาที่แตกต่างกัน การเข้าไปช่วยเหลือผู้สูงอายุบางราย ก็เป็นการช่วยเหลือเพียงระยะสั้นเท่านั้น ไม่มีผู้เชี่ยวชาญเข้าไปให้ความรู้กับผู้สูงอายุ ไม่มีศูนย์กลางในการเรียนรู้ ในเรื่องของคุณภาพชีวิตในด้าน

ต่าง ๆ จึงทำให้ชุมชนบ้านเหมืองผามีปัญหาในเรื่องของการดูแลผู้สูงอายุในเรื่องของคุณภาพชีวิต ไม่ว่าจะเป็นปัญหาในด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่าย พบว่า กระบวนการการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่าย กระบวนการในการสร้างกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุ โดยแบ่งกิจกรรมในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตไว้ 4 กิจกรรม ดังนี้

2.1 กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพร่างกาย พบว่า ในการสร้างกระบวนการกิจกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านร่างกายของผู้สูงอายุนั้น เป็นการสร้างกิจกรรมอบรมเกี่ยวกับการส่งเสริมร่างกาย การดูแลตัวเอง การออกกำลังกายในแบบฉบับผู้สูงอายุตามวัย ตลอดจนจนถึงการอบรมในเรื่องของหลักโภชนาการ การดำเนินชีวิตอย่างไรให้สุขภาพดี โดยมีกลุ่มเครือข่ายชุมชนเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพเป็นผู้ให้ข้อมูลความรู้ มีกลุ่มเครือข่ายชุมชน ประธานกลุ่มชุมชนเป็นผู้ประสานงานกับผู้สูงอายุ เพื่อสร้างองค์ความรู้ แลกเปลี่ยนความรู้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพร่างกาย

2.2 กิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตใจ พบว่า ปัญหาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตใจ เป็นปัญหาหลักของผู้สูงวัยที่ต้องได้รับการแก้ไข ปัญหาสุขภาพจิตใจที่แตกต่างกัน โดยปัจจัยเหล่านี้มีผลสอดคล้องกับ ครอบครัว ลูกหลาน บุคคลรอบตัว และเพื่อนมิตร ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านจิตใจ ควรใช้หลักธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาด้านจิตใจ นำไปสู่กระบวนการสร้างกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจโดยกระบวนการนี้ มีการสร้างองค์ความรู้ใหม่ และปรับองค์ความรู้เดิม เช่น การพัฒนาจิตด้วยความสงบ การรับฟังธรรมะในทุกเช้า การแลกเปลี่ยนความคิด ด้วยการเสนอหลักธรรมให้ผู้อื่นทราบ การเขียนความในใจเพื่อแก้ไขปัญหาจิตใจ การทำกิจกรรมนันทนาการที่เกี่ยวกับหลักธรรมในการดำเนินชีวิต เป็นต้น โดยสร้างกิจกรรมนี้องค์กรศาสนาจะเป็นผู้ดำเนินการในการสร้างกิจกรรม

2.3 กิจกรรมการส่งเสริมเศรษฐกิจ สร้างอาชีพเพิ่มรายได้ พบว่า ผู้สูงอายุได้ร่วมกันทำกิจกรรมส่งเสริมอาชีพนี้เกิดความสุขในชีวิต โดยการสร้างกิจกรรมอาชีพดังกล่าวนี้ เครือข่ายชุมชนเป็นผู้ประสานงาน โดยได้รับความช่วยเหลือจากฝ่ายการศึกษาของเทศบาลตำบลริมเหนือ ตลอดจนถึงภาครัฐและเอกชน นักศึกษาตามมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ที่เข้ามาช่วยเหลือ ตลอดจนถึงเป็นสินค้าประจำกลุ่มอาชีพ โดยมีโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้และจัดจำหน่าย

2.4 กิจกรรมการส่งเสริมด้านสังคม พบว่า กระบวนการสร้างกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสังคม ด้วยกิจกรรมโดยให้ผู้สูงวัยได้เกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ อาทิเช่น การใช้เทคโนโลยีในการสร้างตัวตน ถ่ายรูป เล่นไลน์ การให้ความรู้ในเรื่องของภาษาสมัยใหม่ ประโยคทักทายภาษาต่างประเทศ กฎหมายเบื้องต้น เพื่อทำให้ผู้สูงอายุเกิดองค์ความรู้ใหม่ ที่ไม่ล้าหลังและเปิดใจยอมรับ โดยกิจกรรมดังกล่าวจะเป็นกิจกรรมนันทนาการ ให้กิจกรรมมีความสุข อยากรู้ อยากรอง อยากรทดสอบ โดยเครือข่ายชุมชนมีบทบาทการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ถึงแม้ว่าแต่ละองค์กรจะมีบทบาทหน้าที่ที่แตกต่างกัน หากเมื่อมีวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายการทำงานที่เหมือนหรือคล้ายกัน มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลข่าวสารระหว่างกัน การทำงานที่มีรูปแบบประสานงานของกลุ่มเครือข่าย ทำให้เกิดพลังของเครือข่ายที่มีความสัมพันธ์กันทั้งทางตรงและทางอ้อม เกิด

กิจกรรมด้วยพลังเครือข่าย ส่งผลทำให้คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่ามีประสิทธิภาพ โดยการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างกันของเครือข่าย ทำให้เห็นเป็นรูปธรรม ตลอดจนถึงการสร้างพลังของกลุ่มเครือข่ายชุมชนให้มีบทบาทที่ชัดเจนขึ้น อีกทั้งพลังเครือข่ายได้การเสริมพลังกระตุ้นในการที่จะให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นต่อไป

3. การเสริมพลังเครือข่ายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่า พบว่า การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ โดยแบ่งกระบวนการเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่าไว้ดังนี้

3.1 การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนโดยการมีส่วนร่วม โดยการดำเนินงานพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของทั้ง 3 องค์กร ได้มีการทำงานโดยใช้กระบวนการมีส่วนร่วมเริ่มจากการเข้าใจปัญหา การค้นหาสาเหตุของปัญหา ร่วมกันหาทางเลือกที่ดีที่สุดในการแก้ไขปัญหา และร่วมด้วยช่วยกันปฏิบัติการแก้ไขปัญหา ตลอดจนร่วมติดตามประเมินผล ส่งผลให้เกิดการเสริมพลังเครือข่ายชุมชน

ขั้นที่ 1 ขั้นเข้าใจถึงปัญหา เป็นการวิเคราะห์ทำความเข้าใจตัวปัญหาที่แท้จริง ด้วยพลังการมีส่วนร่วมของทั้ง 3 องค์กรเครือข่ายได้มาเสริมพลังกัน จึงเกิดขึ้นการค้นหาสาเหตุปัญหาเพื่อหาทางแก้ไขอย่างถูกต้อง เพื่อพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุ

ขั้นที่ 2 ขั้นค้นหาสาเหตุของปัญหา เป็นการวิเคราะห์สาเหตุที่แท้จริงของปัญหา เมื่อทั้ง 3 องค์กรเครือข่ายได้ทราบถึงประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้นก็ได้ร่วมด้วยช่วยกันค้นหาและวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหาที่แท้จริง และพบถึงประเด็นที่สำคัญของปัญหามีอยู่ 3 ประเด็น คือ ปัญหาด้านสังคม ปัญหาด้านสุขภาพกายและใจ และปัญหาด้านเศรษฐกิจ ด้วยการเสริมพลังเครือข่ายแบบมีส่วนร่วมของทั้ง 3 องค์กร จึงก่อให้เกิดโรงเรียนผู้สูงอายุ ณ วัดเจดีย์สถาน (เหมืองผ่า) เพื่อเป็นศูนย์กลางในการที่จะแก้ไขปัญหาในด้านคุณภาพผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่าต่อไป

ขั้นที่ 3 ขั้นหาทางแก้ปัญหาและเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดเพื่อปฏิบัติ เป็นการค้นหาวิธีแก้ปัญหาและเลือกวิธีที่เหมาะสมเพื่อนำไปปฏิบัติ ซึ่งทั้ง 3 องค์กรเครือข่ายได้ร่วมด้วยช่วยกันตั้งชื่อที่เรียกว่า “โรงเรียนผู้สูงอายุ” เพื่อนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านสังคม , ด้านเศรษฐกิจ , ด้านสุขภาพกายและด้านสุขภาพจิตใจ

ขั้นที่ 4 ขั้นปฏิบัติการแก้ปัญหา เป็นการดำเนินการปฏิบัติตามวิธีที่เลือกไว้ โดยแบ่งกันปฏิบัติการแก้ไขปัญหาโดยรูปแบบกิจกรรม ซึ่งให้เห็นถึงการเสริมพลังเครือข่ายแบบมีส่วนร่วมของทั้ง 3 องค์กรเครือข่ายก่อให้เกิดการแก้ไขปัญหาที่แท้จริง

ขั้นที่ 5 ขั้นติดตามประเมินผลการปฏิบัติ เป็นการวัดผลความสำเร็จของการปฏิบัติการแก้ปัญหา การเสริมพลังเครือข่ายของทั้ง 3 องค์กร โดยใช้แบบสังเกต แบบสอบถามข้อมูลความเข้าใจ ตลอดจนถึงการเข้าไปเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ เพื่อประเมินและติดตามความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ เพื่อให้กลุ่มเครือข่ายเกิดความเข้าใจในกระบวนการรับรู้ เรียนรู้ และรับผลประโยชน์จากกิจกรรมที่ดำเนินงานของกลุ่มเครือข่ายชุมชนในบ้านเหมืองผ่า

3.2 การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนโดยการทำงานเป็นทีม เครือข่ายชุมชนเกิดองค์ความรู้ในเรื่องการทำงานเป็นทีม ด้วยความสามัคคี ปรีกษาหารือ และประสานงานกัน โดยมีจุดเป้าหมายเดียวกัน อีกทั้งยอมรับ

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นร่วมกัน มีการวางแผนการทำงานร่วมกัน ตลอดจนถึงการเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เกิดบทบาทสำคัญที่จะนำไปสู่ความสำเร็จของเป้าหมายที่ตั้งไว้ หลังจากการที่ผู้วิจัยและกลุ่มเครือข่ายชุมชนเข้าไปแก้ไข และสร้างกิจกรรมด้านคุณภาพชีวิต ภายใต้โรงเรียนผู้สูงอายุนั้น พบว่า การทำงานเป็นทีมของกลุ่มเครือข่ายชุมชนเป็นไปตามเป้าหมายของงาน บรรลุวัตถุประสงค์ เครือข่ายชุมชนเกิดองค์ความรู้ในการทำงานเป็นทีม มีความสามัคคีและร่วมกันสร้างกระบวนการเพื่อเป้าหมายที่เลือก โดยการทำงานเป็นทีมของกลุ่มเครือข่ายยังสร้างการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของบุคคลในผู้สูงอายุ มีบทบาทและมีความรู้สึกร่วมกัน การรักษาบทบาทที่มั่นคงทีมเครือข่ายชุมชน มีการวางแผนงานและการจัดแบ่งบทบาทและหน้าที่ ความรับผิดชอบ กระจายงานกันตามความรู้ ความสามารถ และความถนัดของกลุ่มเครือข่ายชุมชน โดยความรู้ที่เกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติของกลุ่มเครือข่ายชุมชน

3.3 การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนโดยการจัดระบบการสื่อสารภายในเครือข่าย กลุ่มเครือข่ายชุมชนยังเกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและหน่วยงาน ที่เข้าไปแลกเปลี่ยนข้อมูลความรู้ในแต่ละกระบวนการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยกิจกรรม ภายใต้โรงเรียนผู้สูงอายุ โดยเครือข่ายชุมชนเกิดการแลกเปลี่ยนเชิงบูรณาการ ตลอดจนการแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ กลไกการสร้างความสัมพันธ์ การพึ่งพาอาศัยที่ก่อให้เกิดความผูกพันที่ดีต่อกัน การร่วมกันทำกิจกรรมต่าง ๆ การเปิดรับแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร องค์ความรู้ที่ได้รับจากกิจกรรมที่พัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 3 ด้าน กลุ่มเครือข่ายชุมชนมีการติดต่อประสานงาน กระจายข่าวสาร ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยกลุ่มเครือข่ายชุมชน เกิดพลัง มีความผาสุก ตลอดจนทำให้เครือข่ายชุมชนเข้าถึงแหล่งความรู้ใหม่ แหล่งประโยชน์ต่าง ๆ ทั้งในส่วนเครือข่ายชุมชนและกลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องการพัฒนาในทุกด้านของคุณภาพชีวิต

อภิปรายผล

1.คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ มีปัญหาด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคม จากประเด็นทั้ง 3 ด้าน ก่อให้เกิดผลกระทบในด้านจิตใจ เกิดความเหงา ว้าเหว่ เครียด ลดทอนคุณค่าในตัวเอง นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุขาดการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ขาดการพบปะผู้คน มีคุณภาพชีวิตลดลง การดูแลของเครือข่ายชุมชนที่เข้าไปพบปะดูแลผู้สูงอายุได้อย่างไม่ทั่วถึง เนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาที่แตกต่างกัน ไม่มีศูนย์กลางในการเรียนรู้ จึงทำให้ชุมชนบ้านเหมืองผ่า มีปัญหาในเรื่องของการดูแลผู้สูงอายุในเรื่องของคุณภาพชีวิต ไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต โดย ขาดองค์ความรู้ในแต่ละด้าน ผู้สูงอายุไม่ได้พบปะกัน มีการอยู่รวมตัวกันน้อย ดังนั้นคุณภาพชีวิตทั้ง 3 ด้านของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเหมืองผ่า ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเหงา ว้าเหว่ เครียด ลดคุณค่าในตนเอง ตลอดจนถึงปัญหาสุขภาพจิตใจยังส่งผลทำให้ผู้สูงอายุเกิดปัญหากับครอบครัว ชุมชน และสังคมอีกด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ กิตติพร เนาว์สุวรรณ และมาริสรา สุวรรณราช (Naosuwan, K. et al., 2019,) พบว่าปัญหาของผู้สูงอายุได้แก่ 1) ผู้สูงอายุป่วยด้วยโรคเรื้อรัง คือโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคข้อเข่าเสื่อม โรคระบบกล้ามเนื้อ โรคสมองเสื่อม โรคหัวใจ โรคเกาต์

โรคมะเร็ง รวมถึงโรคที่เกิดจาก ภาวะแทรกซ้อนของโรคเรื้อรัง เช่น ต้อกระจก ชาตามปลายมือปลายเท้า 2) ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ลดลง โดดเดี่ยวทหดหู่ ซึมเศร้าและมีปัญหาสุขภาพจิต และ 3) ผู้สูงอายุยากจน เจ็บป่วย ถูกทอดทิ้ง และถูก ยักยอกเงินเลี้ยงชีพ

2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่าย บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ ด้วยการจัดกิจกรรมเพื่อแก้ไขและพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 3 ด้าน โดยการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ กิจกรรมการออกกำลังกาย, กิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจ , กิจกรรมการสร้างอาชีพเพิ่มรายได้ , กิจกรรมส่งเสริมด้านสังคม โดยกิจกรรมเหล่านี้ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มผู้สูงอายุ เกิดการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่ายชุมชน มีบทบาทในการดำเนินงานทุกขั้นตอน ตั้งแต่ขั้นตอนแรกจนถึงขั้นตอนสุดท้ายร่วมกันโดยกระบวนการดังกล่าวเครือข่ายชุมชนมีบทบาทในการช่วยเหลือประสานงาน และพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้อายุ และกิจกรรมเหล่านี้ได้ดำเนินการใช้สถานที่วัดเจติยสถาน เป็นศูนย์กลางในการพบปะกันของผู้สูงอายุในรูปแบบของโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยกลุ่มเครือข่ายชุมชนนี้มีจุดเป้าหมายเดียวกันในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ การจัดระบบข้อมูลข่าวสาร ระบบการติดต่อสื่อสารและสารสนเทศซึ่งเป็นส่วนสำคัญต่อความยั่งยืนของเครือข่ายในการพัฒนา เมื่อกลุ่มพลังเครือข่ายได้มองเห็นคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุมีประสิทธิภาพขึ้น

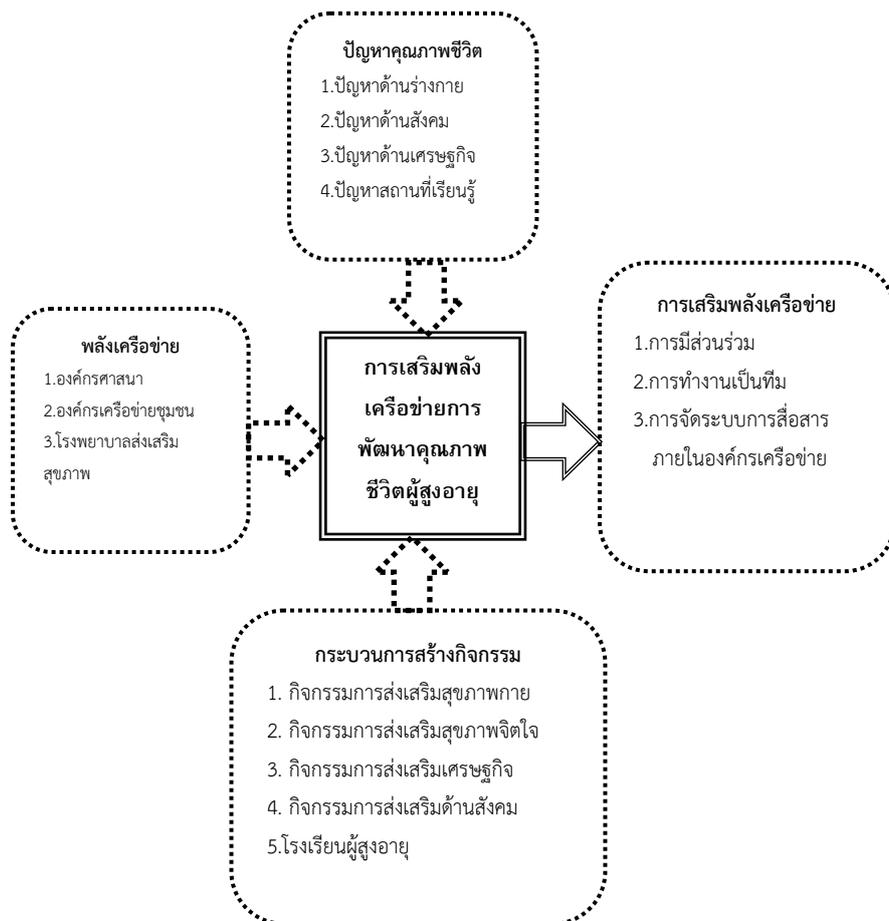
เครือข่ายก็จะเกิดความรู้สึกสร่วมกับเป้าหมายที่ได้รับ มีแรงจูงใจในการพัฒนา เกิดความสัมพันธ์ในกิจกรรมที่สร้างขึ้น นำไปสู่การจัดการเครือข่ายชุมชนในการพัฒนา และการแก้ไขปัญหาภายในชุมชน สอดคล้องกับงานวิจัยของ นวรัตน์ ปัญจนทรัพย์ (Panjathanasap, N., 2019) พบว่า แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาตนเอง ด้านรายได้ควรจัดหาแหล่งงานหรือจัดโครงการส่งเสริมอาชีพให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้มีรายได้มาใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ด้านความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ควรจัดโครงการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุให้สามารถมีทักษะในการดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมควรปรับปรุงลานเอนกประสงค์ประจำตำบลให้มีพื้นที่ที่เหมาะสมสำหรับให้ผู้สูงอายุได้ใช้ออกกำลังกาย ด้านสังคมควรจัดโครงการส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ ทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

3. การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ บ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ โดยกลุ่มเครือข่ายทั้ง 3 องค์กร เกิดการเสริมพลังของเครือข่ายโดยการมีส่วนร่วมในกระบวนการขั้นตอน ตั้งแต่การรับรู้ปัญหา เข้าใจปัญหา ค้นหาสาเหตุ การดำเนินงาน ตลอดจนถึงขั้นตอนการรับผลประโยชน์ โดยกระบวนการมีส่วนร่วมดังกล่าวทำให้เกิดเครือข่ายชุมชนทั้ง 3 องค์กร เกิดแรงผลักดันในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยกิจกรรมต่าง ๆ อีกทั้งองค์กรทั้ง 3 องค์กร มีส่วนร่วมในการพัฒนา การประสานงาน การสร้างจุดเป้าหมายเพื่อนำไปสู่วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุครบทุกด้านผู้สูงอายุมีการดำรงชีวิตในชุมชนอย่างมีความสุข เครือข่ายชุมชนมีบทบาทเป็นรูปธรรมขึ้น พลังเครือข่ายของ 3 องค์กร เกิดความเข้าใจและเกิดความร่วมมือระหว่างผู้สูงอายุกับกลุ่มเครือข่ายชุมชนเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ สถาพร ภัทรภินันท์ (Phatrathinan, S. 2017) พบว่า การสร้างพลังในกลุ่มภาคีเครือข่ายมีผลทำให้เพิ่มการมีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชนในทุกขั้นตอนของการมีส่วนร่วม ไม่

ว่าจะเป็นการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ร่วมปฏิบัติการ ร่วมรับ ผลประโยชน์ และร่วมในการประเมินผล เนื่องจากเกิดกลุ่ม/ชมรมสร้างสุขภาพขึ้นจากการดำเนินงานของกลุ่มภาคีเครือข่ายที่เป็นแกนนำสุขภาพที่ผ่านการสร้างพลัง มีกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ มีการติดตามประเมินผลการตรวจสุขภาพ และบันทึกในรูปแบบติดตามการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของสมาชิกทุกคน

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

การเสริมพลังเครือข่าย เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุบ้านเหมืองผ่า ตำบลริมเหนือ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่” ผู้วิจัยได้สรุปเนื้อหาโดยการดำเนินการตามกรอบแนวคิด เมื่อนำมาวิเคราะห์สามารถสรุปองค์ความรู้ ได้ว่า การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยกระบวนการกิจกรรม โดยพลังเครือข่ายชุมชนเป็นผู้ขับเคลื่อน ภายใต้ศูนย์กลางของการเรียนรู้ โรงเรียนผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นการแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 3 ด้านของผู้สูงอายุ ด้วยกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยพลังเครือข่าย ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากแผนภาพที่ 1 องค์กรความรู้ใหม่จากการวิจัย แสดงถึงกระบวนการเสริมพลังเครือข่ายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุบ้านเหมืองผา ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ สามารถอธิบายโดยสังเขป ดังนี้

1. กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยพลังเครือข่าย โดยการส่งเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยกระบวนการสร้างกิจกรรม โดยเข้าสู่ขั้นตอนการสร้างกิจกรรม 4 กิจกรรม ทุกกิจกรรมที่จัดขึ้น ผู้วิจัยได้ประเมินผลกิจกรรม และเสนอแนะความคิดเห็นร่วมกันกับเครือข่ายชุมชนแต่ละชุมชน จึงได้ข้อมูลในกิจกรรมดังนี้

1.1. กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพร่างกาย ผู้วิจัยได้เสริมพลังเครือข่ายชุมชน โดยเบื้องต้นร่วมกันศึกษาปัญหาของผู้สูงอายุด้านสุขภาพกาย แล้วนำมาสนทนากลุ่มเพื่อค้นหา กระบวนการวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านร่างกายของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยและเครือข่ายชุมชนได้ร่วมกันจัดกิจกรรมให้ความรู้กับเครือข่ายชุมชนเพื่อนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแต่ละชุมชนโดยมีรูปแบบการจัดอบรมให้ความรู้กับกลุ่มเครือข่ายชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย อาทิเช่น การจัดกิจกรรมอบรมส่งเสริมสุขภาพร่างกายด้านหลักโภชนาการ การกินอาหารครบ 5 หมู่ การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย โดยได้ร่วมกับเครือข่ายชุมชน โดยโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ในแต่ละชุมชนด้วยการตรวจสุขภาพเบื้องต้น การวัดความดัน การตรวจน้ำตาลในเลือด ช่างน้ำหนัก โภชนาการ การสอบถามอาการผิดปกติของร่างกาย การให้คำแนะนำเบื้องต้นเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ เป็นต้น

หลังจากได้เสริมพลังเครือข่ายชุมชน จึงเกิดองค์ความรู้ใหม่ที่ผู้วิจัยได้ศึกษา ผู้สูงอายุในชุมชนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่อง การดูแลสุขภาพกายมากขึ้น มีการดูแลตัวเอง มีองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้านโภชนาการ การกินอาหารที่มีประโยชน์ ที่ถูกต้องเหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ อีกทั้งมีคุณภาพชีวิตด้านร่างกายที่แข็งแรง สุขภาพดีขึ้น ตลอดจนถึงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ที่มีความเข้าใจปัญหาของผู้สูงอายุมากขึ้น เครือข่ายชุมชนให้ความสำคัญและพบปะผู้คนเพิ่มขึ้น มีการประสานงานและออกตรวจดูแลผู้สูงอายุทุกอาทิตย์ที่มีการอบรม จึงทำให้ผู้สูงอายุในชุมชนนี้ได้กำลังใจที่ดี ทั้งคุณภาพชีวิตที่ดี มีกำลังใจในการสร้างสุขให้ตนเอง ดังนั้นเครือข่ายชุมชนจึงมีบทบาทสำคัญในแก้ไขปัญหาผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุก็มีคุณภาพชีวิตด้านร่างกายดีขึ้น

1.2. กิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตใจ ผู้วิจัยและเครือข่ายชุมชนได้สร้างกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพจิตใจ เป็นกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมแก่ผู้สูงอายุ ขั้นตอนแรก ผู้วิจัยได้ส่งเสริมพลังเครือข่ายด้วยวิธีการสนทนากลุ่ม ด้วยการกำหนดหัวข้อเรื่องที่จะนำไปอบรมในการเรียนรู้ในแต่ละสัปดาห์ ในเรื่องเกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา และการจัดอบรมส่งเสริมสุขภาพจิตใจ ให้กับเครือข่ายชุมชน ประกอบด้วย ผู้นำชุมชน บุคลากรโรงเรียนผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมประจำตำบล เป็นต้น เพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุ ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยและเครือข่ายชุมชนโดยมี พระสงฆ์แต่ละวัดในชุมชนเป็นผู้นำในการจัดกิจกรรม เช่น การฟังเทศน์ทุกวันพระ โครงการธรรมสัญจร การทำสมาธิ ทำวัตร-เช้าเย็น และ มีการบรรยายธรรม ในหัวข้อเกี่ยวกับ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจเข้าไปสอดแทรก และยังมีการการรับฟังธรรมะในทุกเช้าหรือช่วงเวลาที่น่าสนใจ ผ่านสื่อออนไลน์ วิทยูทูปอื่น ซึ่งผู้วิจัยได้เป็นผู้ให้ธรรมะและ ได้อบรมแนะนำสื่อออนไลน์ ในการพัฒนาคุณภาพจิตใจ

ให้กับเครือข่ายชุมชน เพื่อให้เครือข่ายชุมชนแต่ละชุมชนนำไป ปฏิบัติการเชิงพื้นที่ การแนะนำสื่อธรรมะออนไลน์และ การแลกเปลี่ยนความคิด ด้วยการเสนอหลักการให้ผู้อื่นทราบ การเขียนความในใจเพื่อแก้ไข ปัญหาจิตใจ การทำกิจกรรมนันทนาการที่เกี่ยวกับหลักธรรมในการดำเนินชีวิต เป็นต้น

จากการที่ผู้วิจัยได้นำกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตให้กับผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุในชุมชนมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น เรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเอง และสามารถควบคุมตัวเองในเรื่องของความคิดที่ฟุ้งซ่าน และการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ ใจเย็น มีสติกับตนเองอยู่เสมอ และการฝึกสุขภาพจิตด้วยหลักธรรมทางศาสนา จึงทำให้ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าในตัวเอง ตลอดจนผู้สูงอายุในชุมชนเมื่อมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้นแล้ว จะสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.3 กิจกรรมการส่งเสริมเศรษฐกิจ สร้างอาชีพเพิ่มรายได้ให้กับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยและเครือข่ายชุมชน ได้จัดส่งเสริมอาชีพที่มีอยู่แล้วและส่งเสริมเพิ่มเติมขึ้นใหม่ ผ่านการสนทนากลุ่ม โดยมีการส่งเสริมอบรมในการเรียนรู้ในทุกสัปดาห์ในโรงเรียนผู้สูงอายุ กลุ่มอาชีพในชุมชน และผู้สนใจ ผู้วิจัยและเครือข่ายชุมชนร่วมเรียนรู้ด้วยกับผู้สูงอายุ เช่น ทำขนมทองม้วน ยาหม่อง ที่ประคบ ทำที่รองครกเชียง ดอกไม้จันทน์ใช้ในงานศพ ขนมไทย กลุ่มทำอาหารโภชนา ปักเสื้อลายประดิษฐ์ ทำขันโตกห้วยเหียม ฯลฯ สรุปลผลและเสนอแนะในกลุ่มเครือข่ายชุมชน ได้ร่วมกันตั้งต้นทุนและผลกำไรที่ได้รับ ตลอดจนถึงเป็นสินค้าประจำหมู่บ้าน มีการนำสินค้ามาวางขาย ณ จุดบริการกลุ่มอาชีพ โดยมีวัดเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้และจัดจำหน่าย ผู้สูงอายุมาพบปะและเรียนรู้กันอย่างต่อเนื่อง โดยบทบาทของผู้นำชุมชนจะเข้ามาดูแลในเรื่องของงบประมาณ การจัดจำหน่าย เป็นผู้ประสานงานในภาครัฐต่าง ๆ ที่เข้าส่งเสริมอาชีพ เปิดเป็นตลาดสินค้าในชุมชนของตนเอง เพื่อเพิ่มรายได้ของผู้สูงอายุในทุกกลุ่ม

ผู้วิจัยได้มีการส่งเสริมเศรษฐกิจ สร้างอาชีพและเพิ่มรายได้ของผู้สูงอายุในชุมชน โดยกระบวนการการส่งเสริมเศรษฐกิจ โดยการสร้างอาชีพใหม่ให้กับผู้สูงอายุ สร้างเป็นกลุ่มอาชีพด้วยผลิตภัณฑ์อาชีพของผู้สูงอายุที่ได้เรียนรู้ใหม่ โดยเครือข่ายชุมชน และผู้นำชุมชนเข้าไปมีบทบาทในการประสานงานกับภาครัฐและเอกชน ในการจัดการขอความร่วมมือ มอบองค์ความรู้แก่ผู้สูงอายุในเรื่องของอาชีพ โดยอาชีพเหล่านั้นจะเป็นในส่วนของผลิตภัณฑ์ หรือ อาหาร ขนม เป็นต้น เมื่อผู้สูงอายุเรียนรู้ในการสร้างอาชีพต่าง ๆ ผู้สูงอายุเอง ก็จะได้ผลิตภัณฑ์จากการสร้างอาชีพนั้น แล้วนำผลิตภัณฑ์นั้นเพิ่มรายได้ให้กับตนเอง

1.4 กิจกรรมการส่งเสริมด้านสังคม ผู้วิจัยและเครือข่ายชุมชนได้ศึกษาถึงปัญหาสังคมผู้สูงวัย จึงได้นำเข้าสู่เวทีสนทนากลุ่ม เพื่อค้นหากระบวนการการแก้ไขปัญหาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้านสังคม โดยกระบวนการสร้างกิจกรรมโดยการเรียนรู้เกี่ยวกับสังคม ซึ่งประกอบด้วย การเรียนรู้เรื่องของเทคโนโลยี การเรียนรู้เรื่องของภาษาเบื้องต้น การเรียนรู้เรื่องของกฎหมายเบื้องต้น และการเรียนรู้เรื่องของการพัฒนาทางสังคมที่มีผลต่อผู้สูงอายุ โดยการที่นำผู้สูงอายุเข้าสู่การสร้างกิจกรรม เช่น การจัดอบรมในการเรียนรู้ในต่อทุกสัปดาห์ การใช้เทคโนโลยีเพื่อเข้าสังคม ผ่านสื่อออนไลน์ ไลน์ เฟสบุ๊ก ยูทูป การดูสื่อ การถ่ายรูป โดยการสร้างกลุ่มพูดคุยสนทนาธรรมะ ผ่านกลุ่มออนไลน์โดยมีผู้วิจัยและเครือข่ายชุมชนเป็นผู้ดำเนินการ

หลังจากที่ได้ผู้วิจัยได้ ปฏิบัติการเชิงพื้นที่ พบว่า กลุ่มของผู้สูงอายุมีความตื่นตื้นที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ในสังคม องค์ความรู้ใหม่ในเรื่องของสังคมเพิ่มขึ้น ตลอดจนถึงความเข้าใจในเรื่องของสังคมที่เกิดการเปลี่ยนแปลง กิจกรรมด้านสังคมนี้จะเป็นการลดปัญหาครอบครัว ความคิดระหว่างวัยของคนในครอบครัว และทำให้สุขภาพจิตใจที่เกิดขึ้นจากปัญหาสังคมนั้น เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น

2. การเสริมพลังเครือข่ายชุมชน ได้เสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยกระบวนการเสริมพลังเครือข่ายในการสร้างกิจกรรม เกิดการเสริมพลังเครือข่ายชุมชนเกิดขึ้นจากการมีส่วนร่วมการทำงานเป็นทีม ตลอดจนถึงการสร้างระบบสื่อสารของภายในเครือข่ายชุมชน ผู้วิจัยได้ประเมินผลกระบวนการเสริมพลัง และเสนอแนะความคิดเห็นร่วมกันกับเครือข่ายชุมชนแต่ละชุมชนในการเสริมพลังเครือข่าย จึงได้ข้อมูลดังนี้

2.1 การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนโดยการมีส่วนร่วม การเสริมพลังเครือข่ายของชุมชนบ้านเหมืองผา ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งกลุ่มพลังเครือข่ายชุมชนได้มีบทบาทในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแต่ละด้าน ไม่ว่าจะเป็นส่วนของการประสานงาน การมีส่วนร่วมในกระบวนการต่าง ๆ การสร้างเครือข่ายใหม่จากภายนอก การค้นหาองค์ความรู้ที่นำมาพัฒนา ในกิจกรรมทุกกิจกรรมที่นำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นบทบาทของกลุ่มพลังเครือข่ายชุมชนที่เข้าไปมีบทบาทมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยการมีส่วนร่วมของชุมชน สร้างเป้าหมายที่ชัดเจนเป็นรูปธรรมขึ้น พลังเครือข่าย เกิดพลังในการที่จะพัฒนากลุ่มเครือข่ายให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ตั้งแต่กระบวนการแก้ไข พัฒนา ดำเนินการ ติดตาม ประเมินผล จึงทำให้เครือข่ายชุมชนเกิดองค์ความรู้ในการเสริมพลังของเครือข่ายขึ้นอย่างชัดเจน

หลังจากที่ผู้วิจัยและเครือข่ายชุมชนได้ร่วมกันสร้างกระบวนการกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า กลุ่มเครือข่ายทั้ง 3 องค์กร เกิดการเสริมพลังของเครือข่ายโดยการมีส่วนร่วมในกระบวนการขั้นตอน ตั้งแต่การรับรู้ปัญหา เข้าใจปัญหา ค้นหาสาเหตุ การดำเนินงาน ตลอดจนถึงขั้นตอนการรับผลประโยชน์ โดยกระบวนการมีส่วนร่วมดังกล่าวทำให้เกิดเครือข่ายชุมชนทั้ง 3 องค์กร เกิดแรงผลักดันในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยกิจกรรมต่าง ๆ อีกทั้งองค์กรทั้ง 3 องค์กร มีส่วนร่วมในการพัฒนา การประสานงาน การสร้างจุดเป้าหมายเพื่อนำไปสู่วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุครบทุกด้าน ผู้สูงอายุมีการดำรงชีวิตในชุมชนอย่างมีความสุข เครือข่ายชุมชนมีบทบาทเป็นรูปธรรมขึ้น พลังเครือข่ายของ 3 องค์กร เกิดความเข้าใจและเกิดความร่วมมือระหว่างผู้สูงอายุกับกลุ่มเครือข่ายชุมชนเพิ่มขึ้น โดยเครือข่ายชุมชนได้เข้าไปมีส่วนร่วมกับผู้สูงอายุ อีกทั้งช่วยเหลือ แก้ไข และพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น มีบทบาทสำคัญในชุมชนมากขึ้น เกิดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ในระดับชุมชน โดยการจัดการพื้นที่อย่างเป็นรูปธรรมโดยมีการโยกย้ายกระบวนการพัฒนาที่เป็นองค์รวม ที่ยึดเอาความสำเร็จในการพัฒนาเชิงพื้นที่และประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนมาเป็นต้นน้ำในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

2.2. การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนโดยการทำงานเป็นทีม การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เครือข่ายชุมชนเกิดองค์ความรู้ในเรื่องการทำงานเป็นทีม ด้วยความสามัคคี ปรีชาหาวิธี และประสานงานกัน โดยมีจุดเป้าหมายเดียวกัน อีกทั้งยอมรับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นร่วมกัน มีการวางแผนการทำงาน

ร่วมกัน ตลอดจนถึงการเพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เกิดบทบาทสำคัญที่จะนำไปสู่ความสำเร็จของเป้าหมายที่ตั้งไว้

หลังจากการที่ผู้วิจัยและกลุ่มเครือข่ายชุมชนเข้าไปแก้ไข และสร้างกิจกรรมด้านคุณภาพชีวิต ภายใต้งานโรงเรียนผู้สูงอายุนั้น พบว่า การทำงานเป็นทีมของกลุ่มเครือข่ายชุมชนเป็นไปตามเป้าหมายของงาน บรรลุวัตถุประสงค์ โดยการทำงานเป็นทีมเริ่มต้นจากการร่วมกันเข้าไปศึกษาบริบท และปัญหา ตลอดจนถึงการสร้างกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 3 ด้าน จึงทำให้เห็นว่าเครือข่ายชุมชนเกิดองค์ความรู้ในการทำงานเป็นทีม มีความสามัคคีและร่วมกันสร้างกระบวนการเพื่อเป้าหมายที่เลือก โดยการทำงานเป็นทีมของกลุ่มเครือข่ายยังสร้างการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของบุคคลในผู้สูงอายุ มีบทบาทและมีความรู้สึกร่วมกัน การรักษาสภาพที่มั่นคงทีมเครือข่ายชุมชน มีการวางแผนงานและการจัดแบ่งบทบาทและหน้าที่ ความรับผิดชอบ กระจายงานกันตามความรู้ ความสามารถ และความถนัดของกลุ่มเครือข่ายชุมชน โดยความรู้ที่เกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติของกลุ่มเครือข่ายชุมชน เป็นส่วนช่วยเสริมพลังในการทำงานและพลังของเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเหมืองผา ตำบลริมเหนือ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่

2.3. การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนโดยการจัดระบบการสื่อสารภายในเครือข่าย การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนโดยการจัดระบบการสื่อสารภายในเครือข่าย โดยเสริมพลังเครือข่าย โดยกระบวนการ พบปะประชุมปรึกษาหารือกัน การสื่อสารผ่านระบบออนไลน์ ตลอดจนถึงการแลกเปลี่ยนความรู้ เพื่อรับฟังปัญหา และการแก้ไขปัญหา จนเกิดการดำเนินงานโดยเริ่มวางแผนและสร้างวัตถุประสงค์ร่วมกัน เพื่อโฟกัสเป้าหมายในการเดินไปข้างหน้าร่วมกันตามเป้าหมายคือการแก้ไขปัญหาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และพูดคุยถึงการสร้างกระบวนการกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุ โดยนำผลการวัดประเมินมาตรวจสอบและแก้ไข โดยองค์กรทั้ง 3 องค์กรมีบทบาทในการสร้างความเข้าใจและเป้าหมายเดียวกันในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยกิจกรรมภายใต้งานโรงเรียนผู้สูงอายุ อีกทั้งระบบการสื่อสารภายในเครือข่ายทำให้กลุ่มเครือข่ายเกิดปฏิสัมพันธ์และการเข้าถึงกันโดยไม่จำเป็นต้องพบปะกัน สะดวกต่อการทำงานออนไลน์ เกิดการสร้างระบบสื่อสารที่ทันสมัยต่อสังคมปัจจุบัน ตลอดจนถึงการแลกเปลี่ยนความรู้ โดยเสริมพลังเครือข่ายของทั้ง 3 องค์กรด้วยจุดเป้าหมายคือการแก้ไขปัญหา โดยค้นหาข้อมูลในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวของผู้สูงอายุ การสร้างองค์ความรู้ข้อมูลโดยกระบวนการแก้ไขปัญหา จึงทำให้เกิดกิจกรรมต่าง ๆ นำมาแก้ไขปัญหาในทั้ง 3 ด้านของผู้สูงอายุ เครือข่ายชุมชนเกิดการแลกเปลี่ยนข้อมูลองค์ความรู้ตามความถนัดของแต่ละองค์กร กลุ่มเครือข่ายเกิดการเรียนรู้ในเรื่องปฏิสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ การแลกเปลี่ยนข้อมูลร่วมกัน และเกิดองค์ความรู้ในการร่วมกันสร้างกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อนำสู่เป้าหมายของเครือข่ายชุมชน

หลังจากที่ได้ผู้วิจัยได้ ปฏิบัติการเชิงคุณภาพ พบว่า กลุ่มเครือข่ายชุมชนมีบทบาทเป็นรูปธรรมขึ้น เกิดปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้ร่วมงาน ตลอดจนถึงการเกิดองค์ความรู้ในการทำงานร่วมกัน เกิดระบบการสื่อสารภายในกลุ่มองค์กรที่ชัดเจน เกิดบทบาทหน้าที่ในแต่ละองค์กรในการพัฒนาของผู้สูงอายุ เครือข่ายชุมชนเข้าถึงแหล่งความรู้ แหล่งประโยชน์ ทั้งในส่วนเครือข่ายชุมชนและกลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องการพัฒนาในทุกด้านของคุณภาพชีวิต ตลอดจนเครือข่ายชุมชนได้ภารกิจหนึ่งที่ส่งผลต่อเป้าหมายที่เห็นผลชัดเจน โดยการเสริมพลังเครือข่ายชุมชนจึง

ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น โดยมาจากการทำกิจกรรมร่วมกัน ภายใต้โรงเรียนผู้สูงอายุ ของชุมชนบ้านเหมืองผ่า องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยดังแสดงในแผนภาพ

สรุป

จากการศึกษาทำให้ทราบถึงข้อค้นพบตามวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้ ดังนี้ ข้อที่หนึ่ง คือ การศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านเหมืองผ่ามีปัญหาคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ปัญหาด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุผู้สูงอายุในเขตชุมชนบ้านเหมืองผ่า นั้น ขาดองค์ความรู้ในด้านต่าง ๆ เนื่องด้วยสถานการณ์ที่ผู้สูงอายุไม่ได้พบปะกัน มีการอยู่รวมตัวกันน้อย ไม่ได้พูดคุยถึงปัญหาของตนเองให้กับผู้สูงอายุกลุ่มฟัง การเข้าร่วมกลุ่มชมรมผู้สูงอายุน้อยลง จึงทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ข้อที่สอง คือ การศึกษากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จากการศึกษาที่มีกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยกิจกรรม 4 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกาย , กิจกรรมการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจ , กิจกรรมการสร้างอาชีพเพิ่มรายได้ , กิจกรรมส่งเสริมด้านสังคม โดยกิจกรรมเหล่านี้ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มผู้สูงอายุ เกิดการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุด้วยพลังเครือข่ายชุมชน ข้อที่สาม คือ การเสริมพลังเครือข่ายชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยกลุ่มเครือข่ายทั้ง 3 องค์กร เกิดการเสริมพลังของเครือข่ายโดยการมีส่วนร่วมในกระบวนการขั้นตอน ตั้งแต่การรับรู้ปัญหา เข้าใจปัญหา ค้นหาสาเหตุ การดำเนินงาน การรับผลประโยชน์ โดยกระบวนการมีส่วนร่วมดังกล่าวทำให้เกิดเครือข่ายชุมชนทั้ง 3 องค์กร เกิดแรงผลักดันในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้วยกิจกรรมต่างๆ อีกทั้งองค์กรทั้ง 3 องค์กร มีส่วนร่วมในการพัฒนา การประสานงาน การสร้างจุดเป้าหมาย เพื่อนำไปสู่วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุครบทุกด้านผู้สูงอายุมีการดำรงชีวิตในชุมชนอย่างมีความสุข เครือข่ายชุมชนมีบทบาทเป็นรูปธรรมขึ้น พลังเครือข่ายของ 3 องค์กร เกิดความเข้าใจและเกิดความร่วมมือระหว่างผู้สูงอายุกับกลุ่มเครือข่ายชุมชนเพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง คือ เทศบาลตำบลริมเหนือ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลริมเหนือ และวัดเจติยสถาน ร่วมกันช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

2) รัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้ง 3 องค์กร ได้แก่ องค์กรทางศาสนา คือวัดเจติยสถาน องค์กรแกนนำชุมชน คือผู้ใหญ่บ้าน ประธานชุมชน ประธานผู้สูงอายุ เป็นต้น และองค์กรภาครัฐ คือหน่วยงานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ควรมีการวางระบบและจัดการโครงสร้างการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อสังคมที่ดีและน่าอยู่

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1) ควรมีการศึกษาวิจัยในเชิงคุณภาพโดยใช้หลักธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

2.2) ควรมีการศึกษาด้านคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในด้านอารมณ์ เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตกับผู้ป่วยติดเตียง

References

- Benchawan, P. M.Ed. (2015). The Preparation before The Retirement Princess of Naradhiwas University Journal of Humanities and Social Sciences, 2(1). Retrieved from <https://so05.tci-thaijo.org/index.php/pnuhuso/article/view/53511>
- Boonpadung, S. (2011). "Development of the quality of life for the local elderly by using schools based on the principle of sufficiency economy (Phase 1)". Research Report. Suan Sunandha Rajabhat University. Page 1
- Department of Elderly Affairs 20-year strategy for the year 2018 - 2037. Older Persons Act, 2003, amended, No. 2, B.E. 2553 and No. 3, B.E. 2560. Department of Older Persons Ministry of Social Development and Human Security 1st printing: Samlada Printing House 2022. Page 13.
- Department of Older Persons 20-year strategy for the year 2018-2037, Department of Older Persons Ministry of Social Development and Human Security Website : Department of Elderly Affairs : Printed at : Samlod Printing House
- Kaewkangwan, S, (2006) Developmental Psychology of Life for All Ages Teenagers - seniors. 9th printing. Bangkok: Thammasat University Press,
- Kongkamnerd, R. Health Empowerment. In Somchit Hanucharoenkul, Wallaya Tantayothai, and Ruamporn Khongkamnerd (Editor), Health Promotion. Nakhon Si Thammarat : Walailak University. 2000, pages 119-127.
- Kosolphisit, W. (2017), The Elderly and Quality of Life Development. Mahachulalongkornrajavidyalaya University Page 26.
- Ladplee, P. et al. (2015). Development of the Government Debt Settlement Framework for Maintaining Fiscal Discipline: Public Debt Settlement Management Office. Ministry of Finance fiscal year 2015
- Naosuwan, K. et al., (2019). Problems and health care needs of the elderly living in the jurisdiction of local administrative organizations in the lower southern region of Thailand. Journal of Boromarajonani College of Nursing. Uttaradit, Issue 2. Page 118
- Panjathanasap, N. (2019), Quality of Life Development of the Self-Reliant Elderly in Ban Pong District Ratchaburi Province, Bangkokthonburi University

- Phatraphinan, S. (2017), "Creating power in the network Effects of Participation in Health Care for Self, Family and Community" Moo 6 , Khuan Sato Sub-district, Khuan Don District, Satun Province, Research Report. Khuandon Hospital, Satun Province,
- Phoyen, K. (2 0 1 9) Aging Society: Future Sustainable Business Opportunities :Journal of Management Science Review, Year 21, Issue 1 (January – June 2019:202)
- Somporn Thepsittha, (1 9 9 6).Economic Development social development and human development Religion and Education, (Bangkok: Council on Social Welfare of Thailand under the Royal Patronage,).
- Totham, B. Phakdee Posingh, Chayanin Krittiyachot. (2018). Implementation of the old age subsidy policy. academic journal Sisaket Rajabhat University

