

อาวุโสฟรีแลนซ์: การเสริมสร้างระบบและกลไกส่งเสริมอาชีพอิสระ
ของผู้สูงอายุตำบลบ้านป้อม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ระยะที่ 2

ELDERLY FREELANCE: STRENGTHENING THE SYSTEM AND MECHANISM FOR REDUCING
ECONOMIC INEQUALITY THROUGH THE INDEPENDENT CAREER PROMOTION PROCESS OF THE
ELDERLY IN BAN POM SUBDISTRICT PHRA NAKHON SI AYUTTHAYA PROVINCE : PHASE II

พุทธรชาติ แผนสมบุญ¹, โกศล จิงเสถียรทรัพย์ และพระมหาประกาศิต ฐิติปสิททิกร

Phutthachat Phaensomboon, Kosol Chungsatienup and Phramaha Prakasit Thitipasitthikorn

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Email : saha70@gmail.com¹

Received 10 January 2024; Revised 25 February 2025; Accepted 30 April 2025.



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษากระบวนการและกลไกการเสริมสร้างอาชีพอิสระของผู้สูงอายุ 2) ออกแบบการดำเนินกิจกรรมเชิงพื้นที่เพื่อลดความเหลื่อมล้ำของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา ตำบลบ้านป้อม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 3) พัฒนาศักยภาพการเรียนรู้การบริหารจัดการระบบและกลไกในการส่งเสริมอาชีพอิสระของผู้สูงอายุ เป็นการวิจัยแบบชุมชนเป็นฐาน (CBR) โดยใช้กระบวนการวิจัยแบบมีส่วนร่วม (PAR)

ผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ดังนี้ ในระบบภูมิปัญญาดั้งเดิมกับวิถีชีวิตมีความสัมพันธ์กัน โดยภูมิปัญญาด้านอาหารเป็นองค์ความรู้ที่ใช้ในการทำอาหารที่ผ่านการคิดค้นขึ้นมาของคนโบราณ เพื่อให้เข้ากับภูมิอากาศภูมิประเทศ วัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบปรุงอาหาร ส่วนใหญ่เป็นพืชสมุนไพรในครัวเรือน และภูมิปัญญานี้ถูกถ่ายทอดผ่านวิถีชีวิตจากรุ่นสู่รุ่น กลไกในการส่งเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุบ้านป้อม มี 3 ระดับ คือ (1) กลไกภายนอก ได้แก่ วัตถุประสงค์ วัฒนธรรมจังหวัด เกษตรอำเภอสืบสาน และทีมวิจัย (2) กลไกภายใน ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นผู้นำ และผู้ตาม (3) กลไกในภายใน ได้แก่ กลไกความเป็นมนุษย์ กลไกแห่งความตระหนักรู้คุณค่าของความเป็นผู้สูงอายุ และกลไกที่สำคัญคือใจ ที่จะดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่ามีความหมายและมีความสุขในทุกวัน ระบบในการส่งเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุบ้านป้อม มี 2 ระบบ ได้แก่ (1) ระบบภายนอก ได้แก่ ความสัมพันธ์ของระบบภูมิปัญญาและวิถีชีวิตดั้งเดิม ระบบความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับหน่วยงานในพื้นที่ ระบบความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับทีมวิจัย (2) ระบบภายใน ได้แก่ ความภาคภูมิใจ ใจเปิด การเห็นคุณค่าของตนเอง (self-esteem) การได้รับการยอมรับจากชุมชน และการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย

ผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ดังนี้ ออกแบบการดำเนินกิจกรรมเชิงพื้นที่ที่มีความร่วมมือ 3 ระดับ (1) ความร่วมมือในการเรียนรู้ และร่วมพัฒนาของชุมชน (2) ความร่วมมือ และการเรียนรู้ร่วมกับโหนด CBR (3) ความร่วมมือกับภาคีเครือข่าย นอกจากนี้ที่มิวิจัยทำการออกแบบให้ผู้สูงอายุได้รู้จักตนเองผ่าน 3 รู้ “รู้จักตนเอง (self-awareness)- รู้จักความสามารถของตน (self-efficacy)-รู้ที่จะภาคภูมิใจในตนเอง (self-esteem)” ทำการวิเคราะห์ตนเองให้เห็นพลังของชุมชนผ่านหลัก “RQ-พลังชุมชน-3I” ได้แก่ I have-I am-I can และทำการออกแบบกิจกรรมตามแผนชุมชน

ผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 ดังนี้ การวิจัยในครั้งนี้ใช้กระบวนการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นในชุมชนบ้านป้อมในมิติของผู้สูงอายุ ให้สามารถพึ่งตนเองได้ ลดรายจ่ายในครัวเรือน และมีรายได้เสริมผ่านการฟื้นฟูอาหารภูมิปัญญา เพื่อเพิ่มคุณค่า และศักดิ์ศรีปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมกับชุมชนและภาคีเครือข่ายในพื้นที่โดย มี 4 กระบวนการ ดังนี้ กระบวนการสร้างคน กระบวนการสร้างความรู้ กระบวนการสร้างการเรียนรู้ และกระบวนการใช้ความรู้ และมีพลังในการเสริมเสริมทำให้เกิด “จากฟรีแลนซ์ สู่ฟรีแลนซ์ สู่อิสระภาพของผู้สูงอายุ ที่เน้น “สร้างสุข-เสริมรายได้” 4 พลังได้แก่ พลังแห่งการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง พลังแห่งกัลยาณมิตร (ภาคีเครือข่าย) พลังแห่งการร่วมปฏิบัติการ สร้างสุข-เสริมอาชีพ และพลังแห่งการรวมกลุ่ม

คำสำคัญ : อาวุโสฟรีแลนซ์; ระบบและกลไก; การส่งเสริมอาชีพอิสระของผู้สูงอายุ

Abstract

This Article aimed to study 1. To study the system and mechanisms of self-employment enhancement of the elderly., 2. To design an area-based activity to reduce inequality among the elderly: case study in Ban Pom Subdistrict, Phra Nakhon Si Ayutthaya Province., 3. To develop learning potential of the management of systems and mechanisms to promote independent careers of the elderly. This research is community-based research (CBR) using the Participatory Research (PAR) process.

The research results according to Objective 1 are as follows: In traditional wisdom system and way of life are related by food wisdom is a body of knowledge used in cooking that was invented by ancient people to match the climate and terrain. Most of the raw materials used in cooking are medicinal plants in the household and this wisdom has been passed on from generation to generation. There are 3 levels of mechanisms for promoting freelance occupations for the elderly at Ban Pom: Agriculture Community Development District and the research team, (2) internal mechanisms, including the group of elderly people who are leaders and followers, (3) internal mechanisms, including the mechanism of humanity, the mechanism of awareness of the value of being the elderly, and the mechanism that What is important is the heart to live a life of value, meaning and happiness

every day. The system for promoting independent careers for the elderly at Ban Pom has 2 systems: (1) the external system, including the relationship of the wisdom system and traditional way of life, the relationship system of the elderly with local agencies, the system of the relationship of the elderly with the research team., (2) internal system, including pride, openness, self-worth (self-esteem) being accepted by the community and living a meaningful life.

Research results according to objective number 2 are as follows: Design spatial activities with 3 levels of cooperation (1) cooperation in learning and joint development of the community (2) cooperation and learning with CBR nodes (3) Collaborating with network partners, the research team also designed a design for the elderly to know themselves through 3 knowledges: “self-awareness, self-efficacy, self-esteem” and conducted a self-analysis to see the power of the community through the principles “RQ-Community Power-3I” such as “I have-I am-I can” and design activities according to the community plan.

Research results according to objective number 3 are as follows: This research uses the process of change to occur in the Ban Pom community in the dimension of the elderly to be able to be self-reliant, reduce household expenses and have additional income through the restoration of wisdom food. To increase value and dignity, operate cooperatively with communities and network partners in the area by having 4 processes as follows: the process of building people, the process of creating knowledge, the process of creating learning, and the process of using knowledge and having the power to strengthen, resulting in “From Freelance to Freelance to Freedom for the Elderly” that focuses on “Creating Happiness - Supplementing Income” with 4 powers including the power of learning for change, the power of friends. (Network partners) The power of joint operations, creating happiness - enhancing careers and the power of grouping.

Keywords: senior freelancers; systems and mechanisms; promoting freelance occupations of the elderly.

บทนำ

ในภาวะวิกฤตแห่งความผันผวน (Disruption Crisis) และการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน ทั้งในเชิงมิติสังคมและวัฒนธรรม ส่งผลให้เกิดช่องว่างทางสังคม และความเหลื่อมล้ำทางสังคมทั้งในสังคมเมือง และในสังคมชนบท โดยความเหลื่อมล้ำดังกล่าวเป็นปัญหาเรื้อรังที่สะท้อนถึงความแตกต่างในการเข้าถึงชีวิตที่มีคุณภาพ รวมถึงบริการทางสังคม รวมทั้งภาวะความกระจุกตัวของความมั่งคั่งและการกระจายตัวของหนี้สิน

ภาคครัวเรือนก็เป็นปัจจัยหนึ่งด้วย ซึ่งในการแก้ปัญหาต่างๆ ดังกล่าวสามารถแก้ไขให้ครอบคลุมรอบด้าน จะต้องให้ความสำคัญกับการสร้างความเข้มแข็งของทุนทางสังคม โดยการพัฒนาชุมชนในเขตเมืองเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนและนำไปสู่เมืองที่น่าอยู่ โดยภาครัฐจะต้องเปิดโอกาสให้ประชาชนได้เข้ามามีส่วนร่วม (People Participation) ใน การแก้ไขปัญหาของเมือง และชุมชน โดยการร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมกันวางแผน และร่วมตัดสินใจ ตั้งแต่เริ่มต้นนโยบายจนถึงการประเมินผลนโยบาย เพื่อประชาชนจะสามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้ ตรงตามความต้องการ และสามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน (Self Reliance) (ประเวศ วสี, (Wasi P.), อ่างใน โกวิทย์ พวงงาม, (Puangngam K., 2010: 217)

สังคมไทยเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์เมื่อปี พ.ศ.2564 (ออนไลน์, 18 สิงหาคม (Online, 18 August 2023) และรัฐได้กำหนดให้สังคมสูงอายุเป็นวาระแห่งชาติ ผลจากการประเมินผลแผนปฏิบัติการคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ จึงได้ปรับแผนปฏิบัติการ (พ.ศ.2563-2565) ซึ่งเป็นการทำงานร่วมกันของหลายหน่วยงาน โดยให้ความสำคัญกับ ประเด็นหลัก ดังนี้ การจ้างงานผู้สูงอายุเพื่อให้รู้สึกว่ามีคุณค่า ตั้งเป้าไว้ปี 2564 ผู้สูงอายุจำนวน 1.95 แสนคนมีงานทำ (กรมสุขภาพจิต, 2 กันยายน Department of Mental Health, 2 September. 2023) แม้ภาครัฐจะเร่งเตรียมมาตรการรองรับผู้สูงอายุ ด้วยหวังให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ทั้งสภาพร่างกายและจิตใจ และหนึ่งในมาตรการรับมือที่น่าสนใจ คือ “การจ้างงานผู้สูงอายุ” หรือ “การประกอบอาชีพอิสระของผู้สูงอายุ” นั่นเอง ในสังคมกึ่งเมือง เนกเช่นจังหวัดพระนครศรีอยุธยา นอกจากจะเป็นเมืองมรดกโลกแล้ว ด้วยสภาพแวดล้อมที่เต็มไปด้วยทรัพยากร และชุมชนแห่งการท่องเที่ยว ทั้งท่องเที่ยวแหล่งโบราณสถาน ท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม รวมทั้งท่องเที่ยวในตลาดน้ำชุมชน ทำให้มีแหล่งทรัพยากร มีต้นทุนด้านเศรษฐกิจ ที่ผู้สูงอายุสามารถถูกจ้างงาน หรือทำอาชีพอิสระของตนเองได้ ดังนั้นการพัฒนาให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพิงตนเองได้อย่างมีศักยภาพจึงมีความจำเป็นยิ่งที่จะส่งเสริมอาชีพอิสระให้ผู้สูงอายุ ภายใต้ภูมิปัญญาและทรัพยากรที่มีอยู่

การวิจัยปีที่ 2 สถานการณ์ปัญหาและความต้องการจากปีที่ 1 ทำให้เกิดการตั้งคำถามกับชุมชนว่า การสร้างเสริมรายได้ของผู้สูงอายุจะยั่งยืนต้องมียุทธศาสตร์ประกอบอะไรบ้าง สิ่งที่ทำอยู่เป็นการลดความเหลื่อมล้ำด้านเศรษฐกิจของชุมชนได้จริงหรือไม่ พบว่า แม้ผู้สูงอายุจะทำการสำรวจทุนชุมชน ทุนทรัพยากรมนุษย์ในชุมชน แต่การขับเคลื่อนให้ไปสู่ความยั่งยืน มีแนวโน้มลดลงอย่างเห็นได้ชัด จึงทำให้ชุมชนกลับมาทบทวนแผนชุมชนของตนเองใหม่ ผ่านกระบวนการคิดแบบมีส่วนร่วมของคนในชุมชน และภาคีผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง พบว่า มีความต้องขั้นสุดของกลุ่มผู้สูงอายุคือ “คุณภาพชีวิต ในทุกมิติ” ทั้งมิติด้านกายภาพ มิติด้านสังคม มิติด้านจิตใจ และมิติด้านปัญญา หรือภาวะ 4 (กายภาวนา-ศีลภาวนา-จิตภาวนา-ปัญญาภาวนา) เมื่อประเมินคุณภาพชีวิตเป็นเป้าหมายใหญ่ ซึ่งจากการทำเวทีชุมชนในครั้งนี้ พบประเด็นการขับเคลื่อนที่สำคัญ ได้มีการค้นพบศักยภาพที่เป็นทุนทางภูมิปัญญาพระนครศรีอยุธยาหลายด้านเช่น ภูมิปัญญาด้านศิลป ประเพณี วัฒนธรรม ภูมิปัญญาด้านสถาปัตยกรรม ภูมิปัญญาด้านหัตถกรรม ภูมิปัญญาด้านเกษตรกรรม (Kongpradit S., 2015: 10) ทำให้เกิดการทบทวน ภาพรวมของชุมชนบ้านป้อมมีภูมิปัญญาด้านใดบ้างที่ผู้สูงอายุในชุมชนสามารถนำมาเป็นจุดแข็งแก้ปัญหา pain point ของตนเอง

ดังนั้นโจทย์วิจัยที่ได้ในปีที่ 2 ของชุมชนผู้สูงอายุบ้านป้อม เกิดขึ้นจากปัญหาที่เป็นช่องว่างของอาชีพที่ต้องเป็นอาชีพที่เป็นภูมิปัญญาดั้งเดิม ความรู้ การเห็นคุณค่าของตนเอง ความสุขจากการทำงานร่วมกันของกลุ่มผู้สูงอายุ ที่เป็นการสร้างรายได้ที่มาจากการสร้างสุขก่อนเสริมรายได้เป็นอาชีพเสริมที่แตกต่างออกไปจากชุมชนอื่น โดยใช้ศักยภาพของผู้สูงอายุในพื้นที่ และฐานทรัพยากร ฐานภูมิปัญญาพื้นถิ่นพระนครศรีอยุธยาเดิมเป็นการต่อยอดนำไปสู่การพัฒนาอาหารภูมิปัญญาให้เป็นอาหารสุขภาพที่ตอบโจทย์สังคมในยุคปัจจุบัน โดยการมีส่วนร่วมของชุมชน และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง โดยมีการบูรณาการการทำงานกับการวิจัยแบบ CBR ให้เกิดมิติแห่งสังคมสุขภาวะที่มีคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้านต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1.2.1 เพื่อศึกษาระบบและกลไกการเสริมสร้างอาชีพอิสระของผู้สูงอายุ
- 1.2.2 เพื่อออกแบบการดำเนินกิจกรรมเชิงพื้นที่เพื่อลดความเหลื่อมล้ำของผู้สูงอายุ กรณีศึกษาตำบลบ้านป้อม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
- 1.2.3 เพื่อพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้การบริหารจัดการระบบและกลไกในการส่งเสริมอาชีพอิสระของผู้สูงอายุ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัย ออกแบบกิจกรรมเพื่อค้นหาข้อมูลการวิจัยที่เป็นข้อมูลสำคัญในการวิจัยแบบ PAR (Participatory Action Research) ตามแนวคิดของ Kemmis and McTaggart (1998) มี 4 กระบวนการ ประกอบด้วย การวางแผน (Planning) การปฏิบัติตามแผน (Action) การสังเกตผล (Observation) และการสะท้อนผล (Reflection) ไปสู่ความเป็นวิจัยรูปแบบ CBR (Community Based Research) ที่มีนักวิชาการเป็นผู้ร่วมสร้างสรรค์ความรู้ (Co-creation of Knowledge) กับภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง

ขั้นตอนที่ 1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

- (1) ศึกษาความเป็นไปได้ของรูปแบบวิธีการดำเนินการและรูปแบบกิจกรรม ที่ดำเนินการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีงานทำ เพื่อการมีรายได้ตามความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่ เช่น ชมรมผู้สูงอายุ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น, สำนักงานเกษตรและสหกรณ์จังหวัด, สำนักงานพัฒนาชุมชน และการส่งเสริมการรวมกลุ่มในรูปแบบต่างๆ เป็นต้น โดยใช้วิธีการทั้งเชิงปริมาณ และคุณภาพ
- (2) สสำรวจความต้องการอาชีพของผู้สูงอายุในชุมชน โดยใช้วิธีการทั้งเชิงปริมาณ และคุณภาพ
- (3) ศึกษาและวิเคราะห์แนวทางหรือทางเลือกในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในพื้นที่ มีอาชีพอิสระเพื่อหารายได้ โดยวิธีการนำรูปแบบต่างๆ มาทดลองทำ ติดตามประเมินผล เพื่อหาผลลัพธ์ผลกระทบทั้งเชิงปริมาณ และคุณภาพในด้านต่างๆ เช่น ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ด้านการทำงาน แหล่งรายได้ การพึ่งตนเอง การออม หรือทางด้านสังคม ได้แก่ การรวมกลุ่ม ความสัมพันธ์ความไว้วางใจ เชื่อใจ เครือข่าย หรือด้านสุขภาพ ได้แก่ สุขภาพกายสุขภาพจิต (ความไม่เหงา มีเพื่อน) ของผู้สูงอายุว่าสามารถประกอบอาชีพอิสระในรูปแบบใดได้บ้าง

(4) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับระบบและกลไกในการส่งเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุ และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ขั้นตอนการสร้างและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย 1) รวบรวมเอกสาร แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อสร้างกรอบแนวคิดและออกแบบกระบวนการวิจัยเพื่อคัดเลือกเครื่องมือ และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินผลที่สอดคล้องกับบริบทของชุมชนและผู้เข้าร่วมวิจัย 2) ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญ 3) ปรับปรุงเครื่องมือก่อนนำไปใช้จริงในการปฏิบัติการในพื้นที่

ทั้งนี้การรับรองจริยธรรมงานวิจัยเพื่อการทดลองในมนุษย์ งานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการขอจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หมายเลข ว. 327/2565 เพื่อพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย ก่อนดำเนินการในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ผู้วิจัยได้ให้ผู้เข้าร่วมได้รับทราบและ consent ยินยอมในการเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยชี้แจงให้ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทราบถึงสิทธิในการที่จะถอนตัวออกจากกรเข้าร่วมโครงการวิจัยได้ตลอดเวลา และผู้วิจัยจะทำการเก็บข้อมูลจากผู้เข้าร่วมไว้เป็นความลับ ไม่เปิดเผยแก่ผู้อื่นหากไม่ได้รับการยินยอมหรืออนุญาตจากผู้เข้าร่วมวิจัย

ขั้นตอนที่ 3 ขอบเขตด้านพื้นที่ ขอบเขตด้านประชากร และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ กำหนดขอบเขตพื้นที่ในการศึกษา ตำบลบ้านป้อม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อเป็นพื้นที่วิจัย โดยกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้สูงอายุร่วมโครงการวิจัย เป็นกลุ่มปฏิบัติการวิจัย ดังนี้ 1) เป็นแกนนำจิตอาสาในพื้นที่ 2) ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่สุขภาพดี มีรายได้น้อยและต้องการทำงานอิสระ อาศัยอยู่ที่ ต.บ้านป้อม อ.พระนครศรีอยุธยา จ.พระนครศรีอยุธยา 3) สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดโครงการ 4) มีศักยภาพในการรับรู้ถ่ายทอด ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจสมบูรณ์ จำนวน 12 คน

ขั้นตอนที่ 4 ขยายผลเครือข่ายกลุ่มผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการ เพื่อขับเคลื่อนการสร้างเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุเพื่อลดรายจ่าย เสริมรายได้ สร้างสุข-เสริมอาชีพ

ขั้นตอนที่ 5 การเก็บรวบรวมข้อมูล การเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยออกแบบการวิจัยเป็น 3 ขั้นตอนคือ 1) การเตรียมการก่อนปฏิบัติการวิจัย 2) การดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และ 3) การสรุปผลการวิจัย โดยกิจกรรมปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมมีกิจกรรมสำคัญ 4 ขั้นตอน ตามแนวคิดของ Kemmis & McTaggart (1998) ประกอบด้วย การวางแผน (Planning) การปฏิบัติตามแผน (Action) การสังเกตผล (Observation) และการสะท้อนผล (Reflection) โดยมีการเตรียมการก่อนปฏิบัติการวิจัยสังเคราะห์ข้อมูลเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างกรอบความรู้ในการวิจัยที่จะนำมาใช้ในการออกแบบการวิจัย และเครื่องมือการวิจัยเตรียมคน เตรียมชุมชน สร้างความตระหนักร่วมกัน โดยติดต่อแกนนำผู้สูงอายุกลุ่มปฏิบัติการวิจัย ที่ได้ร่วมดำเนินการตั้งแต่ต้นในขั้นการวางแผน (Plan) เป็นการนำผลที่ได้จากขั้นตอนที่ 4 มาปรับปรุงเพื่อดำเนินการตามแผนในการทำโครงการกิจกรรมการพัฒนาระบบและกลไกในการสร้างเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุ ตำบลบ้านป้อม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา วัตถุประสงค์ของวงรอบนี้ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมลงมือปฏิบัติผ่านการดำเนินโครงการ วิเคราะห์ ปรับปรุง สร้างพลังให้เครือข่ายเข้มแข็ง เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นปฏิบัติการและสังเกต (Act and Observation) เป็นขั้นตอนที่กลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มปฏิบัติการวิจัยที่เข้าร่วมโครงการเริ่มปฏิบัติการตามแผน ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมและสัมพันธ์ภาพในกลุ่ม ผู้วิจัยตั้งเกณฑ์ประเด็นในการสังเกต คือ สภาพความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก บรรยากาศในการทำกิจกรรม การแสดงความเห็นและการมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่ม การทำหน้าที่ของสมาชิก การจัดกิจกรรมที่ดำเนินร่วมกัน และใช้ไลน์กลุ่มในการสื่อสาร และสังเกตจากการสื่อสารไลน์กลุ่ม พฤติกรรมการสื่อสารและความมุ่งมั่นของแกนนำ และรวมถึงขั้นการสะท้อนการปฏิบัติ (Reflect) เป็นการสะท้อนผลการปฏิบัติงานด้วยเทคนิคสะท้อนคิด AAR ผ่านการทบทวนสิ่งที่ได้ทำความรู้สึกขณะที่ทำ และข้อเสนอแนะการพัฒนา

ขั้นตอนที่ 7 การสรุปผลการวิจัย และการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นขั้นตอนที่ผู้วิจัยทำการสรุปถอดบทเรียนการดำเนินงานขับเคลื่อนกลุ่มปฏิบัติการวิจัยระบบและกลไกในการสร้างเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุตำบลบ้านป้อม จังหวัดพระนครศรีอยุธยาด้วยเทคนิคสะท้อนคิด AAR การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการวิเคราะห์แบบอุปนัย (Analytic Induction) โดยการตีความสร้างข้อสรุปจากข้อมูล เอกสารที่เกี่ยวข้องและสรุปผลการวิจัยตามหลักอุปนัยวิธี ผู้วิจัยใช้แนวคิดทฤษฎีและกรอบวิจัยที่เสนอไว้ข้างต้น มาวิเคราะห์ตามหลักการสร้างข้อสรุปแบบอุปนัยเป็นการนำข้อสรุปย่อยๆ เหล่านั้นเชื่อมโยงเป็นบทสรุป โดยเรียงเรียงเนื้อหาในการนำเสนอข้อมูลเชิงบรรยายเพื่อสะท้อนความรู้สึกนึกคิดของผู้ให้ข้อมูลเพื่อประกอบการวิเคราะห์ และการนำเสนอด้วยภาพวิเคราะห์ (visual display) ในการนำเสนอรูปแบบองค์ความรู้ที่พบ

สรุปผลการวิจัย

ด้วยกระบวนการวิจัยที่ใช้ชุมชนเป็นฐาน CBR ที่มีกระบวนการออกแบบการทำวิจัยแบบมีส่วนร่วม (PAR) จากเวทีการทำแผนชุมชน 2 ครั้ง คือ การทำแผนชุมชนระยะยาว 5 ปี เป้าหมายเพื่อคุณภาพชีวิตของคนในชุมชน และการทำแผนชุมชนระยะ 1 ปี คือ ต้องการสร้างสรรค์สร้างรายได้ เพื่อลดรายจ่ายในครัวเรือน พื้นฟูภูมิปัญญาพื้นถิ่นพระนครศรีอยุธยา

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ระบบและกลไกการเสริมสร้างอาชีพอิสระของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า กลไกในการส่งเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุบ้านป้อม มี 3 ระดับ คือ (1) กลไกภายนอก ได้แก่ วัตถุประสงค์ วัฒนธรรม จังหวัด เกษตรอำเภอพัฒนาชุมชน และทีมวิจัย (2) กลไกภายใน ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นผู้นำ และผู้ตาม (3) กลไกในภายใน ได้แก่ กลไกความเป็นมนุษย์ กลไกแห่งความตระหนักรู้คุณค่าของความเป็นผู้สูงอายุ และกลไกที่สำคัญคือใจ ที่จะดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่ามีความหมายและมีความสุขในทุกวัน ระบบในการส่งเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุบ้านป้อม มี 2 ระบบ ได้แก่ (1) ระบบภายนอก ได้แก่ ความสัมพันธ์ของระบบภูมิปัญญาและวิถีชีวิตดั้งเดิม ระบบความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับหน่วยงานในพื้นที่ ระบบความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับทีมวิจัย (2) ระบบภายใน ได้แก่ ความภาคภูมิใจ ใจเปิด การเห็นคุณค่าของตนเอง (self-esteem) การได้รับการยอมรับจากชุมชน และการดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย

ผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ออกแบบการดำเนินกิจกรรมเชิงพื้นที่ที่มีความร่วมมือ 3 ระดับ (1) ความร่วมมือในการเรียนรู้ และร่วมพัฒนาของชุมชน (2) ความร่วมมือ และการเรียนรู้ร่วมกับโหนด CBR (3) ความร่วมมือกับภาคีเครือข่าย นอกจากนี้ทีมวิจัยทำการออกแบบให้ผู้สูงอายุได้รู้จักตนเองผ่าน 3 รู้ “รู้จัก

ตนเอง (self-awareness)- รู้จักความสามารถของตน (self-efficacy)-รู้ที่จะภาคภูมิใจในตนเอง (self-esteem)” ทำการวิเคราะห์ตนเองให้เห็นพลังของชุมชนผ่านหลัก “RQ-พลังชุมชน-3I” ได้แก่ I have-I am-I can และทำการออกแบบกิจกรรมตามแผนชุมชน

ผลการวิจัย ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 พัฒนาศักยภาพการเรียนรู้การบริหารจัดการระบบและกลไกในการส่งเสริมอาชีพอิสระของผู้สูงอายุ มี 4 กระบวนการ ดังนี้ กระบวนการสร้างคน กระบวนการสร้างความรู้ กระบวนการสร้างการเรียนรู้ และกระบวนการใช้ความรู้ และมีพลังในการเสริมเสริมทำให้เกิด “จากฟรีแลนซ์สู่ฟรีแลนซ์” สู่อิสระภาพของผู้สูงอายุ ที่เน้น “สร้างสุข-เสริมรายได้” 4 พลังได้แก่ พลังแห่งการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง พลังแห่งกัลยาณมิตร (ภาคีเครือข่าย) พลังแห่งการร่วมปฏิบัติการ สร้างสุข-เสริมอาชีพ และพลังแห่งการรวมกลุ่ม

สรุปขั้นตอนการเสริมสร้างอาชีพกลุ่มปฏิบัติการวิจัยเป็น กิจกรรมเพื่อสร้างสุข-เสริมอาชีพผู้สูงอายุ 6 ขั้นตอน (1) ดูนต้นแบบ-สร้างแรงบันดาลใจ (2) ทบทวนตนเอง-เห็นจุดอ่อนของตัวเอง คือการขาดแรงบันดาลใจ เกิดการอ่อนล้าเหนื่อยแรง เห็นศักยภาพตนเอง ด้วยการมีภูมิปัญญาด้านอาหาร (3) พัฒนารับอาหารภูมิปัญญาพื้นถิ่นพระนครศรีอยุธยา 5 ตำรับ (4) ผลผลิตจากการวิจัย “อาหารภูมิปัญญาพื้นถิ่นพระนครศรีอยุธยา” (5) พัฒนาคุณค่าความหมายของอาหารภูมิปัญญาพื้นถิ่นพระนครศรีอยุธยา ด้วยการวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการ และทดสอบการยอมรับทางประสาทสัมผัส เพื่อพัฒนาต่อยอดเป็นเมนูสุขภาพอาหารภูมิปัญญาพื้นถิ่นพระนครศรีอยุธยา (6) สร้างความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้ผู้สูงอายุเข้าถึงช่องทางการตลาด (7) เกิดการ “สร้างสุข-เสริมอาชีพ” จากงาน CBR สู่ความสุข ความภาคภูมิใจในการนำเสนออาหารภูมิปัญญาพื้นถิ่นที่มาจากภูมิปัญญาด้านอาหาร พัฒนาเป็นอาหารภูมิปัญญาเมนูสุขภาพ ออกสู่สังคมให้ได้รับรู้ จากงานวิจัยโดยใช้ชุมชนเป็นฐานชุมชน สู่ชุมชนที่มีฐานแห่งความสุข CBR สู่ HBR (Community based Research มาสู่ Happiness based Community) เกิดการสร้างองค์ความรู้โดยชุมชน

การประเมินผลลัพธ์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

1. กระบวนการวัดการเปลี่ยนแปลง ถอดบทเรียน : ใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสัมภาษณ์เชิงลึก กลุ่มผู้สูงอายุ และภาคีเครือข่าย การวิเคราะห์กระบวนการวัดการเปลี่ยนแปลง 1.1 ผู้มีส่วนได้เสียในการเปลี่ยนแปลง คือ กลุ่มผู้สูงอายุบ้านป้อม ที่มีความต้องการฟื้นฟูภูมิปัญญา จนนำมาสู่การพัฒนาอาหารภูมิปัญญาอยุธยา 1.2 ภาคีเครือข่ายในการวิจัย CBR ชุมชนบ้านป้อม โดยยึดภาคีเครือข่ายที่เข้าร่วม “ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมสร้าง ร่วมใช้ประโยชน์ ร่วมประเมินผล” 1.3 การสร้างแผนที่ผลกระทบ (impact mapping) ประกอบด้วย ปัจจัยนำเข้า กิจกรรม ผลผลิต ผลลัพธ์ และผลกระทบ ทั้งนี้เน้น “ผลลัพธ์ทางสังคม” Social impact คือคุณค่าทางสังคมที่เกิดจากการดำเนินการวิจัย ซึ่งการสร้างคุณค่าทางสังคมก็คือ การสร้างการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ตั้งแต่เริ่มต้นจนจบโครงการวิจัย

2. ผลที่เกิดขึ้นเป็นรูปธรรม มีดังนี้ 2.1 อาหารภูมิปัญญาพื้นถิ่นอยุธยา จำนวน 5 สูตร โดยมี การหาคุณค่าทางโภชนาการ และการทำ sensing analysis 3 สูตร คือ ต้มเส้นแกงร้อน ต้มส้มแตงกวาปลาช่อนทอด และพลิกกะเกลือ 2.2 นวัตกรรมอาชีพผู้สูงอายุ การฟื้นฟูภูมิปัญญาด้านอาหารจนเกิดเป็นผลิตภัณฑ์อาหารภูมิ

ปัญญาพื้นถิ่นอยุธยา เป็นการสร้างอาชีพใหม่ให้กับผู้สูงอายุ 2.3 กลุ่มสร้างอาชีพผู้สูงอายุตำบลบ้านป้อม มีความมั่นใจและทักษะการทำอาหารภูมิปัญญาพื้นถิ่นอยุธยา นำไปสู่การเป็นวิทยากรอาหารภูมิปัญญาในหลักสูตรท้องถิ่น รายวิชาอยุธยาศึกษา โรงเรียนวัดโพธิ์ผักไห่ (เวชพันธุ์อนุสรณ์) อ.ผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 2.4 แหล่งจำหน่ายผลผลิตทางการเกษตร และอาหารพื้นถิ่นอยุธยา พื้นที่ตลาดน้ำวัดท่ากา ร้อง 2.6 แหล่งเรียนรู้การเกษตรโคกหนองนา ซึ่งได้รับการส่งเสริมจากสำนักงานพัฒนาชุมชน เป็นการต่อยอดออกมาเป็นศูนย์การเรียนรู้ให้คนสนใจและกลุ่มนักเรียนนักศึกษาได้ร่วมเรียนรู้ในพื้นที่

3. ผลที่เกิดขึ้นกับผู้ใช้ประโยชน์โดยตรง (User) คือกลุ่มผู้สูงอายุ ดังนี้ 3.1 เกิดความสามารถในการพึ่งตนเองได้ 3.2 ลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ในครัวเรือน 3.3 เพิ่มคุณค่าและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของผู้สูงอายุ 3.4 คุณภาพชีวิตดีขึ้น 3.5 ภาคภูมิใจในภูมิปัญญาของตนเอง

อภิปรายผลการวิจัย

1. การถ่ายทอดจากกลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุไปยังคนรุ่นใหม่ โดยกลุ่มผู้สูงอายุเป็นวิทยากรในการถ่ายทอดในหลักสูตรท้องถิ่น รายวิชาอยุธยาศึกษา ของโรงเรียนวัดโพธิ์ผักไห่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิชมน ภมร และพัชรี ตันติวิภาวิน (Phomman N., and Tantiwipawin P., 2020) กล่าวว่า เพื่อรักษาสืบทอดวัฒนธรรมอาหาร ในการถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารได้แก่สมาชิกในครอบครัว จึงเป็นสิ่งสำคัญ และการทำอาหารของชุมชนบ้านป้อมได้ทำการปรับปรุงสูตรเป็นเมนูสุขภาพ เป็นการรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของภาวะโลกที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของคนในชุมชน ฉะนั้นวัฒนธรรมอาหารจะดำรงอยู่หรือสูญหายไปหรือไม่ขึ้นอยู่กับครอบครัวและชุมชน รวมไปถึงคนในรุ่นต่อๆ มาที่จะปรับปรุงให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคมยุคใหม่ สอดคล้องกับงานของ นิชมน ภมร และพัชรี ตันติวิภาวิน (Phomman N., and Tantiwipawin P., 2020) ที่กล่าวว่า การสร้างความมั่นคงด้านอาหารตามรูปแบบการจัดการความรู้ภูมิปัญญา ท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านดั้งเดิมที่เหมาะสมกับบริบทและสภาพวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชนชาวเหนือ และการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านเป็นองค์ความรู้ที่สั่งสมมาแต่ละท้องถิ่นในแต่ละยุค โดยความรู้เหล่านั้นมักอยู่ในรูปแบบฝังลึกในตัวบุคคล ถ้าไม่มีการถ่ายทอดก็จะสูญหายไปกับบุคคลเหล่านั้น

ความสำเร็จของกลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุบ้านป้อม ในการพึ่งพาตนเองประกอบด้วยปัจจัยหลายด้านแต่สิ่งที่น่าสนใจคือ แนวคิดในการใช้ต้นทุนทางภูมิปัญญาในการขับเคลื่อนการสร้างเสริมอาชีพของชุมชน ซึ่งพลังในการขับเคลื่อนประกอบด้วย 4 พลัง ได้แก่ พลังแห่งการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง พลังแห่งกาลยาณมิตร (ภาคีเครือข่าย) พลังแห่งการร่วมปฏิบัติการ สร้างสุข-เสริมอาชีพ และพลังแห่งการรวมกลุ่ม โดยมีกระบวนการจัดการภายใน และภายนอกชุมชน ซึ่งประเด็นหลังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ฟาลัน กระสังข์ (Kasang F., 2018) สมาชิกชุมชนที่มีความคิดว่า “ว่าไงว่ากัน” ไม่คิดจะรวมกลุ่ม หรือแม้กระทั่งเมื่อรวมกลุ่มก็ต้องประคับประคองให้สำเร็จด้วย เมื่อพิจารณาถึงกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนบ้านป้อม ตามแนวคิดของ 5 ด้าน ได้แก่ (1) การมีส่วนร่วมในการศึกษาชุมชน (2) การมีส่วนร่วมในการวางแผน (3) การมีส่วนร่วมในการดำเนินการ (4) การมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์ (5) การมีส่วนร่วมในการติดตามและประเมินผล ในส่วน

ของชุมชนบ้านป้อม แม้จะไม่มีกรรวมกลุ่มแบบเป็นโครงสร้าง แต่เป็นการรวมกลุ่มแบบธรรมชาติก็ตาม พบว่ามีส่วนร่วมในระดับสูง เห็นได้ชัดจากการทำแผนชุมชน โดยในการดำเนินงานของโหนดอยุธยาและกลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุที่มีผู้นำ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับ ศศิวิมล จุลศิลป์ (Chulasin S., 2010) ที่ว่าว่า กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนหรือ AIC เป็นกระบวนการประชุมเชิงปฏิบัติการที่มีการ ระดมพลังสมอง พลังความคิดสร้างสรรค์ของสมาชิกในชุมชน เพื่อนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหา และ พัฒนาในเชิงสร้างสรรค์อย่างเป็นขั้นตอน โดยเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมประชุมได้มีโอกาสสื่อสาร แลกเปลี่ยน ความรู้ข้อมูลและประสบการณ์ซึ่งกันและกันอย่างเป็นประชาธิปไตย อันจะนำไปสู่ความ เข้าใจถึงสภาพปัญหา ข้อจำกัด ความต้องการและศักยภาพของผู้เกี่ยวข้อง

2. กระบวนการสนับสนุนจากภายนอกชุมชน กลุ่มปฏิบัติการวิจัยผู้สูงอายุไม่ได้เรียนรู้จากภายในเพียงอย่างเดียว แต่ยังไปศึกษาเรียนรู้แลกเปลี่ยนกับชุมชนอื่นที่ประสบความสำเร็จในการพัฒนา โดยมีการศึกษา แลกเปลี่ยนความรู้ในพื้นที่ที่ประสบความสำเร็จ โดยใช้ข้อมูลจากการทำแผนชุมชนเป็นเครื่องมือ กลุ่มปฏิบัติการวิจัยจึงได้นำองค์ความรู้ที่ได้รับมาปรับใช้ให้เหมาะกับชุมชนของตนเอง ก่อให้เกิดการแก้ไขและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในชุมชน สอดคล้องกับการศึกษาของ ตรงกมล สนามเขต และนิตยา กาบจันทร์ (2565) เรื่องกระบวนการสนับสนุนจากภายนอกชุมชนกล่าวว่า องค์กรชุมชน กองทุนชุมชน องค์กร ภาค ประชาชน ภาคธุรกิจเอกชนที่เกิดจากการรวมตัวของสมาชิกในชุมชน จะมีบทบาทสนับสนุน ให้เกิดพลังของคน ในคนชุมชน ที่ทำให้คนในชุมชนสังคมอยู่ร่วมกันได้ ที่สำคัญยังมีทุนทางภูมิปัญญาและวัฒนธรรม ซึ่งหมายรวมถึงทุนความรู้ ความคิดและความสามารถของบรรพบุรุษในอดีตแต่ละท้องถิ่นที่ วัฒนธรรมที่เกิดจากการ ดำรงชีวิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมได้อย่างดี และสืบทอดประสบการณ์ที่สั่งสมไว้ ให้แก่ลูกหลานเพื่อใช้เป็นแนวทางปฏิบัติในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

การบริหารจัดการกลุ่มสร้างอาชีพในผู้สูงอายุโดยมีผู้นำกลุ่มเป็นข้าราชการบำนาญ และมีผู้นำธรรมชาติ เป็นศูนย์กลางรวมใจของผู้สูงอายุให้มีการปฏิบัติการขับเคลื่อนการพัฒนาอาหารพื้นถิ่นอยุธยาเป็นเมนูอาหาร ใหม่ที่ผู้บริโภคนิยมเป็นอาหารสำเร็จรูป และการจัดการกลุ่มให้เกิดกระบวนการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริม อาชีพอิสระของกลุ่ม สอดคล้องกับข้อมูลของแรม เชียงกา (มปป.) ดังต่อไปนี้ (1) คัดลอกกรอบ กล้าได้กล้าเสีย (2) เป็นนักบริหารจัดการ (3) สร้างศรัทธาให้กับกลุ่ม (4) มีความคิดสร้างสรรค์ รักษาคุณค่า (5) มีจิตอาสา มนุษย์สัมพันธ์ดี มุ่งมั่นในการทำงาน

3. จากการรวมกลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุแล้ว ยังมีการพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ดำเนินการเปลี่ยนแปลงถือว่าเป็นกลไกภายในกลุ่มที่สำคัญ ทั้งนี้การเปลี่ยนแปลงเกิดจากกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ร่วมคิด ร่วม ค้น ร่วมศึกษา ร่วมทำ ร่วมรับผลประโยชน์ และร่วมประเมิน ด้วยกระบวนการที่ทำให้กลุ่มปฏิบัติการวิจัยได้ เกิดการเรียนรู้เชิงปฏิบัติการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงวิธีคิดของกลุ่มปฏิบัติการวิจัย ขยับฐานคิดจากการทำ เพื่อตนเอง ไปสู่การทำเพื่อชุมชน จากทำแล้วเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ขยับไปเป็นทำเพราะภาคภูมิใจใน ภูมิปัญญาของชุมชน และต้องการให้คนรุ่นใหม่ได้รู้จักชุมชน รู้จักอาหารภูมิปัญญาของชุมชน โดยมีหลัก 5 ประการ (1) การมีกระบวนการคิดร่วมกัน co-creation (2) มีทุนชุมชนทุนบุคคล ทุนภูมิปัญญา ทำให้สามารถ พึ่งตนเองได้ (3) ดำเนินการกลุ่มด้วยการทำแผนชุมชน (4) มีเครื่องมือในการดำเนินการที่หลากหลาย (5) เกิด

การทำงานแบบ “สร้างสุข-เสริมรายได้” ทั้งนี้การเคลื่อนตัวของกิจกรรมผ่านการเสริมแรง จากทีมวิจัยช่วยให้เกิด 2E ได้แก่ (1) การเสริมสร้างพลัง (Empower) ให้คนสามารถคิด วิเคราะห์ เลือก ตัดสินใจและลงมือทำได้เอง และ (2) สนับสนุนให้เขาทำได้สำเร็จ (Enabling) ด้วยความรู้และศักยภาพของกลุ่มเอง บนฐานการวิเคราะห์ตนเองเพื่อรู้จักตน และวิเคราะห์ชุมชน เพื่อรู้จักต้นทุนของชุมชนตนเอง ร่วมกับการออกแบบการเรียนรู้ด้วยการนำหลักไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) ร่วมบูรณาการในการออกแบบและทำกิจกรรม ช่วยทำให้เกิดพลังแห่งการเรียนรู้ของกลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุด้วยการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกันระหว่างบุคคลในกลุ่ม การเคารพกฎกติกาในการทำงานร่วมกัน (ศีล) การมีจิตใจแน่วแน่ในการทำกิจกรรมร่วมกัน ตั้งแต่การเตรียมวัตถุดิบในการประกอบอาหาร การปรุงอาหาร การไปขายอาหาร นอกจากนี้ยังหมายรวมถึงการที่ได้ทำงานร่วมกันส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี ไม่เหงาว่าเหว และเห็นคุณค่าของตนเอง (สมาธิ) ท้ายที่สุดเกิดปัญหามาจากการแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น รู้เข้าใจความจริงในชีวิต รู้กำลังของตนเอง เห็นการเปลี่ยนแปลงของสิ่งๆ ที่ทำ มีเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป (ปัญญา) สอดคล้องกับ พระมหาศรพงศ์ จันทปาโมชโย (Chanthapamojjo S., 2020) ที่นำหลักไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาท มี 3 ประการ ได้แก่ อธิศีลสิกขาอธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา มาจัดการเรียนการสอนมีสาระสำคัญของกิจกรรมการเรียนการสอน 3 ประการ คือ ศีล เป็นการฝึกฝนพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ด้านกายและวาจา สมาธิ เป็นการฝึกด้านคุณธรรม และสมรรถภาพของจิต และ ปัญญา เป็นการฝึกให้เกิดความรู้ ความเข้าใจของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง

เมื่อวิเคราะห์สิ่งที่อยู่ภายใต้ภูเขาน้ำแข็งของผู้สูงอายุ พบว่า พลังแห่งการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นพลังในภายในตัวของผู้สูงอายุนั้นคือ “พลังใจ” หรือ “ฐานใจ” ที่เป็นสิ่งสำคัญสำหรับการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ โดยพลังใจเป็นตัวกลไกภายในในการขับเคลื่อน เราค้นพบว่า ผู้สูงอายุต้องการความอิสระในการคิด ความอิสระในการตัดสินใจ เมื่อวิเคราะห์ตามหลักจิตวิทยา บุคคลที่มีความอิสระในทางความคิด แสดงว่าบุคคลนั้นมีอำนาจในตัวเองในการตัดสินใจ คิด และกระทำ เมื่อผู้วิจัยเสริมพลังด้านอิสระในการคิดการกระทำ ด้วยการจัดกิจกรรม การศึกษาเรียนรู้ที่ตลาดน้ำคลองลัดมะยม การศึกษาเรียนรู้ที่ตลาดน้ำวัดท่าการ้อง ทำให้ผู้สูงอายุได้เห็นตัวเอง เห็นการผลิต เห็นการขาย เป็นการเปิดโลกทัศน์ให้กับผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุเห็นตัวเองนี้เป็นจุดระเบิดจากภายในที่สำคัญ เห็นตัวเองในประเด็นเห็นความคิดของตนเอง เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ภาคภูมิใจในภูมิปัญญาของตนเอง และเห็นความต้องการในการสร้างอาชีพจากอาหารภูมิปัญญาจนเกิดแรงบันดาลใจในการสร้างสุขเสริมอาชีพ หรือ “บันเทิงเชิงอาชีพ” เป็นพลังแห่งการดำรงอยู่ของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative Learning) ตามทัศนะของเมซีโรว์ (Mezirow) (2009) ผู้ได้กล่าวว่า กระบวนการสร้าง “ความหมายใหม่” ให้แก่ประสบการณ์เดิม เพื่อขึ้นการกระทำของตนในอนาคต โดยมีองค์ประกอบหลัก 4 ประการ ได้แก่ (1) ประสบการณ์ (experience) (2) การใคร่ครวญด้วยวิจารณญาณ (critical reflection) (3) วาทกรรมที่เกิดจากการใคร่ครวญ (reflective discourse) (4) การกระทำ (action) ส่วนกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงที่เมซีโรว์เสนอประกอบด้วย 10 ขั้นตอน โดยสิ่งที่เกิดขึ้นกับกลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุ สามารถสังเคราะห์ได้ดังนี้ ขั้นที่ 1 การให้ผู้สูงอายุได้เผชิญกับวิกฤติการณ์ที่ไม่เป็นไปตามมุมมองเดิมของตน กล่าวคือ ทีมวิจัยได้เข้าทำงานกับชุมชนด้วยท่าทีแห่งความเคารพ เป็นการทำงานแบบมีส่วนร่วม ในทุกกิจกรรมต้องมาจากการมีส่วนร่วมคือ ร่วมวิเคราะห์ ขั้นที่ 2 กลุ่ม

ปฏิบัติการวิจัยสูงอายุได้การตรวจสอบตนเองว่ามีความรู้ความถนัดด้านไหน ชุมชนมีศักยภาพในด้านใดบ้าง ขั้นที่ 3 มีการประเมินสมมุติฐานเดิมของตนอย่างจริงจังโดยผู้สูงอายุและทีมวิจัย ขั้นที่ 4 กลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุ เกิดการเปิดใจยอมรับการเปลี่ยนแปลง ขั้นที่ 5 การค้นหาทางเลือกใหม่ จากการส่งเสริมอาชีพที่ผ่านมา เป็นการแปรรูปจากผลผลิตทางการเกษตร แปรรูปกล้วยต่างๆ จากนั้นทำการทบทวนชุมชนด้วยการทำแผนชุมชน ทำให้ค้นพบศักยภาพด้านภูมิปัญญา เกิดแนวคิดในการทำอาหารภูมิปัญญาร่วมกัน ขั้นที่ 6 การวางแผนการกระทำใหม่ เมื่อกลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุมีเป้าหมายที่ชัดเจน ก็เกิดการวางแผนการกระทำ วางแผนกิจกรรมใหม่ ขั้นที่ 7 การหาความรู้และทักษะสำหรับการปฏิบัติตามแผน ทีมวิจัยสนับสนุนการจัดการหาความรู้และทักษะมาเสริมให้กับกลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุ ขั้นที่ 8 การเริ่มทดลองทำตามบทบาทใหม่ ลงมือปฏิบัติตามกิจกรรมที่ได้วางแผนไว้ ผ่านการทำอาหารภูมิปัญญา ขั้นที่ 9 การสร้างความสามารถและความมั่นใจในบทบาทและความสัมพันธ์ใหม่ ทีมวิจัยขับเคลื่อนผ่านภาคีเครือข่ายในการนำเสนอสินค้าในงานต่างๆ เช่น งานยอยศยังฟ้าอยุธยาเมืองมรดกโลก เป็นต้น ขั้นที่ 10 การบูรณาการจนเป็นวิถีชีวิตใหม่ของตน กลุ่มปฏิบัติการวิจัยสูงอายุ ค้นพบศักยภาพของตนเองในการเป็นวิทยากรอาหารภูมิปัญญา

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

โครงการ ระบบและกลไกในการสร้างเสริมอาชีพอิสระผู้สูงอายุ ตำบลบ้านป้อม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ระยะ 2 สามารถนำไปถอดบทเรียนเป็นกรณีศึกษาให้กับผู้จัดการเรียนการสอนด้านการพัฒนาชุมชน สังคมศาสตร์ พัฒนาสังคม หรือสาขาวิชาอื่นที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำไปต่อยอดองค์ความรู้ และเป็นแนวทางในการพัฒนาพื้นที่อื่น

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ด้านการพัฒนาสูตรอาหารภูมิปัญญาและด้านการแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารภูมิปัญญา ยังต้องมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นจึงควรมีการเชื่อมโยงคณะเทคโนโลยีการอาหาร เพื่อจะได้มาพัฒนาต่อยอดนวัตกรรมอาหารภูมิปัญญา

2. สร้างเครือข่ายภาคประชาชนเพื่อขับเคลื่อนชุมชนแห่งความสุขด้วยพลังภูมิปัญญาท้องถิ่น

References

- Ban Taling Daeng Community, Kanchanaburi Province. (2018). Princes of Naradhiwas University. *Journal of Humanities and Social Science*, 5, special edition, August.
- Krasang F. (2018). Community Capital and Participation Process for Self-Reliance Community : A Comparative Study between Rangwai and Nongsarai Community Phanom Thuan District, Kanchanaburi Province. The Degree of Doctor of Philosophy in Public Administration Faculty of Public Administration.

- Mezirow, Jack., Taylor, Edward W., and Associates. (2009). *Transformative Learning in Practice : Insights from Community, Workplace, and Higher Education*. San Francisco, CA. : Jossey-Bass.
- Phamon N., and Tantivipawin P. (2020). The Knowledge Management of Local Food Culture in Northern Thailand, *Journal of Rangsit Graduate Studies in Business and Social Sciences*, 6(2) : 27-44.
- Kosasivilai N., sukprasert S., and Sripuna S. (2106). A Development model for Intergrated social synergy networks for community economy development, *Research and Development Journal Loei Rajabhat University*. 11(38) : 105-118.
- Chanthapamojjho S. (2021). The Application of the Threefold Training (tisikkha) for Promotion of Learning of High School Student of Lamplaimas School in Lamplaimas Sub-District Lamplaimas District, Buriram Province. *Journal of Buddhist Studies Vanam Dongrak*, 7(1) : 1-14.
- Wasri P., in Kaew-ngam K. (2553). *Community and Local Self Management*. Bangkok : Bhopitchakarnpim.
- Ram Chieng-Ka. *A Study of The Role of Local Community Leaders in Strengthening and Sustainability*. Copied Document.
- Chunlasin S. (2010). Development of a Community Participatory Model Using Local Wisdom for Educational Management Based on the Sufficiency Economy Philosophy in Basic Education Institutions : An Application of the AIC Process. *Suranaree J. Sco.Sci*. 4(2) : 17-31.
- Chaiumporn S. (2017). Food Security : Indicators of Cultural Differences in Thailand. *NIDA Development Journal*. 5(1) : 200-223.
- Sanarmkate T., and Kabjan N. (2022). Guidelines for Strengthening Community Capital to Determine Success Factors at Uttaradit Province. *The Journal of Research and Academics*. 5(1) : 129-144. www.service.nso.go.th (August 18, 2023) .
<https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30476> (September 2, 2023).

