



อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตในทศวรรษหน้า : ผู้สูงอายุ

ภายใต้แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

Scenarios for Enhancing the Quality of Life in the Next Decade: The Elderly Under the Concept of Sufficiency Economy Philosophy

สากุล ภูลศิริกุล¹ ชนินทร์ วะสินนท์² ละมัย ร่มเย็น³ และ วลัณิกา ฉลากบาง⁴

Sakol Poolsirikul,¹ Chanin Wasinon,² Lamai Romyen³ and Wannika Chalakbang⁴

Article History

Received : January 28, 2019

Revised : September 11, 2019

Accepted : September 13, 2019

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และ 2) นำเสนออนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570 โดยใช้วิธีวิจัยอนาคตแบบผสมวิธี การดำเนินการแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 การพัฒนารอบแนวคิดอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 โดยการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์ เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 2 การศึกษาอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า 2561-2570 โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงอนาคตแบบ EDFR (Ethnographic Delphi Futures Research) โดยใช้แบบสอบถามความคิดเห็นของกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 18 คน และระยะที่ 3 การนำเสนออนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570 โดยสอบถามความคิดเห็นของกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 42 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง และแบบสอบถามแบบชนิดมาตราส่วนประมาณค่า สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570 ประกอบด้วย ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านการพัฒนาตนเอง ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ด้านการรวมกลุ่มทางสังคมและด้านสิทธิตามกฎหมาย นอกจากนี้ได้นำแนวคิดของหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเข้ามามีส่วนสำคัญเพื่อการกำหนดแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้วย 2) อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570 โดยการตรวจสอบความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญพบว่ามีความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ในระดับมากที่สุดทุกด้าน

คำสำคัญ : คุณภาพชีวิต ; ผู้สูงอายุ ; การวิจัยเชิงอนาคต

¹ นักศึกษาปริญญาเอก สาขาการบริหารการพัฒนา คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, Doctoral Student in Development Administration, Faculty of Education, Sakon Nakhon Rajabhat University

² รองศาสตราจารย์ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, Associate Professor, Faculty of Management Science, Sakon Nakhon Rajabhat University

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, Assistant Professor, Faculty of Humanities and Social Sciences, Sakon Nakhon Rajabhat University

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, Assistant Professor, Faculty of Education, Sakon Nakhon Rajabhat University



ABSTARCT

The purposes of this research were: 1) to study the components of the quality of life of the elderly, and 2) to present the components of the quality of life of the elderly in the next decade of 2018-2027. The mixed methodology was applied with 3 phases. Phase 1 was the development of conceptual framework of the scenarios for enhancing the quality of life of the elderly in the next decade of 2018-2027 through a study of concepts, theories and related research and an in-depth interview with the elderly experts. Phase 2 was the study of the scenarios for enhancing the quality of life of the elderly in the next decade of 2018-2027 by applying the EDFR (Ethnographic Delphi Futures Research) and using the questionnaire for opinions of 18 experts. And, phase 3 was the presentation of scenarios for enhancing the quality of life of the elderly in the next decade of 2018-2027 by inquiring the opinions of 42 experts. The research tools for data collection were an unstructured interview, a semi-structured interview and a rating scale questionnaire. Statistics used were percentage, mean and standard deviation. Descriptive analysis was applied for qualitative data.

Findings of the research were as follows. 1) The quality of life of the elderly in Nakhon Phanom province in the next decade of 2018-2027 comprises these aspects: good mood condition, interpersonal relationship, good living condition, self-development, good physical condition, self-decision, social gathering and regal rights. In addition, the concept of the philosophy of sufficiency economy has been used to play an important role in determining the guidelines for enhancing the quality of life of the elderly. 2) The scenarios for enhancing the quality of life of the elderly in the next decade of 2018-2027 were checked by opinions of the experts and found that all the aspects are appropriate and feasible at the highest level.

Keywords : Quality of Life ; The Elderly ; Futures Research

บทนำ

สภาพปัจจุบันจะเห็นได้ว่าโลกเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเริ่มมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2548 โดยในปี พ.ศ.2555 ประชากรโลกประมาณร้อยละ 8 มีอายุ 65 ปี ขึ้นไป เพิ่มขึ้นจากเมื่อ 30 ปีที่แล้วร้อยละ 5 ประเทศพัฒนาแล้วมีประชากรเกือบบรร้อยละ 16 เป็นผู้สูงอายุ เมื่อเทียบกับประเทศกำลังพัฒนาที่มีเพียงร้อยละ 6 พร้อมกันนั้นหลายประเทศ อาทิ ประเทศสมาชิกของสหภาพยุโรป อเมริกาเหนือ ได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบในขณะเดียวกัน ประเทศญี่ปุ่นได้ก้าวไปอีกขั้นหนึ่ง กล่าวคือ เป็นประเทศที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอด โดยมีสัดส่วนถึงร้อยละ 30 สาเหตุที่ประเทศต่างๆ ได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเนื่องจากกระบวนการสาธารณสุขและเทคโนโลยีทางการแพทย์มีการพัฒนาในทิศทางที่ดีขึ้นอย่างต่อเนื่องส่งผลให้อัตราการตายลดต่ำลงและทำให้คนมีอายุยืนยาวมากยิ่งขึ้น พร้อมกันนั้น การคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพยังส่งผลให้อัตราการเกิดลดลงอีกด้วย จากปัจจัยที่สำคัญดังกล่าวทำให้โครงสร้าง

ประชากรเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญ จากโครงสร้างที่มีอัตราการเกิดและตายสูงมาสู่อัตราการเกิดและตายต่ำ สาเหตุของการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในประเทศที่พัฒนาแล้วเกิดจากการลดภาวะเจริญพันธุ์อย่างรวดเร็ว ทำให้มีจำนวนเด็กเกิดใหม่น้อยลง ส่งผลให้สัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างมากจึงมีการเปลี่ยนแปลงทางนโยบายต่างๆ เช่น ประชากร การวางแผนครอบครัว รวมทั้งปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมในประเทศนั้นๆ นอกจากการลดลงของภาวะเจริญพันธุ์แล้ว การมีอายุยืนยาวขึ้นก็เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ประชากรผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้น (Bureau of Research and Statistics, Thai Reinsurance Public Company Limited, 2013)

การพัฒนาให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพิงตนเองได้อย่างมีศักยภาพจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งผู้สูงอายุจำเป็นต้องให้ความสนใจในการศึกษาและเรียนรู้ในเรื่องต่างๆ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะ และนำมาประยุกต์ใช้กับตนเองตามวิถีชีวิตของแต่ละบุคคล เพื่อการมีชีวิตรอดอยู่ในสังคม



ได้อย่างมีศักดิ์ศรีและมีคุณค่า มีการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพราะกระบวนการเรียนรู้ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความกระตือรือร้นที่จะขวนขวายหาความรู้ใหม่ๆ เพื่อการดูแลตนเองได้ ดังนั้น เมื่อผู้สูงอายุมีความสามารถในการเรียนรู้จะช่วยกระตุ้นให้เกิดการแสวงหาความรู้ มีการรวมตัวกันในชุมชนจนสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ดี ประกอบกับแนวคิดการให้ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ในที่เดิมที่เน้นการพัฒนาชุมชนหรือเครือข่ายในชุมชน อาทิ ครอบครัว เพื่อน บริการสาธารณสุข บริการอื่นๆ เพื่อเป็นระบบสวัสดิการสังคมที่เอื้อให้ผู้สูงอายุอยู่ในภูมิสำเนาหรือถิ่นฐานเดิม ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นสิ่งที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้สูงอายุโดยตรง เพราะการได้อยู่ในสภาพแวดล้อมเดิมหรือมีการเปลี่ยนแปลงน้อยที่สุดจะทำให้ผู้สูงอายุปราศจากความวิตกกังวล เกิดการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ กับชุมชน ทำให้มีการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันในลักษณะพหุวัย (Lawlor & Thomas, 2008)

สำหรับประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็นที่เรียบร้อยแล้ว และกำลังอยู่ในช่วงการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ ซึ่งคาดว่าจะเป็สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ในอีกไม่กี่ปีข้างหน้า โดยสัดส่วนของประชากรผู้สูงอายุที่สูงขึ้นอย่างรวดเร็วดังกล่าวย่อมหมายถึงภาระของภาครัฐ ชุมชน และครอบครัว ในการดูแลสุขภาพ และค่าใช้จ่ายในการยังชีพ ซึ่งภาวะสังคมสูงอายุไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อตัวบุคคลหรือภายในครอบครัวเท่านั้น แต่ยังส่งผลกระทบต่อวงกว้างไปจนถึงระดับประเทศและระดับโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งผลกระทบต่อภาคเศรษฐกิจ ดังนั้น นับจากนี้ไป การปฏิรูปเศรษฐกิจเพื่อช่วยให้ประเทศไทยมีการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจระยะยาวควรรวมประเด็นผู้สูงอายุเข้าไปด้วยได้ นโยบายเหล่านั้นด้วย (Secretariat of the House of Representatives, 2018)

ตามแนวทางการพัฒนาประเทศไทย ภายใตยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580) มีการนำนโยบายด้านการพัฒนาและการเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ด้านสร้างโอกาสและความเสมอภาค ทางสังคม นำไปสู่การปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย โดยกำหนดให้เป็นวาระแห่งชาติในเรื่อง “สังคมผู้สูงอายุ” เพื่อนำไปสู่อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561-2570) ต่อไป

จากสภาพปัญหาข้างต้น การเตรียมรับมือกับสังคมสูงอายุในปี พ.ศ.2561 เป็นต้นไป จึงต้องเตรียมกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาผู้สูงอายุให้ครอบคลุม ตามแนวทางของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ มีความพอประมาณ ความเป็นเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน มีความรู้ และมีคุณธรรมสู่ขั้นตอนการเรียนรู้ เป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิต เรียนรู้การใช้ทรัพยากร อนุรักษ์ สืบสาน ภูมิปัญญา เรียนรู้การสื่อสาร

การถ่ายทอดเทคโนโลยี กระตุ้นให้ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักในศักยภาพของตนเอง ตามแนวคิดการเสริมสร้างพลัง 5 อย่าง คือ ทำให้มี ทำให้เกิด ทำให้ตระหนัก ทำให้เชื่อมั่น และทำให้ได้ (Gunlawong, 2016)

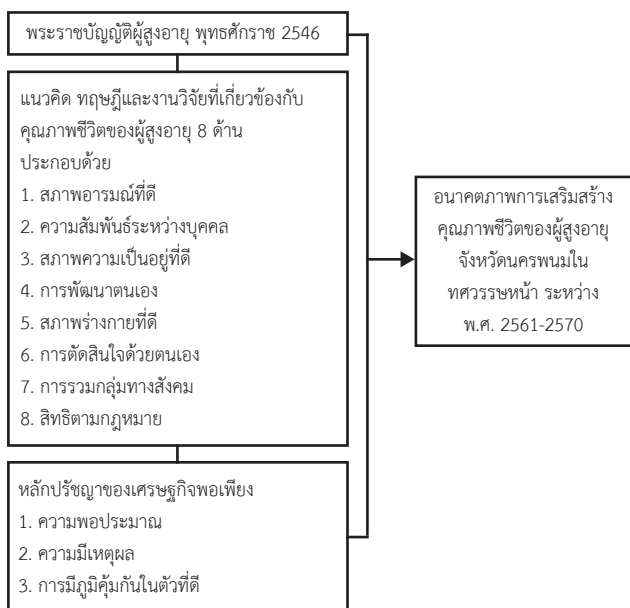
ด้วยเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาเรื่องอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า 2561-2570 โดยได้วิเคราะห์ สังเคราะห์ แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วสรุปเป็นองค์ประกอบเพื่อให้ได้ภาพอนาคตของผู้สูงอายุ ที่มีบทบาทและเป็นกลไกในการสร้างพลังแห่งการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้สอดคล้องกับบริบทการเป็นสังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย อันเอื้ออำนวยประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ ในการเตรียมการให้สามารถดูแลตนเองได้อย่างมีคุณภาพ อีกทั้งเป็นการตอบสนองความต้องการในการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่นำไปสู่การพัฒนาการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในด้านต่างๆ เช่น สภาพการณ์ที่ดี ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สภาพความเป็นอยู่ที่ดี การพัฒนาตนเอง สภาพร่างกายที่ดี การตัดสินใจด้วยตนเอง การรวมกลุ่มทางสังคม และสิทธิตามกฎหมาย โดยน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570 ให้เห็นเป็นรูปธรรมและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับบริบทและสภาพสังคมของประเทศไทย

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
2. เพื่อนำเสนออนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570

กรอบแนวคิดการวิจัย

การสร้างกรอบแนวคิดเชิงทฤษฎีจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ เช่น Office of the National Economic and Social Development (2009) ; Thongtue (2014) และแนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ได้แก่ Ministry of Social Development, Society and Human Security. (2005) ; Saisophon (2007) ; Ministry of Social Development and Human Security (2018); พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พุทธศักราช 2546 เป็นต้น ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นแบบผสมวิธี (Mixed Method Research) โดยใช้กระบวนการวิจัยอนาคตแบบ EDFR (Ethnographic Delphi Futures Research) แบ่งออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 พัฒนารอบแนวคิดด้วยการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิด้านผู้สูงอายุ จำนวน 5 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบด้วย

1. อาจารย์ในระดับอุดมศึกษา วุฒิการศึกษาระดับปริญญาเอกสาขาด้านการพัฒนาหรือสาขาอื่นที่เกี่ยวข้อง มีตำแหน่งทางวิชาการไม่ต่ำกว่าผู้ช่วยศาสตราจารย์ มีประสบการณ์ไม่น้อยกว่า 10 ปี และเต็มใจให้ความคิดเห็น จำนวน 2 คน
2. นักบริหารหรือผู้ปฏิบัติงานที่รับผิดชอบกำหนดนโยบายระดับการบริหารศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุ หรือสถานสงเคราะห์คนชรา จำนวน 2 คน
3. นักวิชาการที่มีความรู้เกี่ยวกับการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุ หรือสถานสงเคราะห์คนชราที่มีความเชี่ยวชาญด้านการวัดผลและการประเมินผล จำนวน 1 คน

โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง และนำไปสรุปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

ระยะที่ 2 ศึกษาอนาคตภาพด้วยกระบวนการวิจัยเชิงอนาคตแบบ EDFR (Ethnographic Delphi Futures

Research) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้และประสบการณ์ด้านผู้สูงอายุ ซึ่งคัดเลือกแบบเจาะจง จำนวน 18 คน นำข้อสรุปไปเขียนอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570 โดยใช้แบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ มากที่สุดเป็น 5 มากเป็น 4 ปานกลางเป็น 3 น้อยเป็น 2 และน้อยที่สุดเป็น 1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่ามัธยฐาน และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์

ระยะที่ 3 นำเสนออนาคตภาพโดยให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 42 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ตรวจสอบอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า โดยใช้แบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ มากที่สุดเป็น 5 มากเป็น 4 ปานกลางเป็น 3 น้อยเป็น 2 และน้อยที่สุดเป็น 1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

สรุปผลการวิจัย

1. แนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570 โดยใช้เทคนิคการวิจัยอนาคตแบบ EDFR ดังตารางที่ 1- ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561-2570)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561-2570)	เฉลี่ย	มัธยฐาน Md. ≥ 3.5	ฐานนิยม (Mo)	IR = $Q_3 - Q_1 \leq 1.5$	โอกาสเป็นไปได้
1. ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้	4.22	4	4	1.00	มาก
2. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว่าตนเองอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย	4.50	5	5	1.00	มากที่สุด
3. สภาพความเป็นอยู่ที่ดีมีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี	4.39	4	4	1.00	มาก



ตารางที่ 1 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้าง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนมใน ทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561-2570)	เฉลี่ย	มัธย ฐาน Md. ≥3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q ₃ - Q ₁ ≤1.5	โอกาส เป็นไป ได้
4. การพัฒนาตนเอง สามารถแก้ไข ปัญหาหรือดับทุกข์ด้วยตนเอง	4.39	4	4	1.00	มาก
5. สภาพร่างกายที่ดีสามารถทำงาน ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพตามวัย	4.89	5	5	0.00	มากที่สุด
6. การตัดสินใจด้วยตนเองสามารถ เลือกทำในสิ่งที่ปรารถนาหรือต้องการ	4.33	4	4	1.00	มาก
7. การรวมกลุ่มทางสังคมมีบทบาท ในสังคมที่ตนอาศัยอยู่มีส่วนช่วยเหลือ สนับสนุนกิจกรรมของสังคมตลอดจน การได้รับการยอมรับทางสังคม	4.56	5	5	1.00	มากที่สุด
8. สิทธิตามกฎหมายได้รับการส่งเสริม ด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูล ข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	4.61	5	5	1.00	มากที่สุด

จากตารางที่ 1 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นเกี่ยวกับ
แนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับอนาคตภาพการเสริมสร้าง
คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
(พ.ศ.2561-2570) ดังนี้ ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ข้อที่มีค่าคะแนน
ในระดับมากที่สุด คือ มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ข้อที่มีค่าคะแนนในระดับมากที่สุด
ได้แก่ มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว
เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้าง ทำให้ไม่รู้สึกว้าตนอยู่โดดเดี่ยว
เดียวดาย ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ทุกข้อมีค่าคะแนนในระดับมาก
เช่น มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิต
ที่ดี ด้านการพัฒนาตนเอง ทุกข้อมีค่าคะแนนในระดับมาก เช่น
สามารถแก้ไขปัญหาหรือดับทุกข์ด้วยตนเอง ด้านสภาพร่างกายที่ดี
ข้อที่มีค่าคะแนนในระดับมากที่สุด ได้แก่ สามารถทำงานได้อย่าง
เต็มประสิทธิภาพตามวัย ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ทุกข้อมีค่า
คะแนนในระดับมาก ได้แก่ สามารถเลือกทำในสิ่งที่ปรารถนาหรือ
ต้องการ ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ข้อที่มีค่าคะแนนในระดับมาก
ที่สุด คือ มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่ มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุน
กิจกรรมของสังคมตลอดจนการได้รับการยอมรับทางสังคม และ
ด้านสิทธิตามกฎหมาย ข้อที่มีค่าคะแนนในระดับมากที่สุด คือ
ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสาร
เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็น
ของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับอนาคตภาพการเสริมสร้าง
คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
(พ.ศ.2561-2570) โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจ
พอเพียง

อนาคตภาพการเสริมสร้าง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนมใน ทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561-2570)	เฉลี่ย	มัธย ฐาน Md. ≥3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q ₃ -Q ₁ ≤1.5	โอกาส เป็นไป ได้
1. ด้านความพอประมาณ มีดำเนิน ชีวิตโดยยึดหลักพึ่งตนเองเป็นหลัก และไม่เบียดเบียนผู้อื่น	4.83	5	5	0.00	มากที่สุด
2. ด้านความมีเหตุผล ดำเนินชีวิต อย่างมีเหตุผล ตามศักยภาพและ ความสามารถของตนเอง	4.78	5	5	0.25	มากที่สุด
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี กล้าแสดงความคิดเห็นได้อย่าง มีเหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึง ผลดีและผลเสียในกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องการ	4.78	5	5	0.25	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้ม
โอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต
ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561-2570)
ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้ ด้านความพอประมาณ
ข้อที่มีค่าคะแนนในระดับมากที่สุด ได้แก่ มีการดำเนินชีวิตโดย
ยึดหลักพึ่งตนเองเป็นหลักและไม่เบียดเบียนผู้อื่น ด้านความมี
เหตุผล ข้อที่มีค่าคะแนนในระดับมากที่สุด คือ ดำเนินชีวิตอย่างมี
เหตุผลตามศักยภาพและความสามารถของตนเอง มีส่วนร่วมในการ
ตัดสินใจเรื่องต่างๆ ภายในครอบครัว และด้านการมีภูมิคุ้มกัน
ในตัวที่ดี ข้อที่มีค่าคะแนนในระดับมากที่สุด ได้แก่ ทำงานทุกอย่าง
ด้วยความตั้งใจและเพียรพยายามอย่างเข้มแข็ง กล้าแสดงความคิดเห็น
ได้อย่างมีเหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึงผลดีและผลเสียในกิจกรรม
ต่างๆ ที่ต้องการ

2. อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
จังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570

ผลการยืนยันความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 42 คน
ในด้านความเหมาะสมหรือโอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพ
การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมใน
ทศวรรษหน้า พ.ศ.2561-2570 พบว่า ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
เกี่ยวกับความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพ



การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ.2561–2570 ด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่ามีความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้อยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน ดังตารางที่ 3 และ ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	ค่าสถิติ (n=42)		ความหมาย
	$\bar{x}$	S.D.	
1. สภาพอารมณ์ที่ดี	4.70	0.51	มากที่สุด
2. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	4.76	0.48	มากที่สุด
3. สภาพความเป็นอยู่ที่ดี	4.76	0.48	มากที่สุด
4. การพัฒนาตนเอง	4.69	0.51	มากที่สุด
5. สภาพร่างกายที่ดี	4.77	0.48	มากที่สุด
6. การตัดสินใจด้วยตนเอง	4.83	0.43	มากที่สุด
7. การรวมกลุ่มทางสังคม	4.70	0.51	มากที่สุด
8. สิทธิตามกฎหมาย	4.67	0.53	มากที่สุด
รวม	4.74	0.49	มากที่สุด

จากตารางที่ 3 พบว่า อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561–2570) โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.74$)

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ด้านหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	ค่าสถิติ (n=42)		ความหมาย
	$\bar{x}$	S.D.	
1. ด้านความพอประมาณ	4.77	0.47	มากที่สุด
2. ด้านความมีเหตุผล	4.69	0.53	มากที่สุด
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี	4.64	0.57	มากที่สุด
รวม	4.70	0.52	มากที่สุด

จากตารางที่ 4 พบว่า อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561–2570)

ด้านหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.70$)

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ สังเคราะห์ เอกสาร นโยบาย แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561–2570) มีองค์ประกอบ 8 ด้าน ได้แก่ 1) สภาพอารมณ์ที่ดี 2) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3) สภาพความเป็นอยู่ที่ดี 4) การพัฒนาตนเอง 5) สภาพร่างกายที่ดี 6) การตัดสินใจด้วยตนเอง 7) การรวมกลุ่มทางสังคม และ 8) สิทธิตามกฎหมาย โดยนำแนวคิดของหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเข้ามามีส่วนสำคัญเพื่อกำหนดแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า สอดคล้องกับแนวคิดของ Beadle, Hutchinson & Mansell (2008) กล่าวว่า ปัจจัยหลักในการวัดคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย การรวมกลุ่มทางสังคม ความเป็นอยู่ทางกายภาพ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ที่ดี ลักษณะทางอารมณ์ ความสามารถในการตัดสินใจด้วยตนเอง การพัฒนาตนเอง และสิทธิเสรีภาพ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Chotiyano (2018) พบว่า ผู้สูงอายุได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน มาประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ทางกาย ทางจิตใจ ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ

2. ผลการศึกษาอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.2561–2570) พบว่ามีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุดทั้ง 8 ด้าน โดยนำแนวคิดของหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเข้ามามีส่วนสำคัญเพื่อกำหนดแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า ซึ่งผู้วิจัยพบประเด็นที่ควรนำมาอภิปรายผลเป็นรายด้าน ดังนี้

2.1 ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด คือ มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้ มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวล ปราศจากความเครียด รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่าของตนเองรวมถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเอง และรู้สึกแจ่มใสเบิกบานมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง ทั้งนี้เพราะการที่ผู้สูงอายุได้รับความเคารพนับถือและเชื่อกันของบุตรหลาน การได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลาน และการที่บุตรหลานยังให้ความสำคัญในฐานะเป็นที่ปรึกษา ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขและมีความพอใจ



ในการดำรงชีวิต สอดคล้องกับแนวคิดของ Department of Mental Health (2009) ได้กล่าวว่า การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่มีต่อตนเอง มีผลต่อการดำเนินชีวิต และการมีสภาพจิตปกติ สามารถควบคุมอารมณ์ได้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งผู้มีสุขภาพจิตดีย่อมมีผลมาจากสุขภาพกายที่ดีด้วย

2.2 ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด คือ มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้าง ทำให้ไม่รู้สึกว้าวนอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ ยังได้รับความสำคัญในการปรึกษาเรื่องต่างๆ จากสมาชิกในครอบครัว มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมีกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตร และคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา สอดคล้องกับแนวคิดของ Beadle Brown et al (2008) กล่าวว่า ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจะเกี่ยวข้องกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมหรือเกี่ยวข้องกับภาวะความโดดเดี่ยวเดียวดาย การสนับสนุนช่วยเหลือจากเครือข่ายทางสังคม ความใกล้ชิดสนิทสนมและความรัก สอดคล้องกับ Bunphadung (2011) พบว่า คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างมาก

2.3 ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ มีสภาพการเงินที่ดี ยังมีความต้องการได้รับการอบรมอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้ ได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุมีความต้องการที่จะประกอบอาชีพเสริมเพื่อหารายได้เพื่อที่จะไม่ได้เป็นภาระให้ลูกหลาน สอดคล้องกับ Kunsook (2016) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลแสนตุง อำเภอสุมัง จังหวัดตราด พบว่า ผู้สูงอายุควรมีอาชีพการงานและรายได้มีสภาพทางการเงินที่ดี และได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต

2.4 ด้านการพัฒนาตนเอง ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ สามารถแก้ไขปัญหาหรือดับทุกข์ด้วยตนเอง ได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม และศาสนา มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ปรารถนา และได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุมีความภูมิใจที่ยังสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ทำให้ตนเองยังมีความหมายและมีคุณค่าไม่เป็นภาระของครอบครัว สอดคล้องกับแนวคิดของ Odebo (2009) กล่าวว่า การพัฒนาตนเองจะเกี่ยวข้องกับเรื่องของการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตน ความสามารถส่วนตัว การบรรลุสิ่งที่ปรารถนา ความก้าวหน้าและพัฒนาการในด้านต่างๆ ดังนั้นแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้าด้านการพัฒนาตนเอง ควรเน้นให้ผู้สูงอายุแก้ไขปัญหา หรือดับทุกข์ด้วยตนเอง

2.5 ด้านสภาพร่างกายที่ดี ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด คือ สามารถทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพตามวัย ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก คือ มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอที่เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้มีสุขภาพที่ดี มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน มีกิจกรรมนันทนาการต่างๆ และมีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความปลอดภัยและการมีสุขภาพที่ดี ทั้งนี้เพราะสมาชิกในครอบครัวคอยดูแลเอาใจใส่สุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ แนะนำและพาทำนออกกำลังกายที่ถูกต้องอย่างสม่ำเสมอ สอดคล้องกับ Sonnoi (2016) พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในจังหวัดบุรีรัมย์ โดยรวมอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่อยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านจิตใจ และองค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านร่างกาย และด้านสภาพแวดล้อม

2.6 ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ทุกข้อมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ สามารถเลือกทำในสิ่งที่ปรารถนา หรือต้องการ สามารถกำหนดสิ่งต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง และมีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ การมีกิจกรรมทางสังคม ชุมชน จัดให้ผู้สูงอายุแต่ละคนปรับเปลี่ยนการเป็นผู้นำในกลุ่มเพื่อเพิ่มความมีคุณค่าในตนเอง สอดคล้องกับ Bunphadung (2011) ได้ศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นโดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านการตัดสินใจด้วยตนเองของผู้สูงอายุควรเน้นให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาชุมชนที่อยู่อาศัย การจัดให้ผู้สูงอายุที่มีความรู้และประสบการณ์เข้ามาร่วมพัฒนาเด็ก วัยรุ่น และเยาวชนในชุมชนโดยการให้คำแนะนำอบรม สั่งสอนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ดีและเหมาะสม

2.7 ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด คือ มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่ มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคมตลอดจนการได้รับการยอมรับทางสังคม มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะสังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงานเลี้ยงงานศพ ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ มีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป ได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่อาศัยอยู่ หรือการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนเป็นอย่างดี สอดคล้องกับ Buamee (2017) ศึกษาแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองน้อย อำเภอวัดสิงห์ จังหวัดชัยนาท พบว่า การให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม



กิจกรรมต่างๆ ของชุมชน เช่น การจัดเวทีรับฟังความคิดเห็นของผู้สูงอายุ จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ จัดตั้งศูนย์การเรียนรู้โดยมีผู้สูงอายุที่มีภูมิปัญญาชาวบ้านในรูปแบบต่างๆ เป็นวิทยากรกระบวนการในตำบล ดังนั้นแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้าควรเน้นการมีบทบาทในสังคมที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคม มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะสังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่ม งานเลี้ยง งานศพ อีกทั้งมีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป ได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่อาศัยอยู่

2.8 ด้านสิทธิตามกฎหมาย ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด คือได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษาศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ และมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริมและสนับสนุนด้านการแพทย์และสาธารณสุข ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด คือได้รับข้อมูลทางอาชีพและตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะ ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุได้รับสวัสดิการเป็นเงินช่วยเหลือค่ายังชีพจากรัฐ เพื่อรองรับปัญหาด้านเศรษฐกิจและเพื่อช่วยเหลือและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเอง และสามารถปรับตัวเองให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางเศรษฐกิจสังคมและการเมืองของประเทศได้ในระดับหนึ่ง สอดคล้องกับ Pongphathi (2015) พบว่า ผลการปฏิบัติงานตามนโยบายสวัสดิการผู้สูงอายุ คุณภาพชีวิตที่ดีโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่ามีปัจจัยสี่ในการดำรงชีวิตเพิ่มมากขึ้น รองลงมา คือ มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นจากการได้รับสวัสดิการจากโครงการ สวัสดิการเบี้ยเลี้ยงยังชีพและสวัสดิการสาธารณสุขจากเทศบาลทำให้มีสุขภาพที่ดีขึ้น

ด้านหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า ด้านความพอประมาณ ข้อทุกมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ มีการดำเนินชีวิตโดยยึดหลักพึ่งตนเองเป็นหลักและไม่เบียดเบียนผู้อื่น มีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ ดำเนินชีวิตโดยคำนึงถึงรายได้ที่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย และมีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียง คือ ดำเนินชีวิตโดยยึดหลักพออยู่พอกิน พอใช้ ด้านความมีเหตุผล ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด คือการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่างๆ ภายในครอบครัว และตัดสินใจได้อย่างรอบคอบบนพื้นฐานของความมีเหตุผล ข้อที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความมีเหตุผลโดยยึดความประหยัด ลดความฟุ้งเฟ้อและความถูกต้อง สุจริต ยุติธรรม และด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ทุกข้อมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ กล้าแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล

สามารถคิดไตร่ตรองถึงผลดีและผลเสียในกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องการมีการวางแผนล่วงหน้าเพื่อเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในกระแสเศรษฐกิจและสังคม สอดคล้องกับ Chotiyano (2018) พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอโพนพิสัย จังหวัดศรีสะเกษ มีการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรมมาประยุกต์ใช้ในรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้

1. ควรนำยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ.2561-2580) มาปรับใช้ด้านการบริหารและการพัฒนาและการเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ซึ่งเป็นการพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต มุ่งเน้นพัฒนาคนเชิงคุณภาพในทุกช่วงวัยให้มีความสามารถดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า ส่งเสริมให้มีงานทำหลังเกษียณ เสริมทักษะอาชีพในการหารายได้ มีงานทำที่เหมาะสมกับศักยภาพ มีการเสริมสุขภาพกับจิตสภาพแวดล้อมให้เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ และมีหลักประกันทางสังคมที่สอดคล้องกับความจำเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต

2. ควรมีนโยบายและมาตรการขับเคลื่อน เรื่องผู้สูงอายุ โดยให้กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงแรงงาน กระทรวงมหาดไทย และกระทรวงศึกษาธิการ ร่วมกับ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทุกระดับ มีการบูรณาการและรับผิดชอบร่วมกันให้ “เป็นวาระแห่งชาติในเรื่องสังคมผู้สูงอายุ” ต่อไป โดยต้องมีการติดตาม กำกับดูแลและประเมินผล เพื่อให้เกิดผลสำเร็จต่อไป

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุหรือศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อตอบสนองยุทธศาสตร์ของชาติเกี่ยวกับสังคมผู้สูงอายุ

2. ควรมีการศึกษาความต้องการและหาแนวทางการจัดทำกลยุทธ์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง



References

- Beadle, B. J, Hutchinson, A. & Mansell, J. (2008). *Development participation: Concept and measure for project design implementation and evaluation*. New York : Cornell University.
- Buamee, T. (2017). *Næōthāng nai kānphatthana khunnaphāp chīwit khōng phū sūng āyū nai khēt thēsabān tambon nōng nōi āmphœ wat sing chāngwat chai nat [Guidelines for Improving the quality of life of the elderly in Nong Noi Subdistrict Municipality Wat Sing District Chai Nat Province. (Unpublished master's thesis)].* Nakhon Sawan Rajabhat University, Nakhon Sawan, Thailand.
- Bunphadung, S. (2011). *Kānphatthana khunnaphāp chīwit phū sūng āyū nai thōngthin dōi chai rōngriān pen thān tām lak sēthakit phōphiang (raya thī 1) [Developing the Life Quality of the Elderly by Applying Sufficiency Economy- Based Schooling (Phase I)].* Bangkok, Suan Sunandha Rajabhat University.
- Bureau of Research and Statistics, Thai Reinsurance Public Company Limited. (2013). *Phonkān rapprakan phai bettalet chāmnæk tām praphet tāng tāng pī rapprakan phai sōngphanhārōjhāsip ‘et - sōngphanhārōjhāsipha [The results of miscellaneous insurance classified by various categories Insurance year 2008–2012].* Retrieved March 2017, from http://www.chiangmai.go.th/meefile/sarup_CM2556.pdf.
- Chotiyano (Tawee), A. (2018). *Rūpbæp kān sām sāng suk phāwa khōng phū sūng āyū phūa khwāmpenyū thī dī tām lak sēthakit phōphiang khōng chāngwat sīsakēt [A Model of Health Promotion of the Elderly for the Well-being Based on Sufficiency Economy Principle of Sisaket Ovince. (Unpublished master's thesis)].* Mahachulalongkorn Rajavidyalaya University, Bangkok, Thailand.
- Department of Mental Health. (2009). *Phæn yutthasāt krom sukkhaphāp chit tām phæn phatthana sēthakit sangkhom hæng chāt chabap thī sip (sōngphanhārōjhāsip-sōngphanhārōjhāsipsī) [Strategic plan, Department of Mental Health According to the National Economic and Social Development Plan No. 10 (2007-2011)].* Bangkok : Lamon Company Limited.
- Gunlawong, M. (2016). *Rūpbæp kān phung ton ēng tām lak pratyā khōng sēthakit phōphiang khōng phū sūng āyū nai khēt thēsabān tambon phu toēi āmphœ Wichian burī chāngwat phet būn [Self Sufficiency Model Under Philosophy the Sufficiency Economy of Elderly in Phutoei Municipal Area Wichianburi District Phetchabun Province]. Phranakhon Rajabhat Research Journal, 11(1),165-174.*
- Kunsook, N. (2016). *Khunnaphāp chīwit khōng phū sūng āyū nai khēt thēsabān tambon sæn tung āmphœ khao saming chāngwat trat [Qulity of Life Among the Elderly Living in Seangtung Sub-District Municipality, Amphoe Khao Saming, Trat Province. (Unpublished master's thesis)].* Burapa University, Chonburi, Thailand.
- Lawlor, D, & Thomas, A. (2008). *Residential design for aging in place*. New Jersey : John Wiley & Sons.
- Ministry of Social Development and Human Security. (2018). *Rāingān sathanākān thāng sangkhom læ khwāmmanhong khōng manut rāi trai mā pī sōngphanhārōjhoksip ‘et (Makarākhom-Minākhom) [Report on social situation and human security, Report of the year 2018 (January-March)].* Bangkok : Ministry of Social Development and Human Security.
- Ministry of Social Development, Society and Human Security. (2005). *Phrarāchabanyat phū sūng āyū Phō.Sō sōngphanhārōjīsiphok [The Elderly Act, 2003]. 4th edition.* Bangkok : J.S. Printing.
- Odebode, O. S. (2009). Participation of elderly women in community welfare activities in Akinyelelocal government, Oyo State, Nigeria. *Australian Journal of Adult Learning. 49(3),591-609.*
- Office of the National Economic and Social Development. (2009). *Ēkkasān prakōp kān prachum rūāng kān khaphklūān kānphatthana phū sūng āyū yāng būrānākān [Documents for the meeting Integration of elderly development].* Bangkok : Office of the National Economic and Social Development.



- Pongphathi, S. (2015). *Patchai thi mi khwaṁsamphan kap phonkān patibat tam nayobai sawatdikan phu sung'ayu khong thetsaban tambon chiang rak noi 'amphoe bang pa 'in changwat Phra Nakhon Si Ayutthaya* [Factors Relating the Results of Aging Welfare Policy of Chiang Rak Noi Subdistrict Municipality, Bang Pa-In District, Phra Nakhon Si Ayutthaya Province (Unpublished master's thesis)]. Valaya Alongkorn Rajabhat University Under The Royal Patronage, Pathum Thani, Thailand.
- Saisophon, P. (2007). *Kanphatthana rupbaep kanchatkan rianru baep mi suan ruam muat wicha phatthana thaksa chiwit nung tam laksut kansuksa naphun than Phutthasakkarat songphanharajisipsi phua soemsang thaksa chiwit samrap naksuksa nok rongrian nai thanthasathan wainum klaeng* [Participatory learning Model Development of Life Skills Development subject 1 Under Basic Education Curriculum 2001 for Enhancing life skills Nonformal Education Students in Central Correctional Institution (Unpublished doctoral thesis)]. Srinakharinwirot University, Bangkok, Thailand.
- Secretariat of the House of Representatives. (2018). *Sangkhom phu sung'ayu kap kan khaphkluan setthakit Thai* [Elderly society and driving the Thai economy]. Retrieved January 2019, from <http://www.parliament.go.th/library>.
- Sonnoi, A. (2016). *Rupbaep kanphatthana khunnaphap chiwit phu sung'ayu nai changwat* [A Model of Quality of Life Development Affecting the Elders in Buriram Province (Unpublished doctoral thesis)]. Buriram Rajabhat University, Buriram, Thailand.
- Thongtua, C. (2014). *Kanphatthana rupbaep kanmi suanruam khong chumchon samrap kanchat kitchakam kansuksa talot chiwit nai sathan suksa : kanwichai patibatkan baep mi suan ruam* [Development of A Community Participation Model for Organizing Lifelong Education Actives in School Using A Participatory Action Research (Unpublished doctoral thesis)]. Chulalongkon University, Bangkok, Thailand.