

การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

¹ ผู้นิพนธ์ประสานงาน โทรศัพท์ 08-0369-4665 อีเมล : thanaya.eucy@gmail.com
รับเมื่อ 21 ธันวาคม 2560 ตอบรับเมื่อ 19 กุมภาพันธ์ 2561 DOI:10.14416/j.faa.2019.08.003

ฐานญา สมภู¹
คณิต เขียววิชัย²

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุในสภาพปัจจุบัน 2) เพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุไทยในการส่งเสริมภาวะพหุพลัง และ 3) เพื่อพัฒนาแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยซึ่งเป็นการวิจัยที่ใช้ระเบียบวิธีแบบผสมผสาน สำหรับศึกษาระดับพหุพลังในสภาพปัจจุบัน กลุ่มตัวอย่างได้แก่ ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทย จำนวน 410 คน จากการสุ่มตัวอย่างหลายชั้นตอนโดยตอบแบบสอบถาม และการวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติบรรยาย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการศึกษากรณีศึกษาที่เป็นเลิศ ผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัย ได้แก่ ผู้นำชมรม คณะกรรมการชมรม และผู้สูงอายุจำนวน 29 คน โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก และ ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา และการศึกษาการพัฒนาแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในการทดลอง จำนวน 30 คน โดยใช้แบบประเมินวัดระดับภาวะพหุพลังก่อนและหลังการทดลอง แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็น และ แบบประเมินความเหมาะสม และการวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติบรรยาย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า T-test แบบเป็นอิสระต่อกัน และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัย พบว่า 1) ผลการศึกษาระดับภาวะพหุพลังในสภาพปัจจุบันในการศึกษา พ.ศ. 2558 ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่ มีระดับพหุพลังปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.54 และในด้านสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.81 2) ผลการศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) จากการศึกษาพหุตะกะกรณีชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ มีขั้นตอนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพหุพลังประกอบด้วย การตระหนักและวางแผน การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง และการลงมือทำซ้ำโดยกิจกรรมสำคัญได้แก่ กิจกรรมออกกำลังกายประยุกต์ท่าทางการรำท้อถิ่น กิจกรรมฝึกจิตใจด้วยสมาธิ กิจกรรมกีฬาสามัคคี กิจกรรมร่วมใจพหุวัย กิจกรรมความรู้พิชสมุนไพรรยาท้อถิ่น กิจกรรมความรู้สิทธิศักดิ์ศรีผู้สูงวัย และเงื่อนไขภายนอกที่สนับสนุนภาวะพหุพลังได้แก่ ภาศิเครือข่าย การจัดการและออกแบบสภาพแวดล้อม บทบาทแกนนำ และแหล่งการเรียนรู้ท้อถิ่น 3) ผลการพัฒนาแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยในสวนแรก รูปแบบที่พัฒนาขึ้นเรียกว่า PLS Model ประกอบด้วย 1. หลักการและเหตุผล 2. วัตถุประสงค์ 3. การดำเนินกิจกรรมและกิจกรรมสำคัญ 4. เงื่อนไขการจัดรูปแบบ 5. การติดตามและการประเมินผล ในส่วนที่สอง โดยผลการทดลองจากการวัดระดับพหุพลังก่อนและหลังการใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้น พบว่า กลุ่มทดลองผู้สูงอายุจำนวน 30 ท่าน มีระดับพหุพลังหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ค่าเฉลี่ยก่อนทดลองเท่ากับ 3.55 ค่าเฉลี่ยหลังทดลองเท่ากับ 3.94) จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุหลังการทดลองรูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมและการประเมินรับรองจากผู้ทรงคุณวุฒิ โดยรูปแบบมีความเหมาะสมกับจำนวนสมาชิกชมรมไม่มากเกินไป กิจกรรมชมรมมีความหลากหลายตามบริบทท้อถิ่น และการร่วมมือทำกิจกรรมเน้นลักษณะพหุวัย

คำสำคัญ : การพัฒนาแบบ ภาวะพหุพลัง ชมรมผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ

¹ นักศึกษาหลักสูตรพัฒนศึกษา สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

² รองศาสตราจารย์ ดร. ประจักษ์ภาควิชาพื้นฐานการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

Development Model of Enhancing Active Aging for Elder Club in Thailand

¹ Corresponding Author, Tel. 08 0369 4665, E-mail : thanaya.eucy@gmail.com
Received 21 December 2017; Accepted 19 February 2018

Thanaya Sompoo¹
Kanit Kheovichai²

Abstract

The purposes of this research were to 1) to study levels of Thai active aging 2) to study best practice of Thai elderly club 3) to develop a model of enhancing active aging for elder club in Thailand, Mixed methodology for the research design. For the levels of Thai active aging, the samples consisted of 410 elders by questionnaires. The data were analyzed by percentage, mean, standard deviation. For the study of best practice of Thai elder club, the key informants consisted of Leader club, committee and elder person from 29 elder club. The data were analyzed by content analysis. For the development model of enhancing active aging for elder club in Thailand, the samples consisted of 30 elders that were collected by questionnaire, in - depth interview guidelines and form evaluation. The data were analyzed by percentage, mean, standard deviation, t-test and content analysis. The findings of the research were as follow: (1) The levels of Thai active aging was at the moderate level and health was at the highness level. (2) The Key elements to enhance the active aging of elder club, to composed of 3 components ; 1) Preparing 2) Learning person 3) Social behavior. The results indicated that, Continuation of activities and variety of activity for elder club, The contents and Activities such as exercise activity, meditation activity, knowledge of local herb activity, knowledge of laws activity and etc. the conditions to enhance the active aging of elder club as follows ; 1) connecting of partnership network 2) setting of environment for elderly 3) the potential of leaders 4) connecting of Local Learning Resource. (3) The PLS Model : Preparing Learning Social behavior Model composed of 5 components; 1) principle 2) objectives 3) process of enhancing management 4) the conditions for using the model and 5) the evaluation. The PLS Model was integrated knowledge and elder needs, The results revealed that the elderly students had the posttest scores in overall and in each unit higher than the pretest ones at the 0.05 level of statistical significance. and the interview results that the elderly toward using the PLS Model was appropriate as well as experts certificate and suggested that The model were to the appropriate numbers of elder, variety of activity for elder club and intergrated learning of multi-aging way of living.

Keywords : Development model, Active aging, Elder club, Elder person

¹ Master Student in Graduate Program of Department Education, Faculty of Education, Department of Foundation Education, Faculty of Education, Silpakorn University

² Associate Professor, Ph.D., Department of Foundation Education, Faculty of Education, Silpakorn University

1. บทนำ

ปรากฏการณ์การก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) จากการที่องค์การสหประชาชาติได้ประเมินสถานการณ์การเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องของจำนวนผู้สูงอายุทั่วโลกตั้งแต่ช่วงปี ค.ศ. 2001-2100 ถือว่าเป็นศตวรรษแห่งผู้สูงอายุ สำหรับประเทศไทยการที่ประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเกินร้อยละ 10 ทำให้ประเทศไทยมีผู้สูงอายุมากที่สุดเป็นอันดับสองในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (องค์การแรงงานระหว่างประเทศ, 2555) ซึ่งนำไปสู่ปัญหาทางประชากรมากมาย การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรไทยส่งผลให้ประเทศจะเป็นสังคมผู้สูงอายุสมบูรณ์ในช่วง พ.ศ. 2570 โดยประชากรถึง 1 ใน 4 ของประเทศเป็นกลุ่มผู้สูงอายุ ดังนั้นการเตรียมการและการพัฒนาเพื่อรองรับกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจำเป็นต้องอาศัยกลไกทั้งภาครัฐ นโยบาย แผนการทำงานต่างๆ รวมทั้งส่วนภาคองค์กรสังคมล้วนต้องร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหาการเพิ่มขึ้นของภาวะประชากรผู้สูงอายุ ซึ่งแนวทางหนึ่งในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุไทยได้อย่างยั่งยืนและเป็นการส่งเสริมที่มุ่งปรับเปลี่ยนมุมมองที่สังคมได้กำหนด จากการมองผู้สูงอายุเป็นภาระมากกว่าการเป็นพลังในการพัฒนาประเทศ ซึ่งแนวทางการส่งเสริมภาวะพลัดพลังขององค์การอนามัยโลกได้วางกรอบการพัฒนาผู้สูงอายุเป็นเป้าหมายให้ทุกคนก้าวไปถึงนั่นคือการเป็นผู้สูงอายุที่มีพลัง มีศักยภาพในการพึ่งพาตนเองได้ตระหนักในคุณค่าและศักดิ์ศรีแห่งตน พร้อมทั้งสามารถดูแลชุมชนได้อย่างดี ดังนั้นการเป็นผู้สูงอายุที่พลัดพลังต้องสร้างเสริมตั้งแต่ในระดับภายในของผู้สูงอายุโดยให้ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าของตน ความภูมิใจในสิ่งที่ตนได้ทำสิ่งต่างๆ ทั้งเพื่อตนเองและทำเพื่อผู้อื่น ซึ่งในการส่งเสริมการรวมกลุ่มผู้สูงอายุที่ถือว่ามีความใกล้ชิดและสำคัญในการร่วมสร้างความมั่นใจ รวมทั้งเป็นแกนหลักในการพัฒนาภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทยที่สำคัญดังกล่าวคือ ชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งในท้องถิ่นนั้นมีการรวมกลุ่มที่กระจายอยู่ทั่วประเทศ ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่ท้าทายและสำคัญอย่างยิ่งที่จะร่วมกันพัฒนาการปรับมุมมองการเป็นผู้สูงอายุที่เป็นภาระทางสังคม ให้เป็นผู้ที่เป็นพลังในการพัฒนาประเทศไทยต่อไป สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้กระบวนการวิจัยแบบผสมผสานและมุ่งการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุให้มีการบูรณาการการดำเนินการทำงานกิจกรรมสำคัญ รวมทั้งรูปแบบที่เหมาะสมในการส่งเสริมภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทย ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานการให้ความสำคัญกับการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ ตอบสนองปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ

ที่แตกต่างกันไปตามบริบททางวัฒนธรรมและการเน้นความร่วมมือในลักษณะพหุวัยอีกด้วย

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

- 2.1 เพื่อศึกษาระดับภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน
- 2.2 เพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุไทยในการส่งเสริมภาวะพลัดพลัง
- 2.3 เพื่อการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

3. แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 แนวคิดและทฤษฎีสรุปสาระสำคัญดังต่อไปนี้

3.1.1 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบ

ในการดำเนินงานวิจัยให้บรรลุวัตถุประสงค์และเป้าหมายที่กำหนดไว้ในการศึกษาครั้งนี้ได้กำหนดการพัฒนารูปแบบ ซึ่งเป็นโครงสร้างโปรแกรม หรือแบบจำลอง โดยอธิบายความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์กัน รูปแบบสามารถแบ่งออกเป็น 5 ประเภท ได้แก่ 1. รูปแบบเชิงเทียบเคียง เป็นรูปแบบที่มีความสัมพันธ์กับระบบจำลอง มักเป็นรูปแบบที่ใช้ในวิทยาศาสตร์กายภาพเป็นลักษณะรูปแบบที่นำไปใช้อุปมากับสิ่งอื่นได้ 2. รูปแบบเชิงภาษา เป็นรูปแบบที่จะใช้วิธีการอุปมาในการพิจารณาด้วยภาษามากกว่าที่จะใช้วิธีอุปมาในการพิจารณาด้วยโครงสร้างทางกายภาพ 3. รูปแบบเชิงคณิตศาสตร์ เป็นลักษณะรูปแบบที่กำหนดความสัมพันธ์ขององค์ประกอบในรูปสมการ 4. รูปแบบเชิงแผนผัง เป็นรูปแบบที่มีลักษณะเป็นแผนภูมิ แผนผังหรือแผนภาพ และ 5. รูปแบบเชิงเหตุผลคือรูปแบบที่มีโครงสร้างเป็นสมการเชิงเส้น ประกอบด้วยตัวแปรสัมพันธ์กันเป็นเหตุเป็นผล (Keeves, 1988 : 560)

โดยสรุปในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดของคิฟท์ Keeves เป็นหลักในการสร้างรูปแบบที่ดีที่มีลักษณะเป็นแผนภูมิ และผสมผสานด้วยรูปแบบที่อธิบายความหมายหรือให้ความหมาย เพื่อความชัดเจนและความสมบูรณ์ของรูปแบบอีกด้วย

3.1.2 แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Aging) เป็นแนวคิดที่มุ่งส่งเสริมผู้สูงอายุให้มีศักยภาพ (Active Aging) ตามกรอบแนวทางที่องค์การอนามัยโลกได้กำหนดขึ้น เพื่อหาแนวทางในการแก้ปัญหาประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้น โดยเป็นแนวคิดที่นำเสนอการปรับเปลี่ยนแนวคิดจากความต้องการพื้นฐาน (Need-Based) ที่มีผู้สูงอายุเป็น

กลุ่มเป้าหมายแบบถูกกระทำ (Passive Targets) มาเป็นแนวคิดที่มุ่งสิทธิพื้นฐาน (Rights-Based) ที่ผู้สูงอายุพึงมีหลักของแนวคิด Active Aging มีองค์ประกอบสำคัญ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านหลักประกันความมั่นคงปลอดภัยและการออม (WHO, 2002)

3.1.3 แนวคิดการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) แนวคิดการเสริมพลังอำนาจเป็นแนวคิดที่มีการนำไปใช้และนิยามในหลากหลายสาขา โดยเริ่มต้นแนวคิดนี้มาจากแนวคิดทางสังคมวิทยาที่เป็นแนวทางการพัฒนาจิตใจความเหลื่อมล้ำทางสังคม เป็นการพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้สามารถทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ การส่งเสริมศักยภาพบุคคลการรวมกลุ่มให้เกิดการมีส่วนร่วม เป็นพลังในการทำกิจกรรมให้บรรลุผลสำเร็จ โดยช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ นั่นคือ การที่รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถปรับเปลี่ยนการดำเนินกิจกรรมตามสภาพแวดล้อม รวมทั้งความสามารถในการใช้ทรัพยากรที่จำเป็นในชีวิตเพื่อให้เกิดความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองและรู้สึกว่าตนเองมีอำนาจควบคุมความเป็นอยู่หรือวิถีชีวิตของตนเองได้ (Gibson, 1991) สำหรับนิยามความหมายนักวิชาการทางตะวันตกได้ให้นิยาม กล่าวคือ การเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) เป็นกระบวนการที่ทำให้บุคคลปรับเปลี่ยนความรู้สึกจากบุคคลที่ไม่มีคุณค่าไปสู่การยอมรับว่าตนเองเป็นผู้มีความสามารถอย่างแท้จริง (Keiffer, 1984) และในส่วนนักวิชาการในประเทศไทย เป็นกระบวนการหรือวิธีการต่างๆ ตลอดจนการจัดการสิ่งแวดล้อมในองค์การเพื่อสนับสนุนหรือส่งเสริมให้บุคคลมีเป้าหมายในชีวิต ตระหนักในคุณค่าตนเอง มีความรับผิดชอบ รับรู้ในพลังอำนาจของตนในการจัดการแก้ปัญหาสถานการณ์ต่างๆ ได้ และมีการเรียนรู้ การพัฒนาตนเองทำให้บุคคลสามารถเติบโตตามสัดส่วนของตนได้อย่างเต็มที่ด้วย (คณิต เขียววิชัย, 2551 : 8) โดยความหมายและหลักการสรุปได้ว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นกระบวนการเพิ่มศักยภาพของบุคคลให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ การเห็นคุณค่าแห่งตน ภาคภูมิใจในตนเองและส่งเสริมให้บุคคลเกิดความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตและแก้ปัญหาได้อย่างดีในงานวิจัยครั้งนี้ โดยการเสริมพลังอำนาจแก่ผู้สูงอายุเป็นกระบวนการเสริมคุณค่าให้ผู้สูงอายุมีอยู่จากการมีประสบการณ์ การเรียนรู้ การปรับตัวตลอดเวลาจากที่ผ่านมาในอดีต การเสริมคุณค่าให้ผู้สูงอายุมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้สูงอายุภาคภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าตนเองมากยิ่งขึ้นสามารถพึ่งพาตนเอง มีชีวิตอิสระและพร้อมที่จะถ่ายทอด

ประสบการณ์ การดำเนินกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและชุมชน การเสริมพลังอำนาจเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ และสร้างความเชื่อมั่น มุมมองต่อตนเองอย่างสร้างสรรค์ ปรับเปลี่ยนมุมมองที่สังคมกำหนดไว้เพียงเป็นภาระหรือผู้ให้อ่อนด้อยเท่านั้น

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Swati Varshney (2007) ผู้นำเสนอบทความเรื่อง Predictions of Successful Aging : Associations Between Social Network Patterns, Lifesatisfaction, Depression, Subjective, Health and Leisure Time Activity aor Older Adults in India. พบว่า ปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดกรอบความคิดที่สนับสนุนต่อการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพและประสบความสำเร็จ ได้แก่ สุขภาพกายและสุขภาพจิตใจ ความมั่นคงในชีวิต การยอมรับในสังคม และการมีพื้นที่การรวมกลุ่มทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดคุณค่าแก่ผู้สูงอายุ และระวี สัจจโสภณ (2555) ได้ศึกษาเรื่อง อนาคตภาพรูปแบบแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทย เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพได้ประยุกต์ใช้แนวคิดอนาคตศึกษาด้วยเทคนิคการวิจัยอนาคต พบว่า อนาคตรูปแบบเมืองแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อการพัฒนาภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทยในอีก 10 ปีข้างหน้า ประกอบด้วย 1. หลักการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการใช้ชุมชนเป็นฐานในการส่งเสริมผู้สูงอายุภายในตนเอง ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านหลักประกันความมั่นคงในชีวิตผ่านกิจกรรมการศึกษาและเรียนรู้ในลักษณะพหุวัย 2. องค์ประกอบเมืองแห่งการเรียนรู้ แบ่งออกเป็น องค์ประกอบภายใน ได้แก่ ผู้เรียน องค์ความรู้ กิจกรรม บรรยากาศ เครือข่าย เป็นต้น องค์ประกอบภายนอก ได้แก่ นโยบาย ยุทธศาสตร์ และเครือข่ายการเรียนรู้ตลอดชีวิต 3. กระบวนการจัดกิจกรรมที่ผสมผสานเนื้อหา กิจกรรม และการวัดประเมินให้เข้ากับวิถีชีวิต 4. วิธีการดำเนินการเมืองแห่งการเรียนรู้ใช้ชุมชนเป็นฐาน 5. ยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนเมืองแห่งการเรียนรู้ ประกอบด้วย การกำหนดนโยบาย การพัฒนาหลักสูตร การบริหารจัดการและพัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน การสร้างบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ การจัดการเครือข่ายและการจัดสรรทรัพยากรเพื่อการพัฒนา และในงานวิจัยสุภจักษ์ แสงประจักษ์สกุล (2558) ในเรื่องปัจจัยกำหนดระดับภูมิวัยของผู้สูงอายุไทย เป็นการศึกษาาระดับภูมิวัยของผู้สูงอายุไทยใน ปี พ.ศ. 2554 ตามกรอบแนวคิดเชิงนโยบายขององค์การอนามัยโลกใน 3 ด้าน ซึ่งประกอบด้วย ด้านการ

มีสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมและด้านการมีหลักประกันที่มั่นคง ผลการวิจัยพบว่า ระดับบุคลิกของผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อควบคุมปัจจัยอื่นๆ โดยการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุด้วยการจำลองโพรบิตตามลำดับพบว่า ปัจจัยกำหนดระดับบุคลิกของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ อายุ เขตที่อยู่อาศัย ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ต่อปี การทำงาน การตรวจสุขภาพ การดูแลและการออกกำลังกาย

4. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องการพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงผสมผสาน (Mixed Methodology) ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

4.1 การศึกษาระดับภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุในสภาพปัจจุบัน มีขั้นตอนดังนี้

4.1.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรครั้งนี้ประกอบด้วย ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุในประเทศไทย และกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างหลายขั้นตอนโดยการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 410 คน

4.1.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามวัดระดับภาวะพลัดพลัง ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นโดยให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องและความเหมาะสมของเครื่องมือจำนวน 5 ท่าน

4.1.3 การรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล เพื่อนำไปมอบให้กับบุคคลและหน่วยงานชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศ จากการส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์ และการแจกแบบสอบถามกับชมรมที่ติดต่อด้วยตนเอง

4.1.4 การวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูล โดยข้อมูลเชิงปริมาณจะใช้เทคนิคทางสถิติประกอบด้วย การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพจะใช้วิธีวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)

4.2 การศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทย การวิจัยครั้งนี้เป็นการพหุเทศกรณีศึกษา (Multisite Multi-Case) ดังนั้นในการวิจัยผู้วิจัยจึงต้องทำการคัดเลือกพื้นที่เพื่อเป็นสนามในการวิจัยจากการสุ่มเฉพาะเจาะจง โดยผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่วิจัย ดังต่อไปนี้ ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย ชมรมผู้สูงอายุ

เทศบาลนครศรีธรรมราช และชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช มีขั้นตอนดังนี้

4.2.1 ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ประกอบด้วย ผู้นำองค์กร เจ้าที่ปฏิบัติการ คณะกรรมการและผู้สูงอายุ

4.2.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview)

4.2.3 การรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล เพื่อนำไปมอบให้กับบุคคลและหน่วยงานที่จะเก็บข้อมูล และลงพื้นที่เก็บข้อมูลเป็นเวลา 12 เดือน

4.2.4 การวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูล นำข้อมูลเชิงคุณภาพ มาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) และวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบ (Pattern Matching) กับแนวความคิดการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งใช้วิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความถูกต้องและเชื่อถือได้

4.3 การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย แบ่งขั้นตอนดังนี้
ขั้นตอนการสร้างรูปแบบ

4.3.1 ผู้ให้ข้อมูลสำคัญได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญจากการเลือกเฉพาะเจาะจง ผู้เชี่ยวชาญตามเกณฑ์จำนวน 3 ท่าน

4.3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ความเหมาะสมของรูปแบบ

4.3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล เพื่อนำไปมอบให้กับผู้เชี่ยวชาญ

4.3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)
ขั้นตอนการทดลองใช้และปรับปรุงรูปแบบ

1. กลุ่มทดลองในครั้งนี้ ประกอบด้วย ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าช้าง จากการเลือกเฉพาะเจาะจง จำนวน 30 ท่าน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามวัดระดับภาวะพลัดพลังทดสอบก่อน-หลัง และแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำหนังสือขออนุญาตการเก็บข้อมูลกับชมรมผู้สูงอายุที่จะนำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ดังกล่าว ดำเนินการทดลองใช้ระยะเวลา 128 ชั่วโมง รวมเวลาทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ และหลังการทดลองรูปแบบที่พัฒนาขึ้น ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบกับผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง และนำ

ข้อเสนอแนะมาแก้ไขปรับปรุงรูปแบบให้สมบูรณ์และชัดเจน มีความเหมาะสมกับการนำไปใช้จริง

4. การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูล สำหรับข้อมูลเชิงปริมาณ ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐาน และข้อมูลเชิงคุณภาพ ดำเนินการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)

5. ผลการศึกษา

5.1 ผลการวิเคราะห์ระดับพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน พบว่า จากการสุ่มกลุ่ม ตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sample) กลุ่ม ตัวอย่างทั้งสิ้น 410 คน ในปี พ.ศ. 2558 ในภาพรวมของ ข้อมูลส่วนบุคคล แจกแจงค่าร้อยละได้ว่า ผู้สูงอายุในชมรม ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีจำนวนใกล้เคียงกันในอายุระหว่าง 66-70 ปี ร้อยละ 25.6 อายุระหว่าง 71-75 ปี ร้อยละ 17.6 ในส่วนสถานภาพสมรส ยังสมรส (คู่) ร้อยละ 71.0 มีระดับการจบการศึกษาประถมศึกษา ร้อยละ 52.2 รองลงมาระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 27.6 และมีการประกอบอาชีพอื่นๆ คือเกษตรกร ร้อยละ 55.9 รองลงมาประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 24.4 และในส่วนการวิเคราะห์จำแนกภาวะพฤติกรรมในสามด้านตาม กรอบแนวทางองค์กรอนามัยโลก พบว่า ผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่มีระดับภาวะพฤติกรรมอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.54 ในส่วนรายละเอียดแต่ละด้าน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีภาวะพฤติกรรมด้านสุขภาพในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.81) ในส่วนระดับภาวะพฤติกรรมด้านการมีส่วนร่วม ทางสังคม และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออมนั้นมี ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.39 กับ 3.42 ตามลำดับ

5.2 ผลการวิเคราะห์แนวทางวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) พบว่า โดยภาพรวมประเด็นสำคัญ ดังนี้ ขั้นตอนที่สำคัญในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพฤติกรรม ของชมรมผู้สูงอายุไทยต้นแบบ ประกอบด้วย ขั้นตอนแรก การตระหนักและวางแผนการ (Preparating) เป็นการที่ผู้สูง อายุร่วมกันคิด การตระหนักในความสำคัญของกิจกรรมร่วมกัน ขั้นตอนที่สอง การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง (Learning Person) เป็นขั้นตอนต่อมาให้ผู้สูงอายุได้เปิดใจเรียนรู้ในสิ่งต่างๆ อยู่ ตลอดเวลาและพึ่งพาตนเองได้ เป็นการเปิดโอกาสให้ทุกคน ได้เรียนรู้ลองผิดลองถูกในกิจกรรม และขั้นตอนสุดท้าย การลงมือทำซ้ำในกิจกรรมชมรม (Social Behavior) เป็น ขั้นตอนในท้ายสุดที่ให้ผู้สูงอายุลงมือทำกิจกรรมซ้ำๆ และ ต่อเนื่อง ไม่ล้มเลิก เป็นขั้นที่ปรับปรุงพฤติกรรมให้ผู้สูงอายุ ได้พัฒนาตนเองจากขั้นตอนการส่งเสริมทั้งสามขั้นตอน

และนำไปปฏิบัติต่อบ้านอีกด้วย โดยมีกิจกรรมที่โดดเด่น ได้แก่ กิจกรรมออกกำลังกายประยุกต์การรำของท้องถิ่น กิจกรรมฝึกจิตใจด้วยสมาธิ กิจกรรมกีฬาสามัคคี กิจกรรม ร่วมใจพหุวัย กิจกรรมความรู้พิษขมุนไพรยาท้องถิ่น กิจกรรม ความรู้สิทธิศักดิ์ศรีผู้สูงวัย กิจกรรมการออมและเสริมรายได้ เป็นต้น โดยปัจจัยหรือเงื่อนไขภายนอกที่ส่งเสริมการดำเนิน กิจกรรมให้ประสบความสำเร็จ ได้แก่ 1. ภาครัฐหรือข่าย ถือเป็นส่วนที่สำคัญในการสนับสนุนและสร้างความร่วมมือ ให้ชุมชนได้มาร่วมกิจกรรมกับชมรม รวมทั้งสนับสนุน ทรัพยากรทั้ง งบประมาณเพิ่มเติม วัสดุอุปกรณ์ องค์ความรู้ และเจ้าหน้าที่บุคลากรวิชาชีพต่างๆ 2. การจัดการและ ออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ในส่วน การนำแนวทางและการจัดการมาปรับปรุงทั้งในส่วนภายใน ชมรมผู้สูงอายุและสถานที่ภายนอกชมรมที่อำนวยความสะดวก และความปลอดภัยให้กับผู้สูงอายุ อย่างเช่น การมีทาง ลาด รววจับทางเดินและภายในห้องน้ำ ห้องอเนกประสงค์ที่ มีอุปกรณ์ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ป้ายสัญลักษณ์บอกการใช้ งานห้อง หรือสถานที่ เป็นต้น 3. แกนนำ บทบาทของแกน นำถือว่าเป็นผู้นำและกระตุ้นให้ผู้สูงอายุลงมือกระทำสิ่งต่างๆ โดยแกนนำเป็นผู้ที่มีลักษณะเสียสละ กระตือรือร้น มีความ รับผิดชอบและพร้อมเปิดรับการเรียนรู้ในสิ่งใหม่อยู่ตลอด และ 4. แหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น ในส่วนนี้ถือเป็นแหล่งการ เรียนรู้ที่มีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ ทุกชมรมล้วนมีแหล่งเรียน รู้ชุมชนที่มีความใกล้ชิดและเป็นสถานที่ถ่ายทอดความรู้ การเรียนรู้ทางภูมิปัญญาที่แตกต่างกันออกไปตามบริบท ท้องถิ่น ซึ่งผู้สูงอายุได้มีการแลกเปลี่ยนความรู้ระหว่างกัน และเป็นแหล่งถ่ายทอดร่วมกันระหว่างพหุวัยถือเป็นส่วนที่ ส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุอย่างดี

5.3 ผลการพัฒนาแบบการสร้างเสริมภาวะพฤติกรรม ของชมรมผู้สูงอายุไทย พบว่า จากผลการวิเคราะห์ระดับ ภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยและจากผลวิธีปฏิบัติที่เป็น เลิศนั้น ผู้วิจัยได้ออกแบบรูปแบบที่พัฒนาขึ้นจากการศึกษา ระดับภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยในส่วนใหญ่ที่อยู่ใน ระดับปานกลางและในด้านสุขภาพเป็นด้านที่ผู้สูงอายุมีระดับ พฤติกรรมมากที่สุด แต่เป็นด้านที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญมากที่สุด จากการสัมภาษณ์เชิงลึกในการลงพื้นที่ชมรมต้นแบบ โดยกิจกรรมที่ส่งเสริมมุ่งพัฒนาศักยภาพด้านการมีสุขภาพที่ ดีทั้งร่างกายและจิตใจค่อนข้างมาก รวมทั้งประยุกต์กิจกรรม การส่งเสริมด้านสุขภาพตามบริบทในท้องถิ่นนั้นๆ เป็นสำคัญ โดยผลพัฒนาแบบการสร้างเสริมภาวะพฤติกรรมของผู้สูง อายุไทย แบ่งเป็น 3 ส่วน คือ ในส่วนแรกผลการพัฒนา

รูปแบบ ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบเรียกว่า PLS Model (ซึ่งมาจาก Preparing-Learning Person-Social Behavior Model) โดยรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนี้ ประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญดังนี้ 1. หลักการและเหตุผล 2. วัตถุประสงค์ 3. การดำเนินกิจกรรมและกิจกรรมสำคัญ โดยผู้วิจัยออกแบบกิจกรรมเป็นเวลา 128 ชม. (8 สัปดาห์) มีกิจกรรมสำคัญ 20 กิจกรรม ซึ่งแบ่งกลุ่มการจัดกิจกรรมส่งเสริมในสามด้าน คือ ด้านกิจกรรมเพื่อสุขภาพที่ดี ด้านกิจกรรมเพื่อการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านกิจกรรมเพื่อความมั่นคงในชีวิตและการออมแก่ผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมการออกกำลังกาย ประยุกต์การรำทอถิ่น กิจกรรมฝึกจิตใจด้วยสมาธิ กิจกรรมกีฬาสมัครใจ หุ้วย กิจกรรมอาสาสมัครใจ หุ้วย กิจกรรมความรู้พืชสมุนไพรทอถิ่น กิจกรรมความรู้สิทธิศักดิ์ศรีผู้สูงอายุ กิจกรรมท่องเที่ยวชุมชน กิจกรรมการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมทอถิ่น เป็นต้น 4. เงื่อนไขการจัดรูปแบบ โดยข้อกำหนดที่จะส่งเสริมให้รูปแบบประสบความสำเร็จและมีประสิทธิภาพ ได้แก่ ด้านภาคีเครือข่าย ด้านแกนนำ ด้านการจัดการออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ด้านแหล่งการเรียนรู้ทอถิ่น และเงื่อนไขภายในด้านผู้สูงอายุ 5. การติดตามและการประเมินผล ซึ่งผลการพัฒนารูปแบบดังกล่าวในการตรวจสอบค่าความสอดคล้องและความเหมาะสมของรูปแบบ โดยผู้ทรงคุณวุฒิในแต่ละองค์ประกอบมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.50-1.00

ในส่วนที่สอง ผลการทดลองใช้รูปแบบกับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นกลุ่มทดลองเป็นผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าซิ่น จำนวน 30 คน ที่สมัครใจเข้าร่วมทดลองรูปแบบ พบว่าจากการประเมินวัดระดับภาวะพฤกษศาสตร์มีค่าเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองรูปแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ค่าเฉลี่ยก่อนทดลองเท่ากับ 3.55 ค่าเฉลี่ยหลังทดลองเท่ากับ 3.94) โดยผลการสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบนั้นกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการทำอะไรช้าลงในวัยนี้และการมีโรคเรื้อรังเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุกังวล ตระหนักและให้ความสำคัญอย่างมาก ผู้สูงอายุต้องการการส่งเสริมในด้านการทำกิจกรรมที่สร้างเสริมด้านสุขภาพให้แข็งแรงโดยสามารถพึ่งพาตนเองได้ การให้ความรู้เรื่องอาหารหรือสมุนไพรทอถิ่น และการดูแลตนเองในชีวิตประจำวัน รวมทั้งมุ่งกิจกรรมที่สอดคล้องกับความต้องการ สนุกสนานให้ผู้สูงอายุได้ผ่อนคลาย มีความสุขเมื่อได้มาร่วมกิจกรรมชมรม ในด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการได้เข้าร่วมกิจกรรม

ในชุมชนที่สร้างความสัมพันธ์ของคนหลายวัย (ลักษณะพหุวัย) ทั้งในส่วนงานประเพณีทอถิ่น การร่วมงานกิจกรรมของชุมชนที่เน้นเสริมงานทางภูมิปัญญา การเป็นจิตอาสาที่ได้ร่วมกันช่วยเหลือชุมชนโดยลงพื้นที่ทั้งส่วนโรงพยาบาลอนามัยและวัดในชุมชนด้วย ซึ่งการได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมอยู่ตลอดนั้นทำให้ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจและรู้สึกถึงคุณค่าที่ตนสามารถทำงานเพื่อชุมชนได้ดีในท้ายที่สุดด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าปัญหาในเรื่องรายได้ที่ไม่มากพอ การมีรายจ่ายค่อนข้างมากซึ่งส่วนใหญ่จะกังวลในเรื่องค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ โรคเรื้อรัง ในการส่งเสริมกิจกรรมเสริมรายได้ของชมรม และกิจกรรมให้ความรู้เรื่องการปลูกพืชสวนครัว การฝึกทำงานประดิษฐ์ที่ผู้สูงอายุได้ลงมือทำกิจกรรมการได้นำความรู้ไปฝึกปฏิบัติที่บ้านได้ด้วย เช่น การทำหมอน งานกระเป๋าจากกระดาษ งานเหรียญโบราณ เป็นต้น ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่เน้นกิจกรรมที่มีรายได้เสริม และกิจกรรมการมีความรู้ในการดูแลตนเองได้ที่สามารถประหยัดค่าใช้จ่ายในเรื่องการรักษาสุขภาพตนเอง รวมทั้งกิจกรรมที่นำเอาความรู้การปรับปรุงสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุไปปรับใช้กับที่อยู่อาศัยของตนเอง ผู้สูงอายุกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เห็นว่ากิจกรรมที่ออกแบบในรูปแบบที่พัฒนาขึ้นสามารถส่งเสริมและพัฒนาให้ผู้สูงอายุได้มีความรู้เพิ่มทักษะการฝึกฝนตนเอง การร่วมกิจกรรมกับชุมชน และการเรียนรู้พึ่งตนเองนำความรู้ไปปรับใช้ที่บ้านของตนเอง นอกเหนือจากการได้ทดลองปฏิบัติในชมรมผู้สูงอายุด้วย

และในส่วนสุดท้าย ผลการติดตามและปรับปรุงรูปแบบ หลังจากผู้วิจัยได้ทดลองรูปแบบที่ได้พัฒนาขึ้น คือ TLS Model ได้นำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นนั้นไปปรับปรุงให้มีความเหมาะสม ทั้งในเรื่องความหลากหลายของเนื้อหา กิจกรรมและระยะเวลาที่ใช้แต่ละกิจกรรมให้เหมาะสมกับความต้องการของผู้สูงอายุ รวมทั้งการติดตามสอบถามเมื่อนำกิจกรรมไปปรับใช้ที่บ้านของผู้สูงอายุ โดยผลจากการปรับปรุงรูปแบบได้รับการประเมินรับรองเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญและคำแนะนำเพิ่มเติมในส่วนรายละเอียดคำอธิบายรูปแบบให้มีความเหมาะสมสอดคล้องในทุกองค์ประกอบ

6. อภิปรายผล

6.1 ผลการวิเคราะห์ระดับภาวะพฤกษศาสตร์ของชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบันศึกษาในช่วงปี พ.ศ. 2558 พบว่า ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่มีภาวะพฤกษศาสตร์อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีระดับภาวะพฤกษศาสตร์ในด้าน

สุขภาพที่ดีที่สุด รองลงมาคือด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม ผลการศึกษาสอดคล้องกับผลการศึกษาในช่วง พ.ศ. 2545 และ พ.ศ. 2550 รวมทั้งในการศึกษาในช่วง พ.ศ. 2554 ของกุลศ สุนทรธาดา และคณะ (2553) ที่ศึกษาระดับและแนวโน้มความมีพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทย และสุกัจจ์ สแสงประจักษ์สกุล (2558) ที่ศึกษาปัจจัยกำหนดระดับบุคลิกของผู้สูงอายุไทย พบว่าระดับและแนวโน้มความมีพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยที่ได้ศึกษาในช่วงดังกล่าว ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีภาวะพฤติกรรมด้านสุขภาพที่ดีที่สุด ซึ่งจากการศึกษาย้อนหลังกลับไปผลการศึกษาในช่วง 10 ปี ที่ผ่านมาระดับภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง และในด้านสุขภาพเป็นด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าด้านอื่น สะท้อนการวางแผนในระดับนโยบายของภาครัฐที่มีการกำหนดการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุไทยตามเป้าหมายขององค์การอนามัยโลก ที่มุ่งเป็นผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมเป็นเป้าหมายของผู้สูงอายุทั่วโลกในอนาคตร่วมกัน โดยกรอบการพัฒนาของไทยจากแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) นั้นมุ่งให้ความสำคัญและส่งเสริมผู้สูงอายุให้ได้รับข้อมูลข่าวสารและการเน้นสุขภาพที่ดี รวมทั้งในระดับการทำงานในภาคส่วนต่างๆ และชมรมผู้สูงอายุที่มุ่งสนใจในปัญหาสุขภาพ ความต้องการจากผู้สูงอายุ ดังนั้นด้านสุขภาพให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีนั้นจึงเป็นด้านที่มีการส่งเสริมและสนับสนุนมาเป็นระยะเวลานาน อย่างไรก็ตามในระดับพฤติกรรมผู้สูงอายุในด้านสุขภาพที่ดีที่สุดนั้น ถือเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่ให้ความสำคัญอย่างยิ่งและมุ่งพัฒนาให้ด้านสุขภาพดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในการส่งเสริมด้านสุขภาพเป็นการตอบสนองของความต้องการและปัญหาที่เกิดขึ้นของผู้สูงอายุตามสภาพวัย กล่าวคือ การสร้างเสริมสุขภาพมีความจำเป็นต่อวัยผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นวัยที่อวัยวะทุกส่วนของร่างกายมีความเสื่อมสภาพอย่างชัดเจน ความชรานั้นเป็นสภาวะการที่มีอายุสูงขึ้น ความอ่อนแอของร่างกายและจิตใจตลอดจนการมีความเจ็บป่วย และมีแนวโน้มการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังหลายโรค ได้แก่ โรคความดันโลหิต โรคเบาหวาน โรคหัวใจและอัมพาต สอดคล้องกับสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2556) ได้ศึกษาสถิติทางการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุไทย และชนิษฐา นันทบุตร และคณะ (2555) ได้ศึกษานวัตกรรมการดูแลสุขภาพชุมชนพบว่า โดยด้านสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุแม้ว่าจะเป็ด้านที่ดีที่สุด แต่ก็เป็ด้านที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญและต้องการการส่งเสริมและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งเน้นการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุชมรม

ผู้สูงอายุที่จะสร้างเสริมและป้องกันสุขภาพ โดยผ่านกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่หลากหลาย และสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองได้มากกว่าการต้องรักษาสุขภาพในระยะยาวอีกด้วย

6.2 ผลการวิเคราะห์แนวทางวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ เป็นการศึกษาแบบทฤษฎี พบว่า ขั้นตอนสำคัญในการส่งเสริมการจัดกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ ได้แก่ ขั้นตอนการตระหนักและวางแผน (Preparing) เป็นขั้นตอนที่ผู้สูงอายุมีการตระหนักในความสำคัญและความต้องการในกิจกรรมและร่วมกันคิด วางแผนงานเป็นขั้นเป็นตอนร่วมกัน สรุปจุดเด่น จุดด้อย ปัญหาหรืออุปสรรค และประโยชน์ที่สมาชิกผู้สูงอายุจะได้รับจากกิจกรรมนั้นๆ ของชมรมผู้สูงอายุ 2. ขั้นตอนการเรียนรู้พึ่งพาตนเอง (Learning Person) ขั้นตอนที่ผู้สูงอายุเรียนรู้ด้วยตนเองในกิจกรรมต่างๆ ที่ได้คิดสร้างสรรค์ขึ้นร่วมกัน และได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้สิ่งต่างๆ ฝึกพึ่งพาตนเองและการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้นจะทำให้ผู้สูงอายุมีความกระตือรือร้น พร้อมจะเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา 3. ขั้นตอนการลงมือทำซ้ำ (Social Behavior) เป็นขั้นสุดท้ายที่ส่งเสริมการจัดกิจกรรมชมรม สำหรับการลงมือทำในกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและทำซ้ำ โดยหลังจบกิจกรรมเมื่อกลับไปบ้านผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมด้วยตนเองสม่ำเสมอเป็นสิ่งที่ทำอยู่ตลอด ซึ่งผลวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศของชมรมผู้สูงอายุที่มีขั้นตอนสำคัญดังกล่าวนี้ โดยเป็นการพัฒนาพฤติกรรมผู้สูงอายุให้มีการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา อย่างเป็นขั้นเป็นตอนในสามขั้นตอนสำคัญนั้นสอดคล้องกับการศึกษาผู้สูงอายุของสุทธิชัย จิตพันธ์กุล (2545) และอุษา โพนทอง (2557) ที่ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมพัฒนาภาวะพฤติกรรมของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยาการผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้พบว่าจากการส่งเสริมให้เกิดลักษณะทางพฤติกรรมพัฒนาภาวะพฤติกรรมใน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านตระหนักและรับที่จะทำ ด้านพึ่งพาตนเอง ด้านทุกคนและทำเพื่อทุกคน และด้านทำอย่างต่อเนื่อง สำหรับกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุที่จะประสบความสำเร็จสมาชิกต้องทำกิจกรรมต่อเนื่อง ได้แก่ กิจกรรมในด้านสุขภาพ การออกกำลังกายประจำวัน การดูแลตัวเองในเรื่องอาหาร อนามัยประจำวัน การฝึกสมาธิ การทำจิตใจและอารมณ์เบิกบาน การตรวจสุขภาพ และการลงแข่งกีฬาที่ถนัด การได้อบรมให้ความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพ โภชนาการ และอื่นๆ ในด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม อย่างการเป็นอาสาสมัครชุมชนต่างๆ และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออมนั้นกิจกรรมจะเป็นเรื่องการอบรมให้ความรู้การออมรายเดือนและการอบรม

ฝึกอาชีพเสริม โดยเงื่อนไขในการสนับสนุนการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุให้ประสบผลสำเร็จ ประกอบด้วย ปัจจัยภายนอก ได้แก่ การร่วมมือของเครือข่ายภาคี ศักยภาพแกนนำ การจัดและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่นหลากหลาย รวมทั้งปัจจัยภายในด้านผู้สูงอายุ

6.3 ผลการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลัมพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย : PLS Model ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นนั้นมีความแตกต่างจากรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุอื่นๆ โดยมุ่งเน้นเป้าหมายและกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพลัมพลังที่สะท้อนถึงลักษณะการพัฒนาผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุแบบบูรณาการที่เชื่อมโยงการพัฒนาในทุกด้านตามกรอบแนวทางขององค์การอนามัยโลก ซึ่งมีเป้าหมายให้ผู้สูงอายุมีพลัมพลัง (Active Aging) ในสามด้านสำคัญ ได้แก่ ด้านการมีสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม รวมทั้งเงื่อนไขการส่งเสริมที่มีปัจจัยทั้งภายในและภายนอกตามบริบทสังคมและวัฒนธรรม โดยรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น (PLS Model) เป็นการพัฒนารูปแบบในลักษณะรูปแบบเชิงเหตุผล (Causal Model) ตามแนวคิดของ Keeves (1988 : 561 - 565) ซึ่งผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดพฤติกรรมภาวะพลัมพลังในสามด้านสำคัญ ในการจัดกิจกรรมจึงเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Andragogy) ตามแนวทางของ Malcolm Knowles (1984) ซึ่งพื้นฐานจากแนวทางการเรียนรู้ที่ตีนั้นผู้ใหญ่สามารถเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต มนุษย์เรียนรู้อยู่ตลอดเวลา ตั้งแต่เกิดจนตาย ดังนั้นการเรียนรู้ของมนุษย์จึงเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยในการเรียนรู้้นั้นมาจากความต้องการ ปัญหาและการพัฒนาตนเอง เพื่อให้กิจกรรมนั้นตอบสนองตรงกับความต้องการ สามารถนำไปใช้ประโยชน์และนำไปใช้แก้ปัญหาได้สอดคล้องกับการศึกษา The Modern Practice of A The Modern Practice of Adult Education dult Education ของ Knowles (1984) และ อมรรกรณ์ หมีปาน (2552) ที่ศึกษาการพัฒนารูปแบบการจัดการศึกษาต่อเนื่องทางวิชาชีพแบบอิเล็กทรอนิกส์เพื่อส่งเสริมมาตรฐานวิชาชีพพยาบาลกองทัพบก ที่มองว่าในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งเสริมภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทยจึงเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามสภาพที่เป็นจริงให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกันคิด ปัญหาที่ต้องการแก้ไข ได้ทดลองและฝึกฝนแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น โดยการจัดกิจกรรมที่ผู้สอน (วิทยากรอบรม) มีบทบาทเพียงผู้อำนวยความสะดวกในการ

เรียนรู้ (Learning Facilitator) หรือเป็นเพียงผู้ร่วมกิจกรรม (Member) นั่นคือเป็นผู้ช่วยให้ผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้ในกระบวนการเปลี่ยนแปลงต่างๆ รวมทั้งทักษะ พฤติกรรม ค่านิยม และทัศนคติด้วย ดังนั้นแนวคิด Andragogy จึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ในการช่วยให้ผู้ใหญ่เรียนรู้ (อาชัญญารัตน์อุบล, 2551) และนำแนวคิดในเรื่องการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) ที่เป็นแนวทางการเน้นให้ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักในศักยภาพที่ตนมี และดึงศักยภาพนั้นออกมาใช้อย่างเต็มที่และเต็มใจ เพื่อปรับปรุงพัฒนาวิถีชีวิต วิธีการทำงานรวมกลุ่มให้บรรลุผลสำเร็จ ซึ่งผลสำเร็จที่เกิดขึ้นนี้จะมีอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน เป็นแนวทางที่มุ่งสร้างพลังในทุกมิติของชีวิต ทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม อย่างเป็นองค์รวม โดยแนวคิดที่ได้กล่าวมาข้างต้นล้วนเป็นแนวทางที่มุ่งการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ ผู้ที่ต้องการเรียนรู้ มีประสบการณ์ และนำเอาความรู้นั้นไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันของตนเองได้ ในส่วนองค์ประกอบของรูปแบบ PLS Model ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบดังนี้ 1. หลักการและเหตุผล 2. วัตถุประสงค์ 3. การดำเนินกิจกรรม 4. เงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ และ 5. การประเมินผล ผู้วิจัยได้พัฒนาขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมภาวะพลัมพลัง โดยการวางแผนงานความสำคัญจึงอยู่ที่การเลือกเนื้อหาทางวิชาการที่เหมาะสมและการจัดให้มีความต่อเนื่อง การเรียงลำดับ และการผสมผสานความหลากหลายของเนื้อหาตามแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกกระบวนโรงเรียนเชิงสถาบันของ Boyle (1981) มาเป็นกรอบแนวคิดและดำเนินการพัฒนาตามขั้นตอนของการพัฒนาโปรแกรม ซึ่งแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมนี้ริเริ่มด้วยการวิเคราะห์ความต้องการและมีวัตถุประสงค์ของการพัฒนาโปรแกรม เพื่อต้องการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวบุคคลและพัฒนาความสามารถของปัจเจกบุคคล จากแนวคิดนี้ผู้วิจัยจึงได้นำผลการศึกษาระดับภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยที่สะท้อนปัญหาในด้านสุขภาพที่แม้ว่าจะจะเป็นด้านที่มีพลัมพลังสูง แต่ผู้สูงอายุกลับให้ความสำคัญต่อการสร้างเสริมสุขภาพอย่างมาก และความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองในองค์กรวม การร่วมทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มสมาชิกผู้สูงอายุมาเป็นข้อมูลในการพัฒนาเป็นโปรแกรม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ได้นำแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกกระบวนโรงเรียนของ Boyle (1981) และ อุษา โพนทอง (2557) ที่ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมพัฒนาภาวะพลัมพลังของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยาการผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้ ที่พบว่า เนื้อหาในการ

กำหนดเป็นกรอบเนื้อหาความรู้ควรจัดกิจกรรมคนวัยใกล้เกษียณที่สนใจตามขั้นตอนมาใช้ในการพัฒนาโปรแกรมเช่นกัน และจะเห็นได้ว่าการดำเนินการพัฒนาโปรแกรมการศึกษาที่ได้มีการดำเนินการอย่างเป็นขั้นตอน โดยมีการนำผลจากการศึกษาความต้องการ ปัญหาในแต่ละด้านทั้งด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมและด้านความมั่นคงในชีวิตที่เกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง สภาพในการทำกิจกรรมในองค์กรรวมของชมรมผู้สูงอายุจากการศึกษาวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศ รวมถึงได้มีการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาใช้เป็นข้อมูลและกรอบในการพัฒนาโปรแกรม รวมทั้งได้นำแนวทางคุณลักษณะของการเป็นผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมตามกรอบองค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) ที่มีลักษณะสำคัญมาปรับใช้ ประกอบด้วย 1. การตระหนักและวางแผน 2. การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง และ 3. การลงมือทำซ้ำ โดยเป็นลักษณะขั้นตอนเพื่อเป็นผู้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในอนาคต ซึ่งนำแนวทางและแนวคิดดังกล่าวมากำหนดกรอบเนื้อหาในเชิงวิชาการซึ่งเนื้อหาสอดคล้องกับงานวิจัยการศึกษา Development and Psychometric Testing of the Active Aging Scale for Thai Adults ของ Thanakwang (2006) และอุษา โพนทอง (2557) ที่ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมพัฒนาภาวะพฤติกรรมของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยาการผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้ ที่พบว่าการจัดกิจกรรมตามขั้นตอนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณลักษณะพฤติกรรมในด้านสำคัญ ได้แก่ ตระหนักและรับทำ พึ่งพาตนเอง ทุกคนทำและทำเพื่อทุกคน และทำอย่างต่อเนื่อง อันจะนำไปสู่การมีภาวะพฤติกรรมในสามด้าน โดยผู้วิจัยได้นำแนวคิดข้างต้นมาบูรณาการความรู้และเนื้อหารูปแบบ และปรับการดำเนินกิจกรรมให้สอดคล้องกับบริบทชมรมผู้สูงอายุ ในส่วนผลการพัฒนารูปแบบดังกล่าวในการตรวจสอบค่าความสอดคล้องและความเหมาะสมของรูปแบบโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ในแต่ละองค์ประกอบมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.50-1.00 สามารถนำไปใช้ได้

ผลการทดลองใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้น สำหรับผลการประเมินการทดลองก่อนและหลังการอบรมพบว่า ผลการประเมินระดับพฤติกรรมของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยหลังอบรมสูงกว่าก่อนการทดลองรูปแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และผลการสัมภาษณ์สอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบหลังการทดลอง พบว่า ผู้สูงอายุความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบมีความเหมาะสม เนื้อหากิจกรรมมีความหลากหลาย มีขั้นตอนการส่งเสริมผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมแลกเปลี่ยน

เปลี่ยนประสบการณ์กัน ทำกิจกรรมร่วมกันหลากหลายวัย และขั้นตอนการส่งเสริมทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขที่ดีขึ้น มีอารมณ์สดชื่น สนใจอยากเข้าร่วมกิจกรรมชมรมมากขึ้น และสามารถนำความรู้ไปทำกิจกรรมด้วยตนเองที่บ้านได้ รวมทั้งพัฒนาให้ผู้สูงอายุที่ได้อบรมมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสามารถนำไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพตามแนวทางผู้สูงอายุพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมายได้ และได้นำข้อคิดเห็นจากการสัมภาษณ์ทั้งจากผู้เชี่ยวชาญและผู้สูงอายุกลุ่มทดลองมาปรับปรุงรูปแบบให้มีแนวทางการส่งเสริมที่ชัดเจนและเหมาะสมยิ่งขึ้นเพื่อนำเสนอรูปแบบที่เหมาะสมกับความแตกต่างทางบริบทสังคมต่อไป

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

7.1.1 ควรมีการส่งเสริมการจัดการศึกษาเกี่ยวกับความสูงวัยอย่างต่อเนื่อง ทั้งระดับการศึกษาในระบบ หรือนอกระบบโรงเรียน ขยายการศึกษาเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้ทุกกลุ่มได้มีความรู้และสร้างความเข้าใจต่อวัยผู้สูงอายุ

7.1.2 ควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนชมรมผู้สูงอายุที่มีอยู่ในท้องถิ่น และภาคีเครือข่ายโดยการเน้นการจัดและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ มีความปลอดภัยและเหมาะสมกับผู้สูงอายุในการใช้ชีวิตประจำวัน

7.1.3 ชมรมผู้สูงอายุควรเพิ่มความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่ายท้องถิ่นในลักษณะการแลกเปลี่ยนความรู้ และการทำงานในเชิงรุกในการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ

7.1.4 การส่งเสริมและพัฒนาความรู้แก่แกนนำชมรมผู้สูงอายุ เพื่อให้เป็นกำลังสำคัญในการส่งเสริมกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับความสูงวัย รวมทั้งบทบาทการสนับสนุนสำคัญในการเป็นผู้อำนวยการความสะดวก ในการจัดกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุต่อไปด้วย

7.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

7.2.1 จากการศึกษาภาวะพฤติกรรมหลังสามารถเป็นแนวทางในการพัฒนาของคนทุกวัย ดังนั้นการศึกษาจึงควรศึกษาในลักษณะพหุวัยกับคนวัยอื่นๆ เพื่อหาแนวทางในการส่งเสริมพฤติกรรมและมีคุณภาพชีวิตที่ดีเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

7.2.2 ควรมีการวิจัยเพื่อศึกษาในส่วนของ การนำความรู้ ภูมิปัญญา สมรรถนะแห่งตนของผู้สูงอายุเพื่อจัดระบบองค์ความรู้ของผู้สูงอายุไปใช้ในการพัฒนาการศึกษาและพัฒนาสังคมต่อไป

7.2.3 สนับสนุนให้สถานศึกษาในท้องถิ่นดำเนินการวิจัยการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ โดยการวิจัย

การดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาข้อมูลเชิงลึกตามบริบทสังคมวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน

8. เอกสารอ้างอิง ภาษาไทย

- กุศล สุนทรธาดา และกมลชนก ขำสุวรรณ. (2553). **ระดับและแนวโน้มความมีพฤติพลังของผู้สูงอายุไทย.** การประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ 2553 ณ โรงแรมเดอะทวินทาวเวอร์, กรุงเทพฯ, 25 - 26 พ.ย. : 38.
- ชนิษฐา นันทบุตร และคณะ. (2555). **นวัตกรรมการดูแลสุขภาพชุมชน.** ขอนแก่น:มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- คณิต เขียววิชัย. (2551). **การเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับคนบดี้ คณะครุศาสตร์/ศึกษาศาสตร์.** จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551.
- ปาน กิมปี. (2540). **การพัฒนาเครือข่ายการเรียนรู้การศึกษานอกโรงเรียนเพื่อการพึ่งตนเองของชุมชน.** กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พัชรี ตันติวิภาวิน. (2555). **บทบาทภาครัฐในการเสริมสร้างผู้สูงอายุให้เป็นพลังทางเศรษฐกิจและสังคม.** วิทยานิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต.
- เพ็ญแข ประจวบปัจฉิม. (2550). **รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์เรื่องการจัดการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมในการพัฒนาภาวะพฤติพลังในผู้สูงอายุไทย.** กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- วิพรรณ ประจวบเหมาะ และคณะ. (2555). **รายงานการศึกษาโครงการปรับแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - พ.ศ. 2564)** กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล และคณะ. (2545). **ผู้สูงอายุในประเทศไทย : รายงานการทบทวนองค์ความรู้และสถานการณ์ในปัจจุบัน ตลอดจนข้อเสนอแนะทางนโยบายและการวิจัย.** กรุงเทพฯ: ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุกัจจ์ สแกประจักษ์สกุล. (2558) **ปัจจัยกำหนดระดับวุฒิวยของผู้สูงอายุไทย.** จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2558.

- อาชญญา รัตนอุบล. (2551). **นวัตกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียน.** คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาชญญา รัตนอุบล และคณะ. (2554). **การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุไทย.** กรุงเทพฯ : มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2554.
- อมรารณณ์ หมี่ปาน. (2552). **การพัฒนารูปแบบการจัดการศึกษาต่อเนื่องทางวิชาชีพแบบอิเล็กทรอนิกส์เพื่อส่งเสริมมาตรฐานวิชาชีพพยาบาลกองทัพบก.** วารสารพยาบาลทหารบก. 10(2) : 47 - 57.
- อุษา โพนทอง. (2554) **การพัฒนาโปรแกรมพัฒนาภาวะพฤติพลังของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยาการผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้.** จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2554.

ภาษาอังกฤษ

- Boyle, P.G. (1981). **Planning better programs.** New York : Mc Graw - Hill.
- Gibson, (1991) .C.H. **A concept analysis of Empowerment.** *Journal of Advanced Nursing, 1991.*
- Knowles, M. (1980). **The Modern Practice of Adult Education.** New York: Association Press.
- Keeves, John. P. (1988). **Model and Model building.** Educational Research Methodology and Measurement handbook. U.K: Pergamon Press.
- World Health Organisation. (2002). **Active Ageing: A policy Framework.** Geneva: World Health Organization.