



การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลดีพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาพัฒนศึกษาแบบ 2.1 ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2560

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาพัฒนศึกษาแบบ 2.1 ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2560

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

DEVELOPMENT MODEL OF ENHANCING ACTIVE AGING FOR ELDER CLUB IN
THAILAND



A Thesis Submitted in partial Fulfillment of Requirements
for Doctor of Philosophy (DEVELOPMENT EDUCATION)
Department of Education Foundations
Graduate School, Silpakorn University
Academic Year 2017
Copyright of Graduate School, Silpakorn University

55260805 : พัฒนศึกษาแบบ 2.1 ปรัชญาคุชฌีบัณฑิต

คำสำคัญ : การพัฒนารูปแบบ, ภาวะพฤติกรรม, ผู้สูงอายุ

นางสาว ฐานญา สมภู: การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย อาจารย์ที่
ปริกษาวิทยานินทร์ : รองศาสตราจารย์ ดร. คณิต เขียววิชัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาระดับภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุในสภาพปัจจุบัน 2) เพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุไทยในการส่งเสริมภาวะพฤติกรรม และ 3) เพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย ซึ่งเป็นการวิจัยที่ใช้ระเบียบวิธีแบบผสมผสาน (Mixed Methods) กลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัย ได้แก่ ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทย โดยตอบแบบสอบถามจากการสุ่มตัวอย่างหลายขั้นตอนจำนวน 410 คน คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุกลุ่มทดลองจำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบประเมินวัดระดับภาวะพฤติกรรม แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็น แบบประเมินความเหมาะสม และการวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติบรรยาย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า T-test แบบเป็นอิสระต่อกัน และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย พบว่า

1. ผลการศึกษาระดับภาวะพฤติกรรมในสภาพปัจจุบันในการศึกษา พ.ศ.2558 ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่ มีระดับพฤติกรรมปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.54 และในด้านสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.81

2. ผลการศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) จากการศึกษาพุทธศักราชชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ มีขั้นตอนที่สำคัญในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย ประกอบด้วย ขั้นตอนแรก การตระหนักและวางแผนการ ขั้นตอนที่สอง การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง และขั้นตอนสุดท้าย การลงมือทำซ้ำและการดำเนินจัดกิจกรรมมีความต่อเนื่องและกิจกรรมหลากหลาย โดยกิจกรรมสำคัญ ได้แก่ กิจกรรมออกกำลังกายประยุกต์การรำท้อถิ่น กิจกรรมฝึกจิตใจด้วยสมาธิ กิจกรรมกีฬาสามัคคี กิจกรรมร่วมใจพหุวัย กิจกรรมความรู้ที่ผสมผสานไพเราะท้อถิ่น กิจกรรมความรู้สึท้อถิ่นที่ดีศรีผู้สูงวัย และเงื่อนไขภายนอกที่สนับสนุนการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย ได้แก่ ภาครัฐหรือข่าย การจัดการและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ศักยภาพแกนนำ และแหล่งการเรียนรู้ท้อถิ่น

3. ผลการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย ในส่วนแรก รูปแบบที่พัฒนาขึ้นเรียกว่า PLS Model ประกอบด้วย 1. หลักการและเหตุผล 2. วัตถุประสงค์ 3. การดำเนินกิจกรรมและกิจกรรมสำคัญ 4. เงื่อนไขการจัดรูปแบบ และ5.การติดตามและการประเมินผล ในส่วนที่สอง ผลการทดลองและปรับปรุงรูปแบบ โดยผลการทดลองจากการวัดระดับพฤติกรรมก่อนและหลังการใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้น พบว่า กลุ่มทดลองผู้สูงอายุมีระดับพฤติกรรมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ค่าเฉลี่ยก่อนทดลองเท่ากับ 3.55 ค่าเฉลี่ยหลังทดลองเท่ากับ 3.94) จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุหลังการทดลองรูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมและการประเมินรับรองจากผู้ทรงคุณวุฒิ โดยรูปแบบดังกล่าวมีความเหมาะสมกับจำนวนสมาชิกชมรมไม่มากเกินไป กิจกรรมชมรมมีความหลากหลายตามบริบทท้อถิ่น กิจกรรมสืบสานภูมิปัญญา และการร่วมมือทำกิจกรรมเน้นลักษณะพหุวัย

55260805 : Major (DEVELOPMENT EDUCATION)

Keyword : DEVELOPMENT OF MODEL, ACTIVE AGING, ELDER PERSON

MISS THANAYA SOMPOO : DEVELOPMENT MODEL OF ENHANCING ACTIVE AGING FOR ELDER CLUB IN THAILAND THESIS ADVISOR : ASSOCIATE PROFESSOR KANIT KHEOVICHAI, PH.D.

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. The samples and key informants consisted of 410 elderly questionnaire respondents, club committee and 30 elderly students. The instruments were the PLS Model, the questionnaires, pretest and posttest, in-depth interview, an interview form and an 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.

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องที่สำคัญในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ รองศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก สำหรับความเมตตาและคำแนะนำอันมีประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนางานวิจัยให้สำเร็จอย่างมีคุณภาพ อาจารย์ ดร.ทิพย์วรรณ สุขใจรุ่งวัฒนา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม รองศาสตราจารย์ ดร.ไชยยศ ไพวิทยศิริธรรม ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปิ่นกนก วงศ์ปิ่นเพ็ชร กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิภายนอก ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้มอบความรู้และข้อเสนอแนะในการพัฒนางานวิจัย รวมทั้งขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.ธีรศักดิ์ อุณาารมย์เลิศ ไฉ่ ณ ที่นี้ด้วย

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำและข้อมูลที่มีประโยชน์ในการทำงานวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุทุกท่านที่ได้มอบประสบการณ์ ความรู้ และพลังใจแก่ผู้วิจัย ในการวิจัยครั้งนี้ผู้สูงอายุได้สร้างความตระหนักและข้อคิดในการใช้ชีวิต ทุกคนล้วนต้องเตรียมการในทุกช่วงของชีวิต สุขภาพ ความสุข พลังกายและพลังใจ รวมทั้งสิ่งสำคัญอย่างยิ่งคือ การที่ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

ขอขอบคุณพี่น้องชาวพัฒนศึกษาศิลปากรและกัลยาณมิตรทุกท่าน ในการให้กำลังใจเสมอมา ขอขอบคุณ ดร.ชิตพันธ์ ชุมนุสนธิ์ และครอบครัว สำหรับมิตรภาพและกำลังใจ และขอขอบคุณ ดร.นนทิรัตน์ พัฒนภักดี ผู้เป็นอาจารย์และกัลยาณมิตรในการทำงานวิจัยครั้งนี้

ในท้ายที่สุดขอขอบพระคุณครอบครัวที่สนับสนุนและเป็นพลังที่สำคัญยิ่งในชีวิต ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ความรู้และประสบการณ์ที่มีคุณค่า เพื่อนำไปพัฒนาและปรับปรุงตนเองตลอดเวลาต่อไปด้วย

ฐานญา สมภู

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญแผนภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	10
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	11
ขอบเขตของการวิจัย.....	11
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	12
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	12
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	14
ตอนที่ 1 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับผู้สูงอายุไทย.....	14
1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ.....	14
1.2 การเปลี่ยนแปลงและปัญหาที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ.....	17
ตอนที่ 2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมภาวะพหุพลังของสูงอายุ.....	21
2.1 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับภาวะสูงอายุ.....	21
2.2 แนวคิดผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing).....	30
2.3 แนวคิดการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment).....	37

2.4 แนวคิดการเรียนรู้และการเรียนรู้ของผู้ใหญ่	45
2.5 แนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการจัดการศึกษานอกระบบ.....	48
ตอนที่ 3 แนวคิด นโยบาย องค์กรและกฎหมายที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ.....	52
ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบ.....	58
4.1 ความหมายของรูปแบบ	58
4.2 การสร้างและการพัฒนารูปแบบ	62
ตอนที่ 5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	66
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	77
ชั้นตอนที่ 1 การศึกษาระดับภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน เพื่อพัฒนาภาวะพลัดพราก ของชมรมผู้สูงอายุไทย.....	77
1.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	78
1.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	81
1.3 การรวบรวมข้อมูล	83
1.4 การวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูล.....	84
ชั้นตอนที่ 2 การศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะ พลัดพรากของผู้สูงอายุไทย.....	84
ชั้นตอนที่ 3 การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุไทย	91
3.1 ขั้นตอนการสร้างรูปแบบ	91
3.2 ขั้นตอนการทดลองใช้และปรับปรุงรูปแบบ	92
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	97
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ระดับภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน	97
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์แนวทางวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะ พลัดพราก	99
ตอนที่ 1 พื้นที่กรณีศึกษาที่ 1 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย จ.นครราชสีมา.....	100

ตอนที่ 2 พื้นที่กรณีศึกษาที่ 2 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี	124
ตอนที่ 3 พื้นที่กรณีศึกษาที่ 3 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช.....	157
ตอนที่ 3 ผลการนำเสนอการพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย	196
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	208
สรุปผลการวิจัย.....	209
อภิปรายผล	212
ข้อเสนอแนะ	221
ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย.....	221
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป.....	222
รายการอ้างอิง.....	223
ภาคผนวก	232
ภาคผนวก ก รูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลัดพลัง ของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS).....	233
ภาคผนวก ข รายงานผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	255
ภาคผนวก ค การตรวจคุณภาพเครื่องมือ	260
ภาคผนวก ง แบบประเมินวัดระดับภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุ แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับ รูปแบบ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก แบบประเมินรูปแบบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ.....	265
ภาคผนวก จ ตารางผลแสดงค่าเฉลี่ยระดับภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทย (n=410) ตารางผล แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลองก่อน และหลังการเข้าอบรมรูปแบบ (n=30)	278
ภาคผนวก ฉ หนังสือขอเก็บข้อมูล.....	280
ภาคผนวก ช ประมวลภาพชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ	284
ประวัติผู้เขียน	288

สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	98
ตารางที่ 2 แสดงผลค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะพหุติหลังผู้สูงอายุไทย.....	99
ตารางที่ 3 รายชื่อสมาชิกคณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุพิมาย.....	104
ตารางที่ 4 กิจกรรมด้านสุขภาพ	114
ตารางที่ 5 สรุปกรณีศึกษาที่ดี 1 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย อ.พิมาย จ.นครราชสีมา.....	122
ตารางที่ 6 กิจกรรมด้านสุขภาพ	145
ตารางที่ 7 สรุปกรณีศึกษาที่ดี 2 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต จังหวัดปทุมธานี.....	155
ตารางที่ 8 รายชื่อสมาชิกคณะกรรมการและที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช.....	164
ตารางที่ 9 กิจกรรมด้านสุขภาพ	174
ตารางที่ 10 สรุปกรณีศึกษาที่ดี 3 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช อ.เมือง จ.นครศรีธรรมราช	185
ตารางที่ 11 สรุปการศึกษารูปแบบที่ดีจากการเปรียบเทียบ 3 ชมรมต้นแบบสำคัญ กับชมรมผู้สูงอายุทั่วไป.....	188
ตารางที่ 12 ผลการเปรียบเทียบคะแนนการทดสอบวัดระดับพหุติพังก่อน-หลังของกลุ่มทดลอง	203

สารบัญแผนภาพ

แผนภาพที่ 1	ปิรามิดประชากรที่แสดงอัตราการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรผู้สูงอายุตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไปทั่วโลก จากสถิติระหว่าง ค.ศ 1950-2050.....	2
แผนภาพที่ 2	แสดงอัตราการเพิ่มและจำนวนประชากร, ช่วงพ.ศ. 2548 – 2578.....	3
แผนภาพที่ 3	กรอบแนวคิดการวิจัย.....	76
แผนภาพที่ 4	โปรแกรมฐานข้อมูลผู้สูงอายุ.....	130
แผนภาพที่ 5	ตัวอย่างระเบียบเทศบาลนครรังสิตว่าด้วยการจัดตั้งและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ พ.ศ. 2556.....	130
แผนภาพที่ 6	คณะกรรมการบริหารชมรม และที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต	134
แผนภาพที่ 7	คณะกรรมการ-ที่ปรึกษาชมรมในการบริหารชมรมผู้สูงอายุ.....	164
แผนภาพที่ 8	กรอบแผนที่ความคิด.....	195
แผนภาพที่ 9	รูปแบบการจัดกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพลัมพลังชมรมผู้สูงอายุไทย ในสามด้านตามกรอบองค์การอนามัยโลก : PLS Model.....	202



บทที่ 1

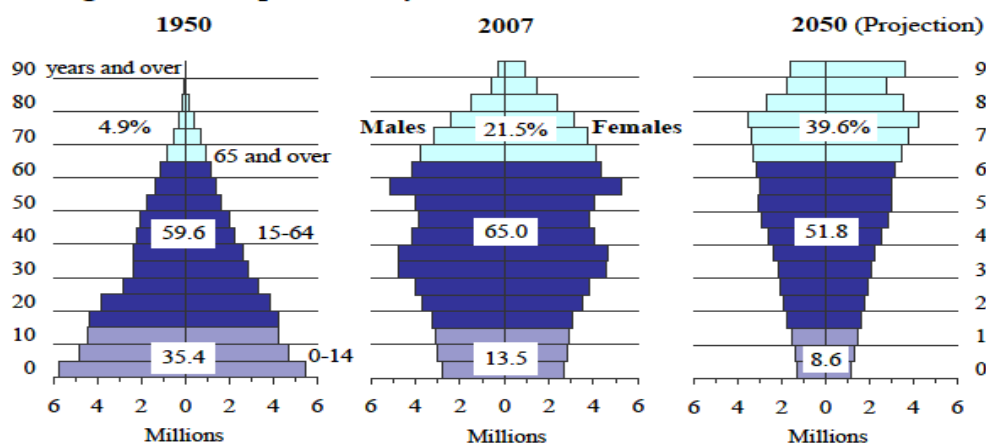
บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

นับแต่ศตวรรษที่ 21 ทั่วโลกเผชิญกับปัญหาประชากรสูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว อันเป็นผลมาจากความก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุขทำให้คนมีอายุยืนขึ้น ในปีค.ศ. 2005 พบว่า ประชากรสูงอายุทั่วโลกมีจำนวน 672 ล้านคนโดย 2 ใน 3 ของประชากรสูงอายุทั่วโลกอาศัยอยู่ในประเทศที่กำลังพัฒนา (United Nations Development Program (UNDP), 2005: 1-2)

กล่าวได้ว่าสังคมโลกก้าวสู่คือ “สังคมผู้สูงอายุ” (Ageing Society) ซึ่งองค์การสหประชาชาติ ได้ประเมินสถานการณ์การเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องของจำนวนผู้สูงอายุทั่วโลกว่าในช่วงปีค.ศ 2001-2100 จะเป็นศตวรรษแห่งผู้สูงอายุกล่าวคือ การมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรโดยรวมทั่วโลก โดยในปี ค.ศ.2050 ประชากรโลกจะมีมากกว่า 9 พันล้านคน และในจำนวนนี้ประมาณ 2 พันล้านคน เป็นผู้สูงอายุ ซึ่งคิดเป็นสัดส่วนถึงร้อยละ 22 เลยทีเดียว และมีแนวโน้มว่าประชากรกลุ่มผู้สูงอายุเหล่านี้จะมีฐานะยากจน และประสบปัญหาในด้านต่าง ๆ มากมาย กล่าวได้ว่า ถือเป็นประเด็นท้าทายทั้งด้านสังคมและเศรษฐกิจที่ทั่วโลกต้องเผชิญร่วมกัน ซึ่งแต่ละประเทศโดยเฉพาะ ประเทศที่กำลังพัฒนาที่ควรมีแผนรองรับอย่างเป็นระบบพร้อมกับการศึกษาด้านพัฒนาผู้สูงอายุอย่างรอบด้านด้วย เพื่อสร้างความพร้อมกับการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบในเวลาอันใกล้

Figure 2.3
Changes in the Population Pyramid



Source: Statistics Bureau, MIC; Ministry of Health, Labour and Welfare.

แผนภาพที่ 1 ปิรามิตประชากรที่แสดงอัตราการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรผู้สูงอายุตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไปทั่วโลก จากสถิติระหว่าง ค.ศ 1950-2050

ที่มา: Economic and Financial Data For Japan, 2010, Changes in the Population Pyramid : 1950-2050.

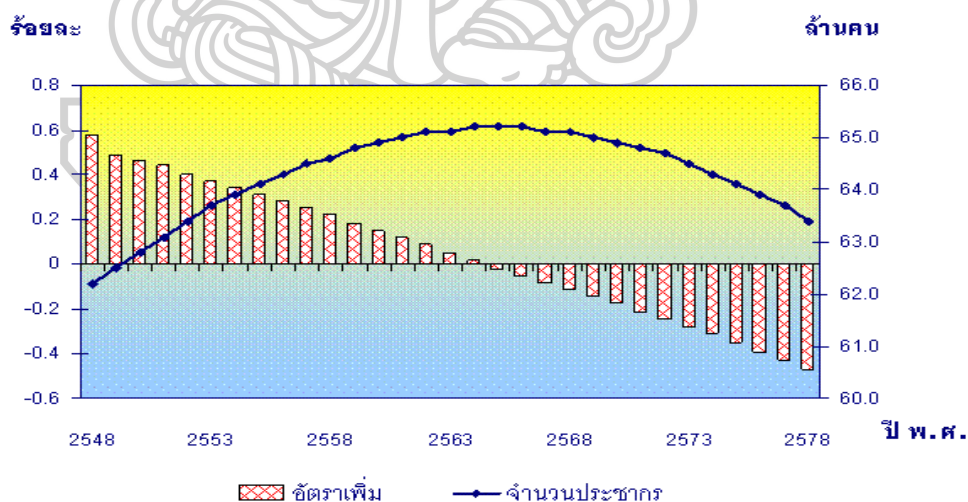
ดังภาพปิรามิตประชากรที่แสดงอัตราการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรผู้สูงอายุตั้งแต่ อายุ 60 ปีขึ้นไป ทั่วโลกจากสถิติระหว่าง ค.ศ 1950-2050

สถานการณ์อายุขัยโดยเฉลี่ยของประชากรโลกยืนยาวมากขึ้นกว่าเดิมนั่นย่อหมายถึงว่า จำนวนประชากรในวัยสูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) ได้ทวีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ซึ่งในอนาคตนี้ สามารถประมาณ การได้ว่า อัตราส่วนที่พึ่งพิงของประชากร (Dependency Ratio) ระหว่างบุคคลที่อยู่ในวัยแรงงานกับ กลุ่มที่พึ่งพิง ได้แก่ กลุ่มเด็กและผู้สูงอายุจะเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก โดยจำนวนบุคคลที่อยู่ในวัย แรงงานจะลดลง ต่างจากประชากรผู้สูงอายุจะเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง กลุ่มผู้สูงอายุในวัย กลางช่วงอายุ 75-84 ปี และวัยปลายช่วงอายุ 85 ปีขึ้นไป ซึ่งอายุเฉลี่ย (Median Age) ของประชากร ก็จะมีสูงขึ้นเรื่อย ๆ ส่วนอัตราการตายก็จะลดลงเรื่อย ๆ กล่าวได้ว่าในปี ค.ศ.2045 เชื่อว่า คนจะมีอายุ ยืนยาวได้จนถึง 85 ปี(เพ็ญแข ประจักษ์ปัจฉิม และคณะ, 2544: 49) นั้นแสดงให้เห็นว่าสังคมจะเต็มไปด้วย ประชากรผู้สูงอายุจำนวนมากที่เป็นกลุ่มที่ต้องพึ่งพิงสูงอีกด้วย

สำหรับประเทศไทยสะท้อนประเด็นประชากรที่ท้าทายอย่างยิ่ง ข้อมูลจากสำนักงานสถิติ แห่งชาติ ระบุว่า ประเทศไทยได้ถูกจัดให้เป็นประเทศที่เป็นสังคมผู้สูงอายุมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2548 กล่าวคือ ในขณะที่ประเทศไทยมีประชากรผู้สูงอายุน้อยละ 10.4 ของประชากรทั้งหมด ซึ่ง สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติได้พยากรณ์โครงสร้างประชากรไทย

กำลังเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ โดยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุสมบูรณ์แบบภายในช่วงระหว่างปีพ.ศ.2551-2571 สัดส่วนประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจะเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 11.1 เป็นร้อยละ 23.5 หรือ 1 ใน 4 ของประชากรไทยทั้งประเทศ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2545) และประเทศไทยมีจำนวนผู้สูงอายุมากที่สุดเป็นอันดับสองในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ รองเพียงประเทศสิงคโปร์ที่มีประชากรผู้สูงอายุร้อยละ 12 ในปัจจุบัน (องค์การแรงงานระหว่างประเทศ, 2554)

โดยสถิติประชากรไทยในส่วนต่าง ๆ มีรายละเอียดสำคัญ พบว่าเมื่อกลางปี พ.ศ.2548 ซึ่งเป็นปีฐาน ประเทศไทยมีประชากร 62.2 ล้านคน หนึ่งปีถัดไปประมาณได้ว่าประชากรไทย ณ กลางปีพ.ศ. 2549 เพิ่มขึ้นเป็น 62.5 ล้านคนเท่ากับว่าหนึ่งปีมีคนเพิ่มขึ้น 3 แสนคนเศษ และในปี พ.ศ.2565 ดูเหมือนว่าจะเป็นปีที่ประชากรไทยถึงจุดอิมมิตัว อัตราการเกิดจะอยู่ในระดับใกล้เคียงกับอัตรามตาย ทำให้อัตราการเพิ่มของประชากรใกล้เคียงกับศูนย์ จำนวนการเกิดในแต่ละปีพอ ๆ กับจำนวนตาย จากการฉายภาพประชากรชุดนี้แสดงว่าประชากรไทยจะถึงจุดอิมมิตัวที่จำนวนประมาณ 65 ล้านคน ในราวปี พ.ศ. 2565 หลังจากนั้น เป็นไปได้ว่าอัตราเพิ่มประชากรจะติดลบ คือต่ำกว่าศูนย์บ้างเล็กน้อย ทำให้จำนวนประชากรแต่ละปีลดลง ซึ่งจากข้อมูลดังกล่าวสะท้อนภาพการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากร ที่กลุ่มประชากรที่สำคัญที่มีผลกระทบต่อสังคมและเศรษฐกิจของประเทศไทยอย่างมาก คือกลุ่มประชากรผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ขยายเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของไทยด้วย



แผนภาพที่ 2 แสดงอัตราการเพิ่มและจำนวนประชากร, ช่วงพ.ศ. 2548 – 2578

ที่มา: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม, การฉายภาพประชากรของประเทศไทยพ.ศ.2548– 2568 (มหาวิทยาลัยมหิดล, 2549)

จากจำนวนประชากรไทยในอนาคตได้เพิ่มขึ้นอย่างช้า ๆ แล้วลดลงนั้น ซึ่งกลายมาเป็นประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นนั้น เนื่องมาจากภาวะเจริญพันธุ์ที่ลดต่ำลงและคนไทยมีชีวิตยืนยาวขึ้น

ลักษณะเช่นนี้ทำให้โครงสร้างอายุของประชากรเปลี่ยนแปลงไปอย่างเห็นได้ชัดเจน และสถิติสำหรับประชากรกลุ่มผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) คนกลุ่มนี้มีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มอื่น ๆ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 มีประชากรสูงอายุอยู่ 6 ล้านคนเศษ (ร้อยละ 10) เมื่อถึงปี พ.ศ. 2578 จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นเป็น 16 ล้านคน (ร้อยละ 25) เท่ากับเพิ่มขึ้นเกือบ 3 เท่าตัวในราว ๆ 30 ปีเท่านั้น (ปรามิทยาประสาทกุล, 2552) ดังนั้น จากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างอายุในสังคมไทย อันมีสาเหตุหลักเนื่องจากการลดลงของภาวะเจริญพันธุ์อย่างรวดเร็วจากที่ได้กล่าวข้างต้นนั้น การเพิ่มจำนวนและสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุย่อมส่งผลกระทบต่อสังคม และระบบเศรษฐกิจของประเทศไทย ตลอดจนการจัดสรรทรัพยากรของประเทศในอนาคตอย่างมาก หากไม่มีนโยบายหรือแผนปฏิบัติการที่เหมาะสมรองรับประเด็นที่เด่นชัดกล่าวคือ จำนวนประชากรวัยแรงงานที่ลดลงจะมีผลต่อผลผลิตรวมของประเทศ ในขณะที่การจัดสรรทรัพยากรเพื่อผู้สูงอายุของประเทศเพิ่มขึ้น ผลกระทบต่อการจัดการด้านสังคมที่ชัดเจนคือ การที่ผู้สูงอายุต้องพึ่งพิงสมาชิกในครอบครัวที่สูงขึ้น อันเนื่องมาจากภาวะถดถอยทางกายภาพของผู้สูงอายุ การไม่ได้รับการให้คุณค่าจากครอบครัว ชุมชนและสังคมที่มีทัศนคติต่อผู้สูงอายุด้านลบ และอื่น ๆ ซึ่งทำให้ปรากฏการณ์ดังกล่าวนี้จะส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศอย่างต่อเนื่องทั้งระยะสั้นและระยะยาว

โดยสรุปการที่ประชากรสูงอายุในประเทศไทยมีสัดส่วนเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง และเป็นกลุ่มอัตราพึ่งพิงที่สำคัญนั้น ก่อให้เกิดผลกระทบทางสังคมและเศรษฐกิจใน 3 ด้าน สำคัญ ได้แก่ (1) ผลกระทบต่อภาคการจ้างงานของประเทศและผลิตภาพของแรงงาน จากการที่สัดส่วนของประชากรวัยกำลังแรงงานลดลง ในขณะที่ภาวะพึ่งพิงของประชากรสูงอายุต่อประชากรวัยแรงงานกลับเพิ่มสูงขึ้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ย่อมกระทบต่อขีดความสามารถในการผลิต ระดับการออม การลงทุนและการพัฒนาประเทศในภาพรวม (2) ผลกระทบต่อภาระทางการคลังของภาครัฐ ในการดูแลด้านสิทธิ สวัสดิการและบริการสาธารณะต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุ โดยเฉพาะค่าใช้จ่ายในด้านการบริการทางสุขภาพ เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ รวมถึง บำเหน็จบำนาญข้าราชการเกษียณอายุที่เพิ่มขึ้นทุกปี (และมีอายุยืนยาวขึ้น) และ (3) ผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและครัวเรือน ทั้งในทางเศรษฐกิจ เช่น หลักประกันทางรายได้ที่ยามชรา โดยเฉพาะเมื่อหยุดทำงานหรือหลังเกษียณอายุ หลักประกันทางสุขภาพยามเจ็บป่วย ปัญหาความยากจนและการกระจายรายได้ และในทางสังคม เช่น ภาวะพึ่งพิง และการเกื้อหนุนทางสังคม การดูแลผู้สูงอายุและการดูแลระยะยาว

จากการเผชิญปัญหาประชากรสูงอายุในประเทศไทยทุกภาคส่วนจึงมีความจำเป็นต้องการปรับตัวเพื่อรองรับภาระทางสังคมอันสำคัญที่ประชากรวัยแรงงาน หรือผู้ใหญ่ ต้องเข้าดูแลผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น (เกื้อ วงศ์บุญสิน, 2549) แม้ว่าประชากรสูงอายุมีอายุยืนยาว แต่ไม่ได้หมายความว่าคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเหล่านั้นดีตามไปด้วย เนื่องจากสภาพร่างกายที่ทรุดโทรม สภาพแวดล้อมที่ตกต่ำลง สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปจากระบบครอบครัวขยายกลายเป็นระบบครอบครัวเดี่ยว วัฒนธรรม

การดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวลดน้อยลง ทำให้ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งมากขึ้น ไม่ได้มองเห็นคุณค่า และในขณะเดียวกันก่อให้เกิดปัญหาโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในทุกมิติ (ศูนย์การเฝ้าระวังและเตือนภัยทางสังคม, 2550) และกล่าวได้ว่าจากสภาพการเปลี่ยนแปลงนั้นส่งผลต่อผู้สูงอายุไทยอย่างมาก การถูกลดบทบาทและคุณค่าทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม โดยมองภาพรวมแล้ว ผู้สูงอายุเป็นภาระของสังคม ดังนั้นผู้สูงอายุไทยต้องปรับตัวและพึ่งพิงตนเองให้มากที่สุดในทุก ๆ ด้าน ถือเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งต่อประชากรกลุ่มผู้สูงอายุไทย

ในอดีตภาครัฐของไทย มีนโยบายหลายประการต่อการเปลี่ยนแปลงภาวะประชากรดังกล่าว โดยมาตรการและโครงการที่รัฐจัดสรรและวางระบบ ล้วนจะเป็นสวัสดิการให้ประชากรสูงอายุแทบทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ทั่วไป การส่งเสริมการเรียนรู้ การศึกษา หรือเรื่องสุขภาพอนามัย ที่จะได้เริ่มต้นขึ้นรัฐได้ตระหนักถึงความสำคัญโดยกำหนดแผนผู้สูงอายุไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ รวมทั้งนโยบายและยุทธศาสตร์การวิจัยของชาติและในทางปฏิบัติตามภาระงานของหน่วยงานภาครัฐได้แปลงนโยบายและยุทธศาสตร์ไปสู่การปฏิบัติเพื่อสนองตอบต่อปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ โดยมีมาตรการเพื่อการปฏิบัติที่มีพื้นฐานสอดคล้องกับแนวคิดสิทธิมนุษยชนและแนวนโยบายขององค์การสหประชาชาติ โดยสะท้อนการวางแผนงาน อันได้แก่ การวางแผนนโยบายและจัดทำแผนผู้สูงอายุระยะยาว (พ.ศ.2525 – 2544) การกำหนดนโยบายและมาตรการผู้สูงอายุระยะยาว (พ.ศ.2533-2554) การบัญญัติเรื่องสิทธิของผู้สูงอายุในรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทยพ.ศ. 2540 การจัดทำปฏิญญาผู้สูงอายุไทย (พ.ศ.2542) การจัดทำแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ที่มีความสมบูรณ์มากขึ้นและการตราพระราชบัญญัติผู้สูงอายุแห่งชาติ พ.ศ. 2546 เพื่อใช้เป็นกฎหมายที่จะเอื้อให้เกิดโครงสร้างองค์กรและระบบบริหารจัดการที่รองรับการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ แต่การปฏิบัติตามนโยบายและแผนต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้นไม่สามารถบรรลุผลชัดเจนอย่างเป็นรูปธรรม ในการเตรียมความพร้อมผู้สูงอายุ เนื่องจากข้อจำกัดและเงื่อนไขของกลไกการขับเคลื่อนนโยบายที่ไม่เอื้อต่อการกิจกรรมทั้งการขาดการบูรณาการการนำองค์ความรู้ทางวิชาการมาเพื่อขึ้นนำทางการปฏิบัติที่เหมาะสมเพียงพอ

การขับเคลื่อนเชิงนโยบายในเรื่องผู้สูงอายุ รัฐบาลเริ่มพัฒนาจากปัญหาที่ผ่านมาและให้ความสนใจอีกครั้งโดยได้มีการจัดทำแผนประชากรในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 ซึ่งมีวิสัยทัศน์คือ ประชากรไทยทุกคนเกิดมามีคุณภาพ ได้รับการพัฒนาทุกช่วงวัยให้สามารถเป็นพลังในการขับเคลื่อนการเจริญเติบโตของประเทศและมีหลักประกันที่มั่นคงพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีสวัสดิการทางสังคมอย่างยั่งยืนและกระทรวงสาธารณสุขได้มีการผลักดันนโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาอนามัยการเจริญพันธุ์แห่งชาติ ฉบับที่ 1 (พ.ศ.2553-2557) การส่งเสริมให้คนทุกเพศวัยมีอนามัยการเจริญพันธุ์ที่ดี โดยยึดหลักความสมัครใจ เสมอภาคและทั่วถึง เพื่อเป็นพลังประชากร สร้าง

ประเทศให้รุ่งเรืองและมั่นคงสืบไป รวมถึงแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ได้มีการปรับปรุงเป็นแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ.2552 โดยมีวิสัยทัศน์คือ ผู้สูงวัยเป็นหลักชัยของสังคม และผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ด้วยการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี พึ่งตนเองได้ และมีหลักประกันที่มั่นคง (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2554)

ดังนั้นจากหลักการเชิงนโยบายภาครัฐต้องสร้างสังคมผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี การมีชีวิตที่สุขสมบูรณ์ หรือภาวะที่ผู้สูงอายุศักยภาพ จึงต้องให้ความสำคัญและเป็นวาระแห่งชาติ สิ่งสำคัญต้องให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีในทุกมิติ ดังคำกล่าวที่ว่า “แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีสุข” โดยส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไทยมีความรู้ ทักษะชีวิต ประสบการณ์ที่มีคุณค่าหลากหลาย เป็นบุคลากรที่มีศักยภาพในการช่วยส่งเสริมการพัฒนาสังคมไทยได้อีกมากมาย ดังนั้น การส่งเสริมพลังทางปัญญาของผู้สูงอายุ และการสร้างเสริมศักยภาพในฐานะทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่ายิ่งต่อสังคมไทย ให้เป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัมพลัง (Active Aging) จึงเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่งในการบรรลุเป้าหมายที่จะแก้ไขปัญหาการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของผู้สูงอายุ และปัญหาอื่น ๆ ที่ผู้สูงอายุไทยประสบมาดังกล่าวข้างต้น สอดคล้องกับงานวิจัยผู้สูงอายุของเพ็ญแข ประจวบปัจฉิม (2550: 5-6) เรื่อง การจัดการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมในการพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทย ชี้ชัดว่าการแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้านผู้สูงอายุนั้น ทางหนึ่งก็ควรต้องทำ ได้แก่ การพัฒนาตัวผู้สูงอายุเองให้เป็นผู้มีคุณภาพ มีศักยภาพ มีความพร้อมที่จะช่วยตัวเองได้ ไม่เป็นภาระแก่สังคมที่เรียกกันว่าพลัมพลัง (Active Aging) ซึ่งสามารถทำได้โดยกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันที่เหมาะสมให้แก่ผู้สูงอายุ

การส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุนั้นมีความสำคัญ จากข้อเท็จจริงในงานวิจัยสอดคล้องกันพบว่าผู้สูงอายุมีศักยภาพยังคงสามารถทำงานได้ มีศักยภาพในการช่วยเหลือสังคม หรือการมีกิจกรรมรวมกลุ่มที่ก่อประโยชน์อีกหลากหลายนั้นเป็นจำนวนมากเช่นกัน ซึ่งในส่วนของการใช้ความรู้ความสามารถเพื่อพัฒนาตนเองและกลุ่มนั้น การมีจุดสนใจ ความต้องการร่วมกันในกิจกรรมต่าง ๆ ตามบริบทแต่ละท้องถิ่น ได้ทำมีการรวมตัวเป็นชมรมผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาตนเองเพิ่มขึ้น ดังข้อมูลจาก 21,185 ชมรมในปีพ.ศ. 2552 เป็น 23,040 ชมรมในปีพ.ศ. 2556 นอกจากนั้นยังมีอีกเป็นจำนวนมากที่ได้รับการยกย่องเชิดชูจากสังคม เช่น การได้รับประกาศเกียรติคุณเป็นศิลปินแห่งชาติใน รวมทั้งการมีศักยภาพด้านการอนุรักษ์และการถ่ายทอดภูมิปัญญาอีกด้วย ซึ่งนับว่าผู้สูงอายุเหล่านี้เป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing) จึงกล่าวได้ว่า ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing) หมายถึง ผู้สูงอายุที่ดูแลตัวเองได้ (Self-care) พึ่งตนเองได้ (Self-reliance) ทำในสิ่งที่ปรารถนาได้ตามศักยภาพของตน ทำประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคม มีความพึงพอใจในชีวิตความเป็นอยู่ในปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับความเปลี่ยนแปลงที่จะมาถึง ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพจะแสดงออกถึงคุณลักษณะที่สำคัญ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร และคณะ, 2549: 103-104)

ผู้สูงอายุไทยที่มีศักยภาพอีกจำนวนมากไม่ได้รับการส่งเสริม และสนับสนุนให้เป็นพลังในการพัฒนาประเทศ แม้ว่าสังคมไทยในภาพรวมจะเริ่มตื่นตัวเห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น จากสถิติการเพิ่มของประชากรผู้สูงอายุอย่างรวดเร็วและมากขึ้นก็ตาม หากพบว่าปัจจุบันการให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุลดลง และมีทัศนคติในเชิงลบที่ว่า “ผู้สูงอายุเป็นภาระมากกว่าจะเป็นพลัง” จึงเป็นสิ่งที่มีความกระทบทางจิตใจของผู้สูงอายุ ทั้งทำให้ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพไม่ได้รับการสนับสนุนที่เพียงพอในการถ่ายทอดความรู้ ภูมิปัญญาสู่คนรุ่นใหม่ และการให้คำปรึกษาในด้านต่าง ๆ ได้อย่างเต็มศักยภาพอีกด้วย จึงเป็นเรื่องสำคัญในการศึกษาพัฒนาการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุให้เข้มแข็ง ตลอดจนพัฒนาให้ผู้สูงอายุที่จะพึ่งพิงตนเองได้อย่างแท้จริง และต้องการปรับเปลี่ยนทัศนคติด้านลบของคนพหุวัยที่มีต่อผู้สูงอายุ เพื่อสร้างสังคมการเห็นคุณค่าในการอยู่ร่วมกันและก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพลังอย่างสมบูรณ์ในอนาคต

สำหรับคำนิยามว่า ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing) หรือผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพลัง นั้นเป็นเป้าหมายที่ยิ่งใหญ่ที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตที่สุขสมบูรณ์อย่างแท้จริง ซึ่งนิยามหรือแนวคิดนี้ได้ถูกเสนอโดย องค์การอนามัยโลก (WHO) ตั้งแต่ช่วงปลายทศวรรษที่ 90 เพื่อหาแนวทางการแก้ปัญหาประชากรสูงอายุที่กำลังเพิ่มมากขึ้นในอนาคต รวมทั้งมุ่งหมายให้เป็นกรอบการแก้ไขปัญหาอย่างยั่งยืนแท้จริง ในการสร้างความสุขสมบูรณ์ หรือคุณภาพชีวิตที่ดีครบทุกมิติแก่ประชากรผู้สูงอายุทั่วโลก กล่าวได้ว่าเป็นความพยายามปรับเปลี่ยนแนวคิดจาก ความต้องการพื้นฐาน (need-based) ที่มีผู้สูงอายุเป็นกลุ่มเป้าหมายแบบถูกกระทำ (passive targets) เป็นแนวคิดสิทธิขั้นพื้นฐาน (rights-based) จากหลักการพื้นฐานผู้สูงอายุขององค์การสหประชาชาติประกอบด้วย หลักการมีเสรีภาพ (independent) หลักการมีส่วนร่วม (participation) การได้รับการดูแล (care) การบรรลุความพึงพอใจในตนเอง (selffulfillment) และ ความมีศักดิ์ศรี (dignity) ที่ได้ตระหนักถึงสิทธิของประชาชนอย่างเท่าเทียม เป็นการปฏิบัติในทุกมิติของชีวิต ตามวัยหรือเหมาะสมกับอายุของผู้สูงอายุ ซึ่งการมีศักยภาพนั้นทุกภาคส่วนจะสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมรับผิดชอบ และมีส่วนร่วมในกระบวนการทางการเมืองและอื่น ๆ ของวิถีชุมชน (วันดี โภคะกุล, 2549: 3-5) อาจจะสามารถกล่าวได้ว่าแนวคิดผู้สูงอายุที่มีศักยภาพแบบรอบด้าน อย่างการมีภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุนั้นต้องยึดการให้คุณค่าในความเป็นมนุษย์ ความมีศักดิ์ศรีแห่งตน และความร่วมมือร่วมในสังคมร่วมกัน

การเสนอกรอบเป้าหมายสังคมผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพลังขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) ได้เสนอกรอบที่เป็นองค์ประกอบหลักของการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing) ใน 3 องค์ประกอบหลัก อันได้แก่ สุขภาพ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม และการมีหลักประกันความมั่นคงใน (Health, Participation and Security) เป็นองค์ประกอบสำคัญ โดยคาดว่าภาวะพลัดพลังเป็นแนวทางเดียวที่จะแก้ไขปัญหาผู้สูงอายุได้ดังกล่าวข้างต้น และเสนอแนวทางนี้ให้ประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกนำไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชากรผู้สูงอายุอย่างแท้จริงด้วย รวมทั้ง

กรอบนี้มุ่งให้ความหมายของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing) โดยเน้นลำดับที่ปัจจัยด้านสังคมเป็นหลักสำคัญด้วย กล่าวคือ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การมีสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว เพื่อน และชุมชน หรือการบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ ประเด็นที่ให้ความสนใจถัดมาคือประเด็นทางเศรษฐกิจ ทั้งการมีส่วนร่วมทางเศรษฐกิจ และเป็นความมั่นคงในชีวิต ขณะที่ให้ความสนใจด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตเป็นลำดับหลังด้วย

ในประเทศไทย คำว่า Active Ageing มีผู้แปลเป็นภาษาไทยแตกต่างกันไป เช่น “พลฒิพลัง” “วุฒิวัย” และ “ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ” กล่าวได้ว่า นักวิชาการของไทยให้ความหมายของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพโดยให้สำคัญกับสุขภาพกายเป็นหลัก ความสามารถในการดูแลพึ่งตนเองได้ ตลอดจนการบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคม หรือการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของ ชุมชน และสังคม อีกทั้งการมีอิสระ ความพอใจในชีวิต ตลอดจน การพัฒนาทางจิตและปัญญา ศักยภาพของผู้สูงอายุไทยพิจารณาจากการที่ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน และสังคม โดยใช้ทักษะความรู้ ความสามารถและภูมิปัญญาของตนให้เป็นประโยชน์ (ข้อมูลจากรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2555)

ภาครัฐได้ส่งเสริมและตระหนักถึงความสำคัญของการรวมกลุ่มผู้สูงอายุ การดำเนินงานขององค์กรภาคีเครือข่ายด้านต่าง ๆ ในการเข้ามามีส่วนร่วมในการกำหนดแนวทางการส่งเสริมพลังทางปัญญา และสร้างเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาให้สังคมไทยในศตวรรษหน้าให้เป็น “สังคมผู้สูงอายุไทยที่มีคุณภาพ และพึ่งพาตนเองได้อย่างมีคุณค่าอีกด้วย” ซึ่งแนวทางการพัฒนาเพื่อเป็นสังคมผู้สูงอายุที่มีภาวะพลฒิพลัง จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจและการรวมกลุ่มกันของผู้สูงอายุเพื่อให้เกิดพลังการขับเคลื่อนจากฐานรากของกลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาแตกต่างกัน ตามบริบทชุมชนและสังคมโดยความสำคัญนั้นปรากฏในแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 ดังกล่าวมาข้างต้น ซึ่งเป็นแผนระยะยาวที่มีนโยบายให้ความสำคัญต่อวงจรชีวิต และความสำคัญของคนในสังคมที่มีความเกี่ยวพันกับผู้สูงอายุไม่ทางใดก็ทางหนึ่งและจะต้องเข้าสู่ระยะวัยสูงอายุตามวงจรชีวิตที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ โดยกำหนดยุทธศาสตร์ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการเตรียมความพร้อมของประชาชนเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุ ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ด้านการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนาทางด้านผู้สูงอายุระดับชาติและการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ และด้านการประมวลและพัฒนาองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุและการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ (คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี, 2545) นอกจากนี้พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ ที่ระบุว่าผู้สูงอายุผู้มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริมการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะการส่งเสริมจากกลุ่มภาคีเครือข่ายที่มีบทบาทในการดูแล สนับสนุน และมีส่วนร่วม เพื่อให้บุคคลได้มีการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งก็มุ่งไปสู่การสร้างสังคมผู้สูงอายุไทยที่มีคุณภาพดังกล่าว

ในอนาคตประเทศไทยจะเป็นสังคมผู้สูงอายุ การรวมกลุ่มและการมีส่วนร่วมทางสังคมมีส่วนสำคัญในการขับเคลื่อนพลังกลุ่มผู้สูงอายุให้เข้มแข็ง ดังที่มีการตั้งองค์การภาคีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ดังเช่น ชมรมผู้สูงอายุในประเทศไทยที่เป่าประสงคให้ผู้สูงอายุรวมตัวกันมาจากความต้องการ ความสนใจ การมีทัศนคติด้านบวกในการมีส่วนร่วมทางสังคมในด้านต่าง ๆ ร่วมกันเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุทั้งระดับปัจเจกบุคคลและระดับสังคมผู้สูงอายุไทย รวมทั้งการให้โอกาสที่เหมาะสม มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคน้อย มีความสามารถทางกาย สามารถพึ่งพาตนเองและมีส่วนร่วมทางสังคม มีคุณค่าและศักดิ์ศรีแห่งตน จากการประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ 2553 จัดโดยสมาคมนักประชากรไทยได้มองว่า ทำให้ช่วยเหลือตนเองได้ มีส่วนร่วม ในครอบครัวและสังคม และมีความมั่นคงในชีวิต เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้เท่าเทียมกับประชากรวัยอื่น (WHO, 2545)

นักวิชาการไทยระบุว่า ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active aging) เป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี มีความคล่องแคล่วว่องไว สามารถเคลื่อนไหวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดูแลและพึ่งตนเองได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี ทำประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคม และมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัว ชุมชนและ สังคม รวมทั้งสมาชิกอื่นในสังคม (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2551: 140) แต่การศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุไทยในภาพรวม และในมิติต่าง ๆ พบว่ายังมีงานด้านวิชาการและการวิจัยให้ความสนใจน้อยมากเช่นในงานของ Thanakwang and Soonthornhdaha (2006)ซึ่งศึกษาในการวัดระดับภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุเฉพาะกลุ่มโดยใช้ข้อมูลการสำรวจผู้สูงอายุในปีพ.ศ.2545 และเช่นเดียวกับงานของ Yatniyom (2005) ซึ่งเป็นการศึกษาภาวะพลัดพรากที่มุ่งกรณีศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุที่มีสถานะทางสังคมสูง และส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยด้านการสงเคราะห์และด้านสุขภาพผู้สูงอายุเป็นสำคัญ ดังนั้นงานวิจัยศึกษาค้นคว้าจึงให้ความสนใจกับการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพลัดพรากของชมรมผู้สูงอายุไทยที่มุ่งเน้นศึกษาการเพิ่มความเข้มแข็งและขีดความสามารถของชมรมผู้สูงอายุและกระบวนการสมาชิกผู้สูงอายุ เพื่อสามารถเป็นพลังเสียงให้กลุ่มผู้สูงอายุได้มีบทบาทในการพัฒนาศักยภาพตนเองอย่างเต็มที่ และเป็นต้นแบบสำคัญในการปรับทัศนคติที่สังคมมีต่อผู้สูงอายุจากมุมมองที่สังคมมีทัศนคติว่าผู้สูงอายุเป็นภาระและไร้คุณค่าไปสู่การปรับเปลี่ยนให้เป็นพลังผู้สูงวัย ซึ่งผู้สูงอายุเป็นมากกว่าคนแก่หรือคนชรา หากสามารถที่จะช่วยพัฒนาสังคมไทยในมิติต่าง ๆ ต่อไปได้ รวมทั้งการเป็นองค์การภาคีที่จัดรูปแบบกิจกรรมในการส่งเสริมการแก้ปัญหาผู้สูงอายุได้อย่างเป็นระบบในการพัฒนาภาวะพลัดพรากผู้สูงอายุไทยอย่างแท้จริง โดยจากข้อมูลวิจัยยังไม่มีการศึกษามาก่อน และใช้กรอบแนวคิดขององค์การอนามัยโลกที่ระบุว่าผู้สูงอายุที่มีพลัดพรากต้องมืองค์ประกอบทั้งด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วม และความมั่นคงในชีวิต เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ (WHO, 2002) เป็นแนวทางการนิยามและองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุที่สำคัญอย่างยิ่ง

โดยสรุปจะพบว่าประเทศไทยทั้งภาครัฐและภาคส่วนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ นั้นได้มีการตื่นตัวในการวางแผน นโยบาย รวมทั้งการดำเนินงาน หากในส่วนของภาคปฏิบัติในการขับเคลื่อนรูปแบบที่จะศึกษาทั้งส่วนงานวิชาการและงานวิจัยยังมีน้อย ไม่เพียงพอ รวมทั้งการขาดการบูรณาการเชื่อมโยงข้อมูลอย่างต่อเนื่อง และไม่รองรับในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ อันจะนำไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพิพลัง (Active Aging) ซึ่งจะเป็นกลไกที่สำคัญมากในการสร้างสังคมผู้สูงอายุไทยที่มีพหุพิพลัง (Thai Active Aging Society) อันจะเป็นแนวทางการแก้ปัญหาการมีกลุ่มประชากรผู้สูงอายุเพิ่มอย่างมีคุณภาพ และเป็นแนวการสร้างสรรค์ให้ผู้คนตระหนักในคุณค่าของคนผู้สูงวัย รวมทั้งเกิดประโยชน์ต่อชาติทั้งทางเศรษฐกิจสังคมได้อีกด้วย โดยถือว่าแนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ ผู้เป็นพลังอย่างแท้จริงที่จะเป็นแนวทางสนับสนุนระดับนานาชาติทั่วทั้งโลกให้ผู้สูงอายุมีศักยภาพที่เหมาะสม ด้วยการมีสุขภาพดี (Health) การมีส่วนร่วม (Participation) และการมีหลักประกัน (Security) ให้มีความเป็นรูปธรรม และเชื่อมโยงกันอย่างยั่งยืนตามกรอบเป้าหมายสูงสุดการพัฒนาผู้สูงอายุขององค์การอนามัยโลกที่มุ่งหวังให้ประชากรผู้สูงอายุทั่วทั้งโลกไปถึงจุดหมายนั้นด้วยทุกคน

งานวิจัยชิ้นนี้มุ่งเสนอการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพิพลังของผู้สูงอายุไทย เพื่อมุ่งพัฒนารูปแบบในการส่งเสริมภาวะพหุพิพลังในมิติต่าง ๆ ที่สำคัญ ภายใต้กรอบแนวทางการพัฒนาระดับโลกขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) โดยศึกษาข้อเสนอต่าง ๆ การวิจัยที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ นำไปสู่การขับเคลื่อนในเชิงนโยบายสาธารณะต่อไป จากความสำคัญของปัญหาที่ได้กล่าวมาทั้งหมด สะท้อนให้เห็นความจำเป็นใน การวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพิพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย” เพื่อการพัฒนาผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพและมีประสิทธิภาพ อันนำไปสู่การเตรียมการเป็นสังคมผู้สูงอายุไทยที่มีพหุพิพลัง ให้เป็นรูปธรรมและสร้างพลังการเปลี่ยนแปลงต่อมุมมองทางสังคมที่มีต่อผู้สูงวัยไทย โดยมีแกนหลักการพัฒนาศักยภาพของชมรมผู้สูงอายุที่เป็นต้นแบบ ให้เป็นตั้ง “ผู้สูงวัยที่เป็นทรัพยากรมนุษย์อันมีค่า มีประโยชน์ และพึ่งพาตนเองได้อย่างมีความสุขต่อไป”

คำถามการวิจัย

1. ระดับภาวะพหุพิพลังของผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบันเป็นอย่างไร
2. วิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ(Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพิพลังของผู้สูงอายุไทยเป็นอย่างไร
3. การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพิพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุควรเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน
2. เพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัยที่ใช้ครั้งนี้ แบ่งการนำเสนอออกเป็น 4 ประเด็น คือ 1.ขอบเขตด้านพื้นที่ 2.ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง 3.ขอบเขตด้านเนื้อหา และ 4.ขอบเขตด้านเวลา มีรายละเอียด ดังนี้

1. ขอบเขตด้านพื้นที่

ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศ ที่ได้รับการรับรองจากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

โดยเลือกเน้นการศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศเชิงลึกใน 3 พื้นที่สำคัญ ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช และชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย จ.นครราชสีมา กับ 1 พื้นที่ชมรมผู้สูงอายุทั่วไป ชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช

2. ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรครั้งนี้ประกอบด้วย ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุ และกรณีชมรมผู้สูงอายุที่มีวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ

2.1 ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรม ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างโดยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศ ที่ได้รับการรับรองจากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จำนวน 410 คน

โดยการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างดังกล่าวมาจากเกณฑ์การใช้สูตรของ W.G.Cochranกรณีไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน และเลือกใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายชั้น (Multi-stage Sampling) กับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศที่ได้รับการรับรองจากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

2.2 กรณีชมรมผู้สูงอายุที่มีวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ โดยพิจารณาด้วยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selective) ตามเกณฑ์ที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น

3. ขอบเขตด้านเนื้อหา

งานวิจัยชิ้นนี้เป็นการวิจัยการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย ดังนั้นขอบเขตด้านเนื้อหาในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ สภาพระดับปัจจุบันของภาวะพหุ

พลังผู้สูงอายุไทย วิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพลัง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังชมรมผู้สูงอายุไทย

4. ขอบเขตด้านเวลา

สำหรับระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 18 เดือนโดยเริ่มตั้งแต่วันที่ ๑ ธันวาคม พ.ศ.2558 – พฤษภาคม พ.ศ.2560

นิยามศัพท์เฉพาะ

ผู้สูงอายุ (Aging) หมายถึง บุคคลเพศหญิงและเพศชายที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปและมีสัญชาติไทยโดยนิยามผู้สูงอายุอย่างเป็นทางการตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546

ผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพลัง (Active Aging) หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในการพึ่งตนเองได้ มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีการเรียนรู้ที่จะดูแลตนเองให้สมบูรณ์พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีส่วนร่วมในสังคม ไม่เป็นภาระแก่สังคมและรวมถึงการได้ช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมได้อีกด้วย

การพัฒนาารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลัง หมายถึง แนวทางการพัฒนากระบวนการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุโดยใช้แนวคิดการเสริมพลังอำนาจเพื่อพัฒนาศักยภาพครบทั้ง 3 องค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ การมีสุขภาพดี การมีส่วนร่วมทางสังคมและการมีความมั่นคงตามกรอบมโนทัศน์ขององค์การอนามัยโลก

ชมรมผู้สูงอายุ หมายถึง องค์กรที่เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ โดยมารวมกลุ่มด้วยความสมัครใจในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันเพื่อพัฒนาผู้สูงอายุในเรื่องสุขภาพกาย จิตใจและสังคม

วิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ หมายถึง แนวปฏิบัติที่ดีที่สุดหรือดีเยี่ยม ซึ่งเป็นวิธีการทำงานที่มีทั้งประสิทธิภาพและประสิทธิผล และสามารถนำมากำหนดเป็นมาตรฐานหรือต้นแบบแนวทางได้

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. องค์ความรู้เกี่ยวกับระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน และวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย
2. รูปแบบของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย
3. รูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุที่ได้นั้นสามารถนำไปปรับประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมและพัฒนาองค์กรภาคที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้สูงอายุในพื้นที่ต่าง ๆ ที่มีลักษณะบริบทสังคมแตกต่างกันออกไปตามแต่ละพื้นที่

4. แนวทางสำหรับผู้สนใจที่จะศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุ
5. ผู้สูงอายุในพื้นที่เมื่อผ่านกิจกรรมการพัฒนาส่งเสริมพหุพลังในครั้งนี้จะมีความรู้และความสามารถในการดูแลตนเองและชุมชน



บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่อง “การพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย” ในครั้งนี้ เป็นการศึกษาสภาพปัจจุบันของระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย กรณีศึกษาที่ดีของชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ และเพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย โดยผู้วิจัยได้ศึกษาถึงแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการวิจัยในครั้งนี้ การศึกษาแบ่งการนำเสนอออกเป็น 5 ประเด็นสำคัญ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

- ตอนที่ 1 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับผู้สูงอายุไทย
 - 1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ
 - 1.2 การเปลี่ยนแปลงและปัญหาที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ
- ตอนที่ 2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุ
 - 2.1 แนวคิดและทฤษฎีภาวะสูงอายุ
 - 2.2 แนวคิดผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing)
 - 2.3 แนวคิดการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment)
 - 2.4 แนวคิดการเรียนรู้และการเรียนรู้ของผู้ใหญ่
 - 2.5 แนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการจัดการศึกษานอกระบบ
- ตอนที่ 3 แนวทางแผนนโยบายและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ
- ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบ
 - 4.1 ความหมายของการพัฒนารูปแบบ
 - 4.2 การสร้างและการพัฒนารูปแบบ
- ตอนที่ 5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 1 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับผู้สูงอายุไทย

1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุโดยทั่วไป หมายถึง บุคคลที่มีชีวิตอยู่ในช่วงวัยสุดท้ายของชีวิต ซึ่งเป็นวัยเสื่อมทางด้านร่างกาย จิตใจ และหน้าที่การงานทางสังคม ซึ่งแต่ละคนจะปรากฏอาการเสื่อมแตกต่างกัน นอกจากอาการเสื่อมดังกล่าวแล้ว ยังได้ใช้เกณฑ์อายุ 60 ปี เป็นเกณฑ์สากล เพื่อให้ทราบว่

บุคคลใดสมควรเป็นผู้สูงอายุ สำหรับความหมายผู้สูงอายุในทางวิชาการนั้น มีผู้ให้ความหมายไว้หลากหลาย ดังนี้

องค์การสหประชาชาติ ซึ่งได้จัดสมัชชาโลกเกี่ยวกับผู้สูงอายุเมื่อปี พ.ศ.2525 ณ กรุงเวียนนา ประเทศออสเตรเลีย ได้ให้ความหมายของคำว่า “ผู้สูงอายุ” คือ บุคคลทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป

Grandall (1980) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุว่า คือ กระบวนการของบุคคลที่เจริญเติบโตไปสู่การมีวัยสูงขึ้น ซึ่งปกติแล้วบุคคลจะเติบโตขึ้นเรื่อย ๆ ในช่วงอายุ 25-30 ปี และหลังจากนั้นร่างกายจะเสื่อมถอยลง โดยบุคคลที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป นั้นถือเป็นผู้สูงอายุ

ฝน แสงสิงแก้ว (2526) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า เป็นบุคคลในช่วงสุดท้ายของวงจรชีวิต ซึ่งจะเริ่มต้นตั้งแต่วัยทารก วัยเด็ก วัยหนุ่มสาว และวัยชรา และกำหนดเกณฑ์ปลดเกษียณจากราชการคือ ตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นการเริ่มต้นของวัยชรา

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2528) ได้แยกระดับ คือ อายุระหว่าง 60-75 ปีเรียกว่า วัยเริ่มมีอายุ (Young old) และระยะที่ 2 อายุตั้งแต่ 75 ปีขึ้นไป เรียกว่า เป็นวัยที่มีอายุเต็มที่ (old หรือ really old)

กรมประชาสงเคราะห์ (2530) ได้ให้ความหมายคำว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง การพัฒนาเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องในระยะสุดท้ายของช่วงอายุของมนุษย์ ความสูงอายุนี้จะเริ่มตั้งแต่เกิดมา และดำเนินการต่อเนื่องไปจนสิ้นสุดอายุขัยของสิ่งที่มีชีวิตนั้น และกำหนดให้บุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นผู้สูงอายุ

สมศักดิ์ ศรีสันติสุข (2539) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า หมายถึงบุคคลที่สังคมได้กำหนดเกณฑ์อายุเมื่อมีชีวิตอยู่ในช่วงวัยสุดท้ายของชีวิต ซึ่งเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม

บรรลุ ศิริพานิช (2542: 24-25) อธิบายว่าคนเมื่อเกิดและเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่และสุดท้ายเป็นผู้สูงอายุ หรือบางที่เรียกว่า คนแก่ คนชรา คนเฒ่า (The Aged, Aging, Old Man) ซึ่งสามารถเรียกผู้สูงอายุได้ตามลักษณะหลายลักษณะทางสรีระที่ปรากฏ เช่น ผมหงอก ผิวหนังย่น เป็นต้น การเรียกผู้สูงอายุตามปีปฏิทิน ซึ่งในแต่ละภูมิภาคก็กำหนดความเป็นผู้สูงอายุที่แตกต่างกัน อาทิเช่น ภูมิภาคยุโรปและอเมริกามักเรียกคนอายุ 65 ปีขึ้นไป ว่าเป็นผู้สูงอายุ ในขณะที่ภูมิภาคอื่นรวมทั้งเอเชียเรามักเรียกคนอายุ 60 ปีขึ้นไป ว่าเป็นผู้สูงอายุ การเรียกผู้สูงอายุตามลักษณะทางสังคม โดยอาศัยตำแหน่ง บทบาท อำนาจหน้าที่ ตามความรับผิดชอบ ซึ่งคนที่อยู่ในระดับที่สูงกว่า มักถูกเรียกว่าผู้สูงอายุทั้ง ๆ ที่เขาเหล่านั้นอาจจะยังไม่แก่ หรืออายุยังไม่มาก

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2547) อ้างตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ได้กำหนดว่าผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลซึ่งมีอายุเกิน 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทย

ส่วนผู้ที่ทำงานวิชาการเกี่ยวกับผู้สูงอายุ (Gerontologists) ได้กำหนดหลักเกณฑ์ของความเป็น ผู้สูงอายุไว้ 4 ประเภท คือ (Hall, 1976, อ้างถึงใน กชกร สังชาติ, 2538)

1. การสูงอายุตามวัย (Chronological aging) หมายถึง การนับจำนวนอายุจริงตามปีปฏิทิน โดยนับจากปีที่เกิดเป็นต้นไป
2. การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological aging) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เกิดขึ้นทั้งด้านสภาพ เช่น ผิวหนังเหี่ยวย่น ผมหงอก เป็นต้น และกระบวนการหน้าที่ที่ปรากฏขณะที่มีอายุเพิ่มมากขึ้น
3. การสูงอายุตามสภาพจิตใจ (Psychological aging) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงในหน้าที่ของการรับรู้แนวความคิด ความจำ การเรียนรู้ เซาว์ปัญญาและลักษณะบุคลิกภาพที่ปรากฏในระยะต่าง ๆ ของชีวิตแต่ละคน เช่น เกิดความกลัวในการถูกทอดทิ้ง ความจำเสื่อม ใจน้อย เป็นต้น
4. การสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological aging) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่ สถานภาพของบุคคลในระบบสังคม เช่น ครอบครัว หน่วยงานของราชการสโมสร และอื่น ๆ เป็นต้น

สรุกล เจนอบรม (2541: 6-7) ได้กำหนดการเป็นบุคคลสูงอายุว่า บุคคลผู้จะเข้าข่ายเป็นผู้สูงอายุ สามารถพิจารณาได้จากเกณฑ์ที่แตกต่างกันดังนี้

1. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากอายุจริงที่ปรากฏ (Chronological Aging) จากจำนวนปี หรืออายุที่ปรากฏจริงตามปีปฏิทินโดยไม่นำเอาปัจจัยอื่นมาร่วมพิจารณาด้วย
2. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Physiological Aging หรือ Biological Aging) กระบวนการเปลี่ยนแปลงนี้จะเพิ่มขึ้นตามอายุขัยในแต่ละปี
3. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ (Psychological Aging) จากกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ สติปัญญา การรับรู้และเรียนรู้ที่ถดถอยลง
4. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากบทบาททางสังคม (Sociological Aging) จากบทบาทหน้าที่ทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป การมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคล ตลอดจนความรับผิดชอบในการทำงานลดลง

นักวิชาการให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้มากมายซึ่งเกณฑ์ที่กำหนดความเป็นผู้สูงอายุนั้นมีความหมายแตกต่างกันตามสังคม และระยะเวลาของผู้สูงอายุในการกำหนดว่าเป็นผู้สูงอายุในสังคมดั้งเดิมนั้น แต่ละสังคมมักใช้บทบาทที่ผู้สูงอายุมีต่อสังคมเป็นเกณฑ์ บทบาทต่าง ๆ นี้

มักจะเป็นบทบาทที่แสดงถึงความเป็นผู้นำ และมีความรับผิดชอบสูง ส่วนในสังคมสมัยใหม่มักจะใช้อายุตามปฏิทิน เป็นเกณฑ์ในการกำหนดความเป็นผู้สูงอายุ และจากการกำหนดขององค์การสหประชาชาติ (United Nations) ได้มีข้อตกลงร่วมกันโดยให้ความหมายของคำว่า “ผู้สูงอายุ” ในการประชุมที่กรุงเวียนนา ประเทศออสเตรีย ปี พ.ศ.2505 หมายถึง บุคคลทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ถือเป็นผู้สูงอายุ และใช้เป็นมาตรฐานเดียวกันทั่วโลก

จากความหมายของผู้สูงอายุดังกล่าว จึงพอสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่อยู่ในวัยช่วงสุดท้ายของชีวิต เป็นผู้ที่มิคุณค่ามีศักดิ์ศรี และได้ทำประโยชน์ให้แก่สังคมมาเป็นระยะเวลายาวนาน การกำหนดให้บุคคลเป็นผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับลักษณะของสังคมแต่ละสังคม ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดให้ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไปมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่เป็นภาระสังคมพึ่งพาตนเองได้ และเป็นผู้มีคุณค่าต่อสังคมโดยรวม

1.2 การเปลี่ยนแปลงและปัญหาที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

จากสภาพการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุที่เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง และมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิต อันประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ การเปลี่ยนแปลงทางสังคม รวมทั้งด้านเศรษฐกิจนั้นส่งผลต่อผู้สูงอายุเกิดปัญหาที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ จากการสำรวจของสถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ (2540) พบว่า ผู้สูงอายุที่มีปัญหาส่งผลทำให้เกิดความรู้สึกอ้างว้างได้ ซึ่งเรียงลำดับความสำคัญดังต่อไปนี้ คือ

1. ปัญหาทางเศรษฐกิจอันมีสาเหตุจากรายได้ไม่แน่นอน
2. ปัญหาสุขภาพอนามัยทรุดโทรม
3. ปัญหาขาดเพื่อนสนิท ทำให้รู้สึกโดดเดี่ยว
4. ปัญหาที่ไม่รู้จะมีชีวิตอยู่ไปเพื่อใคร
5. ปัญหาความสัมพันธ์กับครอบครัว
6. ปัญหาเกี่ยวกับทรัพย์สินสมบัติและอื่น ๆ

โดยการเปลี่ยนแปลงวัยในผู้สูงอายุ ได้มีผู้ศึกษาและอธิบายถึงสภาพของการเปลี่ยนแปลงวัยผู้สูงอายุที่มีผลจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจอารมณ์ และสังคมซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการเสื่อมโทรมของร่างกาย

วันเพ็ญ วงศ์จันทร์ (2539: 10) ได้เสนอสภาพผู้สูงอายุที่มีผลจากการเปลี่ยนแปลง 3 ประการใหญ่ ได้แก่

1. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จำแนกออกตามระบบของร่างกายได้ ดังนี้
 - 1.1 ระบบผิวหนัง ผิวหนังบางลง เพราะเซลล์ผิวหนังมีจำนวนลดลงเซลล์ที่เหลือเจริญช้าลง อัตราการสร้างเซลล์ใหม่ลดลง

1.2 ระบบประสาทและระบบสัมผัส เซลล์สมอง และเซลล์ประสาท มีจำนวนลดลง ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก จำนวนและขนาดเส้นใยของเซลล์กล้ามเนื้อลดลงมีเนื้อเยื่อพังพืดเข้ามาแทนที่มากขึ้น

1.3 ระบบการไหลเวียนโลหิตหลอดเลือดมีขนาดใหญ่ขึ้น ความยืดหยุ่นของเนื้อหลอดเลือดลดลง

1.4 ระบบทางเดินอาหารพินของผู้สูงอายุไม่แข็งแรงพินเริ่มบางลงเซลล์สร้างพินลดลงพินพุง่ายขึ้น ผู้สูงอายุไม่ค่อยมีพินเหลือต้องใส่พินปลอมทำให้การเคี้ยวอาหารไม่สะดวกต้องรับประทานอาหารอ่อนและย่อยง่าย

1.5 ระบบทางเดินปัสสาวะและระบบสืบพันธุ์ผู้สูงอายุมีขนาดของไตลดลง การไหลเวียนโลหิตในไตลดลงในเพศชาย ต่อมลูกหมากโตขึ้นทำให้ปัสสาวะลำบาก ต้องถ่ายบ่อยลูกอัณฑะเทียวเล็กลง และผลิตเชื้ออสุจิได้น้อยลง ส่วนในเพศหญิง รังไข่จะฝ่อเล็กลง ปีกมดลูกเทียวมดลูกมีขนาดเล็กลง

1.6 ระบบต่อมไร้ท่อต่อมใต้สมองจะมีการเปลี่ยนแปลงรูปร่างและทำงานลดลง ผู้สูงอายุจะเกิดอาการอ่อนเพลียเบื่ออาหารและน้ำหนักลดลง

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์จะมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เนื่องจากความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายการสูญเสียบุคคลใกล้ชิดการแยกไปของสมาชิกในครอบครัว และการหยุดจากงานที่ทำอยู่เป็นประจำเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ

3. การเปลี่ยนแปลงทางสังคมการเปลี่ยนแปลงทางสังคมนั้นเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องประสบภาระหน้าที่ และบทบาทของผู้สูงอายุจะลดลงมีข้อจำกัดทางร่างกายทำให้ความคล่องตัวในการคิด การกระทำการสื่อสาร สัมพันธภาพทางสังคมมีขอบเขตจำกัดความห่างเหินจากสังคมมีมากขึ้น ความมีเหตุผล และการคิดเป็นไปในทางลบเพราะสังคมมักจะประเมินว่าความสามารถในการปฏิบัติลดลงถึงแม้ว่าจะมีผู้สูงอายุบางคนแสดงให้เห็นว่าความมีอายุมิได้เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินบทบาทและหน้าที่ทางสังคมก็ตาม

กรมการศึกษานอกโรงเรียน (2541: 37-38) ได้นำเสนอข้อมูลการเปลี่ยนแปลงวัยของผู้สูงอายุดังนี้

1. ด้านร่างกายเซลล์ในร่างกายมนุษย์มีการเจริญและเสื่อมโทรมตลอดเวลา โดยในผู้สูงอายุมีอัตราการเสื่อมโทรมมากกว่าการเจริญทั้งนี้การเสื่อมโทรมทางจิตจะทำให้มีความรู้สึกโดดเดี่ยว

2. ระบบหายใจเสื่อมสภาพลงเพราะ อวัยวะในการหายใจเข้า-ออกลดความสามารถในการขยายตัว ปอดเสียความยืดหยุ่น ฤงลมแตกเปลี่ยนแก๊สลดน้อยลง ปอดรับออกซิเจนได้น้อยลง

3. ระบบการไหลเวียนเลือดหัวใจ หลอดเลือด มีเนื้อเยื่ออื่นมาแทรกมากขึ้น ทำให้การสูบฉีดเลือดของหัวใจไม่แข็งแรงเหมือนเดิมมีปริมาณสูบฉีดลดลงหลอดเลือดแข็งตัว และแรงดันเลือดสูงขึ้นส่งผลให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะลดปริมาณลง

4. สติปัญญาของผู้สูงอายุสติปัญญาเริ่มเสื่อมถอยเชิงข้อจำกัดใช้เวลาในการคิดวิเคราะห์ ทบทวนนานกว่าจะตัดสินใจได้การตอบโต้ทางความคิดไม่ฉับพลันทันทีแต่มีเหตุผลและประสบการณ์เป็นข้อมูลพื้นฐานในการคิดและตัดสินใจแต่บางครั้งไม่กล้าตัดสินใจอะไร

5. การเรียนรู้ของผู้สูงอายุการเรียนรู้เรื่องใหม่ ๆ หรือเทคโนโลยีใหม่ของผู้สูงอายุเป็นไปได้ช้าต้องใช้เวลาเรียนรู้นานกว่าที่จะรู้ ปรับเปลี่ยนความคิด และการกระทำได้แต่การเรียนรู้ที่มีความสอดคล้องกับประสบการณ์เดิม และความรู้เดิมที่มีอยู่จะสามารถเรียนรู้ได้รวดเร็ว

6. พฤติกรรมและธรรมชาติของผู้สูงอายุที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้

6.1 ถ้าไม่มีกิจกรรมอะไรทำอยู่ว่าง ๆ จะรำคาญ และคิดฟุ้งซ่านหรืออาจจะบ่นพึมพำ

6.2 บางช่วงจะหลง ๆ ลืม

6.3 สายตาไม่ดี อ่านหนังสือที่มีขนาดอักษรตัวเล็กเกินไปไม่ได้และอ่านได้ไม่นาน

6.4 ชอบอ่าน ฟัง ดูข่าว ความก้าวหน้าและความเป็นไปของบ้านเมืองมากกว่าบันเทิง หรือตำราวิชาการ

6.5 มีช่วงเวลาของความสนใจยาวนาน และมีสมาธิดีถ้ามีความตั้งใจจะทำสิ่งใด จากข้อมูลที่ศึกษาการเปลี่ยนแปลงวัยสูงอายุข้างต้น สรุปได้ว่าการเปลี่ยนแปลงวัยสูงอายุเป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายเริ่มเสื่อมลงไปตามอายุของผู้สูงอายุซึ่งสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ความสนใจต่อสิ่งแวดล้อมตลอดจนบทบาทหน้าที่และสัมพันธ์ภาพทางสังคมลดลงการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวส่งผลต่อการเกิดภาวะสุขภาพที่เจ็บป่วยของผู้สูงอายุหากไม่มีวิธีป้องกันและการจัดการภาวะสุขภาพที่เหมาะสมมากพอ

อ่อนนุช อิศราพานิชย์ (2552) พบว่าปัญหาของผู้สูงอายุไทย สรุปดังนี้

1. ด้านสุขภาพอนามัย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาด้านสุขภาพ เพราะเป็นวัยที่กำลังถดถอย ถูกโรคภัยเบียดเบียนได้ง่ายโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีปัญหาทางเศรษฐกิจและด้อยการศึกษาด้วยแล้ว จะขาดความรู้พื้นฐานในด้านการป้องกันและการรักษาสุขภาพอนามัยเบื้องต้นตั้งแต่วัยเด็กซึ่งจะเกิดปัญหาด้านสุขภาพต่อเนื่องตลอดช่วงชีวิตจนเข้าสู่วัยสูงอายุ การให้บริการและสวัสดิการต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะในเรื่องการรักษาพยาบาลประกอบกับความจำกัดของทรัพยากรทำให้การบริการต่าง ๆ ยังดำเนินการอยู่ในวงแคบไม่พอเพียงที่จะเอื้อให้ผู้สูงอายุได้ดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพและเหมาะสมกับวัย

2. ด้านการศึกษา จากการรายงานของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ.2543 พบว่า ผู้สูงอายุที่ไม่เคยเรียนหนังสือมีสัดส่วน 1 ใน 4 ของผู้สูงอายุทั้งหมด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะในอดีตระบบ การศึกษายังให้บริการไม่ทั่วถึงเหมือนในปัจจุบัน ส่วนผู้สูงอายุที่มีการศึกษาส่วนใหญ่มีการศึกษา ค่อนข้างน้อย คือ เป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 69.5 ของประชากรผู้สูงอายุทั้งหมด

3. ด้านความมั่นคงของรายได้และการทำงาน สังคมไทยเป็นสังคมเกษตรกรรมมา ตั้งแต่ดั้งเดิม ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นผู้ประกอบอาชีพเกษตรกรรม เมื่อมีอายุมาก ร่างกายไม่อำนวยต้อง หยุดทำงาน และทำให้ต้องประสบปัญหาการขาดรายได้ เนื่องจากไม่มีหลักประกันในชีวิต ประกอบ กับอาชีพเกษตรกรรมเป็นอาชีพที่มีรายได้ต่ำไม่สามารถเก็บออมไว้ใช้ในยามชราได้

4. ด้านสังคมและวัฒนธรรมการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเศรษฐกิจ มีผลให้ รูปแบบโครงสร้างของครอบครัวเปลี่ยนแปลงไปจากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยว ก่อให้เกิด ปัญหาผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งและไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้ สภาพแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรมที่ เปลี่ยนแปลงไป ให้การปรับตัวของผู้สูงอายุเป็นไปไม่ทันกับสภาพแวดล้อม ก่อให้เกิดความกดดัน ทางด้านจิตใจ ความเครียด ค่านิยม การแสดงออกที่วัยอื่น ๆ จะพึงมีต่อผู้สูงอายุเปลี่ยนไป ทำให้ ผู้สูงอายุต้องพยายามปรับตัวให้ยอมรับในสภาพต่าง ๆ อันจะก่อให้เกิดปัญหาทางด้านจิตใจ

5. ด้านสวัสดิการสังคมการให้บริการและสวัสดิการสังคมต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุยังมีขอบเขต และรูปแบบที่จำกัด ไม่เพียงพอ และไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ และ ปริมาณปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลง ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม ซึ่งผู้สูงอายุไม่ สามารถปรับตัวได้ทันสถานการณ์ต่าง ๆ ส่งผลให้ผู้สูงอายุขาดคนดูแล ถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพัง ขาดความอบอุ่น ขาดความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ขาดสังคม ขาดที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม ที่เหมาะสม ซึ่งผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาดังกล่าวนับวันจะทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้น

จากข้อมูลที่ศึกษาการเปลี่ยนแปลงวัยสูงอายุและปัญหาผู้สูงอายุข้างต้น ถือว่าการ เปลี่ยนแปลงวัยสูงอายุเป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมอวัยวะต่าง ๆ ของ ร่างกายเริ่มเสื่อมลงไปตามอายุของผู้สูงอายุซึ่งสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ความสนใจ ต่อสิ่งแวดล้อมตลอดจนบทบาทหน้าที่และสัมพันธ์ภาพทางสังคมลดลงโดยการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ส่งผลต่อการเกิดภาวะสุขภาพที่เจ็บป่วยของผู้สูงอายุหากไม่มีวิธีป้องกันและการจัดการภาวะสุขภาพที่ เหมาะสม ในท้ายสุดปัญหาผู้สูงอายุหลักสำคัญมาจากการเปลี่ยนแปลงทั้งทางกาย จิตใจ สังคมและ ภาวะเศรษฐกิจที่ก่อปัญหามากมายนั้นย่อมส่งผลทั้งระยะสั้นและระยะยาวอีกด้วย

สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย โดยสรุปพบว่า ประสบปัญหาที่มีประเด็นท้าทายในสังคม สูงวัย (รายงานประจำปีสถานการณ์ผู้สูงอายุไทยมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2556) ดังนี้

1. มิติทางสังคม ผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้นในอัตราที่รวดเร็วมก ในขณะที่จำนวนบุตรและประชากรในวัยแรงงานที่จะมาเกื้อหนุนมีแนวโน้มลดลงเกิด การลดลงของภาวะเจริญพันธุ์ ส่งผลให้จำนวนบุตรที่มีชีวิตของผู้สูงอายุลดลงและสัดส่วนของผู้สูงอายุที่ไม่มีบุตรเพิ่มขึ้น เกิดการเพิ่มขึ้นของสัดส่วนผู้ที่เป็นโสดและหย่าร้าง สัดส่วนของผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรลดลง สัดส่วนของผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวและอยู่ตามลำพังกับคู่สมรสเพิ่มขึ้นการ ย้ายถิ่นของบุตรมีมากและเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะผู้สูงอายุในชนบทเกิดการอยู่อาศัยแบบข้ามรุ่น กล่าวคือสัดส่วนของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยกับหลานตามลำพังมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ผู้หญิงมีภาระหนักขึ้นต้องดูแลทั้งผู้สูงอายุและเด็ก บุตรขาดความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังหรืออยู่ในภาวะทุพพลภาพ สัมพันธภาพของผู้ดูแลและปัญหาการใช้ความรุนแรงกับผู้สูงอายุ

2. มิติด้านเศรษฐกิจ แหล่งรายได้ของผู้สูงอายุมาจาก 2 แหล่ง กล่าวคือ 1) จากการทำงาน และ 2) จากบุตร โดยแตกต่างกันไปตามช่วงอายุ อายุยิ่งมากรายได้จากการทำงานก็ลดลง รายได้ส่วนใหญ่จะมาจากบุตรแทน บุตรยังคงเป็นแหล่งรายได้หลักของของประชากรสูงอายุเมื่อประชากรวัยแรงงานมี จำนวนน้อยลง สิ่งที่น่าเป็นห่วงคือ ภาษีที่จะนำมาช่วยเหลือผู้สูงอายุก็จะลดลงตามไปด้วย ในอดีตกลุ่มคนที่เสี่ยงต่อความยากจนคือกลุ่มเด็กแต่ในปัจจุบันเริ่มมีแนวโน้มพบว่ากลุ่มผู้สูงอายุโดยเฉพาะอายุ 60 ปีขึ้นไปจะได้รับการช่วยเหลือฟื้นฟูช้ากว่ากลุ่มคนวัยอื่น

3 มิติด้านสุขภาพ ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน โคเลสเตอรอลสูง โรคความดันเลือดสูงโรคหลอดเลือดสมองเพิ่มขึ้น ผู้สูงอายุเพศหญิงที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไปมีโอกาสเป็นผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้มากขึ้นผู้สูง อายุที่มีอายุมากขึ้นเรื่อย ๆ ก็ยิ่งเสี่ยงต่อภาวะทุพพลภาพมากขึ้นตามไปด้วย

ตอนที่ 2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของสูงอายุ

2.1 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับภาวะสูงอายุ

โดยทฤษฎีหรือแนวคิดสำหรับ กระบวนการสูงอายุหรือ ภาวะสูงอายุของบุคคลเกิด จากปัจจัยทั้งภายนอกและปัจจัยภายในในความรู้จากศาสตร์เพียงสาขาใดสาขาหนึ่งยังไม่สามารถอธิบาย การเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุได้อย่างสมบูรณ์ การสูงอายุเป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กันทั้งใน แนวตั้งและแนวนอน (Argyle & Martin, 1991: 77-95)

โดยในแนวตั้งให้พิจารณาว่าร่างกายของบุคคลมีองค์ประกอบนับตั้งแต่ โมเลกุล เซลล์ อวัยวะ บุคคล กลุ่มคน และสังคม ส่วนแนวนอนให้พิจารณาว่าบุคคลมีคุณลักษณะที่เชื่อมโยงกัน คือเริ่มจาก 1) การเป็นอยู่ (being) หมายถึง โครงสร้าง กายวิภาค และปฏิกิริยาชีวเคมี 2) แสดง พฤติกรรม (behaving) หมายถึง การทำหน้าที่ของโครงสร้าง แสดงออกโดยพฤติกรรม 3) การกลาย มาเป็น (becoming) หมายถึง พัฒนาการและกระบวนการเติบโตของมนุษย์ 4) การตายของเนื้อเยื่อ

จากอายุที่เพิ่มขึ้น 5) เมื่ออายุเพิ่มขึ้นการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีภายในร่างกายก็เพิ่มขึ้น ตัวอย่างเช่น การเปลี่ยนแปลงของต่อมสีในเนื้อเยื่อบางประเภทของร่างกาย เป็นต้น 6) อายุเพิ่มขึ้น การเปลี่ยนแปลงในลักษณะเสื่อมถอยในภาพรวมของร่างกายเพิ่มขึ้น 7) อายุเพิ่มขึ้นความสามารถในการปรับตัวต่อสภาวะการเปลี่ยนแปลงของบุคคลลดลง และอายุเพิ่มขึ้น ความต้านทานต่อโรคร้ายไข้เจ็บลดลงเช่นกัน และมีการกล่าวถึงกระบวนการสูงอายุน่าจะเป็นการสะสมของกระบวนการที่ซับซ้อนมากกว่า มีลักษณะค่อยเป็นค่อยไป ด้วยกลไกหลากหลายที่เกิดขึ้นในทุกระดับของร่างกายและการสูงอายุ การมีอายุยืนมีอิทธิพลมาจากยีน การแก่ หรือการสูงอายุเป็นการสะสมผลของปฏิกิริยาที่ซับซ้อนระหว่างปัจจัยต่าง ๆ อาทิ ยีน อาหาร อุบัติเหตุ ไวรัส สารพิษ ยาปฏิชีวนะ และอื่น ๆ และความแก่ไม่ใช่โรคแต่ความแก่นำสู่การเปลี่ยนแปลงมากมาย ทั้งนี้มีการให้นิยามเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสูงอายุไว้ว่า ความสูงอายุมีความหมายในแง่กาลเวลา โดยพิจารณาจากสภาพและความสามารถที่จะกระทำกิจกรรมตามบทบาทของบุคคล ซึ่งบุคคลจะถูกนับว่าสูงอายุ เมื่อไม่สามารถทำกิจกรรมที่เคยทำได้ และอธิบายเพิ่มเติมว่า การอธิบายและการทำความเข้าใจกับการสูงอายุมีหลายมุมมอง โดยเป็นการให้มุมมองที่แตกต่างกันในการอธิบายการเปลี่ยนแปลงที่พบในกระบวนการสูงอายุ

ดังนั้นในการศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุนั้น จำเป็นต้องเรียนรู้ทฤษฎีภาวะผู้สูงอายุ ทั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางในการนำเอาหลักวิชาการมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ สังคม ได้มีผู้กล่าวถึงทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุในหลายทฤษฎีดังต่อไปนี้

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับภาวะสูงอายุ พบว่ามีนักวิชาการได้มองภาวะสูงอายุแตกต่างกันโดย ซึ่งในส่วนของนักวิชาการต่างประเทศ อย่างเช่น เอบเบอร์โซล และเฮส (Ebersole and Hess, 1985 อ้างถึงใน ศิริบุญ จงวุฒิเวศย์, 2553: 9-11) ได้สรุปแนวคิดและทฤษฎีการสูงอายุออกเป็น 3 กลุ่มใหญ่ และสอดคล้องกับนักวิชาการไทยหลายท่าน อย่าง โกลล มีคุณ (2542: 10-12) ได้ประมวลสรุปสาระเกี่ยวกับทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุไว้เป็น 3 กลุ่มเช่นกัน คือ ดังนี้

1. ทฤษฎีเกี่ยวกับความชราด้านชีววิทยา
2. ทฤษฎีเกี่ยวกับความชราด้านจิตวิทยาและ
3. ทฤษฎีเกี่ยวกับความชราด้านสังคมวิทยา

ฉันทนา กาญจนพันธ์ (2540) ได้กล่าวถึงการแบ่งการสูงอายุของมนุษย์ออกเป็น 4 ประเภท คือ

1. การสูงอายุตามวัย (Chronological Aging) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงตามปีปฏิทินโดยนับจากปีที่เกิดเป็นต้นไป
2. การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological Aging) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และกระบวนการหน้าที่ที่ปรากฏขณะที่มีอายุเพิ่มขึ้น

3. การสูงอายุตามสภาพจิต (Psychological Aging) จะมีการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่การรับรู้ แนวความคิด ความจำ การเรียนรู้ เซอร์ปัญญา และลักษณะของบุคลิกภาพที่ปรากฏในระยะต่าง ๆ ของชีวิตแต่ละคนที่มีอายุเพิ่มขึ้น

4. การสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological Aging) จะมีการเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่สถานภาพของบุคคลในระบบสังคม เช่น ครอบครัว หน่วยงาน

โดยจากคำอธิบายทั้งนักวิชาการไทยและต่างประเทศ สามารถสรุปแนวคิดและทฤษฎีการสูงอายุออกเป็น 3 กลุ่มที่สำคัญ อันได้แก่

1. ทฤษฎีทางชีววิทยา (Biological Theory)

ทฤษฎีนี้อธิบายว่ามนุษย์ประกอบด้วยองค์ประกอบใหญ่ๆ 3 อย่าง คือ เซลล์ที่สามารถเพิ่มตัวเองตลอดชีวิต เซลล์ที่ไม่สามารถแบ่งตัวเอง และองค์ประกอบอื่น ๆ ที่ไม่ใช่เซลล์ จากทฤษฎีทางชีววิทยาของการสูงอายุจะพบว่าในแต่ละทฤษฎีนั้นก็ได้พยายามที่จะค้นหาความจริงเพื่อนำมาอธิบายว่าการสูงอายุหรือความแก่ เป็นผลจากสิ่งใดในการนำทฤษฎีต่าง ๆ เหล่านี้ไปใช้ ผู้ศึกษาแต่ละคนมีแนวความเชื่อในเรื่องใด ล้วนแต่จะนำแนวคิดของทฤษฎีไปประกอบการศึกษาถึงแม้ว่าจะมีการศึกษาค้นคว้าทดลองเกี่ยวกับความแก่มากมายแต่ก็ยังไม่มียุทธวิธีที่สามารถนำไปใช้อธิบายทั่วไปได้ ทราบแต่เพียงว่ากระบวนการชราภาพหรือความแก่ของเซลล์ต่าง ๆ เป็นปฏิกิริยาซับซ้อนเกี่ยวข้องกับพันธุกรรม การเผาผลาญฮอร์โมน ระบบภูมิคุ้มกัน ระบบประสาท ต่อมไร้ท่อ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงขององค์ประกอบในเซลล์ เนื้อเยื่อ และอวัยวะเท่านั้น โดยมีรายละเอียดพอสังเขปดังนี้ (ยรรยงค์ มณีวงษ์, 2554)

ทฤษฎีด้านพันธุกรรม ได้มองว่าร่วมกันอธิบายสิ่งมีชีวิตต่างก็มีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการตลอดเวลา และทฤษฎีการถูกกำหนด (Programming Aging Theory) อธิบายว่าอายุขัยของคนถูกกำหนดไว้แล้วโดยรหัสทางพันธุกรรม (Gene) ถ้าบรรพบุรุษมีอายุยืน ลูกหลานก็มีอายุยืนยาวตามไปด้วย ทฤษฎีนี้เชื่อว่านาฬิกาชีวิตจะอยู่ในนิวเคลียสและโปรโตพลาสซึมของ cell ในร่างกาย

ทฤษฎีการกลายพันธุ์ (Somatic Mutation Theory) เกิดจากการได้รับรังสีที่ละเอียดก ทีละน้อยเป็นประจำ จนเกิดการเปลี่ยนแปลง DNA (Deoxyribonucleic Acid) และเกิดการผันแปรของเซลล์หรืออวัยวะในระบบต่าง ๆ ทำให้เกิดการแบ่งตัวผิดปกติ (Mutation) เกิดมีโรคภัยไข้เจ็บหรือเกิดมะเร็ง

ทฤษฎีอวัยวะ (Organ Theory) อธิบายกระบวนการแก่ว่า เมื่ออวัยวะมีการใช้งานย่อมจะมีความเสื่อมเกิดขึ้น ขอเสนอทฤษฎีในกลุ่ม ดังนี้ ทฤษฎีความเสื่อมโทรม (Wear and Tear Theory) ความแก่เป็นกระบวนการเกิดขึ้นเองเมื่ออวัยวะมีการใช้งานมากย่อมเสื่อมได้ง่ายและเร็วขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น ข้อจำกัดของทฤษฎีนี้คืออวัยวะส่วนใดของร่างกายที่ไม่ค่อยได้ทำงาน จะเสื่อมสภาพ

ไปก่อนในขณะที่อวัยวะส่วนอื่น ๆ ที่ทำงานกลับขยายใหญ่ขึ้น อย่างไรก็ตาม ทฤษฎีสนับสนุนด้วยว่า ขณะที่ cell ถูกใช้งานจะเกิดการผลิสารแล้วใช้ เช่น Lipofuscin สะสมไว้ สารนี้เอง เป็นโปรตีนที่เหลือใช้จากการเผาผลาญอาหาร (lipoprotein) ซึ่งจะมีคุณสมบัติไม่ละลาย หน้าที่ไม่ทราบชัดเจน ในวัยสูงอายุจะมีสารนี้สะสมมากบริเวณตับ, หัวใจ, รั้งไข, cell ประสาท และเมื่อมีสารนี้มากถึงระดับหนึ่ง อวัยวะจะไม่สามารถทำงานได้ และมีการเสื่อมถอย ทฤษฎีระบบประสาทและต่อมไร้ท่อ (Neuroendocrine Theory) เมื่อเข้าสู่วัยชรา การทำงานของระบบประสาทจะลดลง Reflex ต่าง ๆ จะเสื่อมช้า ความจำจะเสื่อมลง ต่อมไร้ท่อทำงานลดลงเช่น Insulin จะผลิตน้อยลงเกิดเป็นเบาหวาน ขึ้นได้ในผู้สูงอายุ

ทฤษฎีภูมิคุ้มกัน (Immunological Theory) เชื่อว่าเมื่ออายุมากขึ้น การสร้างสารภูมิคุ้มกัน ตามปกติจะลดลง เพราะอวัยวะที่มีส่วนช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต่าง ๆ เช่นในกระดุก ต่อมไทมัส, ระบบน้ำเหลือง, ตับ และม้ามเสื่อมสภาพ และจะสร้างภูมิคุ้มกันชนิดทำลายตนเอง (Autoimmune) มากขึ้น ทำให้ร่างกายอ่อนแอ เจ็บป่วย ซึ่งโรคที่พบได้บ่อยคือ มะเร็ง

ทฤษฎีสรีรวิทยา (Physiological Theory) อธิบายกระบวนการแก้ไขในลักษณะการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายประกอบด้วยทฤษฎีบ่อย ๆ ดังนี้ ทฤษฎีความเครียดและการปรับตัว (Stress Adaptation Theory) เชื่อว่า ความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน มีผลทำให้ Cell ตาย บุคคลเมื่อเผชิญกับความเครียดบ่อย ๆ จะทำให้เข้าสู่วัยชราได้เร็วขึ้น เมื่อคนอยู่ในภาวะเครียด ร่างกายจะตอบสนองดังกล่าว

2. ทฤษฎีทางจิตวิทยา (Psychological Theory)

เป็นทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกลไกการเจริญทางด้านจิตวิทยา ได้มีผู้ศึกษาเกี่ยวกับการมีอายุในจิตวิทยาในเรื่องเขาวนปัญญาพบว่าไม่อาจสรุปได้ว่าเขาวนปัญญาจะเสื่อมลงตามวัย ส่วนในเรื่องความจำและการเรียนรู้ได้มีการศึกษาถึงความจำและการเรียนรู้เป็นสิ่งที่ต้องควบคู่กันไป จากการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุมีความสามารถในการเรียนรู้ได้ดีเท่ากับคนอ่อนวัยแต่ต้องใช้เวลานานกว่า โดยปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหาต่อการเรียนรู้คือความเครียด อันเป็นผลมาจากระบบประสาทและสรีรวิทยาของบุคคล การสูญเสียความจำและความสามารถในการเข้าใจและแรงจูงใจ จากการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุไม่จำเป็นต้องใช้แรงจูงใจในการทำงานมากกว่าบุคคลวัยอื่นเลย แม้ว่าผู้สูงอายุจะมีเซลล์ประสาทในสมองตายเป็นจำนวนมากแต่ขณะเดียวกันก็สะสมประสบการณ์อันเกิดจากการเรียนรู้ไว้มากเช่นกัน ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ถ้าผู้สูงอายุมีประสบการณ์ที่ดีในอดีตได้รับการยอมรับมีสภาพอารมณ์ที่มั่นคง ก็จะส่งผลต่อวัยที่สูงขึ้นและทำให้มีความรอบคอบสุขุมตามขึ้นด้วย ซึ่งแนวคิดทางจิตวิทยาได้เชื่อมโยงเอาทฤษฎีทางชีววิทยา และสังคมวิทยาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยโดยเสนอว่าการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของผู้สูงอายุนั้นเป็นการพัฒนาและปรับตัวของความนึกคิด ความรู้

ความเข้าใจ แรงจูงใจ การเปลี่ยนแปลงไปของอวัยวะรับสัมผัสทั้งปวงตลอดจนสังคมที่คนชรา นั้น ๆ อาศัยอยู่

สำหรับทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

ทฤษฎีของอีริกสัน(Erikson's Theory) หรือทฤษฎี Psychosocial Developmental Stage ของอีริกสัน อธิบายถึงการพัฒนาของคนซึ่งแบ่งได้เป็น 8 ระยะ ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยสูงอายุ พัฒนาการขั้นที่ 8 เป็นช่วงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อีริกสันอธิบายว่า เมื่อถึงขั้นนี้แล้วบุคคลจะต้องพัฒนาความรู้สึกได้ว่าตนได้กระทำกิจต่าง ๆ ที่ควรทำเสร็จสิ้นตามหน้าที่ของตนแล้ว ยอมรับได้ทั้งความสำเร็จสมหวังและผิดหวัง (ปล่อยวาง) ทำใจยอมรับความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นอย่างที่เขาเป็น และมีความพอใจในชีวิตของตน ตรงกันข้ามกับผู้สูงอายุที่จมอยู่กับความหลังอาลัยอาวรณ์ยอมรับอดีตไม่ได้ (ปล่อยวางไม่สำเร็จ) ก็คิดแต่เพียงว่ามีเวลาน้อยลงไปทุกที ไม่สามารถทำอะไรใหม่ ๆ เพื่อแก้ไขอดีตที่ผิดพลาดไปกลัวความตายที่กำลังคืบคลานเข้ามา กลุ่มนี้จะมีความรู้สึกเศร้าสร้อยสิ้นหวัง และหลีกเลี่ยงชีวิต บางรายอาจคิดฆ่าตัวตาย ซึ่งความพอกระหว่างความมั่นคงทางใจและความสิ้นหวัง ทำให้คนเกิดความเฉื่อยฉลาด รู้เท่าทันโลกและชีวิตซึ่งเป็นสิ่งพึงปรารถนา ที่กล่าวมาทั้งหมดพอสรุปได้ดังคำกล่าวที่ว่า "Wisdom is the virtue that develops out of the encounter of integrity and despair on the last stage of life. Wisdom, then, is detached concern with life itself in the face of death itself"

ทฤษฎีของเพค (Peck's Theory) โรเบิร์ต เพค ได้แบ่งผู้สูงอายุเป็น 2 กลุ่ม คือ ผู้สูงอายุวัยต้น อายุ 56-75 ปี และผู้สูงอายุตอนปลายอายุ 75 ปีขึ้นไป ซึ่งทั้ง 2 กลุ่มมีความแตกต่างกันทั้งทางกายภาพ และทางจิตสังคมซึ่งมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตสังคมของผู้สูงอายุ 3 ลักษณะคือ เป็นความรู้สึกเกี่ยวกับงานที่ทำอยู่ โดยจะรู้สึกว่าตนยังมีคุณค่าอยู่ต่อเมื่อบทบาทลดลงหรือเปลี่ยนไปจึงพอใจที่จะหาสิ่งอื่น ๆ มาทำทดแทน (วัยผู้สูงอายุตอนต้น) และเป็นความรู้สึกที่ผู้สูงอายุยอมรับว่าสภาพร่างกายของตนถดถอยลงและชีวิตจะมีสุขถ้าสามารถยอมรับและปรับความรู้สึกนี้ได้ (อายุที่เพิ่มขึ้น) และลักษณะที่เป็นความรู้สึกที่ยอมรับกฎเกณฑ์และการเปลี่ยนแปลงทางธรรมชาติ และยอมรับความตายได้โดยไม่รู้สึกหวาดวิตก (วัยผู้สูงอายุตอนปลาย) นอกจากทฤษฎีทางจิตสังคมที่กล่าวมาแล้วยังมีแนวคิดที่คล้ายคลึงกันอธิบายความหมายของความชรา อีกได้แก่ แนวคิดของ Ebersole, และ Butler and Lewis เป็นต้น

ทฤษฎีทางจิตวิทยานี้ได้เชื่อมโยงทฤษฎีทางชีววิทยาและสังคมวิทยาเข้ามาอธิบายว่าการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของผู้สูงอายุนั้น เป็นการปรับตัวและพัฒนาการของบุคลิกภาพ ซึ่งมีผลทำให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปนั้นไม่สามารถยืนยันได้จากทฤษฎีใดเพียงทฤษฎีเดียว ดังคำกล่าวที่ว่า "Data rich Theory poor Lack of agreement" อย่างไรก็ตามนักจิตวิทยายอมรับว่ากระบวนการชราด้านจิตวิทยา สามารถอธิบายได้จากลักษณะ

ทางพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมในแต่ละวัย ซึ่งพิจารณาได้จาก ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกดังนี้ ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ แรงจูงใจ สติปัญญา ความจำ การรับรู้ การเรียนรู้ และบุคลิกภาพ ทำให้พบว่าผู้สูงอายุจะมีการผันแปรไปตามการเปลี่ยนแปลงในระดับต่าง ๆ ของ ร่างกาย ตามที่กล่าวไปแล้วในทฤษฎีทางชีววิทยา มีงานวิจัยยืนยันว่า ผู้สูงอายุมีการเรียนรู้ได้เกือบเท่ากับคนอ่อนวัยแต่ต้องอาศัยเวลานานกว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้คือ ความเครียด ผลจากประสาทและสรีรวิทยาที่เปลี่ยนแปลง ทำให้เสียความจำ ส่วนแรงจูงใจพบว่าผู้สูงอายุไม่จำเป็นต้องใช้แรงกระตุ้นในการทำงานมากกว่าบุคคลวัยอื่น ๆ ปัจจัยภายนอก คือ การเปลี่ยนแปลงทางเสรีภาพ ได้แก่ พันธุกรรม กับปฏิสัมพันธ์ที่ร่างกายมีต่อสังคม ได้แก่ ขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม โครงสร้างสังคม

3. ทฤษฎีทางสังคมวิทยา (Sociological Theory)

เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงแนวโน้มบทบาทของบุคคล สัมพันธภาพ และการปรับตัวทางสังคมในช่วงท้ายของชีวิต หรือเป็นทฤษฎีที่พยายามวิเคราะห์สาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุต้องมีสถานะทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป ทั้งพยายามที่จะช่วยให้มีการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ทฤษฎีนี้เชื่อว่าถ้าสังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วก็จะทำให้สภาพของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วตามไปด้วย และสถานะของผู้สูงอายุในสังคมใดจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับจำนวนของผู้สูงอายุในสังคมนั้น ล้วนแต่มองความสูงอายุจากสภาพทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางลดลง แต่ผู้สูงอายุยังคงต้องการบทบาทเดิมจึงเกิดความเครียดส่งผลให้เกิดการถอนตัวออกจากสังคม แต่การจะใช้ชีวิตในช่วงสูงอายุให้มีความสุขนั้นต้องคงบทบาทและสภาพทางสังคมไว้แต่ควรอยู่ในระดับที่เหมาะสม

ประนอม โอทกานนท์ (2554: 22-24) ได้อธิบายกระบวนการสูงอายุไว้ว่า ศาสตร์ด้านสังคมวิทยาอธิบายการเปลี่ยนแปลงบทบาทและความสัมพันธ์ของบุคคลโดยเน้นกระบวนการปรับตัวทางสังคม เพราะมนุษย์ถือเป็นสัตว์ทางสังคม

โดยมีแนวคิดทางสังคมวิทยาที่สำคัญได้แก่ ทฤษฎีกิจกรรม ทฤษฎีแยกตนเอง ทฤษฎีความต่อเนื่อง ทฤษฎีบทบาท โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1 ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) (เล็ก สมบัติ, ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, & ธนิกันต์ ศักดาพร, 2554: 5-6) เป็นทฤษฎีในกลุ่มสังคมวิทยาได้พัฒนาขึ้นมาวิเคราะห์ถึงการทำกิจกรรมต่างของบุคคล สิ่งที่จะช่วยให้บุคคลมีความพึงพอใจในตนเอง และมีแรงจูงใจที่จะสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น เป็นการสร้างการเรียนรู้ให้กับบุคคล โดยมีกิจกรรมเป็นเครื่องมือ และเป็นการพัฒนาบุคคลโดยอาศัยการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันและกัน ในการศึกษาครั้งนี้ใช้ทฤษฎีกิจกรรมอธิบายบทบาทของผู้สูงอายุ ที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ เป็นการทำกิจกรรมที่ส่งผลให้มีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทฤษฎีกิจกรรมแสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่มีการทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ ทำให้มีความพึงพอใจในชีวิต และปรับตัวได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มี

บทบาทหน้าที่หรือการทำกิจกรรมใด ๆ ทัศนคติกิจกรรมยังเชื่ออีกว่า กิจกรรมจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข มีความเพลิดเพลิน กระฉับกระเฉง สามารถตัดสินใจได้เกิดภาพพจน์ที่ดีเกี่ยวกับตนเอง

โดยแนวคิดทัศนคติขึ้นอยู่กับพื้นฐาน 3 ประการ ได้แก่

1. การเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับสถานภาพทางสังคม ก่อนการเกษียณ กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่เคยมีบทบาทที่แสดงความสามารถในสังคมมาก่อนเกษียณอายุจะเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อทดแทนบทบาทที่สูญเสียไป ผู้สูงอายุประเภทนี้จะมีความพร้อมทางด้านสุขภาพ ภาย สุขภาพจิต มีความพร้อมทางด้านรายได้และเศรษฐกิจในครอบครัว และมีความสุข มีความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

2. การเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับพื้นฐานความคิดอารมณ์ จิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ กล่าวคือ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ หรือหลังเกษียณ บุคคลจะมีการเปลี่ยนแปลงในชีวิตเกิดขึ้น เช่น การสูญเสียคู่สมรส การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมในการทำงาน การทำกิจกรรมจะช่วยให้มีความมั่นคงทางด้านอารมณ์ มีความมั่นใจในการดำรงชีวิตและเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง และต้องการมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

3. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมจะมีความคาดหวัง ว่ากิจกรรมที่จะทดแทนความสูญเสียการทำงานประจำ การมีชีวิตคู่ และการเป็นพ่อแม่ และสถานะในครอบครัวและในสังคม ได้ดั่งนั้น กิจกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ซึ่งอาจกลายเป็นบทบาทหน้าที่ของผู้สูงอายุ ที่ควรมีต่อสังคม ครอบครัว และชุมชน เพื่อการมีคุณค่าในชีวิตและเพิ่มความพึงพอใจตนเองของผู้สูงอายุ

รูปแบบของกิจกรรมแบ่งได้ 3 ประเภท (The Encyclopedia of Ageing: 11) คือ

1. กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal activity) เป็นกิจกรรมทั่วไปแบบไม่เป็นทางการ เช่น การช่วยเหลืองานทั่วไปภายในครอบครัว การพบปะพูดคุย หรือการสังสรรค์กับเพื่อน ๆ หรือญาติ เป็นต้น

2. กิจกรรมที่มีรูปแบบ (Formal activity) เป็นกิจกรรมที่มีลักษณะเป็นทางการ เช่น การเป็นจิตอาสา หรืออาสาสมัครทำกิจกรรมเพื่อสังคม การเข้าร่วมในกลุ่มในสมาคม หรือชมรมต่าง ๆ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีความสัมพันธ์กับบุคคลภายนอกครอบครัว เป็นต้น

3. กิจกรรมที่ทำคนเดียว (Solitary activity) เป็นการทำกิจกรรมที่มีความเป็นส่วนตัวเป็นกิจกรรมที่ทำภายในบ้าน เช่น การทำกิจกรรมในยามว่าง กิจกรรมเพื่อการพักผ่อนหรือคลายเครียด เป็นต้น

โดยสรุปกล่าวว่า ผู้สูงอายุจะมีความสุขทั้งกายและใจได้หากมีการทำกิจกรรมและเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา และกิจกรรมก็จะทำให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีคุณค่าต่อ

ตนเอง และสังคม ในกรณีจะสอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัยนี้ คือ กลุ่มผู้สูงอายุในชนบทและเมืองที่รวมกลุ่มจัดกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุ

3.2 ทฤษฎีแยกตนเองหรือทฤษฎีการถอยห่าง (Disengagement Theory) เป็นทฤษฎีที่เกิดขึ้นครั้งแรกราวปี 1950 (ยรรยง มณีวงษ์, 2554) กล่าวถึงผู้สูงอายุเกี่ยวกับการถอยห่างออกจากสังคม ของ Elaine Cummings and Willam Henry ที่พิมพ์เผยแพร่เป็นครั้งแรกในหนังสือ Growing old: The Process of Disengagement เมื่อปี 1961 พบว่าผู้สูงอายุและสังคมจะลดบทบาทซึ่งกันและกัน อย่างค่อยเป็นค่อยไปตามความต้องการของร่างกายและไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ เนื่องจากยอมรับว่าตนเองมีความสามารถลดลง สุขภาพเสื่อมลงจึงถอยหนีจากสังคมเพื่อลดความเครียดและรักษาพลังงาน พอใจกับกรไม่เกี่ยวข้องกับสังคมต่อไป เพื่อถอนสภาพและบทบาทของตนให้แก่ชนรุ่นหลัง โดยสรุปกระบวนการถอยห่างเป็นกระบวนการที่มีลักษณะเฉพาะดังนี้ เป็นกระบวนการพัฒนาอย่างค่อยเป็นค่อยไป เป็นสิ่งที่มีอาจหลีกเลี่ยงได้ เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่ผู้สูงอายุถึงพอใจเป็นสากลของทุกสังคม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เพื่อรักษาสมดุลของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการถอยห่างของผู้สูงอายุ ได้แก่ กระบวนการชราที่มีความแตกต่างกันของแต่ละบุคคล, สภาพสังคมและความเชื่อมโยงของอายุที่เพิ่มขึ้น

3.3 ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory) (เล็ก สมบัติ, ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, ธนิกานต์ ศักดาพร, 2554: 5-6) เป็นทฤษฎีที่อธิบายในเรื่องของการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ คือ การที่ผู้สูงอายุจะมีความสุขในบั้นปลายชีวิตได้นั้น มีผลมาจากบุคลิกภาพและรูปแบบของการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลที่มีมาเดิม ซึ่งเชื่อว่า ผู้สูงอายุจะแสวงหาบทบาททางสังคมใหม่มาทดแทนบทบาททางสังคมเก่าที่ตนสูญเสียไป และยังคงสภาพที่จะพยายามปรับตนเองให้กับสภาพแวดล้อมใหม่อย่างต่อเนื่องอยู่เสมอ ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าทฤษฎีความต่อเนื่องเป็นการกล่าวถึงการปรับตัวของผู้สูงอายุว่า ผู้สูงอายุจะปรับตัวได้ดี และมีความสุขในบั้นปลายชีวิตได้นั้น ขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพและการมีพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตที่ผ่านมาในอดีตกล่าวได้ว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับเปลี่ยนบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุ คือ การเข้าไปมีส่วนร่วมกิจกรรมทางสังคมในวัยสูงอายุ ซึ่งถือเป็นบทบาทใหม่ที่เข้ามาทดแทนบทบาททางสังคมเดิมที่ต้องสูญเสียไปในกิจกรรมประเภทต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขที่ดี ทั้งด้านร่างกายและจิตใจซึ่งการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุนั้น จะเป็นการได้แสดงศักยภาพ ความสามารถของตนเอง เพื่อประโยชน์ต่อตนเองและสังคมได้ เพื่อผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

3.4 ทฤษฎีบทบาท (Role Theory) ทฤษฎีบทบาทมีแนวคิดพื้นฐานมาจากการศึกษาปฏิสัมพันธ์ของมนุษย์ (Interactionist Perspective) โดยมีความเชื่อที่ว่า บุคคลเมื่อต้องมาอยู่รวมกันย่อมมีปฏิสัมพันธ์กัน ซึ่งปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นนั้น เกิดขึ้นอย่างมีขอบเขตของสิทธิและหน้าที่ที่มีความสัมพันธ์กันตามบทบาทของแต่ละบุคคล

Friedman (1981) ได้อธิบายเกี่ยวกับการแสดงบทบาทของบุคคลไว้ว่า บุคคลจะถูกอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมหล่อหลอมให้เป็นไปตามแบบอย่างบทบาท (role model) จนเกิดการยอมรับและอยากปฏิบัติตาม ทั้งในด้านบุคลิกภาพ ทัศนคติ การแสดงออกทางอารมณ์และความสนใจ ทำให้บุคคลนั้นมีการแสดงบทบาทหรือมีพฤติกรรมบทบาท (role behavior, role performance หรือ role enactment) ของตนออกมา

Hardy and Conway (1988) ได้กล่าวว่า ทฤษฎีบทบาทเป็นการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมทางสังคมของแต่ละบุคคล เป็นการรวบรวมเอาแนวคิดและสมมติฐานต่าง ๆ ที่จะช่วยทำนายว่า บุคคลจะมีพฤติกรรมบทบาทอย่างไรหรือมีความคาดหวังให้บุคคลแสดงพฤติกรรมอย่างไรบ้างในสถานการณ์หนึ่ง ๆ

กล่าวคือ เมื่อบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุจะปรับบทบาทและสภาพต่าง ๆ หลายอย่างที่ไม่ใช่บทบาทเดิมของตนมาก่อน เช่นการละทิ้งบทบาททางสังคมและความสัมพันธ์ซึ่งเป็นไปแบบวัยผู้ใหญ่ยอมรับบทบาทของสังคมและความสัมพันธ์ในแบบผู้สูงอายุ และเว้นจากความผูกพันกับคู่สมรส เนื่องจากการตายไปของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นต้นและกล่าวได้ว่า ทฤษฎีบทบาท มีแนวความคิดว่าอายุเป็นองค์ประกอบสำคัญประการหนึ่งในการกำหนดบทบาทของบุคคลในแต่ละช่วงชีวิต ผู้สูงอายุจะปรับตัวได้ดีเพียงใดขึ้นอยู่กับที่ยอมรับบทบาททางสังคมในแต่ละช่วงชีวิตที่ผ่านมา และยังมีผลสืบเนื่องไปถึงการยอมรับบทบาททางสังคมในอนาคตซึ่งเปลี่ยนแปลงไปด้วยดังกล่าว

จากทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ สรุปได้เป็นแนวทาง 3 กรอบแนวคิด ซึ่งแต่ละทฤษฎีมองกระบวนการสูงอายุซึ่งผู้วิจัยสรุปเป็นสาระสำคัญ ดังนี้

1. ทฤษฎีทางชีววิทยาเป็นมองความสูงอายุ โดยพิจารณาสาเหตุของการสูงอายุกการเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อมของโครงสร้างของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย โดยพยายามอธิบายความสัมพันธ์ของปฏิกิริยาเคมีในร่างกายกับกระบวนการสูงอายุ และการนำไปประยุกต์ของทฤษฎีในศาสตร์นี้ คือ การลดความเครียดที่อยู่รอบตัวมนุษย์ อาทิ อากาศและสิ่งแวดล้อมที่เป็นพิษ การออกกำลังกายสม่ำเสมอเพื่อเสริมสร้างการไหลเวียนของโลหิตในร่างกาย ซึ่งจะเห็นได้ว่า การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายมีแนวโน้มในทางเสื่อม และเมื่อร่างกายไม่แข็งแรงย่อมส่งผลต่อภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุเช่นกัน

2. ทฤษฎีทางจิตวิทยา สรุปได้ว่าผู้สูงอายุจะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปโดยพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมมีผลต่อการเปลี่ยนแปลง และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นเรื่องของปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอกของบุคคล ซึ่งปัจจัยภายในจะเป็นการพัฒนาและปรับตัวของความคิด ความรู้ความเข้าใจ แรงจูงใจ ฯลฯ ส่วนการศึกษาปัจจัยภายนอก เป็นการเปลี่ยนแปลงของพันธุกรรมของร่างกายกับปฏิสัมพันธ์ที่ร่างกายมีต่อสังคม และส่วนของสังคมคือ ขนบธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรมและโครงสร้างสังคม ดังนั้นการที่ผู้สูงอายุจะมีความสุขนั้น ขึ้นอยู่กับภูมิหลังและ

การพัฒนาทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ เช่น การมีครอบครัวอบอุ่น สภาวะทางอารมณ์ มีความรักต่อผู้อื่น มีการค้นหาความรู้สม่ำเสมอ เป็นต้น

3. ทฤษฎีทางสังคมวิทยา เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงบทบาท สัมพันธภาพ และการปรับตัวในสังคมของผู้สูงอายุ รวมถึงสาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุต้องมีสถานภาพทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป รวมทั้งพยายามที่จะช่วยแนะนำแนวทาง ให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ทางสังคม การเป็นอาสาสมัครซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกดีต่อตนเอง มีคุณค่าและสร้างศักยภาพในการพึ่งพาตนเองได้ดีขึ้น ผู้สูงอายุจะมีการลดบทบาทของตนเองลง ยอมรับกับบทบาทใหม่ๆ ได้ ผู้สูงอายุที่มีสังคม วัฒนธรรม และเหตุการณ์ต่างกันอย่างมีประสบการณ์ต่างกันอีกด้วย และทฤษฎีกิจกรรมมีความสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก ถือเป็นส่วนสำคัญในการส่งเสริมในทุกมิติของผู้สูงอายุ ดังนั้นงานวิจัยครั้งนี้จึงนำแนวคิดกิจกรรมมาใช้ในการวิเคราะห์การส่งเสริมภาวะพลัดหลังครั้งนี้ด้วย

2.2 แนวคิดผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing)

คำว่า ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing) ได้ถูกเสนอโดยองค์การอนามัยโลก เพื่อหาแนวทางการแก้ปัญหาประชากรสูงอายุที่กำลังเพิ่มมากขึ้นในอนาคต เป็นความพยายามปรับเปลี่ยนแนวคิดจาก “ความต้องการพื้นฐาน (need-based)” ที่มีผู้สูงอายุเป็นกลุ่มเป้าหมายแบบถูกกระทำ (passive targets) เป็นแนวคิด “สิทธิขั้นพื้นฐาน (rights-based)” จากหลักการพื้นฐานของผู้สูงอายุขององค์การสหประชาชาติประกอบด้วย หลักการมีเสรีภาพ (independent) หลักการมีส่วนร่วม (participation) การได้รับการดูแล (care) การบรรลุความพึงพอใจในตนเอง (self-fulfillment) และ ความมีศักดิ์ศรี (dignity) ที่ได้ตระหนักถึงสิทธิของประชาชนอย่างเท่าเทียม เป็นการปฏิบัติในทุกมิติของชีวิต ตามวัยหรือเหมาะสมกับอายุของผู้สูงอายุ ซึ่งผู้สูงอายุที่มีศักยภาพจะสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมรับผิดชอบ และมีส่วนร่วมในกระบวนการทางการเมืองและมิติอื่น ๆ ของวิถีชุมชน (วันดี โภคะกุล, 2549: 3-5)

องค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) ได้เสนอกรอบที่เป็นองค์ประกอบหลักของการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing) ใน 3 องค์ประกอบหลัก อันได้แก่ สุขภาพ การมีส่วนร่วม ในกิจกรรมทางสังคม และการมีหลักประกันความมั่นคงในชีวิต ดังนี้

1. สุขภาพ (health) สุขภาพส่วนบุคคลนั้นเป็นสิ่งสำคัญ หากบุคคลมีสุขภาพแข็งแรงจะเป็นเงื่อนไขแรกของการดำรงอยู่อย่างเป็นอิสระและพึ่งพาตนเอง อันเป็นลักษณะสำคัญของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ การที่บุคคลจะมีสุขภาพดี แข็งแรงหรือไม่ขึ้นอยู่กับทั้งปัจเจกบุคคลเอง ครอบครัวและสังคมแวดล้อม

2. การมีส่วนร่วม (participation) กิจกรรมในครอบครัว ชุมชน และสังคม เป็นผู้ดำรงไว้ซึ่งสิทธิมนุษยชน และวัฒนธรรมของสังคม ผู้สูงอายุที่ยังคงมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ

นอกจากจะรู้สึกถึงความมีคุณค่า มีเกียรติภูมิแล้ว ยังรู้สึกถึงความเป็นผู้มีศักดิ์ศรี และเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของบุตรหลานด้วย เหล่านี้ช่วยทำให้สุขภาพจิตของผู้สูงอายุดีขึ้น อันจะส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

3. การมีหลักประกัน (security) ความมั่นคงของผู้สูงอายุ คือการที่ ผู้สูงอายุมีความมั่นคงปลอดภัยทางด้านร่างกาย จากที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัย ตลอดจนสถานที่ต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุต้องไปใช้บริการแล้ว ยังมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจที่ทำให้ผู้สูงอายุมั่นใจที่จะดำเนินชีวิตในบั้นปลายอย่างมีคุณภาพ

อาจกล่าวได้ว่า ความหมายของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Active Ageing) ให้น้ำหนักที่ปัจจัยด้านสังคมเป็นหลัก กล่าวคือ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การมีสัมพันธภาพกับครอบครัว เพื่อน และชุมชน หรือการบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ ประเด็นที่ให้ความสนใจถัดมาคือ ประเด็นทางเศรษฐกิจ ทั้งการมีส่วนร่วมทางเศรษฐกิจ และเป็นความมั่นคงในชีวิต ขณะที่ให้ความสนใจด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตเป็นลำดับหลัง

M.M. Baltes and Carstensen (1996) Active Ageing คือ ความพึงพอใจของชีวิต และความเป็นอยู่ที่ดี การสนับสนุนทางสังคมและการมีส่วนร่วมทางสังคม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ รวมทั้งมีสุขภาพกายแข็งแรงสมบูรณ์

Vaillant and Vaillant (1990) ให้นิยามว่าเป็น “physical health, mental health and life satisfaction” คือ สุขภาพกายดี สุขภาพจิตดี และความพึงพอใจในชีวิต

Department of Local Government and Region Development (2007) ของประเทศออสเตรเลีย นิยามว่า เกี่ยวข้องกับบุคคลที่มีโอกาส และใช้โอกาสนั้นรักษาความมีพลังที่เกี่ยวข้องกับลักษณะต่าง ๆ ของชีวิตตามอายุของพวกเขา รวมทั้งดำรงการมีส่วนร่วมทางสังคม เศรษฐกิจและวัฒนธรรม จิตวิญญาณ สิ่งแวดล้อม รวมทั้งภาคประชาชน โดยมีพลังมากกว่าด้านร่างกาย ยังสามารถได้รับความเคารพ การสนับสนุนจากครอบครัว การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ชุมชนที่อาศัยและสมาชิกอื่น ๆ ในสังคมด้วย

สำหรับประเทศไทย คำว่า Active Ageing มีผู้แปลเป็นภาษาไทยแตกต่างกันไป เช่น “สูงวัยอย่างมีคุณภาพ” “พดพพลัง” หรือ “พดพิพลัง” และ “ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ”

เกสรสำเภาทอง (2553) :พดพพลัง(Active ageing) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุยังคงมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับครอบครัว สังคม และชุมชน ในด้าน เศรษฐกิจ วัฒนธรรม การเมืองการปกครอง และการทำงานไม่ใช่เพียงแค่การมีกิจกรรมทางกายหรือการออกกำลังกายเท่านั้น

ประเวศ วะสี (2542) กล่าวว่า Active ageing หมายถึง คุณภาพชีวิตที่ดีตามนัยยะของวัฒนธรรมไทย และพุทธศาสนาเป็นอิสราภาพ การหลุดพ้นจากการบีบคั้นคุณภาพชีวิต สุขภาพหรือสุขภาวะในเรื่อง กาย จิต สังคมและปัญญา

เฉก ฉนะสิริ (2547) แปลว่า “ผู้สูงอายุที่ทรงพลัง” หรือเรียกพลังสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ทรงพลัง หรือเรียกพหุผลผลิตตลอดจนถึงวาระสุดท้าย คือความตายอย่างสงบและปราศจากโรค

ปาริชาติ ญาตินิยม (2547) หมายถึง ผู้สูงอายุที่พึงประสงค์ในบริบทสังคมไทย ประกอบด้วย 4 แนวคิดหลัก ได้แก่ แนวคิดผู้สูงอายุสุขภาพดี แนวคิดผู้สูงอายุประสบความสำเร็จ แนวคิดผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ และแนวคิดธนาคารสมอง

เพ็ญแข ประจันปัจจนิก (2550) ผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาผู้สูงวัยทางการศึกษาให้ความหมาย Active ageing คือ ผู้สูงอายุที่อายุ 60 ปีขึ้นไป ที่มีความพร้อมทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่นรวมทั้งสังคม มีร่างกายสมบูรณ์เหมาะสมกับวัย มีการเรียนรู้ที่จะดูแลตัวเองและจิตใจให้สุขสมบูรณ์ ก้าวทันกับสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป สามารถมีส่วนร่วมในสังคม และสามารถช่วยเหลือทำประโยชน์ให้แก่สังคมได้

กล่าวได้ว่า นักวิชาการของไทยให้ความหมายของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพโดยให้สำคัญกับสุขภาพกายและใจเป็นหลัก และมีความสามารถในการดูแลพึ่งตนเองได้ ตลอดจนการบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่นและสังคม หรือการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของ ชุมชน และสังคม อีกทั้งการมีอิสระความพอใจในชีวิต ตลอดจน การพัฒนาทางจิตและปัญญาศักยภาพของผู้สูงอายุไทยพิจารณาจากการที่ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน และสังคม โดยใช้ทักษะความรู้ ความสามารถและภูมิปัญญาของตนให้เป็นประโยชน์

โดยสรุปจากการวิจัยครั้งนี้ Active ageing หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปที่มีศักยภาพในการพึ่งพาตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีการเรียนรู้ที่จะดูแลตนเองให้สมบูรณ์พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีส่วนร่วมในสังคม ไม่เป็นภาระแก่สังคมและยังอาจรวมถึงการได้ช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมได้อีกด้วย โดยศึกษาจากกรอบเป้าหมายของการมีภาวะพหุผลผลิต 3 ด้าน ขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) และกรอบการพัฒนาที่ปรับปรุงโดย Kattika Thanakwang (2006) ที่มีองค์ประกอบการมีภาวะพหุผลผลิตทั้ง 3 ด้านเป็นตัวกำหนดเกณฑ์ตัวชี้วัด ประกอบด้วย 15 ตัวชี้วัด

สำหรับแนวทางในการพัฒนาภาวะพหุผลผลิตขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) เป็นการเสนอแนวคิดในภาพรวมเพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาแก่ประเทศต่าง ๆ ในการนำไปใช้เพื่อช่วยให้คุณภาพชีวิต หรือชีวิตที่มีความสมบูรณ์พลสุขแก่ผู้สูงอายุในชีวิตบั้นปลายของทุกประเทศ และส่งเสริมภาวะการมีพลัง หรือการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพอยู่ในภาวะพหุผลผลิต ซึ่งได้กำหนดเพียงในส่วนของปัจจัยที่เกี่ยวข้อง นั่นคือ ปัจจัยตัดขวางและตัวกำหนดไว้เป็นแนวทางคร่าว ๆ ในการเข้าใจถึงปัจจัย และตัวกำหนดต่าง ๆ จะช่วยในการวางนโยบาย และการพัฒนาโครงการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาศักยภาพสูงอายุในประเทศต่าง ๆ ได้ เพื่อให้สามารถพัฒนาเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุผลผลิต

โดยมีรายละเอียด (ปารีชาติ ญาตินิยม, 2547) ดังนี้

1. ปัจจัยตัดขวาง (Cross-Cutting Determinant) เป็นปัจจัยที่จะต้องคำนึงในภาพกว้างก่อนปัจจัยอื่น ๆ อันได้แก่ เพศ และวัฒนธรรม เป็นปัจจัยที่สำคัญมีอิทธิพลต่อปัจจัยด้านอื่น ๆ อย่างยิ่งที่ส่งผลต่อการเป็นผู้สูงวัยที่มีภาวะพหุพิปลัง (WHO, 2002) มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

1.1 เพศ ถือเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อสถานภาพสังคม การเข้าถึงบริการทางสุขภาพของผู้สูงอายุ การทำงาน การบริโภคและภาวะโภชนาการ โดยบางประเทศ เด็กและสตรีส่วนมากมีสถานภาพในสังคมต่ำกว่าผู้ชาย ในด้านโอกาสการเข้าถึงอาหาร การศึกษา การทำงาน และบริการสุขภาพมีน้อย รวมทั้งค่านิยมที่มีดั้งเดิม สตรีมีบทบาทเป็นผู้ดูแลเด็ก ผู้สูงอายุและครอบครัว ซึ่งอาจทำให้ต้องละทิ้งงานที่ก่อให้เกิดรายได้ สิ่งต่าง ๆ นั้นส่งผลต่อภาวะสุขภาพ และทำให้เกิดความยากจนในผู้หญิงเมื่อเข้าสู่ภาวะสูงวัย

1.2 วัฒนธรรม ได้แก่ ค่านิยมทางวัฒนธรรม และประเพณีนิยม ในแต่ละสังคม เป็นสิ่งที่กำหนดขอบเขตและการปฏิบัติต่อผู้สูงอายุ ซึ่งจะส่งผลต่อความเป็นอยู่ พฤติกรรม ตลอดจนสุขภาพของผู้สูงอายุ

2. ตัวกำหนด (Determinants) การเข้าสู่ภาวะพหุพิปลัง 6 ด้าน (WHO, 2002) ได้แก่

2.1 ระบบบริการทางสุขภาพและระบบบริการทางสังคม โดย ระบบบริการทางสุขภาพจะแบ่งออกเป็น การส่งเสริมสุขภาพประชาชน การป้องกันโรค การรักษาสุขภาพ และการฟื้นฟูสุขภาพ ซึ่งจำเป็นต้องคำนึงถึงการดูแลในระยะยาว นั่นคือ ระบบที่ดำเนินการโดยผู้ดูแลที่ไม่เป็นทางการกับเป็นทางการ (ระบบบริการทางสุขภาพและสังคม) ที่ต้องสามารถรองรับกลุ่มผู้สูงอายุที่หลากหลาย โดยเฉพาะกลุ่มที่ไม่สามารถดูแลตนเองได้ กล่าวได้ว่าเป็นระบบที่คำนึงถึงสิทธิมนุษยชนให้บุคคลได้มีส่วนร่วมในการดูแล และพึ่งพาตนเอง รวมทั้ง ด้านการบริการสุขภาพจิต ถือเป็นความสำคัญและจำเป็นในการผนวกรวมในการดูแลในระยะยาวด้วย

2.2 ตัวกำหนดทางพฤติกรรม ได้แก่ พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุแต่ละบุคคล ดังนี้

2.2.1 กิจกรรมทางกาย (Physical Activity) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอจะสามารถช่วยลดความเสี่ยงของร่างกายได้ ลดระยะเวลาของการจะเกิดภาวะการณเจ็บป่วย การเกิดโรคเรื้อรัง โดยผู้สูงอายุที่ยังคงความกระตือรือร้นได้ต้องมีสุขภาพจิตที่ดี มีการติดต่อกับสังคม การเป็นผู้สูงอายุที่ยังกระตือรือร้นช่วยให้ผู้สูงอายุคงไว้ซึ่งความเป็นอิสระ พึ่งพาตนเองได้ยาวนานมากขึ้น ลดภาวะเสี่ยงการหกล้ม และช่วยลดค่าใช้จ่ายในการใช้ยาลดลง ซึ่งสัดส่วนของผู้สูงอายุที่ไม่ออกกำลังกาย พบว่ายังมีระดับสูง โดยเฉพาะในกลุ่มที่มีรายได้น้อย ชนกลุ่มน้อยและผู้สูงอายุที่มีภาวะทุพพลภาพ จำเป็นต้องมีนโยบายสนับสนุนที่เหมาะสม

2.2.2 การรับประทานอาหารที่ถูกอนามัย (Healthy Eating) เป็นปัญหาโภชนาการของผู้สูงอายุมี 2 ประเภท คือ ภาวะทุพโภชนาการ และภาวะโภชนาการเกิน โดยภาวะแรกมีสาเหตุจาก ข้อจำกัดในการเข้าถึงอาหาร ขาดความรู้ในด้านโภชนาการ และการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าต่ำ กล่าวว่างภาวะทุพโภชนาการทางร่างกายและสติปัญญาเป็นอุปสรรคในการซื้อและเตรียมอาหาร ส่วนภาวะที่สอง เกิดจากสาเหตุการบริโภคมากเกินไป ขาดการออกกำลังกาย โรคเรื้อรัง เป็นต้น

2.2.3 สุขภาพช่องปาก (Oral Health) ปัญหาสุขภาพช่องปาก เช่น ฝรั่งฟันผุ โรคที่เกี่ยวข้องกับเยื่อหุ้มฟัน การสูญเสียฟันและมะเร็งช่องปาก ถือว่าสร้างภาระทางเศรษฐกิจลดความมั่นใจในตนเอง คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตกต่ำ โดยปัญหาสุขภาพช่องปากมีความสัมพันธ์กับภาวะทุพโภชนาการ และเพิ่มความเสี่ยงการเกิดโรคนั้น การส่งเสริมและสนับสนุนประชาชนให้รักษาสุขภาพช่องปากด้วยตนเองเริ่มตั้งแต่ในวัยเด็ก และต่อเนื่องจนถึงช่วงสุดท้ายของชีวิต

2.2.4 การสูบบุหรี่ (Tobacco Use) การสูบบุหรี่เป็นการเพิ่มภาวะความเสี่ยงต่อการเกิดโรค เช่นโรคมะเร็งปอด การสูญเสียสมรรถนะในการทำงานที่ของร่างกาย เพราะการสูบบุหรี่เร่งให้อัตราการลดลงของมวลกระดูกเร็วขึ้น ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและการหายใจลดลง ซึ่งเป็นสาเหตุการตายก่อนวัยอันควร จำเป็นต้องมีมาตรการในการควบคุมการสูบบุหรี่ คือป้องกันเด็กและเยาวชนในการทราบโทษภัยของการสูบบุหรี่ ขณะเดียวกันต้องช่วยให้ผู้ใหญ่งด หรือลดความต้องการใช้บุหรี่

2.2.5 แอลกอฮอล์ (Alcohol) แนวโน้มการบริโภคแอลกอฮอล์ในผู้สูงอายุน้อยกว่าวัยหนุ่มสาว หากการบริโภคทำให้ผู้สูงอายุง่ายต่อการเกิดโรคที่มีสาเหตุจากแอลกอฮอล์ เช่นภาวะทุพโภชนาการ โรคตับ แผลในกระเพาะอาหาร มีแนวโน้มที่จะมีอันตรายเพิ่มขึ้นหากใช้ร่วมกับยา การแก้ปัญหาการดื่มสุรา ควรที่จะทำควบคู่กันทั้งวัยสูงอายุและวัยหนุ่มสาว

2.2.6 การใช้ยา (Medication) ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีปัญหาเรื้อรังทางสุขภาพจึงจำเป็นต้องใช้ยามากกว่าวัยอื่น ๆ ปัญหาที่พบในผู้สูงอายุ คือ การซื้อยามารับประทานเอง ในชนบททั่วไปผู้สูงอายุส่วนใหญ่ขาดแคลนยา ส่วนในเมืองจะใช้จ่ายเกี่ยวกับยามากเกินไป และมีการใช้ยาโดยไม่มีใบสั่งยา โดยเฉพาะเพศหญิง ด้านผลข้างเคียงจากการใช้ยามีความสัมพันธ์กับการเจ็บป่วยและการหกล้ม ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้บุคคลได้รับความทุกข์ทรมาน รวมทั้งเสียค่าใช้จ่ายในการเข้าโรงพยาบาลเป็นเวลานาน

2.3 ตัวกำหนดเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล (WHO, 2002) ได้แก่

2.3.1 ชีววิทยาและพันธุกรรม เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ อัลไซเมอร์

2.3.2 ปัจจัยทางจิตวิทยา ได้แก่ ความฉลาด และความสามารถทางการคิด

2.4 ตัวกำหนดด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ถือเป็นสิ่งที่ส่งผลต่อภาวะพึ่งพา และการไม่พึ่งพาในผู้สูงอายุ โดยต้องคำนึงถึงเรื่องสำคัญ ได้แก่

2.4.1 ที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัย ที่พักอาศัยที่พอเพียงและปลอดภัยเป็นสิ่งสำคัญที่จะส่งผลต่อความผาสุกของผู้สูงอายุ สถานที่ตั้ง รวมถึงการที่ได้อยู่กับสมาชิกในครอบครัว สถานบริการ และการขนส่ง สิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อสังคมที่ดีหรือการแยกตัวออกจากสังคมของผู้สูงอายุ

2.4.2 การหกล้ม ถือเป็นการบาดเจ็บที่สร้างความเสียหาย ค่าใช้จ่ายในการรักษา และเป็นสาเหตุการตายของผู้สูงอายุได้อย่างมากจึงควรต้องสร้างสิ่งแวดล้อมที่ช่วยลดความเสี่ยงในการหกล้มแก่ผู้สูงอายุ

2.4.3 น้ำสะอาด อากาศบริสุทธิ์ และอาหารปลอดภัย ถือเป็นารได้รับปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตที่ดี มีคุณภาพ และปลอดภัยเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อผู้สูงอายุ

2.5 ตัวกำหนดเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม (Social Determinants) การได้รับการสนับสนุนทางสังคม โอกาสทางการศึกษา และการเรียนรู้ตลอดชีวิต ความสงบสุขและการปกป้องความรุนแรง การทารุณกรรม เป็นตัวกำหนดที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุก้าวเข้าสู่ภาวะพลัดพรากได้อย่างดี

2.5.1 การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) หากได้รับการสนับสนุนทางสังคมไม่เพียงพอก็มีความสัมพันธ์กับอัตราการป่วย และตายของผู้สูงวัยอย่างมีนัยสำคัญ การเก็บกตทางจิต และทำให้ภาวะสุขภาพ ความผาสุกลดลง จากการศึกษาที่ต้องเผชิญการสูญเสียสมาชิกในครอบครัว เพื่อนมากกว่าวัยอื่นทำให้เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว แยกตัวออกจากสังคมได้ง่าย

2.5.2 ความรุนแรงและการทารุณกรรม ผู้สูงวัยที่อยู่ในสภาพที่อ่อนแอหรืออยู่เพียงลำพังเสี่ยงต่อการเกิดอาชญากรรมต่าง ๆ รูปแบบความรุนแรงที่เกิดขึ้นในผู้สูงอายุ คือ การทารุณกรรม โดยสมาชิกในครอบครัว และสถานที่ที่ดูแลผู้สูงวัย ซึ่งมักจะเป็นคนที่รู้จักกันเป็นอย่างดี ลักษณะการทารุณกรรม ได้แก่ การถูกทอดทิ้ง การถูกกีดกัน การถูกละทิ้งจากสังคม การละเมิดสิทธิมนุษยชน สิทธิทางกฎหมาย สิทธิทางการรักษาและการกีดกันไม่ให้ได้รับดังกล่าว

2.5.3 การศึกษาและการอ่านออกเขียนได้ ระดับการศึกษาต่ำและการอ่านไม่ออก เขียนไม่ได้มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะทุพพลภาพ การตายและอัตราการไม่จ้างงาน การศึกษาในวัยเด็กรวมทั้งโอกาสสำหรับการเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นสิ่งที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุพัฒนาทักษะและความมั่นคงในการปรับตัวในการทำงานเพื่อที่จะคงไว้ซึ่งภาวะไม่พึ่งพา การไม่จ้างงานด้วย

2.6 ตัวกำหนดทางเศรษฐกิจ ได้แก่ รายได้ การทำงาน และการปกป้องทางสังคม มีรายละเอียด ดังนี้

2.6.1 รายได้ (Income) ประชาชนที่ยากจนมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นที่จะเจ็บป่วยและเกิดภาวะทุพพลภาพ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้ ไม่มีลูกหลาน หรือสมาชิกครอบครัวที่จะพึ่งพาในอนาคต ถือว่ามีความเสี่ยงสูงที่จะไม่มีที่พักอาศัยและอยู่ที่สภาพขาดแคลน

2.6.2 การทำงาน (Work) การที่ประชาชนควรได้รับสวัสดิการที่ดีในการทำงาน ถือว่าจะสามารถเข้าสู่วัยสูงอายุที่สามารถมีส่วนร่วมในการเป็นกำลังในการพัฒนาประเทศได้มากขึ้น นั่นคือ การส่งเสริมให้การให้ผู้สูงอายุได้ทำงานยาวนานขึ้น เป็นต้น

2.6.3 การปกป้องทางสังคม (Social Protection) การส่งเสริมให้ทุกประเทศจัดให้ครอบครัวเป็นแหล่งสนับสนุนที่สำคัญของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้สูงอายุกลุ่มที่ไม่สามารถหาเลี้ยงชีพได้ อยู่คนเดียว จึงเป็นสิ่งสำคัญในการจัดระบบการปกป้องทางสังคมอย่างรอบด้าน

แนวทางในการพัฒนาภาวะพหุพิสัยขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) สามารถสรุปสาระสำคัญ นั่นคือ องค์การอนามัยโลกได้เสนอแนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุแก่ทุกประเทศทั่วโลก จากสภาพสังคมโลกที่กำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ และกล่าวได้ว่าเพื่อเป็นแนวทางช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ โดยการกำหนดแนวทางการพิจารณา ได้แก่ ปัจจัยที่ต้องคำนึงสำคัญ ได้แก่ เพศ และวัฒนธรรม ในการกำหนดทิศทาง การวางแผน หรือการตัดสินใจในโครงการต่าง ๆ ของแต่ละประเทศในการพัฒนาผู้สูงอายุให้มีคุณภาพ เพื่อเป้าหมายให้ผู้สูงอายุมีภาวะพหุพิสัย ซึ่งการเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพิสัย ได้แก่ การบริการทางสุขภาพของรัฐ การกำหนดพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุที่พึงประสงค์ การกำหนดปัจจัยส่วนบุคคล สิ่งแวดล้อมทางกายภาพและทางสังคม รวมทั้งปัจจัยทางเศรษฐกิจ อันได้แก่ รายได้ การมีงานทำและการได้รับการปกป้องทางสังคม อีกด้วยดังกล่าว กรอบดัชนีวัดภาวะพหุพิสัยที่ได้พัฒนาโดย Kattika Thanakwang and other (2006) ได้กำหนดเกณฑ์ตัวชี้วัดการสูงอายุที่มีภาวะพหุพิสัย โดยใช้องค์ประกอบของการมีภาวะพหุพิสัย 3 ด้าน นั่นคือ 3 ดัชนีสำคัญได้แก่ ดัชนีสุขภาพ ดัชนีการมีส่วนร่วม และดัชนีหลักประกันและความมั่นคง มาเป็นตัวกำหนดเกณฑ์ตัวชี้วัด ประกอบด้วย 15 ตัวชี้วัด มีรายละเอียดดังนี้

1. ดัชนีสุขภาพ

1.1 กิจกรรมทางร่างกาย ประกอบด้วย การออกกำลังกายความสามารถทางด้านร่างกายการทำงานวัตรในชีวิตประจำวัน

1.2 สุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์ ประกอบด้วย ประเมินสุขภาพตนเองได้ มีสุขภาพจิตดี และรู้วิธีการกับโรคเรื้อรังและความพิการได้

2. ดัชนีการมีส่วนร่วม ได้แก่

2.1 มีงานที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ

2.2 มีส่วนร่วมในสถาบันครอบครัว

2.3 กิจกรรมทางสังคม ได้แก่ อาสาสมัคร

3. ดัชนีหลักประกันและความมั่นคง

3.1 หลักประกันทางการเงิน ประกอบด้วย มีรายได้ใช้จ่ายให้พอเพียงกับรายได้ และการออมเงิน

3.2 หลักประกันทางกายภาพ ได้แก่ ด้านผู้ดูแลและสิ่งอำนวยความสะดวกช่วยให้มีความปลอดภัยในชีวิตประจำวัน ได้แก่ การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อการติดต่อสื่อสารและเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นต้น การจัดการชีวิตความเป็นอยู่ที่ปลอดภัยจากการถูกทอดทิ้ง ทารุณเอาเปรียบ และมีบ้านและที่อยู่อาศัย

2.3 แนวคิดการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment)

แนวคิดการเสริมพลังอำนาจซึ่งเริ่มต้นมาจากแนวคิดทางสังคมวิทยาที่ใช้แก้ปัญหาความเหลื่อมล้ำทางสังคม ผู้นำแนวคิดนี้คือ นักปรัชญาชาวบราซิลชื่อ เปาโล แฟร์ (Paulo Freire) ได้นำมากำหนดเป็นกลยุทธ์การพัฒนาสังคม ปัจจุบันมีการนำแนวคิดนี้มาใช้อย่างกว้างขวางในสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น การเคลื่อนไหวของกลุ่มสตรีการส่งเสริมสุขภาพบุคคล และชุมชนตลอดจนการบริหารจัดการองค์การและการพัฒนาบุคคลในองค์การทั้งแบบที่เป็นทางการ หรือกลุ่มไม่เป็นที่ทางการ เพราะเป็นแนวคิดที่มีความสอดคล้องกับสถานการณ์ในสังคมศตวรรษที่ 21 ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมือง เทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก แนวคิดนี้มีความสำคัญอย่างยิ่ง ถือเป็นการพัฒนาศักยภาพของบุคคลให้สามารถทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ การส่งเสริมศักยภาพบุคคล การรวมกลุ่มให้เกิดการมีส่วนร่วม มีพลังในการทำกิจกรรมใด ๆ ให้บรรลุผลสำเร็จ โดยช่วยให้บุคคลเปลี่ยนโลกทัศน์เกี่ยวกับการมองเห็นตนเองและสังคมอย่างสร้างสรรค์ คือรู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถ และสามารถเปลี่ยนแปลงการดำเนินกิจกรรม หรือดำรงชีวิตของตนให้ดีขึ้นเพื่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมได้ด้วย

ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจ

คำว่า “การเสริมสร้างพลังอำนาจ” (Empowerment) ตามพจนานุกรมของ Merriam Webster (2005) : ให้ความหมายไว้ 3 ประการ คือ 1) การให้อำนาจที่เป็นทางการ (to give official authority) หรือที่ถูกต้องตามกฎหมาย (Legal power to) 2) การจัดหาหรือให้โอกาส (to provide with the means or opportunity) และ 3) การส่งเสริมความเป็นตัวเอง (to promote the self-actualization) และ คำว่า Empowerment มีผู้แปลเป็นภาษาไทยไว้หลายคำ เช่น เสริมอาวุธทางปัญญา การเสริมพลังอำนาจประชาชนและการใช้อำนาจ

โดย “การเสริมสร้างพลังอำนาจ” (Empowerment) เป็นแนวคิดที่มีความซับซ้อนและกว้างขวางเป็นอย่างมาก คำนียามใช้อธิบายในหลากหลายสาขา ซึ่งพบว่ามี ความยากลำบากในการให้คำจำกัดความ เนื่องจากความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจจะแตกต่างกันไปตามบริบทและกลุ่มบุคคลที่ต้องการศึกษาที่แตกต่างกัน ได้แก่

นักวิชาการได้ให้ความหมายไว้หลายทัศนะดังนี้

Rappaport (1984) กล่าวว่า การให้คำจำกัดความของคำว่า การเสริมพลังอำนาจ เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก จนกว่าเราจะได้สัมผัสกับสิ่งนั้นอย่างแท้จริง ทั้งนี้เพราะการเสริมพลังอำนาจเป็น โครงสร้างที่ไม่มีขอบเขตและมีรูปแบบที่แตกต่างไปตามกลุ่มประชากร

Keiffer (1984) ให้ความหมายว่า หมายถึง กระบวนการที่ทำให้บุคคลปรับเปลี่ยน ความรู้สึกจากบุคคลที่ไม่มีคุณค่าไปสู่การยอมรับว่าตนเองเป็นผู้มีความสามารถอย่างแท้จริง

Zimmerman M. and Rappaport J. (1988) ได้กล่าวว่า การเสริมสร้างพลังอำนาจของชุมชนมีทั้งในระดับบุคคลและในระดับชุมชน การเสริมสร้างพลังอำนาจในระดับบุคคล เป็นเรื่องของการพัฒนาศักยภาพตนเองให้ มีความเข้มแข็งพอที่จะควบคุมตนเอง จากปัจจัย สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลในการดำเนินชีวิต สามารถพึ่งพาตนเองได้ และเห็นคุณค่าในสิ่งที่ตนเอง ประพฤติ ปฏิบัติ จนมีความภาคภูมิใจในตนเอง ส่วนการเสริมสร้างพลังอำนาจในระดับชุมชน เกิดจาก การรวมกลุ่มของสมาชิกที่มีความรู้สึกเป็นกลุ่มเดียวกัน มีวิถีชีวิตเดียวกัน มีความร่วมมือ ร่วมใจ สร้างประโยชน์ และควบคุมสมาชิกในชุมชน ที่จะจัดการให้เกิดความเสมอภาคการกระจายทรัพยากร แล้วส่งผลดีต่อชุมชน

Conger and Kanungo (1988) เน้นถึงการเสริมสร้างพลังอำนาจด้านจิตใจ โดยการ ขจัดความรู้สึกไร้อำนาจของบุคคล ให้มีความรู้สึกมั่นใจในการทำงาน เช่นเดียวกับ Thomas and Velhouse (1990) และ Spreitzer (1995) ที่ให้ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจว่า เป็นการ สร้างแรงจูงใจ ให้ผู้ปฏิบัติเกิดความมั่นใจในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้สำเร็จได้ ความหมายดังกล่าวเป็นการพัฒนาความรู้สึกของบุคคลให้มีความเชื่อในเรื่อง ประสิทธิภาพของบุคคล เพื่อทำงานร่วมกันไปสู่เป้าหมายของงาน หรือขององค์กร

Gibson (1991) ได้กล่าวถึงการเสริมสร้างพลังอำนาจว่า เป็นแนวคิดที่อธิบาย กระบวนการทางสังคม การแสดงถึงการยอมรับและชื่นชม การส่งเสริม การพัฒนาและเสริมสร้าง ความสามารถของบุคคลในการตอบสนองความต้องการของตนเองและแก้ปัญหาด้วยตนเอง รวมถึง ความสามารถในการใช้ทรัพยากรที่จำเป็นในการดำรงชีวิต เพื่อให้เกิดความรู้สึกเชื่อมั่นในตนเองและ รู้สึกว่าตนเองมีอำนาจสามารถควบคุมความเป็นอยู่หรือวิถีชีวิตของตนเองได้

Clifford and Chandler (1992) กล่าวไว้ในทำนองเดียวกันว่า การเสริมพลังอำนาจ เป็นกระบวนการเพิ่มพลังอำนาจให้บุคคลที่รู้สึกว่าคุณไม่มีอำนาจให้รู้สึกว่าคุณมีอำนาจในตนเอง ความเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเอง รู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า สามารถตัดสินใจในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้ ประสบความสำเร็จตามที่มุ่งหวัง

Tebbitt (1993) กล่าวว่า การเสริมพลังอำนาจ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงใน องค์การโดยส่งเสริมให้บุคลากรมีอิสระในกิจกรรมที่ทำงานและปฏิบัติงานแบบมีส่วนร่วม ทำให้

บุคลากรรู้สึกยึดมั่นในองค์การ โดยไม่มีการบังคับหรือเรียกร้องให้กระทำ บุคลากรทุกคนบรรลุถึงวิสัยทัศน์และพันธกิจร่วมกัน

Stewart (1994: 6-7) นิยามคำนี้ว่า หมายถึง การมอบภารกิจการตัดสินใจและหน้าที่รับผิดชอบแก่บุคคลด้วยวิธีการที่สร้างสรรค์และเหมาะสมกับสภาพของบุคคลเพื่อเก็บเกี่ยวสิ่งที่ดีที่สุดจากบุคคลผู้รับภารกิจนั้น ๆ

Wilson (1996) ให้ความหมายว่าการเสริมพลังอำนาจหมายถึง การดำเนินการให้บรรลุเป้าหมายร่วมกันอย่างริเริ่มสร้างสรรค์

Gutierrez, Parson, and Cox (1998) ให้ความหมายว่า การเสริมพลังอำนาจหมายถึง การสร้างความสัมพันธ์และร่วมมือกันในการทำสิ่งต่าง ๆ โดยอยู่บนความเชื่อและจริยธรรมทางสังคม ค่านิยม การช่วยเหลือ มีน้ำใจให้กัน การเสริมพลัง อาศัยความรู้ ทักษะความสามารถ คุณธรรม จริยธรรม ความเชื่อถือไว้วางใจร่วมกันรับผิดชอบ และมีส่วนร่วมตัดสินใจกำหนดเป็นเป้าหมาย

Page and Czuba (1999) มีความเห็นว่า การเสริมพลังอำนาจเป็นกระบวนการทางสังคมที่มีหลายมิติ เพราะเกี่ยวข้องกับทั้งปัจเจกบุคคล ชุมชน สังคมและเกิดขึ้นในมิติของสังคมวิทยา จิตวิทยา เศรษฐศาสตร์และอื่น ๆ ช่วยให้บุคคลสามารถควบคุมสิ่งที่ตนเองสนใจ หรือเกี่ยวข้องด้วยการลงมือปฏิบัติอันจะนำไปสู่การปรับปรุงวิถีชีวิตของตนเองและองค์การให้ดียิ่งขึ้น

Greasley and King (2005) กล่าวว่า ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจมีความสัมพันธ์กับแนวคิดของอำนาจ (Concept of power) ซึ่งแนวคิดดังกล่าวเน้นถึง การควบคุม (Control) การปกครอง (Hierarchy) และการควบคุมอย่างเคร่งครัด (Rigidity) แต่ความหมายของการเสริมสร้างพลังอำนาจในด้านองค์การและการจัดการ จะหมายถึง การให้อำนาจและความรับผิดชอบแก่ผู้ปฏิบัติงาน ทำให้เกิดความรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของและการควบคุมงานได้ด้วยตนเอง การทำให้ผู้ปฏิบัติงานสามารถปฏิบัติงานได้อย่างเต็มศักยภาพทั้งส่วนบุคคลและทีมงาน

อวยพร ตัณมุขยกุล (2540) ได้ให้ความหมายว่า เป็นกระบวนการที่เสริมสร้างให้บุคคล องค์การมีพลังอำนาจในการควบคุมชีวิตตน เป็นกระบวนการทางสังคมที่แสดงถึงการยอมรับ การส่งเสริม การช่วยเหลือชี้แนะให้บุคคล เกิดความสามารถที่จะดำเนินการสนองความต้องการของตนเอง แก้ปัญหาตนเองและใช้ทรัพยากรที่จำเป็นเพื่อเกิดความรู้สึกสามารถควบคุมชีวิตของตนเองได้

คณิต เขียววิชัย (2551: 8) ให้ความหมายว่า คือ กระบวนการหรือวิธีการต่าง ๆ ตลอดจนการจัดการสิ่ง แวดล้อมภายในองค์การเพื่อสนับสนุน หรือส่งเสริมให้บุคคลมีเป้าหมายในชีวิต มีความยึดมั่นผูกพันต่อองค์การ มีความพอใจในงาน ตระหนักในคุณค่าของตนเอง มีความรับผิดชอบ รับรู้ในพลังอำนาจของตนในการจัดการแก้ปัญหา สถานการณ์ต่าง ๆ ได้ และมีการเรียนรู้ และการ

พัฒนาตนเอง ทำให้บุคคลสามารถเติบโตตามสัดส่วนของตนได้อย่างเต็มที่ และมีผลต่อสมรรถนะการปฏิบัติงานส่วนตน ทีมงาน และองค์การ

จากความหมายข้างต้นจากแนวคิดที่หลากหลายเกี่ยวกับการเสริมพลังอำนาจ Wilson, Gibson (1991) มีความเห็นสอดคล้องกันว่า การเสริมพลังอำนาจนั้นต้องเริ่มที่การเสริมพลังภายในตนเองของบุคคลก่อนทั้งนี้ เพราะบุคคลที่มีพลังในตนเองเท่านั้น จึงจะสามารถเสริมพลังให้แก่ผู้อื่นได้

จากความหมายการเสริมสร้างพลังอำนาจที่กล่าวมาแล้ว สามารถสรุปได้ว่าการเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นกระบวนการการเพิ่มศักยภาพของบุคคลให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ การเห็นคุณค่าตนเอง มีความภาคภูมิใจในตนเอง และส่งเสริมให้บุคคลเกิดความสามารถในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตและแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ดี และแนวคิดนี้ให้ความสำคัญกับการเสริมพลังอำนาจแก่กลุ่มที่อาจจะด้อยคุณค่าลงหรือสถานภาพทางสังคมต่ำลง ดังที่ Ebersole (1998) กล่าวว่า การเสริมพลังอำนาจเป็นวิธีทางเลือกทางหนึ่งของการพัฒนาสุขภาวะของกลุ่มคน โดยจากการศึกษานำมาใช้ในกลุ่มต่าง ๆ เช่น กลุ่มผู้หญิง กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้ป่วยเรื้อรัง ซึ่งอาจจะมีการดำเนินการในรูปแบบต่าง ๆ เป็นต้น

รูปแบบการเสริมพลังอำนาจ

แนวคิดสำคัญนำไปสู่การสร้างวิธีการสร้างพลังอำนาจที่ส่งเสริมบุคคลเป็นสำคัญ ซึ่งนำเสนอวิธีการสร้างพลังโดยเน้นที่ตัวบุคคล 4 ประการ (กอบกุล พันธุ์เจริญวรกุล, 2539: 9-18) มีดังนี้

1. เพิ่มความสามารถในตัวของบุคคล (Increasing Self-efficacy) โดยเน้นที่ความรู้สึกภายในตัวของบุคคล ส่งเสริมให้มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน เอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ได้
2. พัฒนาคำรู้สึกเรื่องการทำงานเป็นทีม (Teamwork) โดยปลูกจิตสำนึกในตัวบุคคลในเรื่องของความร่วมมือร่วมใจกันทำงาน เป้าหมายร่วมกันที่จะใช้พลังของทีมในการแก้ปัญหา
3. ลดการตำหนิตนเอง (Reducing Self-blame) โดยเปลี่ยนวิธีการมองปัญหาจากการกล่าวโทษตนเอง มาเป็นการนำปัญหาของตนมาพูดคุยในกลุ่ม ให้กลุ่มมีความรับผิดชอบร่วมกันในการมองและแก้ไขปัญหา วิธีที่จะช่วยให้ผู้ที่ประสบปัญหา รู้สึกเป็นอิสระจากสถานการณ์ทางสังคมที่ตนประสบอยู่
4. กำหนดความรับผิดชอบของบุคคลต่อการเปลี่ยนแปลงในอนาคต (Assuming personal responsibility for change) เพื่อให้บุคคลนั้นมีส่วนร่วมอย่างจริงจัง และรับรู้พลังของตนเองในการมุ่งมั่นที่จะแก้ไขปัญหาหรือปรับเปลี่ยนสถานการณ์ต่าง ๆ ให้ดีขึ้น

Ebersole (1998) กล่าวว่า การเสริมพลังอำนาจเป็นวิธีทางเลือกทางหนึ่งของการพัฒนาสุขภาพของกลุ่มคน โดยจากการศึกษานำมาใช้ในกลุ่มต่าง ๆ เช่น กลุ่มผู้หญิง กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้ป่วยเรื้อรัง ซึ่งอาจจะมีการดำเนินการในรูปแบบต่าง ๆ เป็นต้น

Stewart (1994: 73-86) เสนอกฎเกณฑ์ขั้นตอนการส่งเสริม ดังนี้

1. ขั้นตอนการแสดงวิสัยทัศน์ร่วมกัน (envision) หมายถึง ผู้มอบและผู้รับภารกิจ ต้องแสดงวิสัยทัศน์ร่วมกัน ผู้ปฏิบัติงานร่วมรับรู้ แสดง และเข้าใจเป้าหมายสูงสุดขององค์การร่วมกัน
2. ขั้นตอนการให้การศึกษา (educate) หมายถึง การที่ผู้ปฏิบัติงานต้องได้รับการศึกษาเพื่อจะได้พิจารณาและตัดสินใจเกี่ยวกับงานได้อย่างถูกต้อง โดยความหมายการได้รับการศึกษาจะมีขอบเขตกว้างขวาง ซึ่งยิ่งกว่าการฝึกอบรมด้วย
3. การขจัด (eliminate) หมายถึง การขจัดอุปสรรคต่าง ๆ เช่น กฎเกณฑ์ ระเบียบที่ไม่จำเป็นยุ่งยากและซับซ้อน การขจัดทัศนคติที่ต้านลบบของบุคคล
4. การแสดงออก (express) หมายถึง การที่บุคคลมีโอกาสดูออกเกี่ยวกับความรู้สึก ความคิดเห็น การสอบถามข้อสงสัยอย่างจริงจังร่วมกันทุกฝ่าย ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ของงาน และต้องดำรงสิทธิของแต่ละบุคคลด้วย
5. การกระตือรือร้น (enthusie) หมายถึง การกระตือรือร้นของผู้มอบภารกิจ ผู้มอบภารกิจต้องรักที่จะสอนแนะนำคนอื่น และชื่นชมยินดีเมื่อผู้ปฏิบัติทำงาน โดยให้ความสำคัญกับการทำงานเป็นทีมมากกว่าควบคุมงานเคร่งครัด
6. ความพร้อม (equip) หมายถึง ความพร้อมด้านเวลา การเงิน อุปกรณ์จำเป็นทักษะและสภาพส่วนตัวของผู้มอบภารกิจรวมทั้งความเชื่อมั่นของผู้มอบภารกิจที่มีต่อความสามารถและความพร้อมของผู้รับมอบ
7. การประเมินงาน (evaluate) หมายถึง การเสริมพลังอำนาจเป็นกระบวนการมิใช่เป็นผลผลิต จะต้องมีการประเมินวัตถุประสงค์และเกณฑ์การปฏิบัติงานได้ มีการกำหนดว่าได้บรรลุหรือไม่ อย่างไร เป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติภารกิจอย่างยิ่ง

Kinlaw (1995, อ้างถึงใน คณิตเชียว วิชัย, 2551) ได้เสนอรูปแบบการจัดการกระบวนการเสริมอำนาจ(Empowerment Process Management Model) แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

1. ขั้นตอน (Step) รูปแบบของการเสริมสร้างพลังอำนาจมีขั้นตอนที่สำคัญอยู่ 6 ขั้นตอน ตั้งแต่การวางแผน การเริ่มต้นดำเนินงาน และการประเมินผล ซึ่งเป็นการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง

1.1 การกำหนดขอบเขตและเผยแพร่ การเริ่มต้นของการเสริมพลังอำนาจ จำเป็นต้องมีความชัดเจนในขอบเขตความหมายแท้จริง หลังจากนั้นควรเผยแพร่ให้ทุกคนในองค์การได้รู้

1.2 กำหนดวัตถุประสงค์และกลยุทธ์ในการทำงานทุกระดับขององค์การ เป็นการปรับปรุงการปฏิบัติงานของทุกคนในองค์การซึ่งต้องมีการกำหนดกลยุทธ์ให้ชัดเจนเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์

1.3 การฝึกอบรมให้ผู้ปฏิบัติงานมีบทบาทและปฏิบัติงานรูปแบบใหม่ในการฝึกอบรม เพื่อสร้างเสริมพลังอำนาจนั้นเป็นการฝึกอบรมเทคนิคในการปรับปรุง และสร้างสรรค์การปฏิบัติงานตามความต้องการของผู้ปฏิบัติงาน

1.4 การปรับปรุงโครงสร้างขององค์การ เพื่อเพิ่มอิสระในการทำงาน ลดความเป็นทางการและสิ่งครอบงำ การสร้างสรรค์งาน โดยการพิจารณางานที่มีผลดีต่อองค์การ แล้วตัดงานที่ไม่ได้สร้างค่านิยมที่ดีในองค์การออกไป รวมกลุ่มงานที่มีอยู่ให้มีลักษณะเป็นธรรมชาติ แล้วจัดวางเครือข่ายการบริหารงานให้เกิดช่องว่างให้น้อยที่สุด

1.5 ปรับปรุงระบบต่าง ๆ ขององค์การโดยพิจารณาวัตถุประสงค์ของแต่ละระบบต้องมีความชัดเจน ทุกคนรับรู้ สามารถควบคุมและจัดการได้ และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการเสริมสร้างพลังอำนาจ

1.6 ประเมินผลและปรับปรุง เป็นการประเมินขั้นตอนต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาโดยวัดจากการรับรู้ และการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของผู้ปฏิบัติงานแล้วนำผลการประเมินมาใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

2. สารเทศนำเข้า แบ่งออกเป็น ดังนี้

2.1 การเสริมสร้างพลังอำนาจ เป็นการสร้างศักยภาพให้กับผู้ปฏิบัติงานซึ่งประกอบด้วย มีความยึดมั่นในองค์การ มีความสามารถ และมีจริยธรรม

2.2 สิ่งตอบแทนที่คาดหวัง คือมีการเปลี่ยนแปลง 3ระดับ คือ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมผู้ปฏิบัติ การเปลี่ยนแปลงแต่ละองค์ประกอบขององค์การ และองค์การมีการเปลี่ยนแปลงต่อเนื่อง

2.3 กลุ่มเป้าหมาย การเสริมสร้างพลังอำนาจมุ่งเน้นที่ผู้ปฏิบัติงานแต่ละคน และในทีมงานในองค์การ โดยสร้างสภาพการปฏิบัติงานให้เกิดการเรียนรู้ การแลกเปลี่ยนข้อมูล สารสนเทศ ขยายความคิด แก้ปัญหา ปรับปรุงการปฏิบัติงาน

2.4 กลยุทธ์ในการเสริมสร้างพลังอำนาจที่สำคัญ 3 ประการ คือให้ข้อมูลย้อนกลับในการทำงาน การสร้างและการพัฒนางานเป็นทีม ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ทุกระดับ

2.5 การควบคุม เป็นการควบคุมเพื่อให้เกิดการพัฒนาบทบาทและการปฏิบัติงานที่นั่น คือการเปลี่ยนบทบาท และการปฏิบัติหน้าที่ของผู้ปฏิบัติงานจากแบบเก่าสู่แบบใหม่ที่มีความชัดเจนและมาตรฐานสูง

ในส่วนรูปแบบการเสริมพลังอำนาจดังกล่าว เกี่ยวกับกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจนั้นต้องมีสิ่งสำคัญร่วมกันที่ต้องสอดคล้องกันไป ซึ่ง นักวิชาการทางตะวันตกได้ กล่าวว่า การเสริมพลังอำนาจมีจุดกำเนิด หรือพื้นฐานมาจากการต้องรู้สึกว่าคุณค่า เป็นสำคัญ ด้วยการรับรู้ว่าคุณค่าได้รับความสำคัญ ความรักการดูแล การรับรู้ถึงความคาดหวังของผู้มอบภารกิจ ชัดเจน การได้รับผิดชอบในงานที่เหมาะสมกับตนเอง การได้เห็นรูปแบบที่ดีและการได้เลือกสิ่งที่มีความหมายสำหรับตนเองด้วย (Zerwekh, 1992)

การเสริมสร้างพลังอำนาจแก่ผู้ปฏิบัติงานในองค์กรนั้นก่อให้เกิดประโยชน์ในหลายระดับทั้งต่อบุคคล องค์กร และสังคม ดังนี้ 1) ประโยชน์ต่อบุคคล กล่าวคือเป็นการเพิ่มศักยภาพให้แก่ผู้ปฏิบัติงานให้เกิดความมั่นใจในความสำเร็จ เพิ่มความรู้สึกมีอำนาจในการควบคุมปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อให้การปฏิบัติงานบรรลุเป้าหมาย และสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง ทำให้ผู้ปฏิบัติงานมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเอง มีความสุข มุ่งมั่นและทุ่มเทให้กับการทำงาน มีความพึงพอใจในงาน มีความผูกพันต่อองค์กร รวมทั้งยังประโยชน์ต่อผู้รับบริการจากองค์กร (Hersey, Blanchard & Johnson refer in to Ronald, 2000) 2) ประโยชน์ต่อองค์กร กล่าวคือ ทำให้เกิดการเพิ่มประสิทธิผล เพิ่มสมรรถภาพขององค์กร ทำให้องค์กรสามารถปรับตัวได้รวดเร็ว ยืดหยุ่น มีประสิทธิภาพ มีการปฏิบัติงานร่วมกันเป็นทีม และสามารถพัฒนาผลงานและเพิ่มผลผลิต ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพ และรวมไปถึงเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมองค์กรในที่สุด (Laschinger, Finegan, & Shamine, 2001) และ 3) ประโยชน์ต่อสังคม เนื่องจากสังคมเป็นผู้รับผลจากการดำเนินงานขององค์กรไม่ว่าจะโดยทางตรงหรือทางอ้อม (Bennis & Goldsmith, 1994) ซึ่งการนำรูปแบบการเสริมสร้างพลังอำนาจไปใช้ในองค์กรนั้นผู้บริหารจำเป็นต้องมีความเข้าใจในหลักการและแนวความคิดพื้นฐานที่นำไปสู่การเสริมสร้างพลังอำนาจเสียก่อน ด้วยเหตุที่การเสริมสร้างพลังอำนาจต้องดำเนินการในระดับที่เหมาะสม ไม่มากเกินไปที่บุคคลจะรับได้ และไม่ใช่ว่าการมอบหมายความรับผิดชอบแก่ผู้ใต้บังคับบัญชาในขณะที่เขายังไม่พร้อม ดังนั้นผู้บริหารจึงต้องแน่ใจว่าการเสริมสร้างพลังอำนาจนั้นเหมาะกับบุคลิกภาวะของบุคคล (Kanter, 1983)

สรุปการนำแนวคิดการเสริมพลังอำนาจมาใช้ในงานวิจัยนี้ โดยการเสริมพลังอำนาจแก่ผู้สูงอายุ นั่นคือ กระบวนการการเสริมคุณค่าที่ผู้สูงอายุมีอยู่จากการมีประสบการณ์ การเรียนรู้ การปรับตัวตลอดเวลาจากที่ผ่านมามาในอดีต การเสริมคุณค่าให้ผู้สูงอายุมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้สูงอายุมีภาวะพหุพลัง ภาคภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าตนเองยิ่งขึ้น พึ่งพาตนเอง มีชีวิตอิสระ และพร้อมที่จะถ่ายทอดประสบการณ์ การดำเนินกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและชุมชน การเสริมพลังอำนาจเป็นส่วนที่สำคัญที่จะสร้างเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุ เป็นการเพิ่มความสามารถ ความเชื่อมั่น ทำให้ผู้สูงอายุพัฒนาศักยภาพที่มีในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้ดี สามารถพึ่งพาตนเอง และสร้าง

การมีมุมมองต่อตนเองอย่างสร้างสรรค์เป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ ไม่ใช่เป็นเพียงภาระ หรือผู้ที่อ่อนด้อยอยู่ตลอดโดยสังคมกำหนดเท่านั้น

โดยกระบวนการเสริมอำนาจนั้นเป็นกระบวนการที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุที่มีความเสื่อมถอยทางด้านร่างกายให้รู้สึกถึงคุณค่าตนเอง ได้เกิดกระบวนการเรียนรู้และปรับตนเองอยู่ตลอดเวลา เพื่อพัฒนาศักยภาพให้ได้เกิดประโยชน์สูงสุด เป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพลังเข้มแข็งอยู่ตลอด ดังนั้นการเสริมพลังอำนาจแก่ผู้สูงอายุจึงเป็นหลักการสำคัญประการหนึ่งที่จะผลักดันให้ผู้สูงอายุมีชีวิตที่ดีขึ้น หรือการมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่เป็นเป้าหมายที่แท้จริงมากกว่าแค่มีอายุยืนยาวขึ้นเท่านั้น กล่าวคือ การมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีชีวิตสุขสมบูรณ์ของบุคคลจะต้องมีการลงมือปฏิบัติ การลงมือปฏิบัติควรปฏิบัติตนใน สามด้าน คือ ด้านสุขภาพ ด้านสังคมและด้านเศรษฐกิจ ดังกรอบเป้าหมายภาวะพหุพลังขององค์การอนามัยโลก (2002) โดยจากงานอ้างอิง ด้านจิตใจและจิตวิญญาณ เป็นด้านที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในวิถีปฏิบัติทางตะวันออก สังคมไทยให้ความสำคัญด้านนี้เช่นเดียวกัน ดังนั้นกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจให้แก่ผู้สูงอายุไทยต้องมุ่งเน้นให้เกิดศักยภาพครบสมบูรณ์ซึ่งกระบวนการเสริมพลังอำนาจมี 4 ด้าน สำคัญ อันได้แก่

1. กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจทางด้านสุขภาพ รายละเอียดโดยสรุป คือ การให้โอกาสผู้สูงอายุได้เรียนรู้ ได้ปรับตัวและมีพฤติกรรมอนามัยที่จะเป็นผลดีด้านสุขภาพกาย พฤติกรรมอนามัยที่สำคัญ 3 ประการ ได้แก่ พฤติกรรมการออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร และหมั่นตรวจสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

2. กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจทางด้านจิตใจและจิตวิญญาณ คือการเสริมทักษะ ฝึกการควบคุมอารมณ์ การจัดการให้จิตใจมีความเบิกบาน มีอารมณ์ดี และมีความสงบใจเมื่อต้องเผชิญปัญหาต่าง ๆ โดยฝึกจิตใจให้สงบมีสมาธิ ได้แก่ การพักผ่อนนอนหลับ การสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้สม่ำเสมอ และการปฏิบัติธรรมตามหลักของศาสนาที่ตนนับถือ

3. กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจทางด้านสังคม คือ การเสริมทักษะชีวิตและปฏิสัมพันธ์ในสังคมให้แก่ผู้สูงอายุมีความผาสุก มีความพึงพอใจในชีวิต สังคมของผู้สูงอายุจำแนกเป็น 2 ลักษณะ คือ สังคมภายในครอบครัว และสังคมในชุมชนซึ่งเป็นสังคมนอกบ้าน

4. กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจทางด้านเศรษฐกิจ คือ การเสริมทักษะการจัดการเกี่ยวกับทรัพย์สินให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถมีชีวิตอิสระ ลดการพึ่งพา ป้องกันปัญหาอันเกิดจากไม่เพียงพอ ปัญหาจากการขาดรายได้และมีปัญหาจากการใช้จ่ายเกินพอดี ซึ่งทักษะการจัดการที่บุคคลวัยนี้ต้องดำเนินการคือ การรู้จักเก็บออม การสร้างความมั่นคงแก่ชีวิตตนเองและครอบครัว การมีรายได้ประจำ มีงานอดิเรกเพื่อหารายได้ และการรู้จักใช้จ่ายตามฐานะของตนเอง

จากความสนใจวิจัยในครั้งนี้ ข้อเท็จจริงและการตระหนักในความสำคัญของการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ ที่เป็นการจัดตั้งตามความสนใจในการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุที่ต้องการทำกิจกรรม

ต่าง ๆ ร่วมกัน ตามพื้นฐานของแต่ละกลุ่มผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุเป็นสถานที่ที่ผู้สูงอายุได้มาพบปะรวมกัน สนับสนุนกันในการสร้างสรรค์ กิจกรรมที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อผู้สูงอายุเองและชุมชนด้วย การนำกระบวนการเสริมพลังอำนาจเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รวมกลุ่มเท่ากับเป็นการผลักดันให้ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นผู้มีประสบการณ์ชีวิตได้ทำประโยชน์ที่ชัดเจน เป็นต้นแบบที่เป็นรูปธรรม ผู้สูงอายุได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เป็นหลักคิดของชุมชน ได้เกิดกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและกิจกรรมอื่น ๆ ตามความต้องการของผู้สูงอายุเอง ผู้สูงอายุได้มีบทบาทในการดำเนินโครงการ จัดกิจกรรมของชมรมด้วยตนเอง ร่วมกันสร้างสรรค์ชุมชนตามวิถีของแต่ละแห่ง งานภูมิปัญญาที่แต่ละบุคคลสั่งสมกันให้ดำรงอยู่ต่อไป การรวมกลุ่มได้สร้างสรรค์เพื่อคลายเหงาแก่ผู้สูงอายุหรือสร้างเสริมงานได้รายได้ด้วย นั่นคือสิ่งสำคัญในการเสริมสร้างพลังอำนาจให้กลุ่มผู้สูงอายุ อย่างชมรมผู้สูงอายุเป็นสถานที่ที่สามารถจะถ่ายทอดสิ่งต่าง ๆ แก่รุ่นต่อไป รวมทั้งการเป็นต้นแบบให้ได้ตระหนักถึงคุณค่าแห่งพลังผู้สูงอายุอีกด้วย ดังนั้นจึงสมควรต้องได้รับการสนใจศึกษาและสนับสนุนเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีการรวมกลุ่มตามความสนใจและหลากหลายของวิถีวัฒนธรรม ได้ตระหนักถึงคุณค่าตนเอง มีศักดิ์ศรี มีความสุขสมบูรณ์ในการใช้ชีวิตประจำวันต่อไป

2.4 แนวคิดการเรียนรู้และการเรียนรู้ของผู้ใหญ่

สำหรับการเรียนรู้ (Learning) หมายถึง กระบวนการของประสบการณ์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างค่อนข้างถาวร ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนี้ไม่ได้มาจากภาวะชั่วคราว วุฒิภาวะ หรือสัญชาตญาณใด (Klein, 1991: 2)

ความหมายของการเรียนรู้ มีนิยามดังนี้

1. การเรียนรู้เป็นการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
2. การเรียนรู้เป็นผลจากการฝึกฝน
3. การเรียนรู้เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวรจนเป็นนิสัย มิใช่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมชั่วคราว
4. การเรียนรู้เป็นสิ่งที่ไม่อาจสังเกตได้โดยตรง แต่ทราบจากการกระทำที่เป็นผลจากการเรียนรู้

ทิสนา แคมมณี (2545) ได้ให้ความหมายว่า การเรียนรู้เป็นกระบวนการเรียนรู้ คือ การดำเนินการอย่างเป็นขั้นเป็นตอนหรือการใช้วิธีการต่าง ๆ ช่วยให้ผู้เกิดความรู้ และในความหมายเป็นผลการเรียนรู้ คือ ความรู้ความเข้าใจในสาระต่าง ๆ ความสามารถในการกระทำการใช้กระบวนการต่าง ๆ ตลอดจนความรู้สึกอันเป็นผลที่เกิดขึ้นจากกระบวนการเรียนรู้หรือการใช้วิธีการเรียนรู้

โดยสรุปความหมายการเรียนรู้จึงมีความหมายเป็นทั้งกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมาย และเป็นเป้าหมาย ซึ่งมีความสัมพันธ์และส่งผลต่อกัน นั่นคือเป็นการเปลี่ยนแปลง

พฤติกรรมบุคคลให้มีความสอดคล้องกับสถานการณ์ เรื่องราวอย่างทีละเล็กทีละน้อย ค่อยปรับสภาพบุคคลเพื่อเป้าหมายที่ตั้งไว้

โดยเมื่อบุคคลเกิดการเรียนรู้ จะเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล ดังนี้ (Bloom, 1959)

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านความรู้ ความเข้าใจ และความคิด (Cognitive Domain) หมายถึง การเรียนรู้เกี่ยวกับเนื้อหาสาระใหม่ ก็จะทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้ความเข้าใจ สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้มากขึ้นเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสมอง
2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ ความรู้สึก ทศนคติ ค่านิยม (Affective Domain) หมายถึง เมื่อบุคคลได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ก็ทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกทางด้านจิตใจ ความเชื่อ ความสนใจ
3. ความเปลี่ยนแปลงทางด้านความชำนาญ (Psychomotor Domain) หมายถึง การที่บุคคลได้เกิดการเรียนรู้ทั้งในด้านความคิด ความเข้าใจ และเกิดความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความสนใจด้วยแล้ว ได้นำเอาสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปฏิบัติ จึงทำให้เกิดความชำนาญมากขึ้น

สรุปแนวคิดการเรียนรู้ดังกล่าวมา การเรียนรู้จึงเป็นกระบวนการหรือเป้าหมายที่จะทำให้กลุ่มผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อพัฒนาตนเองและแก้ไขปัญหาของกลุ่มหรือสังคม ผู้วิจัยได้ศึกษาครั้งนี้จึงนำแนวทางการเรียนรู้ของบุคคลที่มีความแตกต่างกันของวัยมีรายละเอียดการเรียนรู้ที่ต่างกันไป ซึ่งในการศึกษาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมของผู้สูงอายุ จึงเป็นการเรียนรู้ของกลุ่มผู้สูงอายุที่มีลักษณะพฤติกรรมต่างไปจากวัยอื่น ดังนั้นจึงกล่าวถึงการเรียนรู้ในวัยผู้ใหญ่ที่จะเป็นการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับกลุ่มผู้สูงอายุในตอนการนำเสนอต่อไป

แนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่

ในแนวคิดนี้เป็นการศึกษาที่ตั้งแนวทางมาจากผู้ใหญ่สามารถเรียนรู้ได้ มีความสามารถ ประสบการณ์ความสนใจที่ต่างจากวัยอื่น การเรียนรู้ของผู้ใหญ่แตกต่างจากการเรียนรู้ของเด็ก เพราะผู้ใหญ่มีประสบการณ์มากกว่า ดังนั้นการเรียนการสอนต้องยึดหลักให้ตอบสนองต่อธรรมชาติของผู้ใหญ่ นั่นคือต้องรู้หลักการศึกษผู้ใหญ่ ซึ่งมัลคัมส์ โนลส์ (Malcome S. Knowles) เรียกว่าการศึกษาผู้ใหญ่นี้ว่า Andragogy(Knowles, 1980)

ได้สรุปพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่สมัยใหม่ (Modern Adult Learning Theory) ของ Knowles ซึ่งมีสาระสำคัญต่อไปนี้

1. ความต้องการและความสนใจ (Needs and Interests) ผู้ใหญ่จะถูกชักจูงให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี ถ้าหากตรงกับความต้องการและความสนใจในประสบการณ์ที่ผ่านมาเขาก็จะเกิดความพึงพอใจเพราะฉะนั้นควรจะมีการเริ่มต้นในสิ่งเหล่านี้โดยเหมาะสมโดยเฉพาะการจัดกิจกรรมทั้งหลายเพื่อให้ผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้นั้นต้องคำนึงถึงสิ่งนี้ด้วยเสมอ

2. สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตผู้ใหญ่ (Life Situation) การเรียนรู้ของผู้ใหญ่จะได้ผลดีถ้าหากถือเอาตัวผู้ใหญ่เป็นศูนย์กลางในการเรียนการสอน (Life-Centered) ดังนั้นการจัดหน่วยการเรียนรู้ที่เหมาะสมเพื่อการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ควรจะยึดถือเอาสถานการณ์ทั้งหลาย ประสบการณ์ ปัญหาที่ประสบพบเจอต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตผู้ใหญ่เป็นหลักสำคัญมิใช่ยึดที่ตัวเนื้อหาวิชาทั้งหลาย

3. การวิเคราะห์ประสบการณ์ (Analysis of Experience) เนื่องจากประสบการณ์เป็นแหล่งการเรียนรู้ที่มีคุณค่ามากที่สุดสำหรับผู้ใหญ่ ดังนั้นวิธีการหลักสำคัญของการศึกษาผู้ใหญ่ก็คือ การวิเคราะห์ถึงประสบการณ์ของผู้ใหญ่แต่ละคนอย่างละเอียดว่ามีส่วนไหนของประสบการณ์ที่จะนำมาใช้ในการเรียนการสอนได้บ้างแล้วจึงหาทางนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

4. ผู้ใหญ่ต้องการเป็นผู้นำตนเอง (Self-Directing) ความต้องการที่อยู่ในส่วนลึกของผู้ใหญ่ก็คือการมีความรู้สึกต้องการที่จะสามารถนำตนเองได้เพราะฉะนั้นบทบาทของครูจึงอยู่ในกระบวนการสืบหาหรือค้นหาคำตอบร่วมกันกับผู้เรียน (Mutual Inquiry) มากกว่าการทำหน้าที่ส่งผ่านหรือเป็นสื่อสำหรับความรู้แล้วทำหน้าที่ประเมินผลว่าเขาคล้อยตามหรือไม่เพียงเท่านั้น

5. ความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Difference) ความแตกต่างระหว่างบุคคลจะเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ในแต่ละบุคคลเมื่อมีอายุเพิ่มมากขึ้น เพราะฉะนั้นการสอนนักศึกษาผู้ใหญ่จะต้องจัดเตรียมการในด้านนี้เป็นอย่างดีพอ เช่น รูปแบบของการเรียนการสอน (Style) เวลาที่ได้ทำกาสอน สถานที่สอน และประการสำคัญ คือความสามารถในการเรียนรู้ในแต่ละขั้นของผู้ใหญ่ย่อมเป็นไปตามความสามารถของผู้ใหญ่แต่ละคน (Pace of Learning)

โดยมีขั้นตอนการเรียนรู้ของบุคคลเกิดขึ้นจากความสัมพันธ์กันของ 4 ขั้นตอนที่สำคัญ คือความต้องการข้อมูล-ข้อสนเทศการทดสอบ-ผลสะท้อนและการประยุกต์ดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ความต้องการในการเรียนรู้เป็นสิ่งสำคัญมากที่สุดที่จะต้องทราบว่าบุคคลนั้นต้องการจะเรียนอะไรต้องการประสบความสำเร็จในสิ่งใดต้องการค้นหาคำตอบหรือแก้ปัญหาในเรื่องใด เช่นต้องการเรียนรู้ศิลปะการเป็นวิทยากร เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 2 การรวบรวมข้อมูล-ข้อสนเทศสิ่งเหล่านี้บุคคลจะเก็บรวบรวมตั้งแต่โรงเรียนจากวิชาต่าง ๆ เป็นการเรียนในระบบโรงเรียน และบางส่วนได้รับจากการเรียนรู้ตามอัธยาศัยหรือการเรียนรู้อย่างไม่เป็นทางการโดยจะได้รับจากที่บ้านหรือสถานที่ทำงานเช่นจากการอ่านหนังสือพิมพ์การเล่นกีฬาหรือดนตรีการชมโทรทัศน์ รับฟังรายการวิทยุ เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 3 การทดสอบและผลสะท้อนจากการทดลองในการพยายามเรียนเรื่องใดในการเรียนของบุคคลเช่นการทดสอบฝีมือทางด้านอาชีพต่าง ๆ เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 4 การประยุกต์และปฏิกิริยาตอบสนองเกี่ยวข้องกับการประยุกต์ข้อสนเทศที่ผู้เรียนได้จากสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งเขาอาจจะได้ประเมินดูถึงผลลัพธ์จากการทดสอบหรือ

ผลลัพธ์จากการพยายามค้นหาคำตอบ การประยุกต์ใช้ความรู้จากสิ่งที่เรียนรู้ไปสู่สถานการณ์ใหม่ ๆ ถ้าหากทักษะการเรียนรู้ได้นำไปเกี่ยวพันกับการปฏิบัติในทักษะใหม่ ๆ และสามารถถ่ายโอนทักษะนั้น ๆ ไปสู่การเรียนรู้ใหม่ ๆ เช่นการขับรถได้ด้วยตนเองการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ในการทำงานได้ด้วยตนเอง เป็นต้น

โดยสรุปแนวความคิดการเรียนรู้และการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ เป็นแนวทางในการนำมาใช้ในกระบวนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมในงานวิจัยที่พัฒนาขึ้น แนวความคิดเรียนรู้ของ Knowles ที่มองว่าการเรียนรู้ของผู้ใหญ่มีความแตกต่างจากวัยอื่น ซึ่งจำเป็นต้องเน้นการเรียนรู้ที่ตอบสนองความต้องการ ปัญหา ประสบการณ์ของผู้ใหญ่ที่มีความหลากหลาย และนำประสบการณ์ที่มีร่วมกันมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไปในการจัดการเรียนการสอนหรืออบรม รวมทั้งนำขั้นตอนมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้กลุ่มผู้สูงอายุในงานวิจัยที่พัฒนาขึ้น

2.5 แนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการจัดการศึกษานอกระบบ

ความหมายของการพัฒนาโปรแกรม

Boyle (1981) ได้ให้ความหมายว่า หมายถึง สิ่งที่เกิดจากกิจกรรม การวางโปรแกรม โปรแกรมประกอบด้วย การวิเคราะห์ความต้องการ การวางแผน การสอน การประเมิน และการรายงานผล

Tyler (1986) ได้ให้ความหมายของโปรแกรมว่า คือ โครงร่างของงานที่จะกระทำ หรือการจัดเตรียมแผนงานที่จะทำ หรือชุดเหตุการณ์ที่รวบรวมไว้ซึ่งรวมทั้งกิจกรรมทุกอย่างที่กระทำในค่ายหรือศูนย์ต่าง ๆ เป็นต้น

ในความหมายการจัดการศึกษานอกระบบ

สุรกุล เจนอบรม (2541) ให้ความหมายว่าเป็นกิจกรรมการศึกษาที่ไม่มีการกำหนดรูปแบบที่แน่นอน เป็นการจัดขึ้นตามความเหมาะสมและความต้องการของผู้เรียนโดยเน้นการพัฒนาผู้เรียนให้มีอิสระและมีความรับผิดชอบที่จะได้กำหนดทางเลือก ความสนใจและแนวทางในการดำเนินชีวิตของตนเองได้

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2545) การศึกษานอกระบบคือกิจกรรมการศึกษาที่มีกลุ่มเป้าหมายผู้รับบริการ และวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ที่ชัดเจนมีรูปแบบหลักสูตร วิธีการจัดการ ระยะเวลาเรียนหรือฝึกอบรมที่ยืดหยุ่น หลากหลายตามสภาพความต้องการและศักยภาพในการเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายนั้น และการประเมินผลการเรียนรู้ที่มีมาตรฐานเพื่อจัดระดับผลการเรียนรู้

โดยสรุปความหมาย การพัฒนาโปรแกรมการจัดการศึกษานอกระบบ จึงเป็นกิจกรรม แนวทางในการวางแผนการศึกษานอกระบบอย่างมีระเบียบ มีระบบในการจัดการกิจกรรมการศึกษาที่ยืดหยุ่นตามความต้องการหรือสภาพปัญหาของผู้เรียนแต่ละกลุ่ม โยมีการตั้งเป้าหมาย

รูปแบบการจัดการ วิธีการ ระยะเวลา และการวัดการประเมินที่ชัดเจนแน่นอนเพื่อมุ่งให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนและสังคม

กระบวนการพัฒนาโปรแกรมการจัดการศึกษานอกระบบ ได้แก่

Boone (1992) ได้เสนอว่า ในการพัฒนาโปรแกรมในการศึกษานอกระบบ ควรมีความเข้าใจพื้นฐาน หรือยอมรับข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับการพัฒนาโปรแกรม ดังต่อไปนี้

1. การพัฒนาโปรแกรมเป็นความมุ่งหวังที่ต้องการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นในตัวผู้เรียน ไม่ว่าจะผู้เรียน จะเป็นรายบุคคล เป็นกลุ่มบุคคล หรือชุมชน ในรายบุคคล การเปลี่ยนแปลงที่คาดหวังว่าจะเกิดจากผู้เรียน คือ ด้านความรู้ ทักษะ เจตคติ ในระดับกลุ่ม หรือ ชุมชน การเปลี่ยนแปลงที่คาดหวังว่าจะเกิดขึ้นในชุมชน คือ วิธีการต่าง ๆ ในการประสานความต้องการและผลประโยชน์ของกลุ่มต่าง ๆ ในชุมชน

2. การพัฒนาโปรแกรมเป็นเรื่องของการตัดสินใจ ดังนั้น นักพัฒนาโปรแกรมจะต้องเป็นการยอมรับข้อตกลงเบื้องต้นว่าในการวางโปรแกรมจะต้องให้บุคคลหรือตัวแทนของบุคคลเข้ามามีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนหรือบางขั้นตอน ตั้งแต่การวิเคราะห์กำหนดความต้องการของบุคคลและปัญหาชุมชน ตลอดจนถึงขั้นตอนการประเมินผลและเสนอรายงาน

3. การพัฒนาโปรแกรมมีหลักสำคัญในเรื่องการร่วมมือ หรือ การมีส่วนร่วมของผู้เข้ามารับบริการกับนักพัฒนาโปรแกรม ในการวิเคราะห์และกำหนดว่าอะไรคือความต้องการ หรือ ปัญหาที่ต้องการแก้ การเลือกทรัพยากรและวิธีปฏิบัติงาน ตลอดจนถึงวิธีการประเมินที่เหมาะสมที่สุด

4. การพัฒนาโปรแกรมเป็นเรื่องของระบบและแนวคิด กล่าวคือ การพัฒนาโปรแกรมเป็นระบบใหญ่ ๆ ที่ประกอบด้วยแนวคิดต่าง ๆ ในระบบใหญ่นี้จะประกอบด้วยระบบย่อยอีก 3 ระบบที่มีแนวความคิดที่ปฏิสัมพันธ์ต่อกัน สามารถจำแนกได้ต่อดังนี้ ระบบการวางแผน ระบบการสร้างและการนำโปรแกรมไปปฏิบัติ ระบบการประเมินผลและความรับผิดชอบในการรายงานผล

5. การพัฒนาโปรแกรมเป็นวิธีการที่สำคัญวิธีการหนึ่งที่ต้องครึงจะได้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับการปฏิบัติงาน ทำให้องค์กรมีความตื่นตัว ทันท่วงที และสามารถปรับปรุงองค์กรได้ในอนาคต

วัตถุประสงค์ในการพัฒนาโปรแกรม

Caffarella (1994) ได้กล่าวว่า ผลที่คาดหวังจากการพัฒนาโปรแกรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน คือ การเปลี่ยนแปลงในปัจเจกบุคคล การเปลี่ยนแปลงในองค์กร การเปลี่ยนแปลงในชุมชน

ประเภทของโปรแกรมการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน

โดยจากการศึกษา พบว่ามีการแบ่งประเภทโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน มีรายละเอียดตามแนวทางของ Boyle (1981) แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ

1. โปรแกรมเชิงพัฒนา (Development Programs) เน้นระบุปัญหาของกลุ่มคน ชุมชนที่ปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม จุดเริ่มต้นของโปรแกรมเกิดในสถานการณ์ที่กลุ่มเครือ มักไม่ทราบสาเหตุปัญหาที่แท้จริง แต่ทุกคนเห็นพร้อมว่าควรมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ใช้ความรู้เป็น เครื่องมือนำไปสู่การแก้ปัญหา เป้าหมายของโปรแกรมเน้นเรื่อง องค์ความรู้ เจตคติ ทักษะความ ชำนาญ ในการประเมินถือว่ากลุ่มคนหรือชุมชนพัฒนาขึ้นในทางใดทางหนึ่งถือเป็นผลคุ้มค่าของการ พัฒนาเชิงโปรแกรม ในการกำหนดวัตถุประสงค์เชิงพัฒนาเน้นวัตถุประสงค์ตามความต้องการของ กลุ่มเป้าหมายเป็นหลัก

2. โปรแกรมเชิงสถาบัน (Institutional Program) เน้นการพัฒนาปรับปรุงตัวบุคคล ให้ก้าวหน้า เน้นการสอนเนื้อหาพื้นฐานทางด้านวิชาการ (Discipline) การกำหนดวัตถุประสงค์เน้น วัตถุประสงค์จากความรู้ในวิชาการ เป็นโปรแกรมที่มีโครงสร้างและรูปแบบที่ชัดเจน มีการลำดับจัด วางเนื้อหาเป็นไปตามหลักวิชา การประเมินผลมุ่งวัดที่ความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหา มีวัตถุประสงค์ เพื่อวัดการพัฒนาส่วนบุคคล กิจกรรมในการถ่ายทอดความรู้ด้วยวิธีการเรียนการสอน

3. โปรแกรมเชิงสารสนเทศ (Informational Program) เน้นการแลกเปลี่ยน ข่าวสารความรู้ระหว่างผู้จัดโปรแกรมกับผู้เรียนผ่านระบบสารสนเทศ เน้นข้อมูล ความรู้ที่มาจาก การวิจัยกฎหมาย มาตรการใหม่ ๆ วิธีการใช้ความรู้เน้นการถ่ายโอนเนื้อหาสาระที่ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ ได้ทันที การประเมินเน้นที่จำนวนผู้เรียน และปริมาณของสารสนเทศที่เผยแพร่ออกไป

สำหรับกระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงสถาบัน โปรแกรมเชิงสถาบันเป็นโปรแกรม ที่ริเริ่มจากสถาบันผู้จัด การวิเคราะห์ความต้องการหรือเนื้อหาดำเนินการตามหลักวิชาการและ พื้นฐานทางองค์ความรู้ โปรแกรมเชิงสถาบันจำนวนมากมีวัตถุประสงค์ต้องการให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงในตัวคน เพื่อพัฒนาความสามารถของปัจเจกบุคคล ดังนั้นองค์กรหรือสถาบันจะเป็นผู้ พิจารณาว่าควรปรับปรุงพัฒนาด้านปัญญา ด้านเจตคติ และด้านทักษะหรือสมรรถภาพอะไรบ้าง ได้อย่างรวดเร็วและถูกต้อง การที่โปรแกรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนเชิงสถาบันให้ความสำคัญ เรื่องการพัฒนาเชิงบุคคล จึงเน้นการวิเคราะห์ตัวผู้เรียนเป็นหลักมากกว่าการวิเคราะห์สถานการณ์ใน ชุมชนดังนั้น ในการวางแผนความจำเป็นจึงอยู่ที่การเลือกเนื้อหาทางวิชาการที่เหมาะสมและการจัดให้ มีความต่อเนื่อง (Continuity) การเรียงลำดับ (Sequence) และการผสมผสาน (Integration) โปรแกรมเชิงสถาบันจะถูกนำมาใช้เกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียนประเภทที่มีประกาศนียบัตร มีการรับรองผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา การฝึกอบรมระหว่างประจำการ ฯลฯ ขั้นตอนในการวางแผน โปรแกรมเชิงสถาบันมีดังนี้ คือ

ขั้นตอนที่ 1 กำหนดกลุ่มผู้เรียน

ขั้นตอนที่ 2 ระบุเนื้อหา

ขั้นตอนที่ 3 กำหนดการเรียนการสอน

ขั้นตอนที่ 4 การนำแผนการสอนไปปฏิบัติ

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินผลโปรแกรม

Tyler (1986) ได้กำหนดหลักการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ไว้ 4 ขั้นตอน คือ

1. การกำหนดวัตถุประสงค์ทางการศึกษา (Choose Education Objectives) การกำหนดวัตถุประสงค์นี้ พิจารณาจากความต้องการและความสนใจของผู้เรียนสภาพชีวิตของผู้เรียนในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม การเมือง หรือเศรษฐกิจ และจากแนวคิดทฤษฎี หลักการ หรือข้อเท็จจริงด้านเนื้อหา

2. การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ (Select Learning Experience) หลักในการเลือกประสบการณ์การเรียนรู้นั้นควรจะทำให้ผู้เรียนมีโอกาสฝึกฝนและนำไปใช้จริงได้เกิดความพึงพอใจทำให้มีปฏิริยาโต้ตอบ ทำให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ได้ และทำให้เกิดผลอย่างต่อเนื่อง

3. การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ (Organize Learning Outcomes) การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ จะต้องมีความต่อเนื่อง เป็นขั้นตอนและสามารถบูรณาการได้ โดยจัดทั้งในรูปแบบของการให้ข้อมูลความรู้ แนวคิด ค่านิยม และทักษะได้

4. การประเมินผลการเรียนรู้ (Evaluate Learning Outcomes) จะให้ความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยประเมินจากการกำหนดเป็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ระบุสถานการณ์ที่ทำให้ผู้เรียนสามารถแสดงพฤติกรรมนั้นได้เลือกออกแบบวิธีสำหรับรวบรวมข้อมูลหลักฐาน การกำหนดตัวอย่าง การรวบรวมข้อมูล การสรุป และจัดกระทำข้อมูล

ผู้วิจัยเลือกโปรแกรมเชิงสถาบันของ Boyle (1981) มาพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย เนื่องจากความสำคัญเน้นการพัฒนาเชิงบุคคล การวิเคราะห์ตัวผู้เรียนเป็นหลักมากกว่าการวิเคราะห์สถานการณ์ในชุมชน ในการวางแผนความจำเป็นจึงอยู่ที่การเลือกเนื้อหาทางวิชาการที่เหมาะสมและการจัดให้มีความต่อเนื่อง (Continuity) การเรียงลำดับ (Sequence) และการผสมผสาน (Integration) โดยนำองค์ประกอบการวางแผนตามขั้นตอนมาปรับใช้ในการพัฒนารูปแบบที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น ได้แก่ กำหนดกลุ่มผู้เรียนระบุเนื้อหา กำหนดการเรียนการสอน การนำแผนการสอนไปปฏิบัติ และการประเมินผลโปรแกรม

ตอนที่ 3 แนวคิด นโยบาย องค์กรและกฎหมายที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 โดยรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 ได้มีบทบัญญัติที่บรรจุหลักการให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุไว้ดังนี้ (สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, 2554)

หมวด 3 สิทธิและเสรีภาพของชนชาวไทย

มาตรา 40 บุคคลย่อมมีสิทธิในกระบวนการยุติธรรม ดังต่อไปนี้

หมวด 5 แนวนโยบายพื้นฐานแห่งราชอาณาจักรไทย

(6) เด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ หรือผู้พิการหรือทุพพลภาพ ย่อมมีสิทธิได้รับความคุ้มครองในการดำเนินกระบวนการพิจารณาคดีอย่างเหมาะสม และย่อมมีสิทธิได้รับการปฏิบัติที่เหมาะสมในคดีที่เกี่ยวกับความรุนแรงทางเพศ

(4) จัดให้มีการออมเพื่อการดำรงชีพในยามชราแก่ประชาชนและเจ้าหน้าที่ของรัฐอย่างทั่วถึง

มาตรา 80 รัฐต้องดำเนินการตามแนวนโยบายด้านสังคม การสาธารณสุข การศึกษา และวัฒนธรรม ดังต่อไปนี้

(1) คุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชน สนับสนุนการอบรมเลี้ยงดู และให้การศึกษাপฐมวัย ส่งเสริมความเสมอภาคของหญิงและชาย เสริมสร้างและพัฒนาความเป็นปึกแผ่นของสถาบันครอบครัวและชุมชน รวมทั้งต้องสงเคราะห์และจัดสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุ ผู้ยากไร้ผู้พิการ หรือทุพพลภาพ และผู้อยู่ในสภาวะยากลำบาก ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและพึ่งพาตนเองได้

มาตรา 84 รัฐต้องดำเนินการตามแนวนโยบายด้านเศรษฐกิจ ดังต่อไปนี้

มาตรา 53 บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับสวัสดิการ สิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะอย่างสมศักดิ์ศรี และความช่วยเหลือที่เหมาะสมจากรัฐ

นโยบายรัฐบาลด้านผู้สูงอายุ นโยบายการบริหารราชการแผ่นดินของรัฐบาลด้านผู้สูงอายุ ในปี พ.ศ. 2554 โดยมีนางสาวยิ่งลักษณ์ ชินวัตร เป็นนายกรัฐมนตรี มีดังต่อไปนี้ (สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, 2554)

นโยบายเร่งด่วนที่จะเริ่มดำเนินการในปีแรกยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยเพิ่มกำลังซื้อภายในประเทศ สร้างสมดุลและความเข้มแข็งอย่างมีคุณภาพให้แก่ระบบเศรษฐกิจมหภาค

จัดให้มีเบี้ยยังชีพรายเดือนแบบขั้นบันไดสำหรับผู้สูงอายุโดยผู้ที่มีอายุ 60-69 ปี จะได้รับ 600 บาท อายุ 70-79 ปี จะได้รับ 700 บาท อายุ 80-89 ปี จะได้รับ 800 บาท และอายุ 90 ปีขึ้นไป จะได้รับ 1,000 บาท หมายเหตุ จะสอดคล้องกับแนวนโยบายพื้นฐานแห่งรัฐในหมวด 5 ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย มาตรา 80 (1)

นโยบายหลักในการบริหารประเทศภายในช่วงระยะเวลา 4 ปี

ข้อ 4 นโยบายสังคมและคุณภาพชีวิต โดยนโยบายการพัฒนาสุขภาพของประชาชน

พัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตั้งแต่ในช่วงตั้งครรภ์ วัยเด็ก วัยเจริญพันธุ์ วัยบรรลุนิติภาวะ วัยชรา และผู้พิการ สนับสนุนโครงการส่งเสริมเยาว์ปัญญาของเด็ก และให้ความช่วยเหลือแนะนำ ฝึกอบรม ผู้ปฏิบัติงานศูนย์พัฒนาเด็กก่อนวัยเรียน สนับสนุนโครงการพัฒนาศูนย์ส่งเสริมสุขภาพสตรีเพื่อดูแลสุขภาพของสตรีและเด็กอย่างบูรณาการทั่วประเทศ รวมทั้งเผยแพร่ให้ความรู้และดูแลป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นและการตั้งครรภ์ที่ไม่พึงประสงค์ และลดความรุนแรงต่อเด็กและสตรี สนับสนุนโครงการจัดตั้งศูนย์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและผู้พิการเพื่อดูแลผู้สูงอายุและผู้พิการให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยให้ได้เข้าถึงการบริการอย่างมีศักดิ์ศรี มีคุณภาพ และเป็นธรรม รวมทั้งให้มีระบบการฟื้นฟูสุขภาพในชุมชน จัดการประชาสัมพันธ์เชิงรุกเพื่อเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพผ่านสื่อแขนงต่าง ๆ อย่างเป็นระบบ

นโยบายความมั่นคงของชีวิตและสังคม ได้เสริมสร้างให้ผู้สูงอายุ คนพิการ และผู้ด้อยโอกาสมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ด้วยการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะต่าง ๆ สำหรับรองรับผู้สูงอายุและคนพิการ สร้างความพร้อมในการเป็นสังคมผู้สูงอายุ พัฒนาบริการสุขภาพอนามัย ให้การสงเคราะห์ จัดการศึกษา จัดสวัสดิการ รวมถึงหาอาชีพให้แก่ผู้ด้อยโอกาส ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุร่วมเป็นพลังขับเคลื่อนสังคมภายใต้หลักคิดที่ว่า ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มีประสบการณ์สูง สมควรให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาบ้านเมือง หมายเหตุ สอดคล้องกับแนวนโยบายพื้นฐานแห่งรัฐในหมวด 5 ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย มาตรา 80 (1) (2)

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 จากทั้งรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2540 มาตรา 54 บัญญัติว่า บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้เพียงพอและการยังชีพ มีสิทธิได้รับความช่วยเหลือจากรัฐ ทั้งนี้ ตามที่กฎหมายบัญญัติ และมาตรา 80 วรรคสอง บัญญัติว่า รัฐต้องสงเคราะห์คนชราและผู้ยากไร้ ผู้พิการหรือทุพพลภาพและผู้ด้อยโอกาสให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและพึ่งตนเองได้ และหลักองค์การสหประชาชาติว่าด้วยเรื่องผู้สูงอายุ ปฏิญญาผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2542 แนวนโยบายผู้สูงอายุของประเทศไทย ที่ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุข้างต้น ส่งผลให้เกิดการผลักดันพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ซึ่งพระราชบัญญัติดังกล่าวกำหนดแนวนโยบายการดำเนินการเกี่ยวกับการคุ้มครอง การส่งเสริมและการสนับสนุนที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุเป็นสำคัญโดยการกำหนดให้มีการสร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน การส่งเสริมกองทุนผู้สูงอายุเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการดำเนินกิจกรรมของผู้สูงอายุในชุมชนมากขึ้น ซึ่งพระราชบัญญัตินี้เป็นกฎหมายที่เอื้อให้เกิดโครงสร้างองค์กรและระบบบริหารจัดการที่ดีที่จะรองรับการดำเนินการงานที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุของประเทศเพื่อรองรับสิทธิสำหรับผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น โดยมีสาระสำคัญที่เกี่ยวข้อง ในมาตรา 11 โดยสิทธิผู้สูงอายุ

ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ได้เพิ่มเติมสิทธิได้รับการคุ้มครอง โดยรายละเอียดการส่งเสริมและการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. การบริการทางแพทย์และการสาธารณสุขที่จัดไว้โดยให้ความสะดวกและรวดเร็วแก่ผู้สูงอายุเป็นกรณีพิเศษ
2. การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต
3. การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม
4. การพัฒนาตนเองและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน
5. การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคารสถานที่ ยานพาหนะหรือการบริการสาธารณะอื่น
6. การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม
7. การยกเว้นค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ
8. การช่วยเหลือผู้สูงอายุซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกรังแกหรือถูกแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมายหรือถูกทอดทิ้ง
9. การให้คำแนะนำ ปรีกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดีหรือในทางการแก้ไขปัญหาครอบครัว
10. การจัดที่พักอาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง
11. การสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามความจำเป็นอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม
12. การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี

ผลจากพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ส่งผลให้ภาครัฐที่เป็นกลไกที่จะนำไปสู่การปฏิบัติ ต้องให้ความสำคัญของสิทธิของผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้น เพื่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ซึ่งหน่วยงานที่มีความเกี่ยวข้องหรือปฏิบัติงานเพื่อผู้สูงอายุ จะต้องให้ความสำคัญถึงสิทธิของผู้สูงอายุข้างต้นด้วย

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2553 จากพรบ.ผู้สูงอายุมุ่งเน้นในการปกป้องคุ้มครองสิทธิผู้สูงอายุ ได้แก่

“(5) กำหนดระเบียบเกี่ยวกับการพิจารณาอนุมัติการจ่ายเงินเพื่อการคุ้มครอง การส่งเสริม การสนับสนุน และการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุตามมาตรา 20 (2)”

มาตรา 4 ให้ยกเลิกความใน (11) ของมาตรา 11 แห่งพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 และให้ใช้ความต่อไปนี้แทน

“(11) การจ่ายเงินเบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม”

มาตรา 5 ให้ยกเลิกความใน (2) ของมาตรา 20 แห่งพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 และให้ใช้ความต่อไปนี้แทน

“(2) พิจารณาอนุมัติการจ่ายเงิน เพื่อการคุ้มครอง การส่งเสริม การสนับสนุน และการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุทั้งนี้ตามระเบียบที่คณะกรรมการกำหนด”

แผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2552 (สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, 2554) โดยแผนผู้สูงอายุฯ ฉบับปรับปรุงนี้ได้ แบ่งยุทธศาสตร์ออกเป็น 5 ยุทธศาสตร์ ดังนี้

1. ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ
2. ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ
3. ยุทธศาสตร์ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ
4. ยุทธศาสตร์ด้านการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนาทางด้านผู้สูงอายุอย่างบูรณาการระดับชาติและการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ
5. ยุทธศาสตร์ด้านการประมวล พัฒนา และเผยแพร่องค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุและการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ

การดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุในประเทศไทย มีรายละเอียดดังนี้

1. การดำเนินงานคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ (กผส.)

คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ (กผส.) (อ้างอิงผลงานดำเนินงาน พ.ศ.2550–2554, คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ) เป็นคณะกรรมการที่จัดตั้งขึ้นตามมาตรา 4 ของพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 มีนายกรัฐมนตรีเป็นประธาน โดยมีองค์ประกอบคณะกรรมการและผู้ทรงคุณวุฒิที่เป็นผู้แทนจากส่วนราชการ สถาบันการศึกษา และองค์กรสาธารณประโยชน์ จำนวน 28 คน โดยมีผู้อำนวยการสำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์สิทธิเด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เป็นเลขานุการและผู้อำนวยการสถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข เป็นผู้ช่วยเลขานุการ คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติมีภารกิจหลักในการประสานและดำเนินการผลักดันการดำเนินงานตามนโยบายด้านผู้สูงอายุองค์ประกอบของคณะอนุกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติมีทั้งหมด 9 คณะ ได้แก่

- คณะอนุกรรมการจัดกิจกรรมเนื่องในวันผู้สูงอายุแห่งชาติ
- คณะอนุกรรมการดำเนินงานตามนโยบายเร่งด่วนของรัฐบาลในการจ่ายเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ
- คณะอนุกรรมการผลักดันระบบการออมเพื่อวัยสูงอายุแห่งชาติ
- คณะอนุกรรมการบูรณาการขยายผลการดำเนินงานอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน
- คณะอนุกรรมการด้านการประชาสัมพันธ์
- คณะอนุกรรมการบูรณาการโครงการนำร่องการจัดตั้งศูนย์เอนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุ

ในชุมชน

- คณะอนุกรรมการติดตามการดำเนินการตามนโยบายและแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ
- คณะอนุกรรมการติดตามสิทธิผู้สูงอายุตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546
- คณะอนุกรรมการเพื่อผลักดันและขับเคลื่อนประเด็นการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว

ในปี พ.ศ.2552 ได้มีการประชุม กผส. รวมจำนวนทั้งสิ้น 6 ครั้ง โดยได้มีการผลักดันนโยบายด้านผู้สูงอายุที่สำคัญ ดังนี้

1. การผลักดันการจ่ายเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุอย่างถ้วนหน้า (ยกเว้นผู้สูงอายุที่ได้รับสวัสดิการและสิทธิประโยชน์อื่นใดจากหน่วยงานของรัฐ) จำนวน 500 บาทต่อเดือน นับตั้งแต่เดือนเมษายน 2552 เป็นต้นมา

2. การจัดตั้งคณะอนุกรรมการจัดงานวันผู้สูงอายุแห่งชาติ ปี พ.ศ.2552 มีองค์ประกอบจำนวน 35 คน โดยมีนายกรัฐมนตรีเป็นประธานและแสดงปาฐกถาพิเศษในพิธีเปิดงานวันผู้สูงอายุแห่งชาติ ในวันที่ 9 เมษายน 2552 ณ อาคารทันเดอร์โดม สถานีกีฬาเมืองทองธานี จังหวัดนนทบุรี โดยในวันงานดังกล่าวได้มีการมอบเกียรติบัตร เข็มกลัดทองคำ และเงินสดจำนวน 100,000 บาท ซึ่งเป็นรางวัลสำหรับผู้สูงอายุแห่งชาติประจำปี พ.ศ.2552 ให้แก่ศาสตราจารย์ท่านผู้หญิงพูนทรัพย์ นพวงศ์ ณ อยุธยา

3. การขยายสิทธิผู้สูงอายุในเรื่องการช่วยเหลือค่าจัดการศพสำหรับผู้สูงอายุที่เสียชีวิตทุกราย ๆ ละ 2,000 บาท นับตั้งแต่เดือนสิงหาคม 2552 เป็นต้นมา

4. การดำเนินงานตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) โดยกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ได้จัดทำโครงการสร้างระบบการติดตามและประเมินผลแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ร่วมกับวิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและสำนักงานสถิติแห่งชาติ ได้ศึกษาและประเมินผลการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุตามยุทธศาสตร์ มาตรการ และตัวชี้วัดตามแผนผู้สูงอายุฯ ซึ่งผลการศึกษาจะนำไปสู่การปรับแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบันและคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติได้มีมติมอบหมายให้คณะอนุกรรมการติดตามการดำเนินการตามนโยบายและแผนผู้สูงอายุ กำหนดขั้นตอน และกระบวนการในการปรับแผนผู้สูงอายุฯ โดยใช้ผลการศึกษาประเมินโครงการดังกล่าวเป็นฐานในการปรับแผนผู้สูงอายุฯ และให้ทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องมีส่วนร่วม

5. การดำเนินการของคณะอนุกรรมการผลักดันระบบการออมเพื่อวัยสูงอายุแห่งชาติ โดยคณะอนุกรรมการผลักดันระบบการออมเพื่อวัยสูงอายุแห่งชาติ ภายใต้คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ โดยมีกระทรวงการคลังเป็นเจ้าภาพ ได้นำเสนอผลการศึกษาเบื้องต้นโครงการกองทุนการออมเพื่อการชราภาพ (กอช.) ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้มีระบบการออมเพื่อการชราภาพที่มีความครอบคลุมทั่วถึงแรงงานทุกคน สร้างความเท่าเทียม และเป็นธรรมในการดูแลจากภาครัฐ สร้างความมั่นคงในวัยชราและมีกองทุนเพื่อลดภาระรัฐบาลในระยะยาวอย่างมีประสิทธิภาพ

6. การเสนอรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2550 ต่อคณะรัฐมนตรี พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 มาตรา 9(10) กำหนดให้คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ มีอำนาจหน้าที่รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุของประเทศต่อคณะรัฐมนตรีอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ซึ่งคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติโดยประธานกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติได้เสนอรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2550 และคณะรัฐมนตรีได้ทราบแล้ว เมื่อวันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2552

โดยองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุในไทย มีหลายแห่ง เช่น กรมประชาสงเคราะห์ กรมอนามัย กรมพัฒนาชุมชน สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ สมาคมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ สมาคมคลังปัญญาอาวุโสแห่งประเทศไทย ชมรมผู้สูงอายุต่าง ๆ เป็นต้น ซึ่งองค์กรทั้งหลายต่างมีภารกิจดำเนินงานด้านผู้สูงอายุไทยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการพัฒนาผู้สูงอายุในทุกด้าน รวมทั้งการทำตามแผนนโยบายผู้สูงอายุของไทย และกล่าวได้ว่าล้วนเป็นส่วนสำคัญในการเป็นตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไทยอย่างยิ่ง อีกทั้งเป็นการประเมินปรับปรุงและพัฒนาการดำเนินการด้านผู้สูงอายุไทยต่อไปอีกด้วย

ในการวิจัยครั้งนี้ศึกษาองค์ประกอบที่สำคัญเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ : ชมรมผู้สูงอายุ

ชมรมผู้สูงอายุกล่าวได้ว่า ชมรมผู้สูงอายุเป็นส่วนหนึ่งของภาคีเครือข่าย ซึ่งในองค์ประกอบการทำงานด้านผู้สูงอายุอาจแบ่งได้เป็น 2 ประเภท กล่าวคือ เครือข่ายในการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ และเครือข่ายองค์กรผู้สูงอายุ เครือข่ายในการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุจะประกอบด้วย องค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรสาธารณประโยชน์ ที่ทำงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ อาทิ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงมหาดไทย กระทรวงวัฒนธรรม กระทรวงศึกษาธิการ ฯลฯ หรือองค์กรเอกชน อาทิ สมาคม มูลนิธิ ฯลฯ

ส่วนเครือข่ายองค์กรผู้สูงอายุจะประกอบด้วย สมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ สาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ ชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นกลุ่ม องค์กรที่ผู้สูงอายุจัดตั้งขึ้น และดำเนินการกันเองซึ่งสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ ซึ่งเป็นเครือข่ายระดับชาติ และเป็นศูนย์กลางประสานงานระหว่าง สมาคม ชมรมผู้สูงอายุในประเทศและมีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนงานที่สำคัญที่มีผลต่อการพัฒนาภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทยเป็นอย่างยิ่ง โดยชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศเป็นองค์ประกอบเครือข่ายที่มีความใกล้ชิดกับกลุ่มผู้สูงอายุในระดับต่าง ๆ และถือเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่มีพลัง มีศักยภาพอย่างมาก โดยมาจากการรวมตัวจัดตั้ง รวมทั้งการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความสนใจและมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุอย่างแท้จริง

ชมรมผู้สูงอายุ คือ การรวมตัวของชมรมผู้สูงอายุ เพื่อทำกิจกรรมที่เพื่อเป็นประโยชน์กับตนเองกับสังคมส่วนรวม รูปแบบของชมรมผู้สูงอายุจะมีทั้งที่เป็นเอกเทศ เป็นเครือข่ายสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ หรือเป็นเครือข่ายของสหพันธ์ชมรมกรุงเทพมหานครการก่อเกิดของชมรมผู้สูงอายุแต่เดิมเกิดขึ้นตามธรรมชาติ กล่าวคือ กลุ่มผู้สูงอายุตั้งขึ้นมาเอง ซึ่งสาเหตุมาจากมีเวลาว่าง

เหงา ต้องการเพื่อน ต้องการความรื่นเริง (บรรลุ ศิริพานิช, 2542) ต่อมามีการจัดตั้งโดยหน่วยงานภาครัฐ เพื่อเป็นเครือข่ายในการทำงาน เช่น จัดตั้งโดยกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (กรมประชา-สงเคราะห์เดิม) กระทรวงสาธารณสุข, กรุงเทพมหานคร ฯลฯ ชมรมผู้สูงอายุถือได้ว่าเป็นการรวมตัวกันของผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาตนเองและชุมชน โดยมีสถาบันครอบครัว ชุมชนเป็นฐานในการดำเนินการ โดยจากข้อมูลชมรมผู้สูงอายุได้มีการจัดตั้งเป็นครั้งแรกเมื่อวันที่ 20 ธันวาคม 2505 และได้มีพัฒนาการมาเป็นลำดับ โดยได้รับการสนับสนุนการจัดตั้งชมรมจากหลายองค์กร (มาลินี วงษ์สิทธิ์, 2540)

ประเภทของชมรมผู้สูงอายุอาจแบ่งได้เป็น 4 ประเภท กล่าวคือ ชมรมผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองได้และช่วยผู้อื่นได้ ชมรมที่พึ่งพาตนเองได้เท่านั้น ชมรมที่ต้องการให้การสนับสนุนช่วยเหลือ และชมรมชนิดพิเศษ (ชมรมผู้สูงอายุเฉพาะอาชีพ เช่น ชมรมแพทย์อาวุโส) (บรรลุ ศิริพานิช, 2536) และจัดประเภทจากการได้รับการดูแลหรือกำกับทั้งด้านงบประมาณ วัตถุประสงค์ก็จำแนกภาพรวมออกได้ 2 ประเภท คือ ชมรมผู้สูงอายุกำกับดูแลโดยภาครัฐ กับภาคเอกชน ซึ่งตั้งในงานวิจัยครั้งนี้ได้จัดประเภทเป็นชมรมผู้สูงอายุเป็นสองส่วนดังกล่าว

จำนวนเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุ

ข้อมูล ณ วันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ.2555 (ข้อมูลจาก มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.) ปี พ.ศ.2557

โดยชมรมผู้สูงอายุที่เป็นเครือข่ายของสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ มีจำนวน 23,040 ชมรม จำแนกเป็นรายภาคได้ดังนี้

กรุงเทพมหานคร 376 ชมรม ภาคกลาง 2,730 ชมรม ภาคเหนือ 7,919 ชมรม ภาคใต้ 1,431 ชมรม และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 10,609 ชมรม

ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบ

4.1 ความหมายของรูปแบบ

คำว่า “รูปแบบ” (Model) มีการใช้กันอย่างแพร่หลายในปัจจุบันโดยเฉพาะในงานวิจัย ซึ่งหลายคนอาจจะใช้คำว่าแบบจำลองต้นแบบหรือตัวแบบเป็นต้นซึ่งคำว่า “รูปแบบ” พบว่ามีนักวิชาการทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศได้ให้ความหมายของรูปแบบไว้มากมายหลายความหมาย ซึ่งส่วนใหญ่จะมีความหมายในลักษณะที่สอดคล้องกัน ดังต่อไปนี้

ความหมายและประเภทของรูปแบบพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546: 965) ให้ความหมายไว้ว่ารูปแบบ หมายถึง รูปที่กำหนดขึ้นเป็นหลักหรือเป็นแนวซึ่งเป็นที่ยอมรับ

เบญจพร แก้วมีศรี (2545: 89) กล่าวว่า รูปแบบ หมายถึง ตัวแทนของความเป็นจริง ในการทำให้ความสลับซับซ้อนสามารถเข้าใจได้ง่ายขึ้น ซึ่งเป็นการสะท้อนบางส่วนของปรากฏการณ์ ออกมาให้เห็นความสัมพันธ์ต่อเนื่องถึงความเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน

วิสุทธิ์ วิจิตรพิชราภรณ์ (2547: 10) กล่าวไว้ว่า รูปแบบเป็นการจำลองภาพในอุดมคติที่นำไปสู่การอธิบาย คุณลักษณะสำคัญของปรากฏการณ์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้น เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ

ฉลาด จันทรสุมบัติ (2550: 152) กล่าวว่า รูปแบบ หมายถึง โครงสร้างโปรแกรมแบบจำลอง หรือตัวแบบที่จำลองสภาพความเป็นจริง ที่สร้างขึ้นจากการลดทอนเวลาและเทศะพิจารณาว่ามีสิ่งใดบ้างที่จะต้องนำมาศึกษาเพื่อใช้แทนแนวความคิดหรือปรากฏการณ์ใดปรากฏการณ์หนึ่ง โดยอธิบายความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่าง ๆ ของรูปแบบนั้น ๆ

Bardo and Hartman (1982: 70) กล่าวว่า รูปแบบเป็นชุดของข้อความเชิงนามธรรมเกี่ยวกับปรากฏการณ์ที่เราสนใจ เพื่อใช้ในการนิยามคุณลักษณะหรือบรรยายคุณสมบัติ นั้น ๆ รูปแบบเป็นอะไรบางอย่างที่พัฒนาขึ้น เพื่อบรรยายคุณลักษณะที่สำคัญของปรากฏการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อให้ง่ายแก่การทำความเข้าใจ รูปแบบจึงมิใช่การบรรยายหรืออธิบายปรากฏการณ์อย่างละเอียดทุกมุม เพราะการทำเช่นนั้นจะทำให้รูปแบบมีความซับซ้อนยุ่งยากเกินไปในการที่จะทำความเข้าใจ ซึ่งจะทำให้คุณค่าของรูปแบบนั้นด้อยลงไป ส่วนการที่จะระบุว่า รูปแบบหนึ่ง ๆ จะต้องมีรายละเอียดมากน้อยเพียงไรจึงจะเหมาะสม และรูปแบบนั้น ๆ ควรมียังองค์ประกอบอะไรบ้าง ไม่ได้มีข้อกำหนดเป็นการตายตัว ทั้งนี้แล้วแต่ปรากฏการณ์แต่ละอย่าง และวัตถุประสงค์ของผู้สร้างรูปแบบที่ต้องการจะอธิบายปรากฏการณ์นั้น ๆ อย่างไร

Tosi and Canoll (1982: 163) กล่าวว่า รูปแบบเป็นนามธรรมของจริงหรือภาพจำลองของสภาพการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งอาจจะมีตั้งแต่รูปแบบง่าย ๆ จนถึงรูปแบบที่มีความซับซ้อนมาก ๆ

Keeves (1988: 559) กล่าวว่า รูปแบบหมายถึง การแสดงโครงสร้างเพื่อใช้ศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปร

โดยสรุป รูปแบบคือรูปย่อที่เลียนแบบความสัมพันธ์หรือความจริงของปรากฏการณ์ใดปรากฏการณ์หนึ่งที่เกิดขึ้นโดยการลดทอนเวลา ความพอเหมาะและกาลเทศะ เพื่อให้เข้าใจปรากฏการณ์ดังกล่าวได้ง่ายขึ้น และจากการศึกษาความหมายของรูปแบบของนักวิชาการหลาย ๆ จะให้ความหมาย คำว่า รูปแบบมาจากภาษาอังกฤษว่า Model เป็นการจำลองความคิดเพื่ออธิบายให้เป็นรูปธรรมเพื่อง่ายต่อความทำความเข้าใจ โดยอาจเป็นคำอธิบาย หรือแผนผัง หรือไดอะแกรม หรือแผนภาพความเหมาะสม โดยระบุถึงองค์ประกอบหลักและองค์ประกอบรอง พร้อมทั้งบอกถึง

รายละเอียดและขั้นตอนในการพัฒนารูปแบบได้อย่างชัดเจนอีกด้วย นอกจากนี้ยังมีนักวิชาการกล่าวถึงประเภทของรูปแบบเอาไว้ที่น่าสนใจดังได้กล่าวต่อไป

ประเภทของรูปแบบ แบ่งได้ดังต่อไปนี้

Smith and other (1980: 460) ได้แบ่งรูปแบบออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. รูปแบบเชิงกายภาพ (Physical Model) มีลักษณะคล้ายของจริง เช่น เครื่องบินจำลองหุ่นไล่กา และหุ่นตามร้านตัดเสื้อผ้า เป็นต้น หรือรูปแบบเหมือนจริง (Analogue Model) มีลักษณะคล้ายปรากฏการณ์จริง เช่น การทดลองทางเคมีในห้องปฏิบัติการก่อนที่จะทำการทดลองจริง เครื่องบินจำลองที่บินได้ หรือเครื่องมือฝึกบิน เป็นต้น แบบจำลองชนิดนี้จะใกล้เคียงกับความจริง

2. รูปแบบเชิงสัญลักษณ์ (Symbolic Model) ประกอบด้วย

2.1 รูปแบบข้อความ (Verbal Model) หรือรูปแบบเชิงคุณภาพ (Qualitative Model) ซึ่งรูปแบบนี้พบมากที่สุด เป็นการใช้อธิบายตามปกติธรรมดาในการอธิบายโดยย่อ เช่น คำพรรณนาลักษณะงาน และคำอธิบายรายวิชา

2.2 รูปแบบทางคณิตศาสตร์ (Mathematical Model) หรือรูปแบบเชิงปริมาณ (Quantitative Model) เช่น สมการ และโปรแกรมเชิงเส้น เป็นต้น

สไตเนอร์(Steiner, 1988: 108) ได้แบ่งรูปแบบออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. รูปแบบเชิงปฏิบัติ (Practical Model or Model-of) เป็นแบบจำลองทางกายภาพ เกิดจากการปฏิบัติของจริงแล้วนำไปสู่การสร้างรูปแบบที่เป็นต้นแบบ

2. รูปแบบเชิงทฤษฎี (Theoretical Model or Model-for) เป็นแบบจำลองที่สร้างขึ้นจากกรอบความคิดที่มีทฤษฎีเป็นพื้นฐาน ตัวทฤษฎีเองไม่ใช่รูปแบบหรือแบบจำลองแต่เป็นตัวช่วยให้เกิดรูปแบบที่มีโครงสร้างต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กัน

คีฟส์ (Keeves, 1988: 561-565) ได้แบ่งรูปแบบออกเป็น 5 ประเภท ได้แก่

1. รูปแบบเชิงเทียบเคียง (Analogue Models) คือ เป็นรูปแบบที่มีความสัมพันธ์กับระบบจำลอง มักเป็นรูปแบบที่ใช้ในวิทยาศาสตร์กายภาพ เป็นรูปแบบที่นำไปใช้อุปมากับสิ่งอื่นได้

2. รูปแบบเชิงภาษา (Semantic Models) คือ เป็นรูปแบบที่ใช้ภาษาในการบรรยายลักษณะของรูปแบบ รูปแบบชนิดนี้จะใช้วิธีการอุปมาในการพิจารณาด้วยภาษา มากกว่าที่จะใช้วิธีอุปมาในการพิจารณาด้วยโครงสร้างกายภาพ

3. รูปแบบเชิงคณิตศาสตร์ (Mathematical Models) คือ เป็นรูปแบบที่กำหนดความสัมพันธ์ขององค์ประกอบในรูปสมการหรือฟังก์ชันทางคณิตศาสตร์

4. รูปแบบเชิงแผนผัง (Schematic Models) คือ เป็นรูปแบบที่มีลักษณะเป็นแผนภูมิ แผนผัง หรือแผนภาพ เป็นต้น

5. รูปแบบเชิงเหตุผล (Causal Models) คือ เป็นรูปแบบที่มีโครงสร้างเป็นสมการเชิงเส้น ประกอบด้วยตัวแปรสัมพันธ์กันเป็นเหตุและผล มีการทดสอบสมมติฐานผลของรูปแบบ

สรุปได้ว่าในการสร้างรูปแบบควรมีองค์ประกอบที่สำคัญได้แก่ ส่วนที่เป็นปัจจัยกระบวนการ ผลผลิต ผลลัพธ์ สภาพแวดล้อม ภายใต้เงื่อนไขที่กำหนดเอาไว้ โดยแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างส่วนต่าง ๆ อย่างมีเหตุผล ในการสร้างรูปแบบ ผู้สร้างจะต้องคำนึงถึงลักษณะของรูปแบบที่ดี โดยในการสร้างรูปแบบให้เป็นรูปแบบที่ดี

นอกจากนี้ คีฟส์ (Keeves, 1988: 560) ยังได้กล่าวถึง ประเด็นคุณลักษณะของรูปแบบที่ดี (Characteristics of a Good Model) หรือรูปแบบที่สามารถใช้ประโยชน์ได้ว่า ควรจะมีข้อกำหนด (Requirement) 4 ประการ ได้แก่

1. รูปแบบ ควรจะประกอบด้วยความสัมพันธ์อย่างมีโครงสร้าง (Structural Relationship) มากกว่าความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกันแบบรวมๆ (Associative Relationship)

2. รูปแบบ ควรใช้เป็นแนวทางในการพยากรณ์ผลหรือทำนาย (Prediction) ที่จะเกิดขึ้น ซึ่งสามารถถูกตรวจสอบได้โดยการสังเกต ซึ่งเป็นไปได้ที่จะทดสอบรูปแบบพื้นฐานของข้อมูลเชิงประจักษ์ได้

3. รูปแบบ ควรจะต้องระบุหรือชี้ให้เห็นถึงกลไกเชิงเหตุผล (Causal Relationship) ของเรื่องที่ศึกษา ดังนั้นนอกจากรูปแบบจะเป็นเครื่องมือในการพยากรณ์ได้ ควรใช้อธิบายปรากฏการณ์ได้ด้วย

4. รูปแบบ ควรที่จะเป็นเครื่องมือในการสร้างมโนทัศน์ใหม่ ๆ และสร้างความสัมพันธ์ของตัวแปรในลักษณะใหม่ๆ ซึ่งเป็นการขยายในเรื่องที่กำลังศึกษา กล่าวคือ ช่วยสร้างจินตนาการ (Imagination) ความคิดรวบยอด (Concept) และความสัมพันธ์ (Interrelations) รวมทั้งช่วยขยายขอบเขตของการสืบเสาะความรู้

Getzels and Guba (1957: 423-441) ได้เสนอหลักการของรูปแบบที่สำคัญ 3 ประการ ได้แก่

1. รูปแบบจะต้องเป็นที่รวมของแนวคิด และแสดงถึงความสัมพันธ์ต่าง ๆ ของแนวคิด ซึ่งไม่เพียงแต่จะสามารถตอบปัญหาที่เคยมีมาก่อนเท่านั้น แต่จะต้องสามารถแก้ปัญหาที่จะเกิดตามมาได้อีกด้วย

2. ในโครงสร้างของแนวคิดและความสัมพันธ์ดังกล่าวจะต้องสามารถปฏิบัติ (Operation) และวางอยู่ในรูปขององค์การได้ ซึ่งหมายถึงแนวคิดและความสัมพันธ์ไม่เพียงแต่สามารถชี้แนวทางให้เกิดความเข้าใจเท่านั้น แต่ยังสามารถติดตามตรวจสอบได้อีกด้วย

3. รูปแบบที่เกิดขึ้นจะต้องยึดหลักการและอยู่บนพื้นฐานทางการบริหาร หรือผลงานที่เกี่ยวข้องกับการบริหารภายใต้แนวคิดและความสัมพันธ์ดังกล่าว

เบญจพร แก้วมีศรี (2545: 92-93) กล่าวว่าไว้ว่าการสร้างรูปแบบที่ดีควรมีลักษณะดังต่อไปนี้

1. รูปแบบควรประกอบด้วยความสัมพันธ์เชิงโครงสร้างระหว่างตัวแปรมากกว่าเน้นความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแบบรวม ๆ
2. รูปแบบควรนำไปสู่การพยากรณ์ที่ตามมา ซึ่งสามารถรวบรวมได้ด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยเมื่อทดสอบรูปแบบแล้วถ้าปรากฏว่าไม่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์รูปแบบนั้นต้องถูกยกเลิกไป
3. รูปแบบควรอธิบายโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงเหตุผลของเรื่องที่ศึกษาได้อย่างชัดเจน
4. รูปแบบควรนำไปสู่การสร้างแนวความคิดใหม่หรือความสัมพันธ์ของเรื่องที่ศึกษาได้
5. รูปแบบในเรื่องใดจะเป็นเช่นไรขึ้นอยู่กับกรอบของทฤษฎีในเรื่องนั้น ๆ

สรุปในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจะอาศัยแนวคิดของ คีฟส์ (Keeves, 1988: 561-565) เป็นหลักในการสร้างรูปแบบที่ดี ที่มีลักษณะเป็นแผนภูมิ (Schematic Models) และผสมผสานด้วยรูปแบบที่อธิบายความหมายหรือให้ความหมาย (Semantic Models) ประกอบทั้งนี้เพื่อความชัดเจนและความสมบูรณ์ของรูปแบบที่สร้างขึ้น

4.2 การสร้างและการพัฒนารูปแบบ

โดยส่วนการสร้างและการพัฒนารูปแบบ จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบ พบว่า การพัฒนารูปแบบนั้นอาจจะมีขั้นตอนในการดำเนินการที่แตกต่างกันออกไป แต่โดยทั่วไปแล้วสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ขั้นตอนใหญ่ ๆ คือ ขั้นตอนการสร้างรูปแบบ (Construct) และขั้นตอนการหาความตรง (Validity) ของรูปแบบ (Willer, 1967: 83) ส่วนรายละเอียดในแต่ละขั้นตอนนั้นมีวิธีการดำเนินการอย่างไรบ้างก็ขึ้นอยู่กับลักษณะและกรอบแนวคิดที่นำมาใช้เป็นพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบนั้น ๆ เป็นหลัก

กล่าวคือ การสร้างรูปแบบเป็นการกำหนดมโนทัศน์ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบเพื่อชี้ให้เห็นว่า รูปแบบเสนออะไร เสนออย่างไร เพื่อให้ได้อะไร และสิ่งที่ได้นั้นอธิบายปรากฏการณ์อะไร และนำไปสู่ข้อค้นพบอะไรใหม่ ๆ (นรินทร์ สังข์รักษา, 2555: 297) ซึ่งการพัฒนารูปแบบแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การสร้างหรือพัฒนารูปแบบ และ 2) การตรวจสอบความเที่ยงตรงของรูปแบบ ซึ่งแต่ละขั้นตอนมีรายละเอียด ดังนี้(สถาบันวิจัยและพัฒนามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, 2553: 9-10)

1. การสร้างหรือพัฒนารูปแบบ

การสร้างหรือพัฒนารูปแบบ ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยจะสร้างหรือพัฒนารูปแบบขึ้นมา ก่อนเป็นรูปแบบตามสมมติฐาน (Hypothesis Model) โดยศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และผลการวิจัยที่

เกี่ยวข้อง นอกจากนี้ผู้วิจัยอาจจะศึกษารายกรณีหน่วยงานที่ดำเนินการในเรื่องนั้น ๆ ได้เป็นอย่างดี ซึ่งผลการศึกษานำมาใช้กำหนดองค์ประกอบหรือตัวแปรต่าง ๆ ภายในรูปแบบ รวมทั้งลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบหรือตัวแปรเหล่านั้น หรือลำดับก่อนหลังของแต่ละองค์ประกอบในรูปแบบ ดังนั้น การพัฒนารูปแบบในขั้นตอนนี้จะต้องอาศัยหลักการของเหตุผลเป็นรากฐานสำคัญ ซึ่งโดยทั่วไปการศึกษาในขั้นตอนนี้จะมีขั้นตอนย่อย ๆ ดังนี้

1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำสารสนเทศที่ได้มาวิเคราะห์ และสังเคราะห์เป็นร่างกรอบความคิดการวิจัย

1.2 การศึกษาจากบริบทจริงในขั้นตอนนี้อาจจะดำเนินการได้หลายวิธี ดังนี้

1.2.1 การศึกษาสภาพและปัญหาการดำเนินการในปัจจุบันของหน่วยงาน โดยศึกษาความคิดเห็นจากบุคคลที่เกี่ยวข้อง (Stakeholder) ซึ่งวิธีศึกษาอาจจะใช้วิธีการสัมภาษณ์ การสอบถาม การสำรวจ การสนทนากลุ่ม เป็นต้น

1.2.2 การศึกษารายกรณี (Case Study) หรือพหุกรณี หน่วยงานที่ประสบผลสำเร็จ หรือมีแนวปฏิบัติที่ดีในเรื่องที่ศึกษา เพื่อนำมาเป็นสารสนเทศที่สำคัญในการพัฒนารูปแบบ

1.2.3 การศึกษาข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญหรือผู้ทรงคุณวุฒิ วิธีศึกษาอาจจะใช้วิธีการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เป็นต้น

1.3 การจัดทำรูปแบบ ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยจะใช้สารสนเทศที่ได้ในข้อ 1.1 และ 1.2 มาวิเคราะห์และสังเคราะห์เพื่อกำหนดเป็นกรอบความคิดการวิจัย เพื่อนำมาจัดทำรูปแบบ นอกจากนี้ผู้วิจัยยังอาจจะศึกษาเพิ่มเติมโดยใช้กระบวนการวิจัยแบบเดลฟาย (Delphi Technique) หรือการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ในการพัฒนารูปแบบก็ได้

2. การตรวจสอบความเที่ยงตรงของรูปแบบ

การทดสอบความเที่ยงตรงของรูปแบบ ภายหลังจากที่ได้พัฒนารูปแบบในขั้นตอนแรกแล้วจำเป็นที่จะต้องทดสอบความเที่ยงตรงของรูปแบบดังกล่าว เพราะรูปแบบที่พัฒนาขึ้นถึงแม้จะพัฒนาโดยมีรากฐานจากทฤษฎี แนวความคิดรูปแบบของบุคคลอื่น และผลการวิจัยที่ผ่านมา แต่ก็ยังเป็นเพียงรูปแบบตามสมมติฐาน ซึ่งจำเป็นที่จะต้องตรวจสอบความเที่ยงตรงของรูปแบบว่ามีความเหมาะสมหรือไม่ เป็นรูปแบบที่มีประสิทธิภาพตามที่มุ่งหวังหรือไม่ การเก็บรวบรวมข้อมูลในสถานการณ์จริงหรือทดลองใช้รูปแบบในสถานการณ์จริงจะช่วยให้ทราบอิทธิพลหรือความสำคัญขององค์ประกอบย่อยหรือตัวแปรต่าง ๆ ในรูปแบบผู้วิจัยอาจจะปรับปรุงรูปแบบใหม่โดยการตัดองค์ประกอบหรือตัวแปรที่พบว่าไม่มีอิทธิพลหรือมีความสำคัญน้อยออกจากรูปแบบ ซึ่งจะทำให้ได้รูปแบบที่มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น

สรุปได้ว่า ในการสร้างและพัฒนารูปแบบที่ดีจะต้องได้มาจากแนวคิดของทฤษฎีที่แสดงถึงความสัมพันธ์ ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ เพื่ออธิบายถึงโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงเหตุผลของ

เรื่องที่ศึกษาได้ครอบคลุมและชัดเจน ซึ่งรูปแบบที่ดีจะต้องผ่านการทดสอบหรือตรวจสอบก่อนนำไปใช้จริง เนื่องจากจุดมุ่งหมายที่สำคัญของการสร้างรูปแบบ คือ การทดสอบหรือตรวจสอบรูปแบบที่สร้างขึ้นมาว่ามีความถูกต้อง เหมาะสมและสอดคล้องกับการนำรูปแบบไปใช้ประโยชน์ต่อไปหรือไม่ โดยมีผู้กล่าวถึงวิธีการในการทดสอบรูปแบบดังต่อไปนี้

1. การทดสอบด้วยการประเมิน (Madaus, Scriben and Stufflebeam, 1983: 399-402) ได้เสนอการนำเสนอมาตรฐานการตรวจสอบรูปแบบเอาไว้ดังต่อไปนี้

1.1 มาตรฐานความเป็นไปได้ (Feasibility Standards) เป็นการประเมินการเป็นไปได้ในการนำไปปฏิบัติจริง

1.2 มาตรฐานด้านความเป็นประโยชน์ (Utility Standards) เป็นการประเมินการสนองต่อความต้องการของผู้ใช้รูปแบบ

1.3 มาตรฐานด้านความเหมาะสม (Propriety Standards) เป็นการประเมินความเหมาะสมทั้งในด้านกฎหมายและศีลธรรมจรรยา

1.4 มาตรฐานด้านความถูกต้องครอบคลุม (Accuracy Standards) เป็นการประเมินความน่าเชื่อถือ และได้สาระครอบคลุมครบถ้วนตามกรอบต้องการแท้จริง

2. การทดสอบรูปแบบโดยใช้ผู้ทรงคุณวุฒิ (Eisner, 1976: 192-193) กล่าวไว้ดังต่อไปนี้

2.1 การประเมินโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จะเน้นการวิเคราะห์วิจารณ์อย่างลึกซึ้งในประเด็นที่ถูกนำมาพิจารณา ขึ้นอยู่กับวิจารณ์ญาณของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อให้ได้ข้อสรุปเกี่ยวกับคุณภาพ ประสิทธิภาพและความเหมาะสมของสิ่งที่จะทำการประเมิน

2.2 การประเมินที่เป็นความเฉพาะทางในเรื่องที่จะประเมินเนื่องจากเป็นการวัดคุณค่า ที่ไม่อาจวัดด้วยเครื่องมือใด ๆ จะต้องใช้ความรู้ความสามารถของผู้ประเมินอย่างแท้จริง

2.3 การใช้ผู้ทรงคุณวุฒิเป็นเครื่องมือในการประเมินจะต้องเชื่อถือได้ว่าผู้ทรงคุณวุฒิ นั้น มีความเที่ยงตรงและมีเหตุผลที่ดี

2.4 การใช้ผู้ทรงคุณวุฒิ จะต้องยอมรับในความยืดหยุ่นของกระบวนการทำงานของผู้ทรงคุณวุฒิ รวมทั้งการกำหนดประเด็นสำคัญ ที่จะนำมาพิจารณา การบ่งชี้ข้อมูลที่ต้องการ การเก็บรวบรวมข้อมูล การประมวลผล การวินิจฉัยข้อมูล ตรงตามการนำเสนอ

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องมาเป็นลำดับ สามารถสรุปได้ว่ารูปแบบที่สร้างขึ้นมาก่อนที่จะนำไปใช้จริงควรได้รับการประเมิน ทดสอบความเหมาะสมโดยการใช้การประเมินในลักษณะต่าง ๆ รวมทั้งการทดสอบโดย ใช้ผู้ทรงคุณวุฒิเป็นผู้ประเมิน เพื่อเป็นการรับรองคุณภาพ ของรูปแบบก่อนนำไปใช้จริง

สำหรับการการออกแบบวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบ ในการออกแบบวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบหรือโมเดลนั้น กายูจนาวัธนสุนทร (2550: 3-11) กล่าวว่าไว้พอสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. ความหมายของการออกแบบวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบหรือโมเดล การออกแบบวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบหรือโมเดล เป็นการจัดทำแผนหรือการวิจัย เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งในทางทฤษฎีและจากงานวิจัยเชิงประจักษ์ในอดีต หรือ เป็นการวางแผนวิจัยเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ขององค์ประกอบหรือตัวแปรต่าง ๆ ในเชิงเหตุและผล จากทฤษฎีและองค์ความรู้ที่ได้จากผลงานที่มีผู้ศึกษาไว้ในอดีต เพื่อจัดระบบโครงสร้างรูปแบบหรือกระบวนการที่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่าง ๆ ตามทฤษฎีและองค์ความรู้ที่ได้ศึกษามาโดยสามารถพิสูจน์ได้ด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ว่า ระบบโครงสร้าง รูปแบบหรือกระบวนการที่สร้างขึ้นมีความเหมาะสมกับข้อมูลเชิงประจักษ์ที่ได้จากบริบทของสังคมที่เป็นอยู่หรือไม่

2. ต้องมีขั้นตอนในการตรวจสอบความถูกต้อง (validate) ของโมเดลที่พัฒนาขึ้น ด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ หรือวิธีการอื่นใดที่เหมาะสมกับโมเดลที่พัฒนาขึ้น

กระบวนการออกแบบวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบ ในการออกแบบวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบหรือโมเดลมีกระบวนการที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

1. กำหนดชื่อเรื่องงานวิจัย
2. ทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษา
3. ศึกษางานวิจัยหรือสภาพปัจจุบันของสิ่งที่ได้ศึกษา
4. ตั้งสมมุติฐานการวิจัย
5. กำหนดวิธีตรวจสอบความเชื่อถือได้หรือความกลมกลืนของโมเดลซึ่งอาจใช้วิธีใดวิธีหนึ่งหรือหลายวิธีดังต่อไปนี้

- 5.1 การประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ
- 5.2 ทดลองนำโมเดลไปใช้
- 5.3 การทดลองด้วยข้อมูลที่จำลองขึ้น
- 5.4 การทดสอบด้วยวิธีการทางสถิติจากแบบแผนการวิจัยที่ได้นำเสนอไว้
6. การกำหนดกรอบกลุ่มประชากรตัวอย่าง
7. ออกแบบและพัฒนาเครื่องมือวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
8. วิเคราะห์ข้อมูลและจัดทำตารางหุ่น (Dummy table)
9. ปรับปรุงและนำเสนอโมเดลที่ปรับปรุงแล้ว

จากการศึกษาหลักการออกแบบการวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบมาเป็นลำดับสรุปได้ว่าการออกแบบการวิจัย การวิจัยรูปแบบในลักษณะที่สำคัญประการหนึ่งคือเป็นการวางแผนการ

วิจัยเพื่อศึกษาขององค์ประกอบต่าง ๆ หรือตัวแปรต่าง ๆ ในเชิงของความสัมพันธ์ที่เป็นเหตุและผล เพื่อจัดระบบโครงสร้างของรูปแบบที่ศึกษาให้เป็นระบบที่เชื่อถือได้

ตอนที่ 5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ปาริชาติ ญาตินิยม (2547) เรื่อง ลักษณะภาวะพหุผลพลัง:กรณีศึกษาผู้สูงอายุไทยที่มีชื่อเสียงสรุปคือ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอัตชีวประวัติและบรรยายลักษณะภาวะพหุผลพลังกรณีศึกษาผู้สูงอายุไทยที่มีชื่อเสียง โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแบบกรณีศึกษา(CaseStudy Method) คัดเลือกผู้สูงอายุกรณีศึกษาที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดตามแนวคิดพหุผลพลังขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) ซึ่งได้แก่ 1.นางวิรุฬห ะเอมศิลป์ 2. นางบุญมี เครือรัตน์ 3. นายทองอ่อน สิทธิไกรพงษ์ 4. นายแพทย์บรรลุ ศิริพานิช 5. พลตรีจำลองศรีเมือง และ 6.นายแพทย์เอกธนะสิริ ผู้วิจัยเก็บข้อมูลการวิจัยจากการสัมภาษณ์ ข้อมูลเอกสารและจากการสังเกต ข้อมูลการสัมภาษณ์บันทึกด้วยเทปบันทึกเสียงและนำมาถอดความแบบคำต่อคำ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ผลการศึกษาวิจัยพบว่า ลักษณะภาวะพหุผลพลังกรณีศึกษาผู้สูงอายุไทยที่มีชื่อเสียงประกอบด้วย 3 ลักษณะ ได้แก่ 1) การไม่อยู่นิ่งทำกิจกรรมตลอดเวลา คือ การที่ผู้สูงอายุทำกิจกรรมที่ตนชอบในยามว่างและกิจกรรมที่ทำในองค์กรที่ตนเป็นสมาชิก 2) การมีความสุขที่ดี คือการที่ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองให้มีสุขภาพกายใจ สังคมและจิตวิญญาณได้เหมาะสมกับวัย และ 3) การมีความมั่นคงในชีวิต คือ การที่ผู้สูงอายุรู้สึกมั่นใจปลอดภัย มีความรู้สึกแน่นอนถึงปัจจัยต่าง ๆ ในการดำรงชีวิต ซึ่งได้แก่ รายได้ ที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล ผลการศึกษาครั้งนี้ทำให้ทราบถึงลักษณะภาวะพหุผลพลังของผู้สูงอายุที่มีชื่อเสียงในบริบทสังคมไทย พยาบาล บุคลากรทางสุขภาพสามารถนำความรู้เกี่ยวกับลักษณะภาวะพหุผลพลังเป็นแนวทางในการให้คำแนะนำผู้สูงอายุหรือบุคคลในวัยอื่นในการดูแลสุขภาพเพื่อช่วยให้ก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีพหุผลพลัง

เยาวลักษณ์ จิตตะโคตร (2549) เรื่อง สถานการณ์พหุผลพลังในนักศึกษาระดับอุดมศึกษาของประเทศไทย เพื่อศึกษาระดับมโนทัศน์พหุผลพลังด้านสุขภาพ ด้านความมั่นคง และด้านการมีส่วนร่วมในการศึกษาระดับอุดมศึกษา เก็บข้อมูลโดยการใช้แบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างจำนวน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาระดับอุดมศึกษามีระดับพหุผลพลังด้านสุขภาพดีที่สุดในส่วนด้านการมีส่วนร่วมและด้านความมั่นคงมีระดับใกล้เคียงกัน คือระดับปานกลาง

Ping-Kwong Kam (2549) เรื่อง การเสริมสร้างพลังอำนาจแก่ผู้สูงอายุโดยกระบวนการชุมชนสงเคราะห์ เป็นการศึกษาเอกสารและการสัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้อง พบว่า ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเกิดสภาวะเครียดเนื่องจากการเปลี่ยนสภาพจากวัยผู้ใหญ่ตอนปลายเป็นวัยสูงอายุ เกิดรู้สึกว่าตนไม่มีอำนาจ ไม่สามารถช่วยตนเองได้ ขาดภาพลักษณ์ด้านบวกกับตนเอง ขาดทักษะและความรู้ในการดำเนินชีวิตในยุคใหม่ที่มีความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยผลการวิจัยสรุปว่า กระบวนการ

ชุมชนสงเคราะห์สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุเปลี่ยนภาพลักษณ์ที่มีต่อตนเอง ทำให้มีสุขภาวะที่ดี มีส่วนร่วมกับชุมชน โดยชุมชนต้องมีการพิทักษ์สิทธิของผู้สูงอายุ รวมทั้งกำหนดนโยบายที่ชัดเจนในการนำไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพราก

จิราพร เกศพิชญวัฒนา และคณะ (2549) เรื่อง พลัดพราก:กรณีศึกษาจากผู้สูงอายุที่ได้รับการยอมรับในสังคม โดยเป็นการศึกษากรณีแบบเฉพาะเจาะจง ในรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพได้มีเกณฑ์การคัดเลือก คือ เป็นผู้มีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและหญิง ไม่มีภาวะทุพพลภาพ มีส่วนร่วมในสังคมอย่างสม่ำเสมอ มีชื่อเสียงและผลงานเป็นที่ยอมรับในระดับชุมชน ทั้งหมด 15 กรณีศึกษา

โดยสรุปผลการวิจัยพบว่า ลักษณะภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุกรณีศึกษา ประกอบด้วย 3 ลักษณะ คือ 1.การไม่อยู่นิ่งทำกิจกรรมอยู่ตลอดเวลา โดยการทำกิจกรรมที่ชอบในเวลาว่าง และ การทำกิจกรรมที่ทำในองค์กรที่ตนเป็นสมาชิก 2.การมีสุขภาวะดี การที่ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองให้มีสุขภาพกาย ใจ สังคมและจิตวิญญาณได้เหมาะสมวัย ปราศจากโรคภัย 3.การมีความมั่นคงในชีวิต คือการมีความมั่นใจ ปลอดภัย มีความรู้สึกที่แน่นอนในการดำรงชีวิต ได้แก่ การมีความมั่นคงในรายได้ การมีความมั่นคงในที่อยู่อาศัย และความมั่นคงในด้านการดูแลสุขภาพ

เพ็ญแข ประจันปัจจนิก (2550) เรื่อง การจัดการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมในการพัฒนาภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุไทย เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร การรวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาหลังเกษียณอายุ โดยการนำรูปแบบการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุในลักษณะมหาวิทยาลัยที่สามมาเป็นแนวทางในการจัดการศึกษา และนโยบายการปฏิบัติเพื่อเตรียมความพร้อมในการพัฒนาภาวะพลัดพรากในระยะสั้นและยาว รวมถึงการพัฒนาแบบหลักสูตรการเรียนการสอนอย่างเป็นระบบทั่วประเทศต่อไป

สุธรรม นันทมงคลชัย และคณะ (2552) เรื่องผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ: กรณีศึกษาจังหวัดระยอง โดยเป็นการศึกษาสัดส่วนของผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ โดยใช้เกณฑ์ 3 ประการ คือ การประเมินจากการมีสัมพันธภาพในครอบครัวที่ดี ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และความมีความสุขในชีวิต ส่วนปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จอย่างมีนัยยะสำคัญที่ระดับ 0.05 คือ รายได้ของครอบครัวและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของสังคม

อุษา โพนทอง (2553) เรื่อง การพัฒนาโปรแกรมพัฒนาภาวะพลัดพรากของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยาการผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้ เป็นการศึกษาระบบการทดลองกับกลุ่มข้าราชการกองทัพไทย และศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการเรียนรู้ทางการศึกษา โดยสรุปผลการวิจัย ดังนี้ 1. ผลการพัฒนาโปรแกรมพัฒนาภาวะพลัดพรากของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยาการผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้จากประสบการณ์มีองค์ประกอบของโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยมีการพัฒนาภาวะพลัดพรากของ

ข้าราชการกองทัพไทยจาก กิจกรรมการเรียนรู้ 5 ขั้นตอนคือ(1) การสร้างประสบการณ์ (2) การรับรู้ปัญหา (3) การสะท้อนความคิด (4) การสร้างความรู้ใหม่ (5) การลงมือปฏิบัติและการประยุกต์ใช้

2. และพบว่า (1) หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้ ทักษะและพฤติกรรมในการเตรียมความพร้อมเพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลัง ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมในสังคมและด้านความมั่นคง สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) กลุ่มทดลองมีความรู้ ทักษะและพฤติกรรมในการเตรียมความพร้อมเพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลัง ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมในสังคมและด้านความมั่นคง สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการสัมภาษณ์ พบว่าโปรแกรมที่จัดขึ้นสามารถทำให้ผู้เรียนเกิดภาวะพลัมพลัง 3 ด้าน คือ 1) ด้านสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่าการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสำคัญมากจึงให้ความสำคัญกับการออกกำลังกาย 2) ด้านการมีส่วนร่วม กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่าการทำนอติเรกทำให้มีกิจกรรมทำในวัยสูงอายุและ 3) ด้านความมั่นคง กลุ่มตัวอย่างมีความเห็นว่าการมีเงินสำหรับใช้จ่ายอย่างคล่องตัวในวัยสูงอายุสำคัญมากจึงให้ความสำคัญกับการออมเงิน และเกิดพฤติกรรมมีภาวะพลัมพลัง 3 ด้าน คือ 1) การตระหนักและรับทำ กลุ่มตัวอย่างมีความเห็นว่าปัญหาสุขภาพเกิดจากการเปลี่ยนแปลงร่างกาย และจิตใจเป็นสำคัญจึงควรมีการวางแผนดูแลสุขภาพ เช่น การตรวจสุขภาพ ออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ 2) การพึ่งพาตนเอง กลุ่มตัวอย่างมีความเห็นว่าสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ เช่น การออกกำลังกาย การทำให้มีสุข ภาพจิตดีจากการคิดในแง่บวก ฟังเพลงให้เคลื่นสมองต่ำ สวดมนต์ทำสมาธิ 3) ทุกคนทำและทำเพื่อทุกคน กลุ่มตัวอย่างมีความเห็นว่าการรวมกลุ่มทำประโยชน์ให้สังคมมีความสำคัญในวัยสูงอายุ เช่น การเข้าร่วมชมรมทำกิจกรรมที่ตนเองถนัดและการถ่ายทอดความรู้ที่ตนเองเชี่ยวชาญให้ผู้สนใจ 3. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการนำโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาขึ้นไปใช้ คือ 1) กลุ่มผู้เรียน 2) ผู้สอนและวิทยากร 3) กิจกรรมการเรียนรู้ 4) แหล่งความรู้และสื่อการเรียนรู้ และ 5) สภาพแวดล้อม เงื่อนไขของการใช้โปรแกรมพัฒนาภาวะพลัมพลังของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยากรผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้จากประสบการณ์ คือ กลุ่มผู้เรียนต้องคำนึงถึงอายุที่เหมาะสม คืออยู่ในช่วงวัยกลางคน จำนวนผู้เรียนไม่มากเกินไป มีความเท่าเทียมกันไม่แบ่งแยกเพศ ผู้สอนมีความรู้ในแนวคิดพัฒนาภาวะพลัมพลังเป็นอย่างดี สื่อการเรียนการสอนจะต้องมีความหลากหลาย และมีเพียงพอกับจำนวนผู้เรียน สถานที่จะต้องกว้างขวาง สะดวกต่อการจัดกิจกรรม

ได้ให้ข้อเสนอแนะจากการวิจัย การพัฒนาโปรแกรมพัฒนาภาวะพลัมพลังของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยากรผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้ ดังนี้ 1. โดยสรุปสามารถจะเกิดพฤติกรรมมีภาวะพลัมพลังนั้นต้องมีการทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่องเป็นสิ่งสำคัญมาก โดยเฉพาะการดูแลสุขภาพที่สามารถทำได้ต่อเนื่อง เช่น การตรวจสุขภาพเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ทุกปี ออกกำลังกายทุกวัน การมีส่วนร่วมในสังคม เช่น มีงานนอติเรกทำตลอดเวลาในยามว่าง การร่วม

กิจกรรมชุมชน การศึกษาหาความรู้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ และด้านความมั่นคง เช่น การออมเงินทุกเดือน 2. และการส่งเสริมแนวทางส่งเสริมภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุต้องอาศัยภาครัฐและหน่วยงานต่าง ๆ ในการเข้ามามีส่วนร่วมและวางนโยบายที่สอดคล้องเหมาะสมกับผู้สูงอายุกลุ่มต่าง ๆ ในสังคม และรวมทั้งการส่งเสริมรวมทั้งในระดับส่วนท้องถิ่นที่จะเข้ามามีส่วนร่วมพัฒนาอย่างต่อเนื่องด้วย

อาชัญญา รัตนอุบล และคณะ (2553) เรื่อง การพัฒนาแนวทางการส่งเสริมการจัดการศึกษา การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ โดยการวิจัยกรณีศึกษาและวิเคราะห์เอกสารที่เกี่ยวข้อง ผลการวิจัยสรุปคือ การพัฒนาแนวทางการส่งเสริมการจัดการศึกษา การเรียนรู้เป็นมิติหนึ่งของการส่งเสริมศักยภาพ เพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุไทยที่สำคัญ ดังนี้ 1. กรณีศึกษาที่ดีของประเทศไทยมีลักษณะเอกลักษณ์ตามแบบวิถีไทย การพัฒนาส่งเสริมและการจัดกิจกรรมการศึกษา การเรียนรู้ของผู้สูงอายุไทยให้ความสำคัญเป็นพิเศษกับ ผู้สูงอายุกับครอบครัว ชุมชนโดยรวมโดยแท้จริง โดยบูรณาการกิจกรรมการเรียนรู้หลากหลายทั้งการส่งเสริมการศึกษาในระบบ นอกระบบ และตามอัธยาศัย 2. การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุทำเป็นระบบและค่อนข้างมีความต่อเนื่อง รวมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ร่วมแสดงความคิดเห็นตามความต้องการด้วย โดยปัญหาสำคัญของการจัดการศึกษาพบว่า ปัญหาสุขภาพทางกายเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่ส่งผลต่อการเรียนรู้และพัฒนา ศักยภาพผู้สูงอายุ มีนัยสำคัญทางสถิติ 3. ผลจากการพัฒนารูปแบบและแนวทางการจัดการศึกษาการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุไทย สามารถจัดทำเป็น 5 แบบสำคัญ ได้แก่ 1.รูปแบบมหาลัยวัยที่สาม 2.ศูนย์อเนกประสงค์เพื่อผู้สูงอายุในเมือง 3.รูปแบบชุมชนสำหรับผู้สูงอายุ 4.ชมรมเพื่อผู้สูงอายุ และ 5.รูปแบบการรวมกลุ่มผู้สูงอายุตามอัธยาศัย

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย การศึกษาการพัฒนาแนวทางการส่งเสริมการจัดการศึกษา การเรียนรู้เพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ ดังนี้ การจัดการศึกษาและการเรียนรู้เพื่อผู้สูงอายุเพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ สิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งคือ ความต้องการและความคิดเห็นต่อรูปแบบกิจกรรมหรือแนวทางในการส่งเสริมที่ต้องให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน โดยคำนึงในบริบทที่แตกต่างหลากหลายของผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่ และในการทำวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้ 1. ควรส่งเสริมให้เกิดแนวทางการศึกษาในรูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการ หรือการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม 2. การส่งเสริมองค์กร กลุ่มของผู้สูงอายุในการดำเนินการในลักษณะเครือข่ายในระดับต่างเพื่อสร้างความรู้และกิจกรรมการจัดการศึกษาให้กว้างขวางยิ่งขึ้น

Wannipa Bunrayong (2007) เรื่อง Building Potentials of the Aging Center Committee in Management of Learning Activities Through Participatory Action Research เป็นการศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการทำศึกษากลุ่มผู้สูงอายุโดยนำแนวคิดกระบวนการเรียนรู้โดยสรุปผลการวิจัย ดังนี้ จากข้อมูลการวิจัยการจัดการเรียนรู้ของชุมชนผู้สูงอายุได้นำข้อค้นพบจากการวิจัยครั้งนี้ไปขยายผลด้วยการวิจัยแบบเจาะลึกเพื่อพัฒนาตัวชี้วัด (Indicator) ในการส่งเสริมกิจกรรมการศึกษานอก

ระบบและกระบวนการเรียนรู้ อย่างต่อเนื่อง ด้วยกระบวนการวิธีต่าง ๆ ที่เหมาะสม กับบริบทของการวิจัย เช่น การศึกษารายกรณี (Case Study) กรณีศึกษาที่ดีที่สุด (Best Practice) ตลอดจนนำรูปแบบที่ได้จากการวิจัยไปทดลองใช้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียนต่อไปและ เพื่อให้ผลการวิจัยสามารถสะท้อนระดับสภาพ ปัญหา หรือความต้องการจำเป็นได้อย่างแท้จริงอีกด้วย

Swati Varshney (2007) Prediction of Successful aging: Elder Adults in India. สรุปผลการวิจัย ดังนี้ การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาวิเคราะห์เอกสารและแนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ โดยงานวิจัยพบว่า การสร้างความก้าวหน้าและเป็นการทำความเข้าใจอัตลักษณ์ที่จะเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จและพบว่ามีความพึงพอใจในด้านต่าง ๆ และควรนำเสนอการวิจัยการศึกษาและอื่น ๆ ที่จำเป็นในการตรวจสอบการเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ที่จะช่วยนำผลการศึกษาค้นคว้าไปศึกษาเพิ่มเติมกับประชากรผู้สูงอายุที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมในกลุ่มต่าง ๆ ด้วย

Phuanjai rattakorn (2007) เรื่อง Way of Thinking of Elderly and Image of successful Agingสรุปคือ งานวิจัยนี้เป็นการศึกษากลุ่มผู้สูงอายุโดยวิธีศึกษาเอกสารและการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลการศึกษาพบว่า ให้ความสำคัญกับปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดกรอบความคิดตามบริบททั้งปัจจัยเงื่อนไขที่สนับสนุนและขัดขวางต่อการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ เป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพตามทัศนะของผู้สูงอายุ ได้แก่ สุขภาพกายและสุขภาพใจ ความมั่นคงในการดำเนินชีวิต การยอมรับจากสังคม และการมีพื้นที่ทางสังคมที่ช่วยให้เกิดระบบคุณค่าส่วนบุคคล แสดงถึงความมีตัวตนของผู้สูงอายุ และมี “กิจกรรม” เป็นแหล่งเนื้อหาที่ก่อให้เกิดการร้อยรัดให้เข้ามารวมกลุ่ม ซึ่งสะท้อนถึงความตระหนักในศักยภาพของตนเอง

และขอแนะนำเพิ่มเติม สำหรับการวางนโยบายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องส่งเสริมในหลากหลายรูปแบบ การจัดการศึกษาที่มุ่งเน้นกิจกรรมจะช่วยสร้างความสุข และให้คุณค่าต่อความหมายในการมีชีวิตอยู่อย่างอยู่อย่างประสบความสำเร็จได้ดี

เพ็ญแข ประจันปัจฉินิก (2550) เรื่อง การจัดการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมในการพัฒนาภาวะพลัดพรากของผู้สูงอายุไทย เป็นการศึกษาเชิงเอกสาร การรวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาหลังเกษียณอายุ โดยการนำรูปแบบการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุในลักษณะมหาวิทยาลัยที่สามมาเป็นแนวทางในการจัดการศึกษา และนโยบายการปฏิบัติเพื่อเตรียมความพร้อมในการพัฒนาภาวะพลัดพรากในระยะสั้นและยาว รวมถึงการพัฒนาแบบหลักสูตรการเรียนการสอนอย่างเป็นระบบทั่วประเทศต่อไป

กิตติภักดิ์ วิทยาภรณ์ (2553) เรื่องการพัฒนาแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดทฤษฎีการศึกษาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเป็นการศึกษาแบบผสมผสาน ใช้แบบสอบถาม การสัมภาษณ์ และการศึกษาเอกสารโดยสรุปการวิจัย คือจากการส่งเสริมรูปแบบ

กิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ ซึ่งนำแนวคิดจิตปัญญามาใช้เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะ และถือว่าการสร้างสุขภาวะที่ดีเป็นส่วนองค์ประกอบที่สำคัญของการพัฒนาภาวะพฤกษศาสตร์ของผู้สูงอายุ ซึ่งสรุปผลการวิจัย ดังนี้ 1) ผู้สูงอายุมีปัญหาด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต และไม่สามารถปรับตัวเข้าสู่วัยสูงอายุได้ และมีความต้องการด้านร่างกาย จิตใจ การสนับสนุนจากครอบครัว สังคม และการมีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจเพื่อความสงบสุขของชีวิตบั้นปลาย 2) รูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ 1. ด้านกิจกรรมการเรียนรู้ 2. ด้านผู้เรียนหรือผู้เข้าร่วมกิจกรรม 3. ด้านวิทยากรหรือกระบวนกร 4. ด้านเนื้อหาสาระ 5. ด้านการประเมิน และ 6. ด้านสถานที่ จากการทดลองและสังเคราะห์กระบวนกรเรียนรู้ตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา พบว่า กิจกรรมการเรียนรู้มี 8 องค์ประกอบ คือ 1. การพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ 2. ความรักความเมตตา 3. การเชื่อมโยงสัมพันธ์ 4. การเข้าเผชิญ 5. ความต่อเนื่อง 6. พันธสัญญา 7. ชุมชนแห่งการเรียนรู้ และ 8. ความเบิกบานและผ่อนคลาย และผลการทดลองพบว่า รูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นสามารถเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ โดยคะแนนเฉลี่ยสุขภาวะของกลุ่มทดลองมีระดับสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ผลการศึกษาปัจจัยและเงื่อนไขที่เกี่ยวข้อง พบว่า ปัจจัยที่ส่งเสริม คือ กระบวนกรมีประสบการณ์แนวคิดจิตปัญญาศึกษา เปิดใจและรับฟังอย่างลึกซึ้ง และองค์ประกอบของกิจกรรมการเรียนรู้ ส่วนเงื่อนไขที่พบระหว่างการจัดกิจกรรม คือ ความสามารถในการเขียนและอ่านหนังสือของกลุ่มผู้เรียน สุขภาพของกลุ่มผู้เรียน และสถานที่จัดกิจกรรมมีความเป็นธรรมชาติ

ได้ให้ข้อเสนอแนะจากการวิจัย การศึกษาการพัฒนาแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ ดังนี้ 1. ควรส่งเสริมให้มีหน่วยงานลักษณะเฉพาะที่ต้องเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุของบุคลากรและกลุ่มเป้าหมาย เพื่อนำรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยให้เกิดขึ้นอย่างแพร่หลายและรวดเร็ว 2. สำหรับแนวทางพัฒนารูปแบบการจัดการศึกษาที่เน้นพัฒนาตามแนวทางจิตตปัญญา จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องอาศัยทุกส่วนของสังคมในการร่วมกันสร้างสรรค์ให้เกิดกิจกรรมที่จะพัฒนาและสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีแก่ผู้สูงอายุ และสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้ ควรสนับสนุนให้ที่เกี่ยวข้องร่วมกับภาคเอกชนดำเนินการวิจัยการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุโดยใช้วิธีดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาข้อมูลเชิงลึกทั้งด้านสภาพ ปัญหา และความต้องการของผู้สูงอายุเกี่ยวกับรูปแบบการศึกษาที่หลากหลายตามแต่ละกลุ่มอาชีพ พื้นที่ และอายุ ครอบคลุมบริบทกลุ่มเป้าหมาย

Rachel A. Pruchno, Maureen Wilson-Genderson, and Francine Cartwright (2553) เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ โดยการใช้แบบสอบถามกลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มหนึ่ง โดยศึกษาปัจจัยและลักษณะร่วมในการเป็นผู้สูงอายุที่

ประสบความสำเร็จ จากผู้ที่มีอายุระหว่าง 60-74 ปี ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ คือสุขภาพ และการได้รับการสนับสนุนทางสังคม บทบาทของการศึกษาตลอดชีวิต การเป็นอาสาสมัคร การควบคุมการทานอาหาร และการมีกิจกรรมสันทนาการ ซึ่งถือเป็นสิ่งสำคัญมากในการพัฒนาผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ

ระวี สัจจโสภณ (2555) เรื่อง อนาคตภาพรูปแบบเมืองแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทย โดยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ประยุกต์ใช้แนวคิดอนาคตศึกษาด้วยเทคนิคการวิจัยอนาคต มีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อ 1) วิเคราะห์และสังเคราะห์ปรากฏการณ์ของเมืองแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ 2) สร้างอนาคตภาพรูปแบบเมืองแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทย และกำหนดยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนเมืองแห่งการเรียนรู้เพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทยไปสู่การปฏิบัติ 3) ตรวจสอบและประเมินอนาคตภาพรูปแบบเมืองแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทย ตลอดจนวิเคราะห์จัดอันดับความสำคัญของยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนเมืองแห่งการเรียนรู้เพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทยไปสู่การปฏิบัติตามความเร่งด่วนและความเป็นไปได้ ดำเนินการวิจัยโดยการศึกษาเอกสาร การศึกษากรณีตัวอย่างที่ดี การมองภาพอนาคต การสนทนากลุ่มเพื่อตรวจสอบอนาคตภาพ และการประเมินอนาคตภาพด้วยแบบประเมินรูปแบบ

ผลการวิจัยโดยสรุป พบว่า อนาคตภาพรูปแบบเมืองแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อการพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทยในอีก 10 ปี ข้างหน้า (พ.ศ.2556–2565) ประกอบด้วย

1. หลักการของเมืองแห่งการเรียนรู้ คือ การเรียนรู้ตลอดชีวิตและการใช้ชุมชนเป็นฐานในการส่งเสริม สนับสนุน พัฒนา และกระตุ้นผู้สูงอายุเกิดศักยภาพภายในตนเองด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านหลักประกันและความมั่นคงของชีวิต ผ่านกิจกรรมการศึกษาและการเรียนรู้ผสานอยู่ในวิถีชีวิตในลักษณะเป็นพหุวัย

2. องค์ประกอบของเมืองแห่งการเรียนรู้ แบ่งออกเป็น องค์ประกอบภายใน คือ ผู้เรียนรู้ ผู้จัดการเรียนรู้ องค์ความรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ บรรยากาศการเรียนรู้ เครือข่ายการเรียนรู้ การจัดการความรู้ องค์การแห่งการเรียนรู้ และองค์ประกอบภายนอก คือ ยุทธศาสตร์ นโยบายสาธารณะ และเป้าหมายการพัฒนา กรรมการกลางการบริหารทรัพยากร และเครือข่ายการเรียนรู้ตลอดชีวิตระดับชาติ

3. กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ของเมืองแห่งการเรียนรู้ เป็นการบูรณาการการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย ด้วยการพัฒนาความรู้ ทักษะ

และทัศนคติ ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านหลักประกันและความมั่นคง ที่ผสมผสานเนื้อหา กิจกรรมการเรียนรู้ และการวัดและประเมินผลเข้ากับวิถีชีวิต ภูมิสังคมและลักษณะทางกายภาพ

4. วิธีดำเนินงานเมืองแห่งการเรียนรู้ ใช้ชุมชนเป็นฐานในการพัฒนา เริ่มจากกลไกระดับท้องถิ่นที่กลไกระดับท้องถิ่น และกลไกระดับชาติที่กำหนดนโยบายขับเคลื่อนสู่การปฏิบัติ มีการประสานสัมพันธ์ระหว่างภาคีเครือข่ายเชิงพื้นที่และเชิงประเด็น กระบวนการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ คือ การกำหนดวัตถุประสงค์ การแสวงหาความร่วมมือ การดำเนินกิจกรรม และการประเมินผล

5. ยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนเมืองแห่งการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติ ประกอบด้วย การกำหนดนโยบายสาธารณะ การพัฒนาหลักสูตรการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทย การบริหารจัดการและการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานที่จำเป็น การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้และการจัดการความรู้เพื่อการพัฒนาเครือข่ายการเรียนรู้ระดับชาติ และการจัดสรรทรัพยากรเพื่อการพัฒนาเมืองแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุไทย เพื่อให้เกิดบุคคลแห่งการเรียนรู้ ชุมชนแห่งการเรียนรู้ และเครือข่ายการเรียนรู้ในระดับชาติ

สรุปจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการสร้างเสริมภาวะพลัมพลังในผู้สูงอายุ เน้นการทำกิจกรรม กระบวนการเรียนรู้ การรวมกลุ่มสนับสนุน การมีส่วนร่วมทางสังคม การสร้างความมั่นคง และการส่งเสริมการแก้ปัญหาสุขภาพกายและใจให้เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุในการดำเนินชีวิตประจำวัน การใช้เวลาว่าง รวมทั้งการปฏิสังสรรค์กับผู้อื่น อันนำไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัมพลัง

สุภจักษ์ แสงประจักษ์สกุล (2558) เรื่อง ปัจจัยกำหนดระดับบุคลิกภาพของผู้สูงอายุไทย เป็นการศึกษาในระดับบุคลิกภาพของผู้สูงอายุไทยใน ปี พ.ศ.2554 ตามกรอบแนวคิดเชิงนโยบายขององค์การอนามัยโลก 3 ด้าน ซึ่งประกอบด้วย ด้านการมีสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมและด้านการมีหลักประกันที่มั่นคง เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยกำหนดที่มีอิทธิพลต่อระดับบุคลิกภาพผู้สูงอายุไทยจากการสำรวจผู้สูงอายุใน ปีพ.ศ.2554 กลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวนทั้งสิ้น 23,884 คน ผลการวิจัยพบว่าระดับบุคลิกภาพของผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อควบคุมปัจจัยอื่น ๆ โดยการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุด้วยการจำลองโพรบิตตามลำดับ พบว่าปัจจัยกำหนดระดับบุคลิกภาพของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ อายุ เขตที่อยู่อาศัย ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส รายได้ต่อปี การทำงาน การตรวจสุขภาพ การดูแลและการออกกำลังกาย

จำรุณ บริสุทธิ์ และคณะ (2552) เรื่อง รูปแบบการจัดการความรู้เพื่อพัฒนาพลัมพลัง: กรณีศึกษาเทศบาลตำบลปากแพรก จังหวัดกาญจนบุรี โดยสรุปการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างสำหรับข้อมูลเชิงปริมาณคือผู้สูงอายุในเทศบาลตำบลปากแพรกจำนวน 331 คน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม สถิติในการ

วิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าร้อยละ ส่วนกลุ่มเป้าหมายสำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพประกอบด้วยผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลปากแพรกจำนวน 50 คน โดยกำหนดกลุ่มเป้าหมายแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การสังเกต การสัมภาษณ์เชิงลึก และแนวทางการสนทนากลุ่มหลังการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้สร้างและประเมินรูปแบบการจัดการความรู้ โดยการระดมสมองผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ 1) ผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญในชุมชนจำนวน 17 คน 2) คณะกรรมการประเมิน จำนวน 8 คน ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้ 1) ด้านภาวะพลพลง ผู้สูงอายุในเทศบาลตำบลปากแพรกส่วนใหญ่มีปัญหาด้านสุขภาพกาย ได้แก่ความดันโลหิตสูง ปวดตามข้อ เบาหวาน ในด้านสุขภาพจิต และส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจและอารมณ์ที่ร้ายแรง 2) ด้านความต้องการพัฒนาภาวะพลพลง ผู้สูงอายุในเทศบาลตำบลปากแพรกส่วนใหญ่ต้องการ การเอาใจใส่ดูแลจากผู้ที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น และต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน นอกจากนี้ ผู้สูงอายุต้องการความมั่นคงทางด้านการเงินในหลาย ๆ ด้าน โดยเฉพาะการได้รับเบี้ยยังชีพเพิ่มขึ้น 3) การตรวจสอบและประเมินรูปแบบการจัดการความรู้ ด้านความเป็นประโยชน์ ด้านความเป็นไปได้ และด้านความเหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมาก

วิไลพร วงศ์ศินี และคณะ (2556) เรื่อง ปัจจัยทำนายพลพลงของประชากรเขตเมืองจังหวัดเชียงใหม่ สรุปรงานวิจัยได้ดังนี้ เป็นการวิจัยแบบหาความสัมพันธ์เชิงทำนายนี้ใช้กรอบแนวคิดพลพลงขององค์การอนามัยโลกมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับพลพลงของประชากรเขตเมืองจังหวัดเชียงใหม่ และความสามารถในการทำนายพลพลงของ ปัจจัยส่วนบุคคล ความรู้เกี่ยวกับการสูงอายุ ทศนคติต่อการสูงอายุ และการสนับสนุนทางสังคมเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มตัวอย่างหลายขั้นตอน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 398 คน ทั้งเพศชายและเพศหญิง อายุ 40-59 ปี อาศัยอยู่ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เครื่องมือวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามพลพลง ใช้แบบสอบถามพลพลงของผู้สูงอายุของ สุปราณี แดงวงษ์, ศากุล ช่างไม้, ลัดดาวรรณ เสียงอ่อน, and วาริศา เพชรธีรานนท์ (2552) ที่สร้างขึ้นตามกรอบนโยบายพลพลงขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) แบบสอบถามความรู้เกี่ยวกับการสูงอายุ (Facts on Ageing Quiz: FAQ) ของพาลมอร์ (Palmore, 1977) ฉบับภาษาไทยของวิไลพร รังควัต (Runkawatt, 2007)

ผลการศึกษาพบว่า

1. กลุ่มตัวอย่างมีพลพลงโดยรวม พลพลงด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงอยู่ในระดับสูง
2. การสนับสนุนทางสังคม ทศนคติต่อการสูงอายุ รายได้ และเพศหญิง สามารถร่วมกันทำนายพลพลงได้ร้อยละ 17.87 ($R^2 = 0.1787$, $F = 6.4266$, $p < 0.001$)
3. ความรู้เกี่ยวกับการสูงอายุ อายุ สถานภาพสมรส และการศึกษา ไม่สามารถทำนายพลพลงได้และจากผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมพลพลงให้กับ

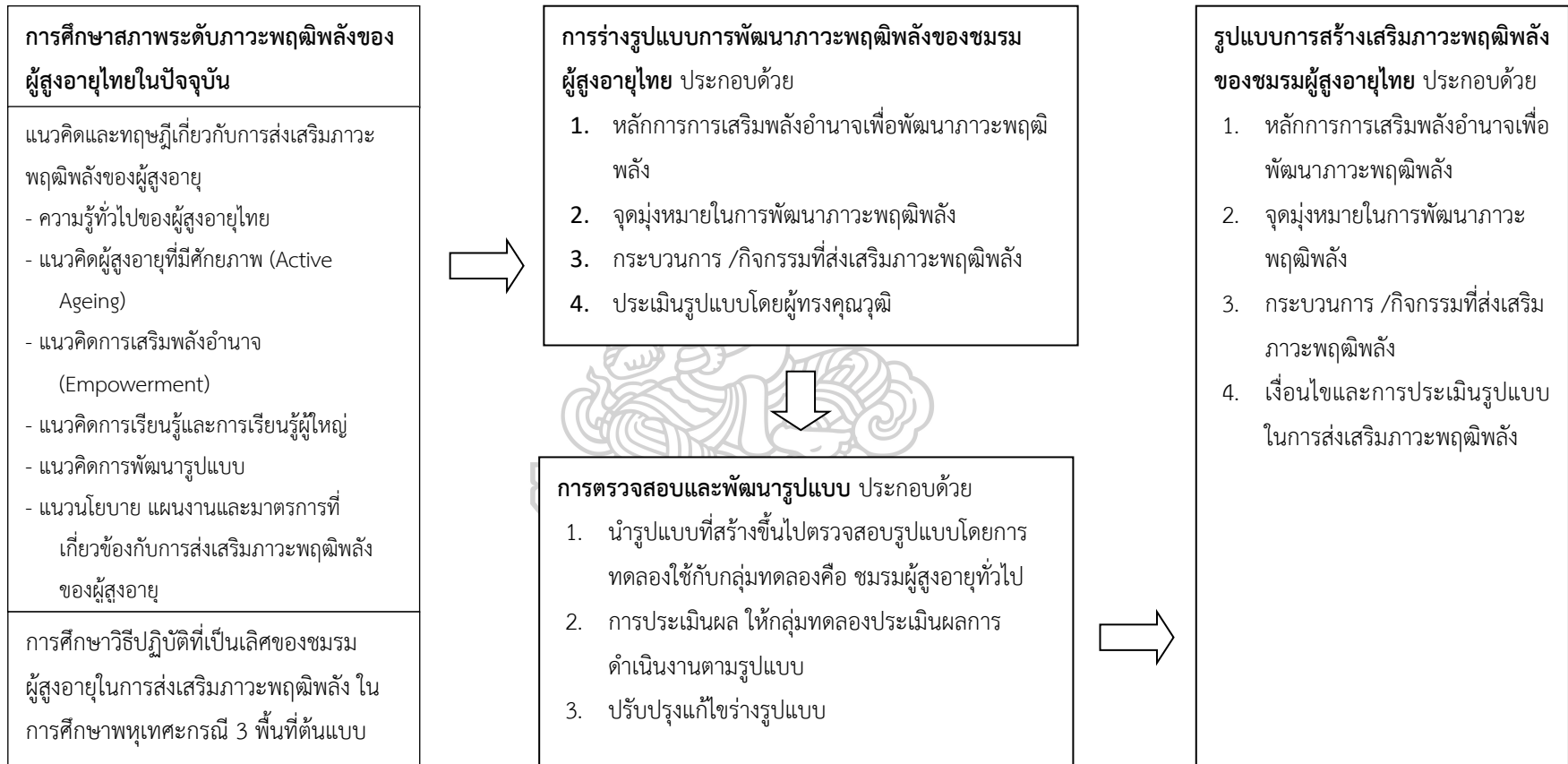
ประชาชนในการทำวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมในแต่ละด้าน และปัจจัยอื่นที่อาจมีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมและศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยทำนายพฤติกรรมของประชากรด้วย

โดยสรุปจากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ในสภาพสังคมประเทศไทยที่จะก้าวสู่การเป็นสังคมแห่งผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์นั้นมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้สูงอายุต้องมีสุขภาพที่ดี มีความสามารถในการพัฒนาตนเอง และทำกิจกรรมร่วมกับภาคส่วนสังคมได้ เป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพที่สร้างประโยชน์ทั้งทางสังคมและเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุมีประสบการณ์ และความรู้ความสามารถ มีเรื่องภูมิปัญญา รวมทั้งการมีจิตอาสาที่สามารถนำพลังมาสร้างคุณประโยชน์แก่สังคม และจากงานวิจัยผู้สูงอายุยังคงต้องได้ร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง มีการรวมกลุ่มทำกิจกรรม และการถ่ายทอดทางภูมิปัญญาและประสบการณ์ของตนไปยังรุ่นอื่น ๆ ด้วย

อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าจะมีงานวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยในประเด็นต่าง ๆ แต่ในการศึกษานี้เป็นการนำเสนอการพัฒนา รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทยตามกรอบแนวทางขององค์การอนามัยโลก ซึ่งเป็นการนำเสนอการพัฒนา รูปแบบที่ยังไม่มีการศึกษามาก่อน รวมทั้งมุ่งเน้นการพัฒนาผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยให้เป็นผู้สูงอายุที่พลังต่อการพัฒนาตนเองและสังคมอีกด้วย และในส่วนของ การสร้างรูปแบบนั้นผู้วิจัยจะอาศัยแนวคิดของ Keeves (1988: 561-565) ในการสร้างรูปแบบ นั่นคือ ผู้วิจัยได้สร้างรูปแบบที่มีลักษณะผสมผสานด้วยรูปแบบที่อธิบายความหมายหรือให้ความหมาย (Semantic Models) ประกอบในงาน เพื่อความชัดเจนและความสมบูรณ์แบบของรูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมชมรมผู้สูงอายุไทยที่สร้างขึ้นจากการวิจัยในครั้งนี้

สำหรับการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพฤติกรรมชมรมผู้สูงอายุไทย ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยไว้ดังนี้

กรอบแนวคิดการวิจัยการพัฒนา รูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย



แผนภาพที่ 3 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย เป็น การวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methodology) โดยใช้วิธีเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพระดับภาวะพหุพลัง ของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบันและศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการ ส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุและนำข้อมูลการศึกษาไปสู่การพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริม ภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น

โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอน ตามวัตถุประสงค์ในการวิจัย ดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน เพื่อพัฒนา ภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการ ส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย

ขั้นตอนที่ 3 การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน เพื่อพัฒนาภาวะพหุ พลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

การดำเนินการวิจัยในขั้นตอนนี้เป็นการศึกษาระดับพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน เพื่อเป็นข้อมูลและแนวทางในการจัดการส่งเสริมพหุพลังในแต่ละด้านอย่างสมบูรณ์ โดยพื้นที่การ ศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศ ที่ได้รับการรับรองจากกระทรวงการพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์ (จากข้อมูลชมรมผู้สูงอายุของประเทศไทยมีจำนวนทั้งสิ้น 23,040 ชมรม : มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.) ปีพ.ศ.2557) โดยพบว่าข้อมูลจำนวนสมาชิก ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทยมีหลายล้านคน ไม่พบการระบุจำนวนที่ชัดเจน โดยมีวิธีดำเนินงานดังนี้

1.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรครั้งนี้ประกอบด้วย คือผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุในประเทศไทย และกลุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างหลายขั้นตอนโดยการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 410 คน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ สำหรับการเก็บข้อมูลโดยการใช้แบบสอบถามจากผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกทั่วประเทศที่ได้รับการรับรองจากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จากข้อมูลปี พ.ศ.2557 จำนวนชมรมผู้สูงอายุของประเทศไทยมีจำนวนทั้งสิ้น 23,040 ชมรม คาดการณ์สมาชิกทั่วประเทศหลายล้านคน โดยไม่พบข้อมูลจำนวนสมาชิกชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศที่แน่นอน ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกใช้สูตรการคำนวณกรณีไม่ทราบจำนวนประชากรของ W.G.Cochran ในการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างสมาชิกชมรมผู้สูงอายุของไทย ในการคำนวณเพื่อกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ยอมให้มีความคลาดเคลื่อนร้อยละ 5 และผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเลือกใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายชั้น (Multi-stage Sampling) กำหนดแบ่งเป็น 4 ภาค ตามบริบทวิถีชีวิตที่แตกต่างกันในประเทศไทย จำนวนทั้งสิ้น 410 คน ซึ่งเป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยกำหนดจากการคาดคะเนความเหมาะสมในการเก็บกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งมีรายละเอียดของการคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างดังต่อไปนี้

สูตรการคำนวณของ W.G.Cochran คือ

$$n = \frac{P(1-P)Z^2}{d^2}$$

เมื่อ n คือ จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการ

P คือ สัดส่วนของประชากรที่ผู้วิจัยต้องการสุ่ม (โดยทั่วไปนิยมใช้สัดส่วน 30% หรือ 0.30)

Z คือ ระดับความมั่นใจที่กำหนด หรือระดับนัยสำคัญทางสถิติ โดย

Z ที่ระดับนัยสำคัญ 0.10 เท่ากับ 1.65 (ความเชื่อมั่น 90%) >> Z = 1.65

Z ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 เท่ากับ 1.96 (ความเชื่อมั่น 95%)>> Z = 1.96

Z ที่ระดับนัยสำคัญ 0.01 เท่ากับ 2.58 (ความเชื่อมั่น 99%)>> Z = 2.58

D คือ สัดส่วนความคลาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดขึ้นได้ (จะต้องสอดคล้องกับค่า Z ที่ระดับความเชื่อมั่นนั้น ๆ) ได้แก่

ระดับความเชื่อมั่น 90% สัดส่วนความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 0.10

ระดับความเชื่อมั่น 95% สัดส่วนความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 0.05

ระดับความเชื่อมั่น 99% สัดส่วนความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 0.01

โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเลือกใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้น (Multi-stage Sampling) กำหนดแบ่งเป็น 4 ภาคตามบริบทวิถีชีวิตที่แตกต่างกันในประเทศไทย จำนวนทั้งสิ้น 410 คนนั้น ผู้วิจัยเลือกใช้การสุ่มจากแต่ละภาค ทั้ง 4 ภาค ใช้การสุ่มอย่างง่ายโดยจำแนกรายละเอียดตามจำนวนจังหวัดในแต่ละภูมิภาคโดยแบ่งออกเป็นภาคกลาง ภาคเหนือ ภาคใต้ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือดังต่อไปนี้

1. ภาคกลาง มี 22 จังหวัด ประกอบด้วย

1.จังหวัดกำแพงเพชร 2.จังหวัดชัยนาท 3.จังหวัดนครนายก 4.จังหวัดนครปฐม 5.จังหวัดนครสวรรค์ 6.จังหวัดนนทบุรี 7.จังหวัดปทุมธานี 8.จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 9.จังหวัดพิจิตร 10.จังหวัดพิษณุโลก 11.จังหวัดเพชรบูรณ์ 12.จังหวัดลพบุรี 13.จังหวัดสมุทรปราการ 14.จังหวัดสมุทรสงคราม 15.จังหวัดสมุทรสาคร 16.จังหวัดสิงห์บุรี 17.จังหวัดสุโขทัย 18.จังหวัดสุพรรณบุรี 19.จังหวัดสระบุรี 20.จังหวัดอ่างทอง 21.จังหวัดอุทัยธานี 22.กรุงเทพมหานคร

2. ภาคเหนือ มี 9 จังหวัด ประกอบด้วย

1.จังหวัดเชียงราย 2.จังหวัดเชียงใหม่ 3.จังหวัดน่าน 4.จังหวัดพะเยา 5.จังหวัดแพร่ 6.จังหวัดแม่ฮ่องสอน 7.จังหวัดลำปาง 8.จังหวัดลำพูน 9.จังหวัดอุตรดิตถ์

3. ภาคใต้ มี 14 จังหวัด ประกอบด้วย

1.จังหวัดกระบี่ 2.จังหวัดชุมพร 3.จังหวัดตรัง 4.จังหวัดนครศรีธรรมราช 5.จังหวัดนราธิวาส 6.จังหวัดปัตตานี 7.จังหวัดพังงา 8.จังหวัดพัทลุง 9.จังหวัดภูเก็ต 10.จังหวัดระนอง 11.จังหวัดสตูล 12.จังหวัดสงขลา 13.จังหวัดสุราษฎร์ธานี 14.จังหวัดยะลา

4. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มี 20 จังหวัด ประกอบด้วย

1.จังหวัดกาฬสินธุ์ 2.จังหวัดขอนแก่น 3.จังหวัดชัยภูมิ 4.จังหวัดนครพนม 5.จังหวัดนครราชสีมา 6.จังหวัดบึงกาฬ 7.จังหวัดบุรีรัมย์ 8.จังหวัดมหาสารคาม 9.จังหวัดมุกดาหาร 10.จังหวัดยโสธร 11.จังหวัดร้อยเอ็ด 12.จังหวัดเลย 13.จังหวัดสกลนคร 14.จังหวัดสุรินทร์ 15.จังหวัดศรีสะเกษ 16.จังหวัดหนองคาย 17.จังหวัดหนองบัวลำภู 18.จังหวัดอุดรธานี 19.จังหวัดอุบลราชธานี 20.จังหวัดอำนาจเจริญ

โดยเกณฑ์สัดส่วนของประชากรที่ผู้วิจัยต้องการสุ่ม (โดยทั่วไปนิยมใช้สัดส่วน 30% หรือ 0.30) ในการคำนวณครั้งนี้ ดังนี้

1. ภาคกลาง มี 22 จังหวัด คำนวณสัดส่วนร้อยละ 30 ภาคกลาง คิดเป็นจำนวน 7 จังหวัด

2. ภาคเหนือ มี 9 จังหวัด คำนวณสัดส่วนร้อยละ 30 ภาคเหนือ คิดเป็นจำนวน 3 จังหวัด

3. ภาคใต้ มี 14 จังหวัด คำนวณสัดส่วนร้อยละ 30 ภาคใต้ คิดเป็นจำนวน 4 จังหวัด

4. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมี 20 จังหวัด คำนวณสัดส่วนร้อยละ 30 คิดเป็น 6 จังหวัด จากนั้นนำสัดส่วนจังหวัดที่คำนวณตามเกณฑ์ร้อยละ 30 ของแต่ละภาค มาทำการสุ่มจับฉลากเลือกจังหวัด ได้ดังนี้

1. ภาคกลาง จำนวน 7 จังหวัด คือ กรุงเทพมหานคร นครปฐมนนทบุรีปทุมธานี สมุทรสาครกำแพงเพชร และสระบุรี

2. ภาคเหนือ จำนวน 3 จังหวัด คือ เชียงรายลำปางและจังหวัดลำพูน

3. ภาคใต้จำนวน 4 จังหวัด คือ ชุมพรภูเก็ตสงขลา และสุราษฎร์ธานี

4. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 6 จังหวัดคือ ขอนแก่นมหาสารคาม อุบลราชธานีอุดรธานีนครราชสีมา และจังหวัดเลย

โดยหลังจากได้จังหวัดที่เป็นตัวแทนของทุกภาคของประเทศไทยแล้ว ซึ่งให้ทุกชมรมในจังหวัดตัวอย่างมีโอกาสถูกเลือกโดยเท่าเทียมกัน เนื่องจากเชื่อว่าไม่ว่าชมรมใดในจังหวัดตัวอย่างก็เป็นตัวแทนของจังหวัดนั้น ๆ เท่าเทียมกันจังหวัดละ 1 ชมรม ชมรมละ 20 คนตามสัดส่วนร้อยละ 30 โดยวิธีการนี้เราก็ได้สมาชิกชมรมที่เป็นตัวแทนจากทุกชมรมจากการใช้สูตรการคำนวณกรณีไม่ทราบจำนวนประชากรของ W.G.Cochran ของชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศในการศึกษาครั้งนี้ คำนวณรายละเอียดจำนวนกลุ่มตัวอย่างสมาชิกผู้สูงอายุได้ ดังนี้

1. ภาคกลาง คือ กรุงเทพมหานคร นครปฐมนนทบุรีปทุมธานีสมุทรสาครกำแพงเพชร และสระบุรี ภาคกลางกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 140 คน

2. ภาคเหนือ คือ เชียงรายลำปางและจังหวัดลำพูนภาคเหนือกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 60 คน

3. ภาคใต้ จังหวัด คือ ชุมพรภูเก็ตสงขลา และสุราษฎร์ธานี ภาคใต้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 90 คน

4. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คือ ขอนแก่นมหาสารคามอุบลราชธานีอุดรธานี นครราชสีมา และจังหวัดเลย ภาคตะวันออกเฉียงเหนือกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 120 คน

โดยการสุ่มจากจังหวัดละ 1 ชมรม ชมรมละ 20 คน มีหลักเกณฑ์การคัดเลือกชมรมผู้สูงอายุในแต่ละจังหวัดที่สุ่มมาดังกล่าว ดังนี้ ชมรมผู้สูงอายุที่ขึ้นทะเบียนชมรมผู้สูงอายุกับสภาผู้สูงอายุไทยไม่ต่ำกว่า 5 ปี และมีสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุไม่น้อยกว่า 50 คน รายละเอียดการคัดเลือกโดยการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจงแต่ละจังหวัด จังหวัดละ 1 ชมรม ดังต่อไปนี้

1. ภาคกลาง ได้แก่ กรุงเทพมหานคร (ชมรมผู้สูงอายุนนทบุรี) นครปฐม (ชมรมผู้สูงอายุอำเภอสามพราน) ราชบุรี (ชมรมผู้สูงอายุบ้านโป่ง) ปทุมธานี (ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล

ปทุมธานี) สมุทรสาคร (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลสมุทรสาคร) กำแพงเพชร (ชมรมผู้สูงอายุข้าราชการ บำนาญ) และสระบุรี (ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสระบุรี) ภาคกลางกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดรวมจำนวนทั้งสิ้น 140 คน

2. ภาคเหนือ คือ เชียงราย (ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดเชียงราย) ลำปาง (ชมรมผู้สูงอายุอำเภอเกาะคา) และจังหวัดลำพูน (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลเมืองลำพูน) ภาคเหนือกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 60 คน

3. ภาคใต้ จังหวัด คือ ชุมพร (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลชุมพร) ภูเก็ต (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครภูเก็ต) สงขลา (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลสงขลา) และสุราษฎร์ธานี (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลเมืองสุราษฎร์ธานี) ภาคใต้อีกกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 90 คน

4. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คือขอนแก่น (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครขอนแก่น) มหาสารคาม (ชมรมผู้สูงอายุเมืองมหาสารคาม) อุบลราชธานี (ชมรมผู้สูงอายุวัดตอนกลาง) อุดรธานี (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครอุดรธานี) นครราชสีมา (ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครราชสีมา) และจังหวัดเลย (ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดเลย) ภาคตะวันออกเฉียงเหนือกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด จำนวน 120 คน

หน่วยการวิเคราะห์ ในงานวิจัยชิ้นนี้เป็นการวิจัยการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะ พหุพลังของผู้สูงอายุไทย ดังนั้นหน่วยการวิเคราะห์ (Unit of Analysis) ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ สภาวะระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน

1.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยเชิงปริมาณในครั้งนี้ ได้แก่ แบบสอบถามวัดระดับภาวะพหุพลัง

1. แบบสอบถามวัดระดับภาวะพหุพลัง

การสร้างเครื่องมือ สำหรับแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น และประยุกต์แบบสอบถามจากการพัฒนาตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลก โดยศึกษากรอบดัชนีวัดภาวะพหุพลังซึ่งพัฒนาโดยกุศล สุนทรธาดา และ กมลชนก ขำสุวรรณ (2553) ได้กำหนดเกณฑ์ตัวชี้วัดการสูงอายุที่มีภาวะพหุพลัง โดยใช้องค์ประกอบของการมีภาวะพหุพลัง 3 ด้าน 15 ตัวชี้วัด ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างพัฒนาแบบวัดระดับภาวะพหุพลังในสามด้านตามกรอบที่ องค์การอนามัยโลกกำหนด

โดยรายละเอียดกรอบดัชนีวัดภาวะพหุพลังตามแนวคิดองค์การอนามัยโลก องค์ประกอบของการมีภาวะพหุพลัง 3 ด้าน 15 ตัวชี้วัด ดังต่อไปนี้

1. ดัชนีสุขภาพ

1.1 กิจกรรมทางร่างกาย ประกอบด้วย การออกกำลังกายความสามารถ ทางด้านร่างกายและการทำกิจวัตรในชีวิตประจำวัน

1.2 สุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์ ประกอบด้วย ประเมินสุขภาพตนเองได้ มีสุขภาพจิตดี และรู้วิธีจัดการกับโรคเรื้อรังและความพิการได้

2. ดัชนีการมีส่วนร่วม

2.1 มีงานที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ

2.2 มีส่วนร่วมในสถาบันครอบครัว

2.3 กิจกรรมทางสังคม ได้แก่ อาสาสมัคร

3. ดัชนีหลักประกันและความมั่นคง

3.1 หลักประกันทางการเงิน ประกอบด้วย มีรายได้ใช้จ่ายให้พอเพียงกับรายได้ออมเงินและหลักประกันทางกายภาพ

3.2 ด้านผู้ดูแลและสิ่งอำนวยความสะดวกช่วยให้มีความปลอดภัยในชีวิตประจำวัน ได้แก่ การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อการติดต่อสื่อสารและเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นต้น

3.3 การจัดการชีวิตความเป็นอยู่ที่ปลอดภัยจากการถูกทอดทิ้ง ทารุณเอาเปรียบ

3.4 มีบ้านและที่อยู่อาศัย

โดยแบบสอบถาม ประกอบด้วยคำถามปลายเปิด และคำถามปลายปิด ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการสมรส การศึกษา อาชีพ และรายได้ เป็นต้น โดยเป็นลักษณะคำถามแบบสำรวจรายการ

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อภาวะพหุพิปลังตามแนวคิดองค์การอนามัยโลกที่มุ่งการมีสุขภาพที่ดี การมีส่วนร่วม และด้านหลักประกันและความมั่นคง จำนวน 15 ข้อ โดยเป็นลักษณะคำถามแบบมาตราประเมินค่า (Rating Scale)

ตอนที่ 3 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะทั่วไป ซึ่งเป็นลักษณะของคำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุได้แสดงความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมภาวะพหุพิปลังในทุกมิติ

สำหรับแบบสอบถามตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อภาวะพหุพิปลัง ซึ่งเป็นลักษณะคำถามแบบมาตราประเมินค่า (Rating Scale) จะใช้มาตราประเมินค่าตามแบบของลิเคิร์ต (Likert's Rating Scale) ที่มีระดับของการประเมิน 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังต่อไปนี้

มากที่สุด	คิดเป็นคะแนน	5	คะแนน
มาก	คิดเป็นคะแนน	4	คะแนน

ปานกลาง	คิดเป็นคะแนน	3	คะแนน
น้อย	คิดเป็นคะแนน	2	คะแนน
น้อยที่สุด	คิดเป็นคะแนน	1	คะแนน

การตรวจสอบเครื่องมือ สำหรับวิธีการหาคุณภาพของแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ให้ผู้เชี่ยวชาญในด้านการพัฒนาได้พิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงด้านเนื้อหา (Content Validity) ซึ่งในการตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) มีเกณฑ์ในการให้คะแนนดังต่อไปนี้

- +1 รู้สึกแน่ใจว่าข้อคำถามมีความสอดคล้องกับเนื้อหาในประเด็นที่ต้องการวิจัย
- 0 รู้สึกไม่แน่ใจว่าข้อคำถามมีความสอดคล้องกับเนื้อหาในประเด็นที่ต้องการวิจัย
- 1 รู้สึกแน่ใจว่าข้อคำถามไม่มีความสอดคล้องกับเนื้อหาในประเด็นที่ต้องการวิจัย

ซึ่งในการตรวจสอบเครื่องมือมีผลการตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้องด้านความถูกต้องและเหมาะสมของค่าคำถามโดยผู้เชี่ยวชาญมีค่า IOC เท่ากับหรือมากกว่า 0.5 ขึ้นไปสามารถนำไปใช้ได้ค่าเหมาะสมอยู่ระหว่าง 0.5-1.00 (สุวิมล ติรกานันท์, 2553)

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามดังกล่าวไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้สูงอายุทั่วไปจำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) หรือความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) ของแบบสอบถามโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha-coefficient) ด้วยวิธีการของครอนบาค (Cronbach, 1974: 161, อ้างถึงใน นันทนา วุ่นหนู, 2551:48) พบว่า แบบสอบถามมีความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.85 ซึ่งสามารถนำแบบสอบถามไปใช้ได้

1.3 การรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนที่ 1 ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล เพื่อนำไปมอบให้กับบุคคลและหน่วยงานชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศที่ได้รับการรับรองจากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์โดยใช้สูตรการคำนวณของ W.G.Cochran จากกรณีไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน และเลือกใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้น (Multi-stage Sampling) กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ ที่ระดับความเชื่อมั่น ร้อยละ 95 ยอมให้มีความคลาดเคลื่อนร้อยละ 5 จำนวนทั้งสิ้น 410 คน โดยการใช้แบบสอบถามในการศึกษาระดับพฤติกรรมของผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในประเทศไทย

ขั้นตอนที่ 2 ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการส่งแบบสอบถามทางไปรษณีย์ และการแจกแบบสอบถามกับชมรมที่ติดต่อด้วยตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 ทำการรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการใช้เครื่องมือจากแบบสอบถาม โดยพิจารณาคัดแบบสอบถามที่ตอบกลับมาที่มีข้อมูลสมบูรณ์เท่านั้น

ขั้นตอนที่ 4 นำแบบสอบถามทั้งหมดที่ผ่านการพิจารณาความครบถ้วนของข้อมูลมาจัดระเบียบข้อมูล และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอนต่อไป

1.4 การวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูล

ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลทั้งเชิงปริมาณ (Quantitative Data) และเชิงคุณภาพ (Qualitative Data) ที่ผ่านการตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามแล้ว โดยข้อมูลเชิงปริมาณจะใช้เทคนิคทางสถิติในการวิเคราะห์ข้อมูล ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพจะใช้วิธีวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล สำหรับการวิจัยครั้งนี้ในส่วนของกรวิจัยเชิงปริมาณใช้วิธีการนำเสนอข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงบรรยาย (Descriptive Statistics) ในการวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ ที่ใช้ในการวิจัย ซึ่งวิธีการทางสถิติที่นำมาใช้ได้แก่ การแจกแจงความถี่ (Frequency Distribution) โดยนำเสนอข้อมูลทั้งในแบบคำบรรยาย (Text Presentation) และแบบตารางแจกแจงความถี่ (Tabular Presentation) และการจัดตำแหน่งเปรียบเทียบ ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) การวัดแนวโน้มเข้าสู่ส่วนกลาง (Central Tendency) ได้แก่ ค่ามัชฌิมเลขคณิตหรือค่าเฉลี่ย (Arithmetic Mean) รวมทั้งการวัดการกระจาย (Measure of Variation) ได้แก่ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นต้นและท้ายสุดสรุปผลที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดและอภิปรายผลเพื่อนำเสนอแนวทางในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤฒพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพฤฒพลังของผู้สูงอายุไทย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการพหุเทศกรณีศึกษา (Multisite Multi-case) ดังนั้นในการวิจัยผู้วิจัยจึงต้องทำการคัดเลือกพื้นที่เพื่อเป็นสนามในการวิจัยจากการสุ่มเฉพาะเจาะจง โดยผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่วิจัย ดังต่อไปนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี
2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย
3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช
4. ชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาข้อมูลเบื้องต้น เกี่ยวกับองค์กรชมรมสูงอายุซึ่งเป็นการรวมตัวของผู้สูงอายุด้วยความสมัครใจของผู้สูงอายุเอง เพื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามความสนใจ ความสามารถและตามบริบทพื้นที่ที่แตกต่างของกลุ่ม เพื่อเป็นประโยชน์กับทั้งตนเองและสังคมส่วนรวม รูปแบบของชมรมผู้สูงอายุจะมีทั้งที่เป็นเอกเทศ เป็นเครือข่ายสมาคม หรือจัดตั้งภายใต้การดูแลจากองค์กรต่าง ๆ

โดยชมรมผู้สูงอายุในประเทศเป็นองค์กรที่มีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนงานที่สำคัญที่มีผลต่อการพัฒนาภาวะพลุฒิปลังของผู้สูงอายุไทยเป็นอย่างยิ่ง โดยชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศเป็นองค์กรภาคีเครือข่ายที่มีความใกล้ชิดกับกลุ่มผู้สูงอายุในระดับต่าง ๆ และถือเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่มีพลังและมีศักยภาพอย่างมาก โดยมาจากการรวมตัวจัดตั้งกลุ่มผู้สูงอายุ การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยพื้นฐานมาจากความสนใจและมีมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุอย่างแท้จริงอีกด้วย

สำหรับเกณฑ์การคัดเลือกกรณีศึกษาชมรมผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ หรือ แนววิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) จำนวน 3 ชมรม ใช้เกณฑ์การคัดเลือกกรณีศึกษาดังนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จด้านการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงวัยในมิติต่าง ๆ อย่างชัดเจนเป็นรูปธรรม หรือ การได้รับการรับรองจากผู้ทรงคุณวุฒิหรือผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาผู้สูงอายุ รวมทั้งรางวัลรับรองทั้งจากภาครัฐและเอกชน

2. ชมรมผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดเลือกกรณีศึกษาที่ประสบความสำเร็จ จากการคัดเลือกจากทั่วประเทศโดยองค์กรด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ และการได้รับการยอมรับให้เป็นชมรมต้นแบบการศึกษาดูงานเป็นที่ประจักษ์ของสังคม

3. ผลการคัดเลือกกรณีศึกษาที่ดี จำนวน 3 ชมรม ได้แก่

3.1 ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี (ได้รับการดูแลภายใต้การกำกับของกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์)

3.1 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย (ได้รับการดูแลกำกับจากภาคเอกชน)

3.3 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช (ได้รับการดูแลกำกับภายใต้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สังกัดกระทรวงมหาดไทย)

โดยทั้งสามพื้นที่ดังกล่าว กรณีศึกษาชมรมผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จนั้นมีความแตกต่างทั้งในขนาดของสมาชิก ทั้งในเชิงการบริหารจัดการของผู้นำ การมีส่วนร่วมของสมาชิก และการได้รับการยอมรับจากทั้งระดับสังคมโดยรวม หรือส่วนท้องถิ่น โดยศูนย์จัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงวัย หรือชมรมผู้สูงอายุ สามารถจัดประเภทการดูแลกำกับออกเป็น 2 องค์กรหลัก คือ หน่วยงานภาครัฐกับภาคเอกชน ซึ่งการจัดการดูแลนั้นมีความแตกต่างกัน จึงมีความน่าสนใจในบริบทการกำกับดูแลของทั้ง 2 องค์กรหลักที่กำกับดูแลศูนย์จัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงวัย หรือชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งความแตกต่างทั้งหลายนั้นที่ได้กล่าวมา รวมทั้งชมรมแห่งที่ 4 คือชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา จึงเป็นสิ่งที่น่าสนใจในการศึกษาแบบพหุเทศกรณีศึกษา (Multisite Multi-case) โดยมีรายละเอียดและเหตุผล ในการเลือกพื้นที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

เป็นชมรมที่ได้รับการยอมรับเป็นต้นแบบการศึกษาที่ดี จากทั้งภาครัฐและท้องถิ่น โดยจากข้อมูลของคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ พ.ศ.2555 ได้กล่าวถึง การเป็น

ต้นแบบชมรมที่มีการพัฒนาเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุในทุกด้าน ทั้งการส่งเสริมทางสุขภาพกาย จิตใจและการส่งเสริมผ่านโครงการและกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในหลากหลาย รูปแบบที่มีความน่าสนใจ ตามความต้องการและสร้างความสุข โดยชมรมดังกล่าวถือเป็นการสะท้อน การจัดการและดูแลของภาคส่วนภาคีขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีความเข้มแข็งหรือเป็นองค์กร ที่มีศักยภาพสูง สามารถขับเคลื่อนงานผู้สูงอายุได้โดดเด่น จนปัจจุบันได้รับการยอมรับเป็นต้นแบบใน การเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาภาวะพลัดพลังได้เป็นอย่างดี โดยได้ให้ความสำคัญ การพัฒนาระบบดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในท้องถิ่น โดยร่วมกับโรงพยาบาลเทศบาลนครศรีธรรมราช ได้ริเริ่มการนำแนวคิด Home health care มาใช้ซึ่งเป็นลักษณะของการให้บริการดูแลเชิงรุก ในการ ดูแลตามบ้านทำให้สามารถเพิ่มจำนวนเตียงในการรักษาผู้ป่วยกระจายไปตามบ้านผู้คนกว่า สองหมื่น เตียง ควบคู่ไปกับการจัดการส่งเสริมสุขภาพและการมีส่วนร่วมแก่ผู้สูงอายุที่เรียกว่า สอนศรีธรรมมา โศกราช เพื่อให้บริการด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิต แพทย์แผนไทย ตรวจสุขภาพและเยี่ยมบ้าน ผู้สูงอายุ รวมทั้งการริเริ่มการจัดตั้งโรงเรียนเพื่อผู้สูงอายุ โดยการเป็นต้นแบบที่ดีเช่นเดียวกับการ ยอมรับจากภาครัฐและเอกชนต่อ

2. ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี

ถือเป็นองค์กรภาคีที่เป็นศูนย์การเรียนรู้และส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุที่มีความ พร้อมหลายด้าน และได้รับรางวัลชมรมผู้สูงอายุดีเด่นระดับชาติจากองค์กรการพัฒนาผู้สูงอายุ และ จัดเป็นศูนย์ที่ได้รับการยอมรับเป็นต้นแบบการศึกษาดูงาน มีความเข้มแข็งในการบริหารจัดการงาน อย่างดีเด่น มีการดำเนินงานที่ส่งเสริมกิจกรรมที่หลากหลายตามความสนใจและถนัดของผู้สูงอายุ การส่งเสริมด้านสุขภาพกายใจ การเปิดพื้นที่ในการให้เยี่ยมชม การศึกษาดูงาน และมุ่งส่งเสริมด้าน ทักษะอาชีพให้ผู้สูงอายุแลกเปลี่ยนกันเรียนรู้และสามารถพัฒนาสู่การสร้างรายได้แก่ ผู้สูงอายุอีกด้วย รวมทั้งมุ่งเน้นการเสริมสร้างพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุอย่างเต็มที่ ผ่านโครงการจัด สวัสดิการด้านต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุ กิจกรรมเครือข่ายพี่เยี่ยมน้องของภาคีเครือข่ายผู้สูงอายุ เป็นต้น

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย

จัดเป็นชมรมต้นแบบการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อย่าง เป็นรูปธรรมจากการได้รับรางวัลองค์กรที่มีการจัดการพึ่งพาตนเองด้านการมีส่วนร่วมของสมาชิก ดีเด่น และผู้นำชมรมมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาชมรมต้นแบบอย่างดียิ่งอีกด้วย และได้รับการ ยอมรับเป็นต้นแบบการศึกษาดูงานในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยหลักสำคัญได้แก่ เป็นศูนย์ส่งเสริม การถ่ายทอดภูมิปัญญาของผู้สูงอายุ การเป็นศูนย์จัดอบรมการถ่ายทอดด้านอาชีพและประสบการณ์ มีรูปแบบมาตรฐานอย่างดี นอกจากนี้ยังมีโครงการพัฒนาผู้สูงอายุมากมายทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ สันทนาการ และท้ายสุดเป็นองค์กรภาคีในการสร้างเครือข่ายการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนข้อมูลในการ พัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุอีกด้วย

4. ชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช

สำหรับชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช ถือเป็นชมรมที่มีการจัดตั้งตามกรอบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของภาครัฐ ดำเนินการจัดการมาเป็นเวลา 3 ปี โดยการดำเนินงานอยู่ภายใต้การกำกับดูแลขององค์การปกครองอำเภอท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช ปัจจุบันมีจำนวนสมาชิกตามทะเบียนจำนวน 200 คน มีแผนงานการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุเพื่อตระหนักถึงการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุในอนาคต รวมทั้งการส่งเสริมการศึกษาดูงานชมรมผู้สูงอายุต้นแบบดีเลิศในภาคต่าง ๆ ของไทยบ่อยครั้ง

การพิจารณาคัดเลือกชมรมผู้สูงอายุตามเกณฑ์ดังกล่าวข้างต้นนั้น พร้อมกับทำการศึกษานำร่อง (Pilot Study) การรวมกลุ่มผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในเบื้องต้น เพื่อศึกษาความเป็นไปได้ของการวิจัยครั้งนี้และช่วยให้ผู้วิจัยสามารถเขียนแผนการดำเนินการวิจัยประเด็นสำคัญตามที่ต้องการในการวิจัย รวมทั้งการสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการกับผู้ที่มีความเชี่ยวชาญด้านการพัฒนาผู้สูงอายุไทย มีประสบการณ์ในการทำงานที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุทั้งระดับการวางแผนนโยบายและการกำกับดูแลองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้สูงอายุไทย และปัจจุบันได้มีบทบาทในการเป็นที่ปรึกษาองค์กรการพัฒนาผู้สูงอายุ รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในการศึกษานำร่องก่อนลงพื้นที่วิจัยในครั้งนี้ คือ คุณสุวิทย์ยะ พิศสุวรรณ อู๋ซึ้ง (อดีตเลขาธิการมต.กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์) ปัจจุบันดำรงตำแหน่งรองนายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดนครศรีธรรมราช และที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุจังหวัดนครศรีธรรมราช โดยได้รับการอนุเคราะห์การสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการในประเด็นการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ เพื่อนำมาเป็นแนวทางการกำหนดกรอบการวิจัยและแนวทางการศึกษาวิจัยในประเด็นต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการพัฒนาผู้สูงอายุในเบื้องต้น

โดยสรุปสำหรับองค์กรที่ผู้วิจัยใช้เป็นพื้นที่วิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย และชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราชเป็นการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบกรณีศึกษาที่มีลักษณะที่แตกต่างกันเพื่อให้ได้ข้อสรุปที่ชัดเจนยิ่งขึ้น รวมทั้งการนำผลการวิเคราะห์ไปสู่การพัฒนาในรูปแบบในขั้นตอนต่อไป

1. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants)

สำหรับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย ผู้นำองค์กร เจ้าที่ปฏิบัติการ ผู้สูงอายุ และตัวแทนหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้สูงอายุ ด้วยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) ซึ่งมีรายละเอียดของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ดังต่อไปนี้

ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี ได้แก่ ประธานชมรมคณะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานของชมรมสมาชิกผู้สูงอายุชมรม และอสม.ชุมชน

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ได้แก่ ประธานชมรมคณะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานของชมรม และสมาชิกผู้สูงอายุชมรม

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย ได้แก่ ประธานชมรมคณะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานของชมรม และสมาชิกผู้สูงอายุชมรม อสม. ชุมชนและผู้นำชุมชน

ชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าศาลา ได้แก่ ประธานชมรมคณะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานของชมรม และสมาชิกผู้สูงอายุชมรม

จากการศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศเชิงลึกใน 3 พื้นที่สำคัญ ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช และชมรมผู้สูงอายุพิมายรวมทั้งชมรมทั่วไปคือชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา โดยงานวิจัยชิ้นนี้เป็นการวิจัยการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทย ดังนั้นหน่วยการวิเคราะห์ (Unit of Analysis) ในขั้นตอนนี้ได้แก่ วิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุที่เป็นองค์กรภาคีในการส่งเสริมภาวะพลัดพลัง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. แบบสัมภาษณ์

การสร้างเครื่องมือ การวิจัยครั้งนี้จะเน้นการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นหลัก (In-depth Interview) โดยศึกษาพหุเทศกรณี ใน 3 พื้นที่สำคัญ ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี และชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย ซึ่งจะใช้ในทุกประเด็นที่เกี่ยวข้องเพื่อตอบคำถามการวิจัย โดยเลือกสัมภาษณ์จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ได้แก่ ผู้นำองค์กร เจ้าหน้าที่ปฏิบัติการ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้สูงอายุ โดยจะใช้ทั้งการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Non Structured Interview) และแบบไม่มีโครงสร้างเพื่อให้ได้ข้อมูลถูกต้องและครอบคลุมประเด็นที่ทำการวิจัยมากที่สุด สำหรับการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างผู้วิจัยจะกำหนดแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์ไว้ก่อนล่วงหน้า และการสร้างแนวคำถามจากการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นแนวคำถามชัดเจนที่ผ่านการตรวจสอบและพิจารณาแล้วว่าจะสามารถตอบโจทย์การวิจัยได้อย่างละเอียดถูกต้อง

โดยแบบสัมภาษณ์มีโครงสร้าง ซึ่งผู้วิจัยกำหนดประเด็นแนวคำถามจากการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งได้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นหลัก (In-depth Interview) โดยร่างประเด็นการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างเกี่ยวข้องกับ ข้อมูลชมรมผู้สูงอายุทั่วไป นโยบายเป้าหมายวิถีชุมชนแวดล้อม สภาพปัญหาและการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ รูปแบบการจัดการทั่วไปของชมรม เป็นต้น โดยมีรายละเอียดสำคัญดังต่อไปนี้

1. บริบททั่วไป ได้แก่ ข้อมูลประชากร การศึกษา ศาสนา ประเพณีและวัฒนธรรม ด้านสังคม
2. ข้อมูลงานนโยบาย เป้าหมาย กรอบการส่งเสริมภาวะพลัดพลัง

3. ปัจจัยและองค์ประกอบของการส่งเสริมภาวะพฤฒิพลังของชมรมผู้สูงอายุ
4. กลไกการจัดการ ดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ
5. รูปแบบกิจกรรมในด้านต่าง ๆ ที่ส่งเสริมภาวะพฤฒิพลัง
6. กระบวนการการดำเนินกิจกรรมในด้านต่าง ๆ
7. ปัจจัยแห่งการประสบความสำเร็จ
8. ปัญหาและอุปสรรค
9. แนวโน้มทิศทางการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพฤฒิพลังในอนาคตเพื่อการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง
10. ประเด็นการพัฒนาในด้านอื่น ๆ ที่จะส่งเสริมภาวะพฤฒิพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

การตรวจสอบเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ออกแบบประเด็นคำถาม โดยเน้นแนวทางการสอบถามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญในด้านการศึกษาวิจัยทางสังคม และการพัฒนาที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุในการตรวจสอบให้คำแนะนำ ความเหมาะสมในประเด็นการสัมภาษณ์เชิงลึก รวมทั้งความถูกต้องของคำถามที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ ด้วยกับอาจารย์ที่ปรึกษา ก่อนจะลงไปเก็บข้อมูลในพื้นที่ชมรมต้นแบบต่อไป (รายชื่อผู้เชี่ยวชาญในภาคผนวก)

3. การรวบรวมข้อมูล

สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลการลงพื้นที่วิจัยการศึกษาวิถีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพฤฒิพลัง ไว้ดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ทำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล เพื่อนำไปมอบให้กับบุคคลและหน่วยงานที่จะเก็บข้อมูลการศึกษาพุทธศาสนศึกษา โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกเกี่ยวกับองค์กรผู้สูงอายุทั้ง 4 พื้นที่ คือ ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย และชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา มีรายละเอียด ดังนี้

ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี ได้แก่ ประธานชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี คณะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงาน สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และอสม.ชุมชน

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ได้แก่ ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช คณะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงาน และสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย ได้แก่ ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย คณะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงาน สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ อสม.ชุมชน และผู้นำชุมชน

ชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา ได้แก่ ประธานชมรมผู้สูงอายุท่าศาลา คณะเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงาน และสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

ขั้นตอนที่ 2 ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลักษณะของเครื่องมือแต่ละประเภทในเชิงคุณภาพ

ขั้นตอนที่ 3 ทำการรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการใช้เครื่องมือวิจัยและการรวบรวมจากการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม การสนทนาพูดคุยและการวิเคราะห์สภาพแวดล้อม

ขั้นตอนที่ 4 นำข้อมูลที่รวบรวมได้มาทำการวิเคราะห์ สรุป อภิปรายผล และให้ข้อเสนอแนะ

4. การวิเคราะห์และการนำเสนอข้อมูล

การนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารและแนวคิดต่าง ๆ การสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม การสนทนา การวิเคราะห์สภาพแวดล้อมซึ่งเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ มาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) และวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบ (Pattern Matching) กับแนวความคิดการส่งเสริมภาวะพลดีพลังของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งใช้วิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation)

โดยการตรวจสอบข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้วิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) ในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความถูกต้องและเชื่อถือได้ (Valid and Reliable) วิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) ผู้วิจัยนำมาใช้ในการตรวจสอบข้อมูล ได้แก่ 1) การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) 2) การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย (Investigator Triangulation) และ 3) การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) (ประไพ ศิวะสิริวิลาศ, 1978: 86-87) โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) เป็นการตรวจสอบข้อมูลนั้นว่าได้มาถูกต้องหรือไม่ โดยแหล่งที่พิจารณา ได้แก่ เวลา แหล่งบุคคล

2. การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย (Investigator Triangulation) เป็นการตรวจสอบข้อมูลจากการเก็บเกี่ยวข้อมูลภาคสนามที่ผู้วิจัยและผู้วิจัยร่วม โดยพิจารณาการได้ข้อมูลต่างกันอย่างไร เพราะเหตุใด

3. การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) เป็นการรวบรวมข้อมูลที่หลากหลายวิธี คือเก็บข้อมูลในประเด็นเดียวกันแต่ใช้หลายวิธี เช่น วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม

ผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดที่ได้จากการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยสรุปได้จากการศึกษาเอกสารและแนวคิดต่าง ๆ การสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกต การสนทนา การวิเคราะห์สภาพแวดล้อมซึ่งเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพมาวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) และวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบ (Pattern Matching) พร้อมทั้งใช้วิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) มาสรุปและอภิปรายผล เพื่อได้องค์ความรู้การศึกษาวิถีปฏิบัติที่เป็นเลิศ(Best Practice)ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริม

ภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยในด้านต่าง ๆ และสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนา รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทยในขั้นต่อไป

ขั้นตอนที่ 3 การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย

ผู้วิจัยพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทยจากการวิเคราะห์ และสังเคราะห์องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยในขั้นตอนที่ 1 และในขั้นตอนที่ 2 ตลอดจนจากการ สัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิทางการพัฒนาผู้สูงอายุไทยในการศึกษานำร่องเพื่อจะสร้าง รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย โดยในขั้นตอนที่ 3 การพัฒนารูปแบบการ ส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทยประกอบด้วย 2 ขั้นตอนหลักสำคัญ คือ ขั้นตอนการ สร้างรูปแบบ และ ขั้นตอนการทดลองใช้และปรับปรุงรูปแบบ

โดยมีรายละเอียดในแต่ละขั้นตอน ดังนี้

3.1 ขั้นตอนการสร้างรูปแบบ

ผู้วิจัยพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย ในการสร้าง รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทยโดยศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมการ พัฒนาภาวะพฤติกรรมทั้งแนวคิด งานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ เพื่อรวบรวมเป็นประเด็นที่เกี่ยวกับการ ส่งเสริมภาวะพฤติกรรมในองค์ประกอบด้านต่าง ๆ และนำข้อมูลการวิเคราะห์และสังเคราะห์องค์ ความรู้ที่ได้จากการวิจัยในระยะที่ 1 และในระยะที่ 2 มาเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบขึ้น

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง สำหรับการตรวจสอบค่าสอดคล้องความเหมาะสม รูปแบบ ประชากร ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญ และกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ จากการสุ่มตัวอย่างเฉพาะเจาะจง ผู้เชี่ยวชาญตามเกณฑ์จำนวน 3 ท่าน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ความเหมาะสมของรูปแบบ การสร้างเครื่องมือ ผู้วิจัยได้สร้างแบบสัมภาษณ์ความเหมาะสมของรูปแบบ เพื่อ สอบถามความเห็นเกี่ยวกับรูปแบบที่ได้พัฒนาขึ้น องค์ประกอบและประเด็นต่าง ๆ ที่ได้สร้างขึ้น

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ สำหรับวิธีการหาคุณภาพของแบบสัมภาษณ์ โดยให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ 3 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมของรูปแบบและให้ คำแนะนำความเหมาะสมในประเด็นเนื้อหาของรูปแบบที่สร้างขึ้น

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ซึ่งได้จากการ สังเคราะห์องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยในขั้นตอนที่ 1 และในขั้นตอนที่ 2 มาเป็นแนวทางในการพัฒนา รูปแบบขึ้น และทำหนังสือขอความร่วมมือไปยังผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบแบบสัมภาษณ์

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

สำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพ ในส่วนการวิเคราะห์การสัมพัทธ์ความเหมาะสมของรูปแบบซึ่งจากแบบสัมพัทธ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบที่สร้างขึ้นนั้น โดยการดำเนินการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และนำข้อเสนอแนะมาพัฒนาในขั้นต่อไป

3.2 ขั้นตอนการทดลองใช้และปรับปรุงรูปแบบ

ผู้วิจัยได้สร้างรูปแบบที่ได้พัฒนาและผ่านการรับรองจากผู้เชี่ยวชาญจากขั้นตอนแรกไปทดลองใช้รูปแบบการส่งเสริมภาวะพลัดหลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS Model) กับผู้สูงอายุจำนวน 30 คน โดยผู้สูงอายุกลุ่มทดลองที่สมัครใจเข้าร่วมอบรมของชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าช้าง นครศรีธรรมราช ในการทดลองรูปแบบที่พัฒนาขึ้นนั้นผู้วิจัยได้ร่วมมือกับภาคีเครือข่ายชุมชน ได้แก่ เจ้าหน้าที่ชุมชน อสม.ชุมชน คุณครูและอาจารย์วิทยาลัยชุมชนได้ร่วมเป็นวิทยากรหลัก และร่วมกันจัดกิจกรรมอบรมดังกล่าว โดยตั้งแสดงแผนภาพดังนี้

การทดสอบก่อนและหลังการอบรมกับกลุ่มทดลอง ซึ่งเป็นการวิจัยทดลองแบบ (One Group Pretest Posttest Design) ซึ่งมีกลุ่มทดลองกลุ่มเดียวกัน (ล้วน สายยศ และคณะ, 2543: 216)

ดังตารางแสดงการทดลองแบบ One Group Pretest Posttest Design

Group	Pretest	Treatment	Posttest
R	O ₁	T	O ₂

โดย R หมายถึง กลุ่มทดลอง

O₁ หมายถึง การทดสอบก่อนทดลอง

T หมายถึง วิธีการทดลอง

O₂ หมายถึง การทดสอบหลังทดลอง

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มทดลองในครั้งนี้ ประกอบด้วย ประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าช้าง และกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้วิจัยเลือกตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุท่าช้าง จำนวน 30 คน

2. เครื่องมือการวิจัย

ในการทดลองใช้รูปแบบ เครื่องมือการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามพลัดหลัง ทดสอบก่อน-หลังและแบบสัมพัทธ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ

การสร้างเครื่องมือ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามพหุผลิพลังที่สร้างขึ้นจากการประยุกต์แบบสอบถามจากการพัฒนาตามแนวคิดขององค์กรอนามัยโลกที่ได้พัฒนาแบบสอบถามเพื่อศึกษาระดับพหุผลิพลังในขั้นตอนที่ 1 นำมาใช้เป็นเครื่องมือการวิจัยการทดลองใช้ในขั้นตอนนี้ด้วย โดยในการพัฒนาเครื่องมือการวิจัยนั้น (ดังรายละเอียดการสร้างแบบสอบถามพหุผลิพลังในขั้นตอนที่ 1 ที่ได้กล่าวแสดงไว้ข้างต้น) และนำแบบสอบถามดังกล่าวทำการทดสอบก่อนและหลังการทดลองใช้รูปแบบที่ได้กำหนดขึ้นต่อไป

การตรวจสอบเครื่องมือ โดยแบบสอบถามที่สร้างขึ้นนั้นได้ทำการตรวจสอบคุณภาพด้วยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องและความเหมาะสมของเครื่องมือกับผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน ซึ่งในการตรวจสอบเครื่องมือมีผลการตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้องด้านความถูกต้องและเหมาะสมของค่าคำถามโดยผู้เชี่ยวชาญมีค่า IOC เท่ากับหรือมากกว่า 0.5 ขึ้นไปสามารถนำไปใช้ได้ค่าเหมาะสมอยู่ระหว่าง 0.5-1.00 (สุวิมล ติรกาพันธ์, 2553) หลังจากนั้นนำแบบสอบถามไปศึกษาระดับพหุผลิพลังกับผู้สูงอายุกลุ่มทดลอง จำนวน 30 คน โดยทำการทดสอบก่อน-หลังการอบรม

การสร้างเครื่องมือ แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ ผู้วิจัยได้สร้างแบบสัมภาษณ์ขึ้นเพื่อสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ จากผู้สูงอายุกลุ่มทดลองหลังจากได้ร่วมอบรมตามแผนการเรียนรู้ของรูปแบบที่ได้พัฒนาขึ้น โดยแบบสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้กำหนดประเด็นเกี่ยวกับความคิดเห็นในรูปแบบ (PLS Model) ที่พัฒนาขึ้นเป็นคำถามปลายเปิด รวมทั้งให้กลุ่มทดลองได้เสนอแนะประเด็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับรูปแบบที่พัฒนาขึ้น

การตรวจสอบเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้องจำนวน 3 ท่าน ซึ่งในการตรวจสอบเครื่องมือมีผลการตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้องด้านความถูกต้องและเหมาะสมของค่าคำถามโดยผู้เชี่ยวชาญมีค่า IOC เท่ากับหรือมากกว่า 0.5 สามารถนำไปใช้ได้ค่าเหมาะสมอยู่ระหว่าง 0.5-1.00 (รายชื่อผู้เชี่ยวชาญภาคผนวก)

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการทดลองใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้น ประกอบด้วยขั้นตอนดังนี้

ขั้นเตรียมการ การเตรียมความพร้อมต่าง ๆ ในการทดลองนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ การทำหนังสือขออนุญาตการเก็บข้อมูลกับชมรมผู้สูงอายุที่จะนำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ดังกล่าว และทำการศึกษานำร่องก่อนการคัดเลือกชมรมผู้สูงอายุให้ได้ตามเกณฑ์ที่กำหนดในการนำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้

ขั้นตอนต่อมา การนำรูปแบบที่พัฒนาขึ้น (PLS Model) มาทดลองใช้กับผู้สูงอายุ กลุ่มทดลองจำนวน 30 คน โดยก่อนและหลังทดลองผู้วิจัยได้ประเมินวัดระดับพฤติพลังผู้สูงอายุ เพื่อเปรียบเทียบผลการทดสอบก่อน-หลังการอบรมรูปแบบดังกล่าว

เมื่อดำเนินการตามขั้นตอนการส่งเสริมตามแผนการจัดการเรียนรู้ของรูปแบบที่พัฒนาขึ้นแล้ว ในการอบรมกลุ่มทดลองระยะเวลาการทดลอง 128 ชั่วโมง เป็นเวลาทั้งสิ้น 8 สัปดาห์ ประกอบด้วยแผนการเรียนรู้ในการส่งเสริมพฤติพลัง มีองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ หลักการและเหตุผล วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการส่งเสริมและกิจกรรมสำคัญ เนื้อหากิจกรรมและเงื่อนไขรูปแบบ

หลังการทดลองรูปแบบที่พัฒนาขึ้น ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ถามความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบกับผู้สูงอายุกลุ่มทดลองด้วยแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นและได้ตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยผู้เชี่ยวชาญ และทำการรวบรวมข้อมูลจากเครื่องมือวิจัยเพื่อหาแนวทางในการพัฒนาปรับปรุงรูปแบบประเด็นต่าง ๆ ในขั้นต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูล

สำหรับข้อมูลเชิงปริมาณ ในส่วนการวิเคราะห์การทดสอบก่อนและหลังการทดลอง โดยการวิจัยทดลองแบบ (One Group Pretest Posttest Design) ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เพื่อหาระดับคะแนนเฉลี่ยของผู้เข้าอบรม และค่าเฉลี่ยเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D) เพื่อหาค่าการกระจายของคะแนน

และข้อมูลเชิงคุณภาพ ในส่วนการวิเคราะห์การสัมภาษณ์หลังทดลองใช้รูปแบบ (PLS Model) ซึ่งจากแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบที่สร้างขึ้นนั้น โดยการดำเนินการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และสรุปความคิดเห็น รวมทั้งข้อเสนอแนะจากกลุ่มทดลองมาปรับปรุงรูปแบบในขั้นต่อไป

การปรับปรุงและนำเสนอรูปแบบ

หลังจากได้นำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นไปการทดลองใช้กับกลุ่มทดลองผู้สูงอายุและนำเสนอแนะมาแก้ไขรูปแบบแล้วในส่วนต่อมาผู้วิจัยได้ทำการปรับปรุงรูปแบบที่พัฒนาขึ้นเพื่อให้รูปแบบ (PLS Model) ในการส่งเสริมภาวะพฤติพลังของผู้สูงอายุไทยสมบูรณ์และชัดเจนมีความเหมาะสมกับการนำไปใช้จริง ผู้วิจัยได้ให้ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ จำนวน 3 ท่าน ประเมินรับรองรูปแบบ มีรายละเอียดดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง โดยประชากร ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญ และกลุ่มตัวอย่าง โดยการสุ่มเลือกแบบเฉพาะเจาะจง ผู้เชี่ยวชาญตามคุณสมบัติความเชี่ยวชาญด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ จำนวน 3 ท่าน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบประเมินรูปแบบ

การสร้างเครื่องมือ ในการสร้างแบบประเมินความเหมาะสมของรูปแบบผู้วิจัยได้แบ่งเป็นประเด็นคำถามของเนื้อหาองค์ประกอบต่าง ๆ ซึ่งแบบประเมินผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์การประเมินด้วยมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert's Rating Scale) ที่มีระดับของการประเมิน 5 ระดับ ได้แก่ ดีมาก ดี ปานกลาง น้อย และน้อยมาก

การตรวจสอบเครื่องมือ ผู้วิจัยได้นำแบบประเมินความสอดคล้องและเหมาะสมของรูปแบบการจัดกิจกรรมการส่งเสริมที่พัฒนาขึ้นไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและเสนอแนะเพิ่มเติมด้วย

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยการประสานงานกับผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้อง ในการประเมินรูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทย โดยการตรวจสอบความชัดเจนและความถูกต้องเพื่อเตรียมไปวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลการประเมินความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทย ได้แก่ การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และการแปลค่าของมาตราส่วนประมาณค่าจากข้อมูลที่ได้จากแบบประเมิน

มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

ค่าเฉลี่ย การแปลความหมาย

4.50 - 5.00 รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยมีความเหมาะสม ถูกต้องและครอบคลุมมากที่สุด

3.50 - 4.49 รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยมีความเหมาะสม ถูกต้องและครอบคลุมมาก

2.50 - 3.49 รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยมีความเหมาะสม ถูกต้องและครอบคลุมปานกลาง

1.50 - 2.49 รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยมีความเหมาะสม ถูกต้องและครอบคลุมน้อย

1.00 - 1.49 รูปแบบการส่งเสริมภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุไทยมีความเหมาะสม ถูกต้องและครอบคลุมน้อยที่สุด

และสำหรับข้อมูลที่เป็นข้อเสนอแนะจากแบบสอบถามปลายเปิด วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

การนำเสนอข้อมูล

การนำเสนอผลการวิจัยและรายละเอียดรูปแบบที่ได้ปรับปรุงตามความเหมาะสม ในรูปแบบความเรียง ตารางนำเสนอ และคำอธิบาย ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษานำไปสู่การประยุกต์ใช้ตาม บริบทของแต่ละชมรมในการพัฒนาภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย รวมทั้งการนำเสนอ ผลการวิจัยและรูปแบบ (PLS Model) ที่พัฒนาขึ้นต่อสาธารณชนต่อไป



บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย” ผู้วิจัยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 3 ขั้นตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์แนวทางวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพลัง

ตอนที่ 3 ผลการนำเสนอการพัฒนา รูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

โดยการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล มีประเด็นที่น่าสนใจดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน

1.1 การศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุไทยทั่วประเทศในช่วงปี พ.ศ.2558

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้เป็นเพศชาย ร้อยละ 34.6 และเพศหญิง ร้อยละ 65.4 อายุของกลุ่มตัวอย่างระหว่าง 60-65 ปี ร้อยละ 38.3 อายุระหว่าง 66-70 ปี ร้อยละ 25.6 อายุระหว่าง 71-75 ปี ร้อยละ 17.6 อายุระหว่าง 76-80 ปี ร้อยละ 9.8 และอายุระหว่าง 81 ปีขึ้นไป ร้อยละ 8.8 สถานภาพสมรสยังโสด ร้อยละ 4.1 สมรส (คู่) ร้อยละ 71.0 เป็นหม้าย (คู่สมรสเสียชีวิต) ร้อยละ 23.2 และหย่าร้าง ร้อยละ 1.7 ระดับการศึกษาจบระดับประถมศึกษา ร้อยละ 52.2 ระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 27.6 ระดับปริญญาตรี ร้อยละ 15.1 และระดับสูงกว่าปริญญาตรี ร้อยละ 5.1 และผู้สูงอายุยังมีการประกอบอาชีพ โดยประกอบอาชีพรับราชการ หรือรัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 7.1 ประกอบอาชีพค้าขายหรืออิสระ ร้อยละ 12.4 ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 24.4 และ(อื่น ๆ) ประกอบอาชีพเกษตรกรรมร้อยละ 55.9 ดังแสดงตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	142	34.60
หญิง	268	65.40
รวม	410	100.00
2. อายุ		
60-65 ปี	157	38.30
66-70 ปี	105	25.60
71-75 ปี	72	17.60
76-80 ปี	40	9.80
81 ปี ขึ้นไป	36	8.80
รวม	410	100.00
3. สถานภาพสมรส		
โสด	17	4.10
สมรส	291	71.00
หม้าย	95	23.20
อยู่ร้าง	7	1.70
รวม	410	100.00
4. ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	214	52.20
มัธยมศึกษา	113	27.60
ปริญญาตรี	62	15.10
สูงกว่าปริญญาตรี	21	5.10
รวม	410	100.00
5. อาชีพ		
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	29	7.10
ค้าขาย/อิสระ	51	12.40
รับจ้างทั่วไป	100	24.40
เกษตรกรกรรม (อื่น ๆ)	229	55.90
รวม	410	100.00

สำหรับผลการศึกษาดังกล่าว พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุไทยมีระดับภาวะพหุพลังอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.54 ในส่วนรายละเอียดแต่ละด้านของภาวะพหุพลัง พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาวะพหุพลังด้านสุขภาพในระดับสูงมากที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81) ในส่วนระดับภาวะพหุพลังด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงและการออม พบว่าไม่แตกต่างกัน โดยมีระดับค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.39 กับ 3.42 ตามลำดับ ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงผลค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะพหุพลังผู้สูงอายุไทย

(n=410)

รายการประเมิน	\bar{X}	S.D	ระดับภาวะพหุพลัง
1.ด้านสุขภาพที่ดี	3.81	0.56	สูง
2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	3.39	0.68	ปานกลาง
3.ด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม	3.42	0.58	ปานกลาง
รวมทั้งสามด้าน	3.54	0.52	ปานกลาง

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์แนวทางวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพลัง

ในส่วนของการศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ การคัดเลือกชมรมต้นแบบ จำนวน 3 ชมรมต้นแบบ กับ 1 ชมรมทั่วไป ผู้วิจัยใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพที่ได้จากการสังเคราะห์เอกสารด้านผู้สูงอายุ และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ชมรมต้นแบบ โดยคัดเลือกชมรมแบบเจาะจง จากชมรมที่ประสบความสำเร็จจากการคัดเลือกจากทั่วประเทศโดยองค์กรด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ และได้รับรางวัลรับรองทั้งจากภาครัฐและเอกชน รวมทั้งการได้รับการยอมรับให้เป็นชมรมต้นแบบการศึกษาดูงานเป็นที่ประจักษ์ของสังคม โดยพื้นที่กรณีศึกษาที่ดีเป็นชมรมผู้สูงอายุต้นแบบในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี และชมรมทั่วไปในการศึกษา ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุ ท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช

โดยแบ่งรายละเอียดการนำเสนอแต่ละพื้นที่กรณีศึกษาที่ดี ชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ ประกอบด้วยประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานและลักษณะสำคัญของชมรมผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 2 สภาพปัจจุบันของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

- ส่วนที่ 3 กระบวนการส่งเสริมภาวะพลัดหลังผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 4 ปัจจัยเงื่อนไขสำคัญของความสำเร็จและอุปสรรคของชมรมผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 5 วิเคราะห์และสรุปเชิงกระบวนการส่งเสริมภาวะพลัดหลังของชมรมผู้สูงอายุ

โดยการนำเสนอข้อมูลพื้นฐานจากประเด็นที่น่าสนใจดังรายละเอียดตามลำดับต่อไปนี้

ตอนที่ 1 พื้นที่กรณีศึกษาที่ 1 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย จ.นครราชสีมา

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานและลักษณะสำคัญของชมรมผู้สูงอายุ

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย อยู่ในจังหวัดนครราชสีมาถือเป็นจังหวัดขนาดใหญ่ มีประชากรประมาณ 2,531,279 คน และมีผู้สูงอายุประมาณ 295,706 คน คิดเป็นร้อยละ 10.5 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งถือว่าเป็นจังหวัดที่มีผู้สูงอายุมากที่สุดเป็นอันดับสองของประเทศไทย รองจากกรุงเทพมหานคร แสดงให้เห็นว่าจังหวัดนครราชสีมาได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ โดยบริบทพื้นที่ส่วนใหญ่ของจังหวัดก็เป็นพื้นที่ชนบท โดยชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย เป็นชมรมที่ตั้งขึ้นในเขตชุมชนเก่าแก่อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา เนื้อที่ตำบลมีพื้นที่ทั้งหมด 30,043.75 ไร่ คิดประมาณ (48.07 ตารางกิโลเมตร) โดยมีพื้นที่เทศบาลตำบลพิมายจำนวน 1.60 ตารางกิโลเมตร

ลักษณะภูมิประเทศ

เป็นที่ราบลาดเขาจากด้านทิศใต้ลงสู่ทิศเหนือ โดยด้านทิศใต้จะเป็นที่สูง สภาพดินส่วนใหญ่เป็นดินร่วนปนทราย เป็นพื้นที่เหมาะแก่การเพาะปลูกพืชไร่ ด้านทิศเหนือจะเป็นที่ลุ่มเหมาะแก่การทำนา มีแม่น้ำสำคัญไหลผ่านได้แก่ ลำน้ำมูล, ลำน้ำจักราช, ลำน้ำเค็ม และลำน้ำอ่าว

ลักษณะการปกครอง

ชุมชนพิมายมีผู้อยู่อาศัยค่อนข้างหนาแน่น โดยตำบลพิมายมีประชากรทั้งหมด 15,775 คนมีความหนาแน่นเฉลี่ย 328 คน/ตารางกิโลเมตร จากการสอบถามประวัติของชุมชนซึ่งปลัดเทศบาลตำบลพิมาย ได้เล่าถึงประวัติของชุมชน

“เมืองพิมายเป็นเมืองโบราณเก่าแก่มีประวัติการตั้งชุมชนสืบเนื่องกันมายาวนานนับพันปี ในเมืองนี้จึงมีสิ่งที่น่าสนใจและมีคุณค่าทางประวัติศาสตร์อย่างมาก ที่มีชื่อเสียงไปทั่วประเทศอย่างปราสาทหินพิมาย ถือเป็นมรดกบอกความยิ่งใหญ่ของพิมายเลย” (สุพจน์ ศรีบุญมาศ, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย, สัมภาษณ์, 11 สิงหาคม 2558)

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ตั้งอยู่ที่ตำบลในเมือง อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา ตั้งอยู่ห่างจากตัวจังหวัดนครราชสีมาไปทางทิศตะวันออกเฉียงเหนือระยะทางประมาณ 60 กิโลเมตร สภาพพื้นที่ตัวเมืองมีความอุดมสมบูรณ์เป็นที่ราบลุ่มมีแม่น้ำไหลผ่านหลายสาย ได้แก่ แม่น้ำมูล ลำน้ำจักราช และลำน้ำเค็ม เป็นที่ตั้งของสถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์คือ ปราสาทหินพิมาย

โดยประวัติเมืองพิมายเป็นเมืองโบราณที่เก่าแก่ และสร้างขึ้นตามแบบของอาณาจักรเขมรโบราณในช่วงพุทธศตวรรษที่ 16 – 18 โดยมีแผนผังเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า มีคูเมืองกำแพงเมืองล้อมรอบ ชุมประตูทางเข้า-ออกเมืองมีขนาดใหญ่ก่อด้วยศิลาแลงทั้ง 4 ด้าน ตรงกลางเมืองเป็นที่ตั้งปราสาทหินพิมายซึ่งเป็นพุทธสถานในศาสนาพุทธลัทธิมหายานที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในประเทศไทยสร้างด้วยหินทรายสีขาวตามแบบศิลปะเขมรราวพุทธศตวรรษที่ 16 – 17 นอกจากนี้แล้วบริเวณเมืองยังมีโบราณสถานน้อยใหญ่ที่สำคัญอีกหลายแห่งคือ กุฏิฤาษี อันเป็นโรงพยาบาลโบราณสร้างตามแบบศิลปะเขมรราวศตวรรษที่ 18 ท่านางสระผม ซึ่งเป็นท่อน้ำโบราณที่นางอรพิมเคยอาบน้ำ สระผม เมรุพรหมทัต เป็นเจดีย์ขนาดใหญ่ที่ประกอบพิธีถวายเพลิงท้าวพรหมทัต ตลอดจนท่อน้ำโบราณอีกหลายแห่ง และก่อนการตั้งเมืองพิมายยังพบว่าบริเวณเมืองแห่งนี้เคยเป็นที่ตั้งชุมชนโบราณสมัยก่อนประวัติศาสตร์ตอนปลายมีอายุราว 2,200 ปีมาแล้ว

เมืองพิมายเป็นเมืองท่องเที่ยวที่สำคัญในด้านประวัติศาสตร์และโบราณคดี กรมศิลปากรได้ยกฐานะเมืองโบราณแห่งนี้เป็น อุทยานประวัติศาสตร์พิมาย และในขณะนี้อยู่ระหว่างการดำเนินการให้อุทยานประวัติศาสตร์แห่งนี้ขึ้นเป็นมรดกโลกนอกจากนี้แล้วภายในเมืองพิมายยังมีพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ และไทรงาม เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญอีกด้วย

องค์การบริหารส่วนตำบลพิมายจึงถือว่าเป็นเมืองท่องเที่ยวสำคัญทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และเป็นเมืองที่มีประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมที่ยาวนาน ในแถบอีสานที่มีคุณค่ามาก โดยจำแนกมีจำนวนหมู่บ้าน 20 หมู่บ้าน โดยแยกเป็นจำนวนครัวเรือนมีประชากรทั้งสิ้น 15,775 คน แยกเป็นชาย 7,699 คน หญิง 8,076 คน มีผู้นำที่เป็นทางการและมาจากการเลือกตั้งอดีตจนถึงปัจจุบัน

ข้อมูลจากสำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา เมื่อวันที่ 29 พฤษภาคม 2556

โครงสร้างพื้นฐานของตำบล ประกอบด้วย การคมนาคม มีถนนหนทาง สะดวกสบาย ถนนลาดยาง คอนกรีต บางส่วนยังมีถนนลูกรัง มีสถานีขนส่งประจำตำบล 1 แห่ง การไฟฟ้าในตำบลมีการวางระบบไฟฟ้าในหมู่บ้านทั้ง 20 หมู่บ้านมีไฟฟ้าใช้ครบทั้งหมดมีเพียงส่วนน้อย หรือบางครัวเรือนเท่านั้นที่ได้สร้างบ้านเรือนใหม่และอยู่ห่างจากหมู่บ้านการขยายเขตไฟฟ้ายังไม่ทั่วถึงเพียงพอระบบประปาในเขตตำบลมีระบบประปาส่วนภูมิภาคและประปาหมู่บ้าน

ที่หน่วยงานต่าง ๆ ได้สร้างขึ้นทุกหมู่บ้าน และมีการสร้างแหล่งน้ำสร้างขึ้นของชุมชน ได้แก่ ชลประทาน 2 แห่ง ฝาย 4 แห่ง บ่อโยก 4 แห่ง และบ่อน้ำตื้น 583 แห่ง ในส่วนระบบเทคโนโลยี ระบบโทรศัพท์มีการขยายเขตชุมสายโทรศัพท์และติดตั้งเครือข่ายโทรศัพท์สัญญาณดาวเทียม ให้บริการแก่ราษฎรทุกหมู่บ้าน

ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม สำหรับชุมชนตำบลพิมายถือเป็นชุมชนเก่าแก่ เป็นลักษณะกึ่งเมืองกึ่งชนบท ทรัพยากรธรรมชาติในพื้นที่ มีลักษณะสำคัญดังนี้

1. ทรัพยากรป่าไม้ ชุมชนในเมืองพิมายไม่มีพื้นที่ที่มีสภาพป่าไม้ เนื่องจากเป็น ชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบทประชากรอาศัยกันอยู่อย่างหนาแน่นจึงจะมีเพียงแต่ต้นไม้ ที่ปลูกขึ้นใหม่เพื่อ เป็นร่มเงาซึ่งส่วนใหญ่อยู่เขตพื้นที่สงวนหรือเขตพื้นที่โบราณสถานมีทรัพยากรที่กลายเป็นแหล่ง พักผ่อนหย่อนใจ แก่นักท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียง ได้แก่ ไทรงาม

2. ทรัพยากรน้ำ พื้นที่เป็นที่ราบลุ่มมีแม่น้ำและลำน้ำไหลผ่านได้แก่ลำน้ำมูลลำ จักราชลำน้ำเค็มและลำฉกาจอีกทั้งมีห้วย หนองคลอง บึงชลประทานอื่น ๆ

3. ทรัพยากรดินดินส่วนใหญ่เป็นดินร่วนปนทรายดินเหนียวปนทรายมี ลักษณะการเก็บกักน้ำปานกลางมีสารละลายน้ำของเกลืออยู่ในความเข้มข้นที่ต่างกันบางแห่งเป็น ภูเขาเกลือได้ขึ้นดินปฏิภานดินเป็นกรดถึงกรดแก่ปริมาณอินทรีย์วัตถุปานกลางถึงต่ำสุด เป็นต้น

สภาพเศรษฐกิจประชากรส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรรมจึงทำให้รายได้หลักของ ราษฎรมาจากการเกษตรกรรมและรับจ้างได้แก่การทำงานทำไร่อ้อยทำไร่มันสำปะหลัง ปลูกยูคาลิปตัส ซึ่งส่วนใหญ่ใช้น้ำฝนและแหล่งน้ำธรรมชาติทำการเกษตร แต่ถ้าหากปีใดฝนไม่ตกหรือปริมาณน้ำฝนไม่ เพียงพอก็จะเกิดปัญหาภัยแล้งโดยจากอดีตถึงปัจจุบันก็ไม่ได้มีความแตกต่างมากนัก ซึ่งหน่วยการ ประกอบการในชุมชนตำบลพิมาย ประกอบด้วย หน่วยธุรกิจเขตตำบล ได้แก่ ธนาคารโรงงาน อุตสาหกรรมโรงแรมโรงสีโรงน้ำแข็งกิจการเกี่ยวกับการทำทรายสหกรณ์โคนมสถานีบริการน้ำมันและ แก๊สสหกรณ์การเกษตรตลาดนัด (สัปดาห์ละครั้ง) และอุตสาหกรรมในครัวเรือน

ด้านสังคมและการศึกษา การศึกษาในชุมชนประกอบด้วยโรงเรียน ประถมศึกษาขยายโอกาสทางการศึกษา จำนวน 4 แห่ง ได้แก่ โรงเรียนบ้านม่วงขามประชาภิรักษ์ โรงเรียนบ้านดอนแสะ โรงเรียนชุมชนบ้านวังหิน และโรงเรียนทำวสุรนารี (ระดมอนุสรณ์) โรงเรียน มัธยมศึกษา จำนวน 1 แห่ง โรงเรียนอาชีวศึกษา จำนวน 1 แห่ง ส่วนวิทยาลัยการอาชีพพิมายมี ศูนย์บริการการศึกษานอกโรงเรียน จำนวน 1 แห่ง ห้องสมุดประชาชน จำนวน 1 แห่ง ที่อ่าน หนังสือพิมพ์ประจำหมู่บ้าน จำนวน 8 แห่ง สถาบันและองค์กรทางศาสนาในพื้นที่ตำบลพิมายมีวัดอยู่ 8 วัด ส่วนโบสถ์และมัสยิดไม่ปรากฏในข้อมูล

การสาธารณสุขและความปลอดภัย ในชุมชนพิมายประกอบด้วยโรงพยาบาล ของรัฐ (ขนาด 60 เตียง) 1 แห่ง โรงพยาบาลเอกชน 1 แห่ง สาธารณสุขอำเภอ 1 แห่ง สถานพยาบาล

3 แห่ง สถานีอนามัย 1 แห่ง ร้านขายยาแผนปัจจุบัน 8 แห่ง โดยจากข้อมูลพื้นฐานในตำบลพิมายมี อัตราการมี และการใช้ส้วมราดน้ำทุกครัวเรือน คิดเป็น ร้อยละ 100 และความปลอดภัยในชีวิตและ ทรัพย์สินมีองค์กรทำการปกครองอำเภอ 1 แห่ง สถานีตำรวจภูธรอำเภอ 1 แห่ง ศาลแขวงจังหวัด นครราชสีมา 1 แห่งและสำนักงานอัยการประจำศาลแขวง 1 แห่งด้วย

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายตั้งอยู่บ้านเลขที่ 155 หมู่ 2 ถนนสุริยาอุทัย ตำบลในเมือง อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา ก่อตั้งเมื่อปี พ.ศ. 2552 จำนวนสมาชิกชมรม 1,062 คน คณะกรรมการการบริหารชมรม จำนวน 16 คน ที่ปรึกษาชมรม จำนวน 9 คน ตราสัญลักษณ์ ชมรม รูปปราสาทหินพิมาย และตราสัญลักษณ์ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย “รูปปราสาทหินพิมาย”

ส่วนที่ 2 สภาพปัจจุบันของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย

การดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ประกอบด้วย คณะกรรมการบริหารชมรมมีจำนวน 16 คน โดยมี นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์ เป็นประธานชมรม ผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย

รายนามคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ดังนี้

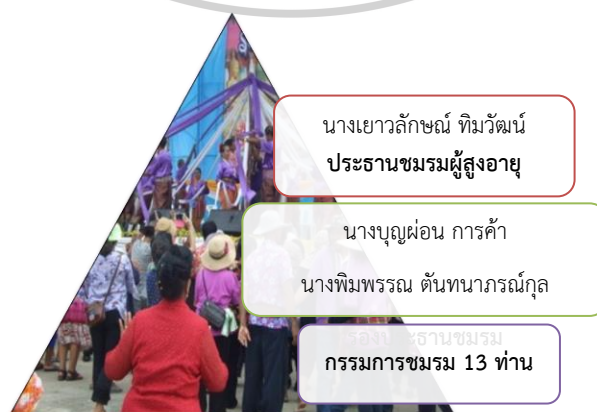
1. นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์ ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
2. นางพิมพ์พรณ ตันทนาภรณ์กุล รองประธาน
3. นางบุญผ่อง การค้า รองประธาน
4. นายสมพร ศิวะโรจน์จินดา เลขานุการ
5. นางมาลัย เพชรโต ผู้ช่วยเลขานุการ
6. นายบุญมา หนองหว่า เหมรัญญิก
7. นายแก้ว หมัดแมน ผู้ช่วยเหมรัญญิก
8. นายประจวบ หมอกก็เป็น นายทะเบียน
9. นายทองดี จอกทอง ผู้ช่วยนายทะเบียน
10. นางถวิล ทองศรี ปฏิคม
11. นางกุหลาบ วงศ์สกุลวิวัฒน์ ประชาสัมพันธ์
12. นางบุญช่วย ว่องวัฒนากุล ผู้ช่วยประชาสัมพันธ์
13. นายเชื้อม ประกอบผล กรรมการ
14. นายพูน ยอดพิมาย กรรมการ
15. นางกมลทิพย์ รัตนจันทร์ กรรมการ
16. นายเลื่อน ผลนา กรรมการ

ดังตารางแสดงรายชื่อสมาชิกคณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุพิมาย

ตารางที่ 3 รายชื่อสมาชิกคณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุพิมาย

รายนามสมาชิกชมรม	ตำแหน่ง
นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์	ประธานชมรม
นางพิมพ์พรรณ ตันทนาภรณ์กุล	รองประธาน
นางบุญอ่อน การค้า	รองประธาน
นายสมพร ศิวะโรจน์จินดา	เลขานุการ
นางมาลัย เพชรโต	ผู้ช่วยเลขานุการ
นายบุญมา หนองหว่า	เหรัญญิก
นายแก้ว หมัดแม่่น	ผู้ช่วยเหรัญญิก
นายประจวบ หมอกี่เป็น	นายทะเบียน
นายทองดี จอกทอง	ผู้ช่วยนายทะเบียน
นางถวิล ทองศรี	ปฏิคม
นางกุหลาบ วงศ์สกุลวิวัฒน์	ประชาสัมพันธ์
นางบุญช่วย ว่องวัฒนากุล	ผู้ช่วยประชาสัมพันธ์
นายเชื่อม ประกอบผล	กรรมการ
นายพูน ยอดพิมาย	กรรมการ
นางกมลทิพย์ รัตนจันทร์	กรรมการ
นายเลื่อน ผลนา	กรรมการ

ผังแผนผังคณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย ดังนี้



ชมรมผู้สูงอายุตำบลพิมายจากสภาพเป็นพื้นที่ที่มีรากเหง้าทางประเพณี วัฒนธรรม และมีประวัติศาสตร์อันยาวนาน ปัจจุบันด้วยสภาพการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่าง ๆ ส่งผลให้ครอบครัวมีลักษณะเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น และเป็นชุมชนที่เป็นบ้านเดี่ยวอยู่กันหนาแน่นแต่ไม่แออัด พื้นที่อยู่อาศัยแยกออกจากพื้นที่ประกอบ อาชีพเกษตรกรรมอย่างชัดเจน สภาพความเป็นอยู่เรียบง่าย พอมีพอกิน และยังคงพึ่งพากันในลักษณะของเครือญาติ มีความเป็นกันเอง ประชาชนวัยกลางคนต้องไปทำงานนอกบ้าน วัยทำงานและวัยเรียนก็ไปทำงานและต้องไปศึกษาในเมืองเป็นส่วนใหญ่ คงเหลือไว้เพียงผู้สูงอายุที่มี อายุมากอยู่เพียงลำพัง ซึ่งลูกหลานจะมาเยี่ยมกันในช่วงเทศกาล ผู้ที่จะใกล้เข้าสู่วัย ผู้สูงอายุกับเด็กเล็กที่เลี้ยงไว้คลายเหงายามพ่อแม่ของเด็กต้องไปทำงานนอกบ้าน และมีผู้สูงอายุอีก ไม่น้อยที่ยังต้องทำงานบ้าง เพื่อหารายได้จุนเจือครอบครัวและเก็บออมด้วย

โดยชมรมผู้สูงอายุตำบลพิมายถือเป็นชมรมที่มีลักษณะเด่นทั้งเชิงวิถีชีวิตผู้คน และวัฒนธรรมอีสานที่มีการรวมกลุ่มจัดกิจกรรมสานต่อขนบธรรมเนียมประเพณี การเชื่อมโยงคนรุ่นต่าง ๆ ให้มาร่วมตัวกันและสร้างความเข้มแข็งของชมรมผู้สูงอายุที่ได้รับการยอมรับในระดับประเทศ โดยการยอมรับทั้งในระดับชมรมผู้สูงอายุ และระดับบุคคล ประธานชมรมผู้สูงอายุที่ได้รับการยอมรับ และประกาศเกียรติคุณระดับประเทศติดต่อกันหลายปี

กล่าวได้ว่า

“เรามีประธานชมรมเป็นผู้หญิงเก่ง ท่านเป็นผู้เสียสละ เป็นครูเกษียณที่ได้รับการยอมรับ พูดได้เลยว่า ผู้นำชมรมมีบทบาทสำคัญมากที่จะเป็นแกนนำหลักทำให้ชมรมผู้สูงอายุสามารถเข้มแข็งและอยู่ได้มายาวนาน สมาชิกทุกคนยอมรับประธาน มันไม่ได้หาคนจะทำงานตรงนี้ได้มาก”(นายจรูญ คงสัตย์ ประธานชมรมผู้สูงอายุอำเภอพิมาย, สัมภาษณ์, 2 พฤศจิกายน 2558)

“การเข้ามาทำงานเป็นผู้เฒ่าต้องกล้าคิดกล้าทำนะ มีอะไรต้องลงมือเองให้คนยอมรับ จะมาคิดแล้วไม่สานต่อ เป็นผู้เฒ่าไม่ได้ คุณครูทุ่มท่านทำตรงนี้มานาน ในชุมชนเห็นการทำงานแล้วรู้ว่าหาคนแบบนี้ ไม่เห็นครูอยู่บ้านเลยไปอบรมหาความรู้มาบอกเล่า ในชมรมมีสอนทำงานเยอะ คุณครูเป็นคนนำในทุกงานของชมรมและชุมชนยอมรับในความสามารถของคุณครู”(นางกมลทิพย์ รัตนจันทร์, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 4 พฤศจิกายน 2558)

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมายที่ได้รับการยอมรับในระดับประเทศ ทั้งในระดับชมรมผู้สูงอายุ ดีเด่นแห่งชาติ จากการที่สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ (สทส.) สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ (สท.) กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (พม.) ได้ร่วมกันพิจารณาชมรมผู้สูงอายุที่เป็นองค์กรทำประโยชน์ด้านผู้สูงอายุ

ดีเด่น ประจำปีพุทธศักราช 2557 ของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ องค์กรเอกชนที่ทำประโยชน์ด้าน ผู้สูงอายุดีเด่น ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา และระดับ บุคคล ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย คือ นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์ ได้รับรางวัลผู้สูงอายุ ผู้ทำคุณประโยชน์ดีเด่นระดับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พ.ศ. 2557 จากกระทรวงการพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์ (พม.) และได้รับรางวัลผู้นำผู้สูงอายุที่มีคุณธรรมจริยธรรม และบำเพ็ญ ประโยชน์ต่อสังคม ภายใต้โครงการเมืองไทยเมืองคนดีของกรมศาสนาและวัฒนธรรม พ.ศ. 2553 จากกระทรวงวัฒนธรรม

ความเข้มแข็งของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมายได้รับแรงสนับสนุนจากที่ปรึกษา ชมรมอันประกอบด้วยบุคคลสำคัญของชุมชนท้องถิ่น จำนวน 9 ท่าน ประกอบด้วย

1. นายดนัย ตั้งเจ็ดจ้า นายกเทศมนตรีตำบลพิมาย
2. นายสุพจน์ ศรีญญา มาศ รองนายกเทศมนตรีตำบลพิมาย
3. นายพยุ่งพงษ์ พงศ์พิมาย ที่ปรึกษานายกเทศมนตรี
4. นายชัชวาล ลีลาเจริญพร ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพิมาย
5. นายจรูญ คงสัตย์ ประธานชมรมผู้สูงอายุอำเภอพิมาย
6. นายศิระ จันทวร ปลัดเทศบาล
7. นางรวีวรรณ คิดเห็น นักวิชาการส่งเสริมสุขภาพ
8. นางอภิญา อ่องแจ่ม ผู้ช่วยนักวิชาการส่งเสริมสุขภาพ
9. ว่าที่ร.ต.ธีรวัฒน์ มวยดี ผู้ช่วยนักวิชาการส่งเสริมสุขภาพ

การรวมกลุ่มของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายเป็นไปด้วยความต้องการ ร่วมกันและมาทำกิจกรรมด้วยความสมัครใจ ผู้สูงอายุมีอายุตั้งแต่ 60 ปี สมาชิกอายุมากที่สุดมีอายุ 89 ปี ผู้สูงอายุมีการประกอบอาชีพรับจ้าง ค้าขายและรับราชการ โดยส่วนใหญ่สมาชิกจะประกอบ อาชีพรับจ้างทั่วไปในการก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุได้วางวัตถุประสงค์หลักในการจัดตั้งไว้ร่วมกันของสมาชิก

มีรายละเอียดน่าสนใจ กล่าวคือ

“สำหรับวัตถุประสงค์หลักของการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุของที่นี่ ป้าในฐานะที่ ถือว่าอยู่และเป็นสมาชิกมาตั้งแต่ต้น คือ เรารวมกลุ่มมาเจอกัน ร่วมกันพูดคุย มาเจอกันเห็น หน้าอับเตตข่าว ได้ออกกำลังกายกัน ไปเที่ยวต่างจังหวัด ไปเจอสวน รื่นเริงด้วยกัน แะทำอะไร กัน มีอะไรช่วยกันเจอคนใหม่ ๆ เมื่อปีที่แล้วไปทางเหนือก็สนุกกัน วิทยุนี้ป้าว่ามีกิจกรรมทำ มั่นดินะ ป้ามาเกือบทุกวัน วันไหนไม่มาคือไปโรงพยาบาลตามหมอนัด ลูกมาส่ง มาเองบ้าง ตอนมาก็เดินชวนกันมา จากบ้านมาชมรมไม่ไกลกัน”(คุณป้ายุพิน หาญเพียร, สมาชิกชมรม, สัมภาษณ์, สิงหาคม 2558)

โดยวัตถุประสงค์ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายคือ การรวมกลุ่มผู้สูงอายุให้มาร่วมกันสร้างสรรค์ชุมชน มีกิจกรรมเพื่อสุขภาพ เนื่องจากผู้สูงอายุจำนวนมากยังเจ็บป่วย มีโรคเรื้อรังและมีปัญหาสุขภาพ ซึ่งหลักสำคัญที่ทางชมรมได้วางไว้ร่วมกัน

วัตถุประสงค์ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย สรุปดังนี้

1. เพื่อรวมกลุ่มจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และพัฒนาชีวิตให้มีศักยภาพ และคุณภาพที่ดี

2. เพื่อการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนและสังคม

3. เพื่อจัดกิจกรรมในวันสำคัญต่าง ๆ เช่น วันผู้สูงอายุ วันสำคัญของชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์

4. เพื่อการรับทราบข้อมูลข่าวสาร การรับบริการด้านสุขภาพ และสิทธิประโยชน์ที่พึงมีพึงได้ตามพ.ร.บ.ผู้สูงอายุ และประกาศของกระทรวง ทบวง กรมที่เกี่ยวข้อง

5. เพื่อช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันในมวลสมาชิก

กล่าวได้ว่า

“ในการวางกรอบวัตถุประสงค์ เป็นแนวทางการทำงานร่วมกันของทุกคนในชมรม เริ่มจากทุกคนอยากจะมีสิ่งที่ดีมาส่งเสริมชมรมให้สมาชิกอยากมาร่วมกิจกรรม ทุกคนคิดว่าอยากจะได้อะไรบ้างในชมรมก็มาพูดคุยกัน ต่อจากนั้นการวางเป้าหมาย คณะกรรมการเสนอไปตามที่ทุกคนช่วยคิดกัน เรื่องหลัก ๆ อย่างสุขภาพ กิจกรรมสัมพันธ์ ข้อมูลสถานการณ์ บริการเพิ่มอะไรให้ผู้สูงอายุ” (นางมาลัย เพชรโต, คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 10 สิงหาคม 2558)

สมาชิกในชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ปัจจุบันมีสมาชิกลงทะเบียนจำนวน 1,062 คน สมาชิกที่มาร่วมกิจกรรมสม่ำเสมอส่วนใหญ่ประมาณ 100-200 คน บางช่วงในงานกิจกรรมสำคัญ สมาชิกมาร่วมกันเกือบพันคน จากเรื่องสุขภาพ สมาชิกชมรมผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาพและติดภาระทางครอบครัว สมาชิกชมรมเป็นผู้สูงอายุที่มีฐานะพอควร บางท่านเป็นอดีตข้าราชการ มีบำเหน็จบำนาญ ลูกหลานดูแลดี ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีบทบาทสำคัญในการจัดการในชมรม

โดยชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ได้วางกรอบแนวคิดในการพัฒนาไว้อย่างน่าสนใจอย่างยิ่ง สรุปจากการสัมภาษณ์เจาะลึก คือ

“กล่าวได้ว่า ชมรมผู้สูงอายุถือเป็นการรวมตัวอย่างผูกพันของคนวัยชรา จำเป็นต้องมีวิสัยทัศน์ของการพัฒนาชมรมให้มีคุณภาพ เพื่อองค์ประกอบสามอย่าง คือ เพื่อให้มีสุขภาพดี มีกิจกรรมร่วมกันและเป็นแนวทางให้คนในชุมชนเห็นความสำคัญของกลุ่มผู้สูงอายุ และมาอยู่กันอย่างมีความสุข อันนี้สำคัญที่สุดในการจะพัฒนาชมรมด้วย เมื่อคน

วัยนี้มีความสุข สุขภาพดีแล้วถือว่าชมรมประสบความสำเร็จแล้ว” (นายศิระ จันทวร, ที่ปรึกษาชมรม, สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2558)

ด้านนโยบายของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย พบว่าในการวางกรอบนโยบายส่วนหนึ่งจากแนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุตามกรอบรัฐธรรมนูญ พรบ.ผู้สูงอายุ และแนวทางจากภาครัฐ และอีกส่วนหนึ่งของการวางนโยบายของชมรมนี้คือ การมีส่วนร่วมจากคนในชุมชนท้องถิ่น จากผู้สูงอายุที่มีความต้องการจะพัฒนาชมรมร่วมกันเป็นแนวทางหลักอีกด้วย

“นโยบายนั้นต้องให้คนในท้องถิ่นร่วมกันเสนอ จุดเน้น จุดพัฒนา จุดความต้องการสิ่งต่าง ๆ ชมรมผู้สูงอายุเป็นของท้องถิ่นจึงต้องร่วมกันวางแผน” (นายจรูญ คงสัตย์, ที่ปรึกษาชมรม, สัมภาษณ์, 4 พฤศจิกายน 2558)

ดังนั้นเป้าหมายของชมรม การวางแผนพัฒนา นโยบายของชมรมจึงตั้งอยู่บนพื้นฐานการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน ผู้สูงอายุในท้องถิ่นด้วยการมีวัฒนธรรมท้องถิ่นอีสาน ความผูกพันดูแลกันและกันอย่างเหนียวแน่น ซึ่งกล่าวได้ว่าการพัฒนาชมรมนั้นทุกคนในท้องถิ่นร่วมมือกัน สนับสนุนช่วยเหลือในกิจการต่าง ๆ กิจกรรมที่ส่งเสริมผู้สูงอายุให้มีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่แข็งแรง

ดังกล่าวได้ว่า

“จังหวัดนครราชสีมาได้จัดโครงการสร้างสุขภาพทั่วไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2545 โดยส่งเสริมให้ประชาชนแต่ละชุมชน หมู่บ้าน ได้มีการรวมกลุ่มกันจัดกิจกรรมด้านสุขภาพในรูปของชมรมสร้างสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนที่สนใจด้านสุขภาพรวมกลุ่มกัน และมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม แลกเปลี่ยนการเรียนรู้ด้านสุขภาพ และมีเครือข่ายแห่งการเรียนรู้ด้านสุขภาพในชุมชนขึ้น ในปี พ.ศ. 2549 ให้มีชมรมครอบคลุมทุกเทศบาล ทุกหมู่บ้าน ทุกชุมชน และชมรมสร้างสุขภาพมีศักยภาพในการจัดการเรียนรู้ด้านสุขภาพ ฟังตนเองและสามารถถ่ายทอดให้กับเครือข่ายอื่นได้ ทุกคนในชุมชนมีส่วนร่วมพัฒนาร่วมกัน” (นายสุพจน์ ศรีญญาภาค, ที่ปรึกษาชมรม, สัมภาษณ์, 28 ตุลาคม 2558)

กรอบแนวคิดการพัฒนาผู้สูงอายุ โดยสรุปของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย มุ่งเน้นการสนับสนุนผู้สูงอายุในการมีส่วนร่วมพัฒนาชุมชนร่วมกัน โดยมีพื้นฐานเพื่อให้สุขภาพกาย สุขภาพจิตใจ ความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตของผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี การได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชมรม การมีกิจกรรมกับภาคีเครือข่าย อันจะเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาตนเองทั้งด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านการมีหลักประกันความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต ซึ่งมีศูนย์กลางอย่างชมรมผู้สูงอายุเป็นหลักการเพิ่มความเข้มแข็งและเพิ่มศักยภาพให้กับผู้สูงอายุเป็นอย่างดี

ส่วนที่ 3 กระบวนการส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ

ประกอบด้วยประเด็นสำคัญ ได้แก่

- 1.3.1 กลไกการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
 - 1.3.2 องค์ประกอบการส่งเสริมเพื่อพัฒนาภาวะพหุพลัง
 - 1.3.3 รูปแบบกิจกรรมสำคัญในการส่งเสริมภาวะพหุพลัง
 - 1.3.4 ภาศึเครือข่ายในการส่งเสริมภาวะพหุพลัง
- ดังรายละเอียดแต่ละส่วนสำคัญนำเสนอ ดังนี้

1.3.1 กลไกการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ประกอบด้วย คณะกรรมการดำเนินงาน 16 ท่าน และที่ปรึกษาในการทำงานชมรม 9 ท่าน ชมรมเป็นองค์กรหลักในพื้นที่ในการริเริ่มกิจกรรมต่าง ๆ ให้แก่สมาชิกผู้สูงอายุ โดยมุ่งให้ความสำคัญการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจ การรวมกลุ่มมีการเรียนรู้ร่วมกัน และการสนับสนุนจากภาคีเครือข่ายต่าง ๆ ได้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โรงพยาบาล วัด ชมรมผู้สูงอายุตำบลต่าง ๆ ในพื้นที่ในการถ่ายทอดประสบการณ์กิจกรรมต่าง ๆ รวมถึงการติดตามผลการดำเนินงานของชมรมจากองค์กรภายนอกด้วย

2. แกนนำในการจัดกิจกรรมชมรม กล่าวคือ แกนนำสำคัญหลักเป็นกลุ่มผู้สูงอายุในชมรมที่มีศักยภาพในหลายด้าน มีประสบการณ์ในการจัดกิจกรรมหลากหลาย แกนนำมีความเสียสละทุ่มเทหาข้อมูลเพิ่มเติมในการพัฒนาชมรม เป็นผู้ทำงานด้วยความสมัครใจ อุทิศเวลาและทรัพยากรต่าง ๆ ในการส่งเสริมชมรมให้ก้าวหน้า โดยแกนนำในชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย เป็นกลุ่มข้าราชการครูเกษียณ เป้าหมายของแกนนำเพื่อพัฒนากิจกรรมให้ส่งเสริมผู้สูงอายุในชมรมในด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วมในชุมชนและด้านการสร้างความมั่นคงในชีวิตของสมาชิก

“ผู้นำต้องกล้าคิด มีความเสียสละ ป่าเป็นประธานมาหลายสมัย สำคัญตรงการพร้อมเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ มีกิจกรรมอะไรดี ๆ เราต้องไปเรียนมาถ่ายทอด มาบอกมาแนะนำ เราเองได้เพิ่มทักษะ สมาชิกได้สิ่งดี ๆ เป็นผู้นำต้องพร้อมทุกเรื่อง” (นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์, ประธานชมรม, สัมภาษณ์, 6 พฤศจิกายน 2558)

แกนนำผู้สูงอายุมีบทบาทสำคัญในการกำหนดกิจกรรมและขับเคลื่อนการพัฒนาชมรมต้นแบบในทิศทางที่ชมรมได้ตั้งเป้าหมายไว้ ซึ่งลักษณะของแกนนำจึงเป็นบุคคลที่สมาชิกยอมรับในความสามารถ ความเสียสละ มีความเป็นผู้นำสูง สร้างความเชื่อมั่นและน่าเชื่อถือให้แก่สมาชิกชมรม รวมทั้งเป็นผู้มีความสามารถให้บุคคลภายนอกชมรมเคารพนับถือ การยอมรับในความสามารถในการจัดกิจกรรม การแสวงหาแนวร่วม และส่งเสริมพัฒนาภาคีเครือข่าย

อื่น ๆ ในการช่วยให้ชมรมและภาคีเครือข่ายชุมชนต่าง ๆ มีความร่วมมือ สนับสนุน การมีส่วนร่วมและสามารถติดตามการดำเนินงานของชมรมได้ร่วมกัน

ดังได้กล่าวว่า

“แกนนำเป็นคนที่ทำงานหนัก ประธานชมรมต้องจัดการทุกอย่าง คอยประสานจัดงาน ไปอบรมต่าง ๆ เพื่อถ่ายทอดกิจกรรมให้คนในชมรมได้มาฝึกปฏิบัติกัน กลุ่มที่คอยช่วยประธานก็ต้องเก่งคอยช่วยเป็นหลักในทุกกิจกรรมชมรม อย่างกิจกรรมต้อนรับชมรมผู้สูงอายุที่มาดูงานของเราก็ต้องมีทีมโดยหลักก็ประธาน รอง เลขา ชมรม ผู้สูงอายุแกนนำกลุ่มนี้ขาดไม่ได้ ชมรมอยู่ไม่ได้”(นางอภิญญา อ่องแจ่ม, ผู้ช่วยนักวิชาการ ส่งเสริมสุขภาพ, สัมภาษณ์, 4 พฤศจิกายน 2558)

3. คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุมีการดำเนินงานจัดการอย่างมีเป้าหมาย ในการพัฒนาชมรม ร่วมกันเสนอวัตถุประสงค์ในการดำเนินงานชมรมอย่างชัดเจนและมีแบบแผน ดังนี้

- เพื่อรวมกลุ่มจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และพัฒนาชีวิตให้มี ศักยภาพและคุณภาพที่ดี

- เพื่อการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน และสังคม

- เพื่อจัดกิจกรรมในวันสำคัญต่าง ๆ เช่น วันผู้สูงอายุ วันสำคัญของ ชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์

- เพื่อการรับทราบข้อมูลข่าวสาร การรับบริการด้านสุขภาพ และ สิทธิประโยชน์ที่พึงมีพึงได้ตาม พ.ร.บ.ผู้สูงอายุ และประกาศของกระทรวง ทบวง กรมที่เกี่ยวข้อง

- และทำยสุดเพื่อช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันในมวลสมาชิก โดยกล่าวว่าได้ว่าวัตถุประสงค์ที่ร่วมกันจัดตั้งชมรม และเป้าหมายที่

ต้องการให้สมาชิกชมรมทุกคนได้พัฒนาร่วมกันนั้น เป็นการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในสังคม สร้างความ เข้มแข็งในชุมชนท้องถิ่นและเป็นการร่วมกันส่งเสริมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุอย่างมากมายและ หลากหลายผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ของชมรม

4. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายมีการสนับสนุนด้านทรัพยากรใน การส่งเสริมการเรียนรู้กิจกรรมต่าง ๆ ให้สมาชิกอย่างดี เช่น การเชิญวิทยากรภายนอก ครูภูมิปัญญา ในท้องถิ่นมาถ่ายทอดความรู้ท้องถิ่นในการพัฒนาด้านสุขภาพ ด้านหลักประกันชีวิตและอื่น ๆ การร่วมมือกับศูนย์การเรียนรู้ชุมชนในเรื่องต่าง ๆ การร่วมมือจัดกิจกรรมกับวัด และกิจกรรมกับ โรงพยาบาลชุมชน

5. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย มีการจัดการเรื่องอาคารสถานที่ อย่างเหมาะสม ความสะดวกสบายในการทำกิจกรรมของสมาชิก ชมรมมีอาคารที่ตั้งชมรมอย่าง

กว้างขวางพอควร เรื่องอุปกรณ์สำหรับการจัดประชุม อบรมสัมมนา และการจัดกิจกรรมต่าง ๆ อย่างครบถ้วน ถือว่าชมรมมีความพร้อมในด้านสถานที่ดำเนินกิจกรรมอย่างดี ซึ่งเป็นการส่งเสริมการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของชมรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความปลอดภัยในการใช้งานอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้กับผู้สูงอายุอีกด้วย

กล่าวได้ว่า

“ชมรมที่มีอาคารกว้างขวาง มีอุปกรณ์การจัดกิจกรรมดี อาจจะทำให้เทคโนโลยีบางอย่างไปแต่ เราเน้นสิ่งจำเป็นหลักๆให้สมาชิก คือ คนแก่ต้องเข้ามาแล้วสบาย เข้ามาแล้วสนุกสนานมายิ้มมาหัวเราะกัน ส่วนความรู้อะไรก็เชิญวิทยากรมาเยอะ ชาติอะไรเรามีงบของเราในการทำอยู่แล้ว ชุมชนพินายเป็นแหล่งท่องเที่ยว ชมรมเป็นที่รู้จัก โดยรวมชมรมพร้อมมากกว่าที่อื่น” (นางบุญผ่อง การค้า, รองประธานชมรม, สัมภาษณ์, 6 พฤศจิกายน 2558)

6. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพินาย มีการดำเนินงานร่วมมือกับภาคีเครือข่ายอย่างเข้มแข็งและยั่งยืน โดยการสร้างความร่วมมือกับภาคชุมชนท้องถิ่น เช่น เทศบาลตำบลพินาย องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นตำบลพินาย โรงพยาบาลอำเภอพินาย ศูนย์การเรียนรู้ตำบลพินาย และอื่น ๆ ทุกภาคส่วนมาเป็นภาคีเครือข่ายในการสนับสนุนปัจจัยต่าง ๆ ในการส่งเสริมชมรมอย่างดีตั้งแต่แรกเริ่มจนถึงปัจจุบัน

1.3.2 องค์ประกอบในการส่งเสริมเพื่อพัฒนาภาวะพลุฒิปพลัง

จตุรร่วม

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพินายเป็นชมรมที่มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมภาวะพลุฒิปพลังครบถ้วนทั้งสามด้านหลักกล่าวคือ เป็นชมรมที่มีกิจกรรมหลากหลายด้านและส่งเสริมสมาชิกในชมรมอย่างต่อเนื่อง ทั้งกิจกรรมหลักของชมรม จากวิทยากรภายนอกมาร่วมแลกเปลี่ยน กิจกรรมจากการปฏิบัติร่วมกันต่าง ๆ อย่างเช่น กิจกรรมส่งเสริมด้านสุขภาพ การร่วมกันออกกำลังกาย กิจกรรมส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วม กิจกรรมร่วมจิตอาสาพัฒนาชุมชนและการเรียนรู้ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมของท้องถิ่น และท้ายสุดกิจกรรมส่งเสริมด้านความมั่นคงของชีวิต กิจกรรมการออมของชมรม เป็นต้น

2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพินายเป็นชมรมที่มีสมาชิกผู้สูงอายุที่มีความตระหนักในการพัฒนาตนเอง มีความต้องการเรียนรู้ในด้านต่าง ๆ ที่จะทำให้อายุขัยชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้นและสามารถสร้างกระบวนการเรียนรู้กิจกรรมต่าง ๆ ในการพัฒนาศักยภาพช่วงอายุวัยผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม มีการทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและมุ่งพัฒนาตนเองได้อยู่ตลอด

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพินายเป็นชมรมที่มีอาคารสถานที่ที่มีลักษณะเหมาะสม และอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมชมรมมีครบถ้วนต่อความจำเป็นในการจัดการของ

ชมรม เช่น การมีอาคารที่จัดกิจกรรมต่าง ๆ กว้างขวาง มีห้องประชุม ห้องจัดกิจกรรมในอาคาร เพียงพอเหมาะสม มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุเพียงพอ การมีโต๊ะเก้าอี้ให้แก่สมาชิก เพียงพอ เป็นต้น

4. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายเป็นชมรมที่มีการร่วมมือ และมีการแลกเปลี่ยนความรู้การส่งเสริมกัน กับภาคีเครือข่ายต่าง ๆ ในการดำเนินการจัดกิจกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง โดยชมรมมีการสร้างความร่วมมือเพื่อพัฒนาชมรมผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องตลอดเวลาด้วย

จุดเด่น

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายเป็นชมรมที่มีการส่งเสริมศักยภาพในด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุอย่างหลากหลาย โดยพัฒนาทั้งสามด้านสำคัญ กล่าวคือด้านสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต การพัฒนาดังกล่าวเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพลัง ซึ่งเป็นลักษณะผู้สูงอายุของไทยในยุคนี้ที่ต้องพัฒนาตนเองให้ครบถ้วนอย่างสมบูรณ์ ชมรมเปิดโอกาสการมีส่วนร่วมของสมาชิกทั้งในด้านการจัดการ กิจกรรมการเรียนรู้ที่สนใจ การเข้าถึงความรู้ ประสบการณ์ต่าง ๆ ร่วมกัน รวมทั้งชมรมมีการปรับตัวต่อสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงตลอด โดยสะท้อนการวางแผนนโยบาย การวางวัตถุประสงค์ที่ทุกส่วนสมาชิกร่วมกัน ดำเนินการร่วมกัน และการส่งเสริมแกนนำ ประธานชมรมผู้สูงอายุในการอบรมพัฒนาทักษะ กิจกรรมในการพัฒนาภาวะพลัดพลัง และยังมีความสามารถการถ่ายทอดความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของตนเอง ในฐานะสมาชิกชมรมแก่บุคคลต่าง ๆ ในชุมชน

กล่าวได้ว่า

“ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย จุดเด่นหลัก ๆ ในมุมมองของป้าก็คือ เรามีความสนิทกันทุกคนในสมาชิก ทุกคนมีความสามารถมากน้อยต่างกันไป ทุกคนมีอยู่ตรงนี้เพื่อความสนุกสนานของคนวัยนี้ มาแล้วก็คิดดี ทำดีต่อกัน ป้าอาจจะอยู่มานานได้รับการยอมรับตรงนี้ ชมรมไม่ได้อยู่ได้เพียงคนเดียวต้องร่วมกันทุกฝ่าย ต้องเปิดอิสระทุกอย่าง สิ่งสำคัญมากอย่างทำยังไงชมรมจะทำให้ผู้สูงอายุในชุมชนที่มีมาก ส่วนใหญ่อยู่คนเดียว ลูกหลานไปทำงาน จะหาอะไรทำให้ผู้สูงอายุมีการงานทำ อย่างกิจกรรมก็เน้น กิจกรรมเพื่อสุขภาพ เวลาเจ็บไข้ได้ป่วยเรามีกองทุนออมเงินวันละบาทของชมรมคอยช่วยเหลือสมาชิก สมาชิกคนใดเสียชีวิตเรามีเงินช่วยงาน ส่วนนี้ป้าเลยคิดด้วยกันว่าเราคนอีสานชอบไปทำบุญเข้าวัดกันเลยจัดตั้งผ้าป่าระดมเงินเป็นเงินเก็บของชมรมมาเป็นค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ด้วย ต้องปรับตามสภาพตอนนี้ ส่วนอื่น ๆ ก็มีอบต.ให้งบช่วยกิจกรรมบ้าง” (นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์, ประธานชมรม, สัมภาษณ์, พฤศจิกายน 2558)

การประเมินผล

ในการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย การประเมินผลในกระบวนการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของชมรมเป็นลักษณะการประเมินความคิดเห็น ความพึงพอใจของการเข้าร่วมกิจกรรมชมรม โดยเน้นการให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในกิจกรรมทั้งภายในชมรม และกิจกรรมที่ต้องมีการร่วมมือกับชุมชนท้องถิ่น การประเมินผลเชิงปริมาณโดยใช้แบบประเมินการจัดกิจกรรม และการประเมินผลเชิงคุณภาพในการเปิดโอกาสให้นำเสนอความต้องการ ปัญหา ฯลฯ จากกิจกรรมต่าง ๆ ได้ รวมทั้งในการประเมินผลนั้นเป็นเป็นข้อมูล การให้ความสนใจต่อการร่วมมือการประชุมของชมรมอีกด้วย การประเมินผลจะใช้ตอนการประชุมชมรมซึ่งประมาณ 1-3 เดือนต่อครั้ง

1.3.2 รูปแบบกิจกรรมสำคัญในการส่งเสริมภาวะพฤฒิพลัง

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย จัดให้มีกิจกรรมในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุในสามด้านสำคัญ ประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมและด้านความมั่นคงในชีวิต ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีศักยภาพเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพฤฒิพลัง

1. ด้านสุขภาพที่ดี

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย จัดให้มีกิจกรรมในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุในสามด้านสำคัญของผู้สูงอายุที่มีลักษณะพฤฒิพลัง โดยในด้านส่งเสริมสุขภาพ จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย (ไทเก๊ก ไม้พลอง กิจกรรมเข้าจังหวะ) ในวันธรรมดาทุกวัน โดยการนำของประธานชมรม และในบางครั้งเชิญสมาชิกมาเป็นผู้นำกิจกรรมออกกำลังกาย ด้วยการดำเนินกิจกรรมออกกำลังกาย ประธานชมรมและแกนนำต้องผ่านการอบรมระยะสั้นเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพและอนามัย โดยเชิญภาคีเครือข่ายชุมชนท้องถิ่น อย่างองค์กรโรงพยาบาลพิมาย ได้ให้เจ้าหน้าที่ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพและนักวิชาการจากโรงพยาบาลมาอบรมให้แก่ประธานชมรมและแกนนำในชมรม ในการส่งเสริมการออกกำลังกายและกีฬาแก่สมาชิกให้เป็นแนวทางที่ถูกต้องตามหลักการด้านสุขภาพ ทางชมรมผู้สูงอายุได้จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายได้ด้วยตนเองเป็นประจำทุกวัน โดยที่กิจกรรม (ไทเก๊ก ไม้พลอง และกิจกรรมเข้าจังหวะ) ถือเป็นกิจกรรมที่ได้รับการยอมรับในด้านการส่งเสริมสุขภาพกายได้เป็นอย่างดีทั้งจากส่วนภาคีเครือข่ายอย่างโรงพยาบาลพิมายเอง และจากคณะกรรมการชมรมด้วย โดยชมรมได้รับการสนับสนุนเครื่องมืออุปกรณ์การฝึกจากสภาผู้สูงอายุและโรงพยาบาล กล่าวได้ว่ากิจกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพชมรมได้รับการสนับสนุนจากองค์กรภาคีเครือข่ายเป็นหลัก และมีกิจกรรมประจำปีร่วมกันกับภาคีเครือข่ายอย่างการจัดแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุเพื่อสร้างความสมัครสมานสามัคคี สร้างการยอมรับและเห็นคุณค่าผู้สูงอายุร่วมกันอีกด้วย

สำหรับกิจกรรมส่งเสริมด้านสุขภาพของชมรมผู้สูงอายุเทศบาล
ตำบลพิมาย มีกิจกรรมสำคัญ ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 4 กิจกรรมด้านสุขภาพ

กิจกรรม	ช่วงเวลา	สถานที่
กิจกรรมออกกำลังกายไทเก๊ก	วันจันทร์-ศุกร์ 05.00-06.00น.	ลานเมรุพรหมทัต
กิจกรรมออกกำลังกายด้วยไม้พลอง	วันจันทร์-ศุกร์ 17.00-18.00น.	ลานศาลเจ้าพ่อหลักเมือง
กิจกรรมแข่งกีฬาสามัคคี	ประจำปี / 1 ครั้ง	ลานศาลเจ้าพ่อหลักเมือง ลานกีฬาโรงพยาบาลพิมาย

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพฤฒพลังผู้สูงอายุ
ในด้านสุขภาพ สรุปรายละเอียดได้ ดังนี้

1. กิจกรรมเริ่มต้นวันจันทร์-วันศุกร์ ช่วงเวลา 05.00-06.00น.
สมาชิกทุกคนพร้อมกันออกกำลังกายรำไทเก๊กที่ลานเมรุพรหมทัต โดยประธานชมรมและแกนนำ
ชมรมเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม หลังจากออกกำลังกายแล้ว ประธานชมรมจะมีการพูดคุยสอบถามสมาชิก
ชมรมในเรื่องทั่วไป เรื่องสุขภาพ การเจ็บไข้ได้ป่วย แลกเปลี่ยนความรู้การดูแลสุขภาพตนเอง ด้านการ
ออกกำลังกาย ความรู้เพิ่มเติมในเรื่องการรักษาสุขภาพใหม่ๆ
2. กิจกรรมในช่วงสายๆของวันธรรมดา เริ่มต้นประมาณ 10.00น.
ร่วมร้องเพลง ทำกิจกรรมสนทนาการและบันเทิง และการรับทราบข้อมูลการทำกิจกรรมชมรม
ข่าวสารด้านสุขภาพของชมรม การรับทราบความเคลื่อนไหวในกิจกรรมชมรมต่าง ๆ
3. กิจกรรมการบรรยายหรือฝึกอบรมการดูแลสุขภาพจากเจ้าหน้าที่
จากโรงพยาบาล อสม.ประจำตำบล หรือนายแพทย์ทั้งจากโรงพยาบาล และศูนย์เฉพาะทางของ
จังหวัด โดยเป็นกิจกรรมจัดบางวันในแต่ละอาทิตย์ เป็นช่วงสาย ๆ ของวันธรรมดา ประมาณ
10.00-12.00 น. และเจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลจะช่วยตรวจสุขภาพเป็นประจำ เฉลี่ยสามเดือนละ
1 ครั้งให้กับสมาชิกชมรม ได้แก่ การตรวจวัดความดัน ตรวจเลือด การวัดรอบเอว การคำนวณค่า BMI
การประเมินภาวะสุขภาพจิต บันทึกสุขภาพประจำตัว เป็นต้น
4. กิจกรรมการบำบัดแนวแพทย์ทางเลือก (การทำกัวซา) ซึ่งเป็น
กิจกรรมที่ได้รับการร่วมมือจากการแลกเปลี่ยนความรู้กับชมรมผู้สูงอายุสกลนคร ซึ่งมาได้ร่วมกิจกรรม
และถ่ายทอดการดูแลสุขภาพตนเองและช่วยกันและกันในการบำบัดร่างกาย โดยกิจกรรมนี้สมาชิกในชมรม

จะช่วยกันบำบัด ตามแต่ช่วงเวลาที่เหมาะสม บางครั้งเป็นช่วงสาย หรือช่วงบ่าย ถือเป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับการส่งเสริมสุขภาพในระยะยาวได้อย่างดี

5. กิจกรรมการอบรมเชิงปฏิบัติการแก่แกนนำผู้สูงอายุร่วมกับอบสม. ในการสร้างพลังชุมชนในการส่งเสริมทันตสุขภาพ ปีละ 3-4 ครั้ง โดยจัดบริการทันตกรรมให้แก่ผู้สูงอายุในชมรม ได้แก่ การตรวจสุขภาพช่องปากและให้ทันตสุขศึกษา รมรงค์แปรงฟันถูกวิธีให้แก่สมาชิก และร่วมกันจัดตั้งเครือข่ายผู้สูงวัยรักษฟัน

6. ในแต่ละวันก่อนเลิกกิจกรรมจะร่วมกันรับประทานอาหารเช้า และยังร่วมกันร้องเพลงท้องถิ่น (เพลงโคราช) โดยการร่วมร้องเพลงโคราช สมาชิกจะร่วมกันร้อง ประบมือให้จังหวะกัน เป็นการช่วยอนุรักษ์และผ่อนคลายจิตใจได้ดี สำหรับงบอาหารของสมาชิกนั้นบางครั้งได้รับการสนับสนุนจากชุมชน ข้าราชการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และมาจากสมาชิกร่วมกันเองด้วย

โดยเพลงโคราช ถือเป็นกิจกรรมความบันเทิงของกลุ่ม และยังเป็นการถ่ายทอดภูมิปัญญาให้กับคนรุ่นหลังในชุมชน สร้างความสัมพันธ์ที่ดีของครอบครัวและชุมชนด้วย รายละเอียดเพลงโคราชมี่มีความน่าสนใจ ดังต่อไปนี้

ประวัติจากข้อมูลเอกสารพบว่า เพลงโคราชจะเริ่มเล่นตั้งแต่เมื่อใด ไม่ปรากฏหลักฐานที่แน่ชัด หลักฐานจากคำบอกเล่าต่อ ๆ กันมา มีเพียงว่า สมัยท้าวสุรนารี ยังมีชีวิตอยู่ (พ.ศ.2313-2395) ว่าท่านชอบเพลงโคราชมี่มาก เรื่องราวของเพลงโคราชได้ปรากฏหลักฐานชัดเจน คือในปี พ.ศ.2456 ที่สมเด็จพระศรีพัชรินทราบรมราชินีนาถ พระราชชนนีพันปีหลวง เสด็จมา นครราชสีมาทรงเปิดถนนจอมสุรางค์ยาตร์ และเสด็จไปพิมาย ในโอกาสรับเสด็จครั้งนั้น หมอเพลงชายรุ่นเก่าชื่อเสียงโด่งดังมากชื่อนายหรี บำสวนข่า ได้มีโอกาสเล่นเพลงโคราชถวาย เพลงที่เล่นใช้เพลงหลัก โดยเพลงโคราชมี่มีโอกาสเล่นถวายหน้าพระที่นั่งในงานชุมนุมลูกเสือครั้งที่ 1 ในนามการแสดงมหรสพของมณฑลนครราชสีมา เกี่ยวกับกำเนิดของเพลงโคราช มีทั้งที่เป็นคำเล่าและตำนาน หลักฐานจากคำบอกเล่าของหมอเพลงอีกจำนวนหนึ่ง เล่าต่อ ๆ กันมาว่า ในสมัยรัตนโกสินทร์มีสงครามระหว่างไทยกับเขมร เมื่อไทยชนะสงครามเขมรครั้งไร ชาวบ้านจะมีการเฉลิมฉลองชัยชนะ ด้วยการขับร้องและรำรำกันในหมู่บ้านที่เขาเรียกว่า "หมู่บ้านสก" ใกล้ ๆ กับชุมทางรถไฟ ถนนจิระและเริ่มเล่นเพลงโคราชมี่กันที่หมู่บ้านนี้ ท่าทางการรำรำรำถอย และการปองหู่ มีผู้สันนิษฐานว่า ประยุกต์มาจากการเล่นเจรียง ที่เป็นเพลงพื้นบ้านของชาวสุรินทร์ผสมผสาน กับเพลงทรงเครื่องของภาคกลาง

เพลงโคราชปัจจุบันเป็นลักษณะเป็นเพลงของชาวบ้านที่ร้องเล่นกันในยามว่างงานเพื่อความสนุกสนาน เป็นเพลงโต้ตอบกันสร้างรอยยิ้ม ไม่มีพิธีรีตอง ไม่ต้องสร้างเวทีหรือ"โรงเพลง" และไม่มีการแต่งกายแบบหมอเพลงอาชีพ และการร้องโต้ตอบกันมีเนื้อหาการหยอกล้อ สอดแทรกสถานการณ์สังคม ศีลธรรม เป็นต้น

ตั้งเนื้อเพลงตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

“โอ้อ้อ..... ประเทศของไทยเราถึงคราวแคบ มันต้องมีคนแอบ
ดอกนาฬิกาข้อมือ คนแฝงเพลงโคราช สมัยเจริญจ้างเป็นเงินมาก็แพงเองจะว่ากันยังไงจะถูกใจคนฟัง
ขอให้หนุ่มนำหน้าพอ เหนื่อยมาจะน่านอน ถ้าเข้าใจครรโลจรร ให้ชี้นิ้วนำทาง อุปมาเหมือนยังพระ.....
เดินนำเณร (ตบมือ) สมัยวิวัฒน์พัฒนา เขาก้าวหน้ามีใช้น้อย มาฉันจะเดินช่อนรอย ขอแต่ให้พี่ชายนำ
ถ้ายังไม่จรจะนำไปถึงจุด ฉันคงไม่ยุติพยายาม จะนำน้องเขาไปเขาใหญ่ หรือดงพญา....เย็น”

กล่าวได้ว่ากิจกรรมร้องเพลงโคราชของสมาชิกผู้สูงอายุ
นอกจากเพื่อความบันเทิง การได้พบปะพูดคุย สร้างความสนุกสนานแก่คนวัยเดียวกัน ยังเป็นการ
อนุรักษ์ และร่วมกันสืบทอดขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมอันมีประวัติยาวนานให้ลูกหลานได้ร่วมกัน
ภาคภูมิใจอีกด้วย

7. กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน เรียกว่า “เพื่อนคู่หู” ถือเป็นเรื่องสำคัญ
ในการช่วยเหลือส่งเสริมผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมในกรณีสมาชิกเจ็บป่วย ไม่สามารถมาร่วมกิจกรรม
ชมรมได้ บางส่วนของสมาชิกก็รวมกลุ่มเป็นตัวแทนไปเยี่ยมเยียน มอบยาสามัญประจำบ้าน หรือการ
เชิญอสม.ประจำตำบลร่วมกันไปเยี่ยมบ้านสมาชิกที่สุขภาพไม่แข็งแรง ซึ่งการให้ความสำคัญในความ
เป็นเพื่อนที่ต้องช่วยเพื่อน เป็นสิ่งที่ส่งเสริมกำลังใจ เป็นพลังในการส่งเสริมผู้สูงอายุให้มีพลังพลังใน
ด้านสุขภาพให้ดีขึ้นอย่างมาก

8. กิจกรรมทำยาสูดของแต่ละวันวันจันทร์-วันศุกร์ ช่วงเวลา 17.00-
18.00 น. กิจกรรมในช่วงเย็นสมาชิกทุกคนพร้อมกันมาออกกำลังกายด้วยไม้พลองที่ลานศาลเจ้าพ่อ
หลักเมือง โดยประธานชมรมและแกนนำชมรมเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม เมื่อครบเวลากิจกรรมออกกำลังกาย
ในช่วงเย็นสมาชิกก็แยกย้ายกันกลับที่พักอาศัยตน

9. กิจกรรมการแข่งขันกีฬาสามัคคี เป็นการส่งเสริมด้านสุขภาพให้
สมาชิกมีการร่วมกันฝึกซ้อมกีฬา การคัดเลือกตัวแทนนักกีฬาร่วมกัน ซึ่งเป็นการแข่งขันกระชับมิตร
กับภาคีเครือข่ายที่ร่วมกันสนับสนุนชมรมผู้สูงอายุ เป็นการจัดกิจกรรมประจำปีที่ลานศาลเจ้าพ่อหลัก
เมืองและลานกีฬาโรงพยาบาล โดยกีฬาที่ส่วนใหญ่มีการแข่งขันกัน ได้แก่ การเดิน-วิ่งประจำปี การ
แข่งขันการละเล่นพื้นบ้าน เป็นต้น

2. ด้านการมีส่วนร่วม

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย จัดให้มีกิจกรรมในการส่งเสริม
ศักยภาพผู้สูงอายุในด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมที่สำคัญผ่านการจัดกิจกรรมทางศาสนา
ด้านวัฒนธรรมท้องถิ่น การบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ในชุมชน ชมรมได้จัดกิจกรรมสืบทอดเพลง
โคราชและการละเล่นพื้นบ้าน โดยมีการฝึกฝนและจัดแสดงในงานประเพณี ช่วงเทศกาลสำคัญ และ
จัดร่วมกับภาคีเครือข่ายชุมชน เช่น ช่วงเทศกาลสงกรานต์ ลอยกระทง วันเฉลิมพระชนมพรรษา

เทศกาลท่องเที่ยวประจำปีพิมาย เป็นต้น ชมรมมีการร่วมทำบุญในเทศกาลสำคัญทางศาสนาที่วัดใกล้ชุมชน รวมทั้งการการไปร่วมฟังธรรมในวันพระ บางช่วงของเดือนด้วย ทางด้านการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ การมีส่วนร่วมแลกเปลี่ยนกับผู้สูงอายุต่างวัฒนธรรม อย่างการเดินทางนอกสถานที่ ชมรมมีแผนที่จะจัดให้มีการเดินทางไปศึกษานอกสถานที่ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ในสถานที่สำคัญ เยี่ยมชมการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุอื่น ๆ ในภูมิภาคต่าง ๆ ซึ่งการเดินทางใช้งบประมาณส่วนหนึ่งจากการรวบรวมของชมรมเอง อีกส่วนมาจากการสนับสนุนจากชุมชน อบต. การร่วมทอดผ้าป่าสามัคคีของชมรมกับภาคีเครือข่าย โดยในส่วนของบำเพ็ญประโยชน์เพื่อช่วยเหลือสังคม สมาชิกชมรมมีจิตอาสาในการไปดูแลผู้ป่วยในโรงพยาบาล การจัดตั้งโรงทานแจกจ่ายอาหารให้ผู้ป่วยและผู้มาใช้บริการทั่วไปของโรงพยาบาล การรวมกลุ่มกับภาคีเครือข่ายชุมชนเยี่ยมบ้านผู้ป่วย และการดูแลเบื้องต้นกับผู้ป่วยที่บ้าน และชมรมได้จัดสมาชิกที่มีความรู้ความสามารถในด้านต่าง ๆ ทั้งปราชญ์ชาวบ้าน คุณครู เชี่ยวชาญชำนาญการ ไปให้ความรู้ อบรมสมาชิกชมรมในเครือข่ายของจังหวัดทั่วไปด้วย

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพลุฒิปหลังผู้สูงอายุ ในด้านการมีส่วนร่วม สรุปรายละเอียดได้ ดังนี้

1. กิจกรรมการสืบทอดเพลงพื้นบ้านอย่างเพลงโคราช เป็นกิจกรรมของกลุ่มสมาชิกที่ร่วมกันฝึกซ้อมในแต่ละวัน บางครั้งช่วงสาย ในบางวันช่วงก่อนออกกำลังกายในช่วงเย็น เป็นกิจกรรมที่สร้างความสนุกสนาน รอยยิ้มรื่นเริงกันในชมรม และในงานเทศกาลประจำปีของชุมชนก็ร่วมในสืบทอดประเพณีวัฒนธรรมเพลงโคราชแก่นักท่องเที่ยวและคนในชุมชน ทั้งรุ่นเด็ก รุ่นผู้ใหญ่ ซึ่งกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญ สร้างคุณค่าแก่สมาชิกชมรมเป็นอย่างมากด้วย

2. กิจกรรมการทำบุญทอดผ้าป่าสามัคคีร่วมกันกับกลุ่มต่าง ๆ ในชุมชน โดยจัดทุกปี อย่างต่ำปีละ 1 ครั้ง เพื่อเป็นการพบปะพูดคุยกัน ร่วมมือร่วมใจกันสร้างบุญสร้างกุศลในชุมชน ชมรมมีการร่วมทำบุญในเทศกาลสำคัญทางศาสนาที่วัดใกล้ชุมชน รวมทั้งการการไปร่วมฟังธรรมในวันพระ บางช่วงของเดือนด้วย ชมรมส่งเสริมสร้างความเข้มแข็งร่วมกันของ วัด บ้าน และชมรมให้มีความใกล้ชิดผูกพันกัน

3. กิจกรรมชมรมมีการจัดให้สมาชิกชมรมได้เดินทางไปศึกษานอกสถานที่ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้งในสถานที่สำคัญ และเยี่ยมชมการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุอื่น ๆ ในภูมิภาคต่าง ๆ เพื่อเป็นการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ประสบการณ์ให้แก่ผู้สูงอายุ รวมทั้งการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมสันทนาการในสถานที่ใหม่ ๆ อีกด้วย

4. ชมรมผู้สูงอายุได้สนับสนุนให้สมาชิกชมรมผู้ที่เป็นปราชญ์ชาวบ้านได้มีส่วนในการถ่ายทอดองค์ความรู้พื้นบ้านทั้งให้แก่สมาชิกในช่วงต่าง ๆ ของวัน ในแต่ละเดือน 2-3 วัน ได้มาบรรยายความรู้ และสนับสนุนให้ปราชญ์ชาวบ้านได้เป็นวิทยากรอบรมให้แก่ภาคส่วนต่าง ๆ ของชุมชนอย่างสม่ำเสมอ พร้อมทั้งสนับสนุนทรัพยากรในการอบรมเพิ่มเติมแก่ชุมชนด้วย

กล่าวได้ว่าผู้มีความรู้ท้องถิ่น ผู้เป็นปราชญ์ชาวบ้าน มีความสามารถในการวิถีพื้นบ้านท้องถิ่นอีสานมีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อสมาชิกผู้สูงอายุในชมรม ดังรายละเอียดน่าสนใจ

“คุณลุงประจวบ หมอก็เป็น ถือว่าเป็นปราชญ์ชาวบ้านคนหนึ่งที่ชมรมภาคภูมิใจ ท่านทำงานด้านงานส่วนรวมมากมาย เป็นครูถ่ายทอดความรู้ช่วยงานท้องถิ่นมาตลอด ท่านเก่งหลายด้านทางอำเภอเชิญท่านไปบรรยายทั้งด้านหมอพื้นบ้าน ความรู้สมุนไพร สรรพคุณยาต่าง ๆ ชมรมได้ความรู้ที่ท่านมาบรรยายให้สมาชิกอยู่ตลอด ความรู้การดูแลตัวเองด้วยสมุนไพรในครัวเรือน ต้นไม้เป็นยารักษาโรค การดูแลตัวเองได้อย่างง่าย ๆ ไม่ต้องไปหาหมอ หายากินที่โรงพยาบาล ท่านเป็นผู้มีความรู้พร้อมหลายด้าน”
(นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์, ประธานชมรม, สัมภาษณ์, 4 พฤศจิกายน 2558)

5. สมาชิกชมรมมีจิตอาสาบำเพ็ญประโยชน์เพื่อช่วยเหลือสังคม เป็นกิจกรรมที่จัดกลุ่มกันไปในแต่ละเดือนในการไปดูแลผู้ป่วยในโรงพยาบาล และการจัดตั้งโรงทาน แจกจ่ายอาหารให้ผู้ป่วยและผู้มาใช้บริการทั่วไปของโรงพยาบาล

3. ด้านความมั่นคงของชีวิต

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย จัดให้มีกิจกรรมในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุในด้านความมั่นคงของชีวิต ชมรมได้จัดตั้งกองทุนสวัสดิการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย (กองทุนออมวันละ 1 บาท) และกองทุนชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ซึ่งมาจากการทอดผ้าป่าสามัคคีของชมรม รวมทั้งการส่งเสริมอาชีพให้สมาชิกได้มีรายได้ โดยการอบรมทำดอกไม้จันทน์ และมีผลิตภัณฑ์ในชุมชน โดยส่วนหนึ่งของรายได้จากส่วนนี้ให้สมาชิกที่รวมกลุ่มทำงานอีกส่วนก็นำมาสนับสนุนให้ชมรมเป็นประจำ

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุในด้านความมั่นคงของชีวิต สรุปรายละเอียดได้ ดังนี้

1. กิจกรรมกองทุนสวัสดิการผู้สูงอายุออมวันละ 1 บาท โดยมีขั้นตอน ดังนี้

- สมัครสมาชิกกองทุนแรกเข้า 10 บาท
- สะสมสัจจะวันละ 1 บาท
- เมื่อเข้าเป็นสมาชิกครบ 90 วันจะได้รับสวัสดิการ คือ เมื่อเจ็บป่วยนอนโรงพยาบาลจะได้รับเงินชดเชยคืนละ 100 บาท ไม่เกิน 5 คืน ปีละไม่เกิน 2 ครั้ง และได้รับการเยี่ยมบ้าน
- เมื่อสมาชิกเสียชีวิตได้รับเงินคืนเต็มจำนวนเท่าที่สะสมในบัญชีแก่

ผู้รับมรดก

2. กองทุนชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย

กองทุนชมรมผู้สูงอายุ โดยได้มาจากการสนับสนุนหลักจากภาคีเครือข่ายชุมชน และจากการจัดกิจกรรมทอดผ้าป่าสามัคคีประจำปีของชมรม

3. กิจกรรมส่งเสริมอาชีพทำดอกไม้จันทน์ และมีผลิตภัณฑ์ในชุมชน โดยในส่วนของงานประดิษฐ์ชมรมส่งเสริมให้มีวิทยากรมีอบรมการผลิตงานฝีมือ และบางส่วนนำไปกระจายตามศูนย์ OTOP บางส่วนได้รับการสนับสนุนจากศูนย์ราชการในท้องถิ่นอีกด้วย

1.3.4 ภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมภาวะพหุฒิปพลัง

โดยมีรูปแบบในการดำเนินงานร่วมมือกับชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ในด้านสำคัญ ดังต่อไปนี้

1. ด้านสุขภาพ

ภาคีเครือข่ายที่ส่งเสริมด้านสุขภาพของชมรมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย โรงพยาบาลพิมาย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.ชุมชน) สมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยประจำจังหวัด เหล่ากาชาดจังหวัด เป็นต้น

2. ด้านการมีส่วนร่วม

ภาคีเครือข่ายที่ส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วมของชมรมผู้สูงอายุที่สำคัญ ประกอบด้วย ชมรมผู้สูงอายุอำเภอพิมาย ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดสกลนคร องค์การบริหารส่วนตำบลพิมาย ศูนย์ประสานงานภาคเอกชนจังหวัดนครราชสีมา ศูนย์ประสานงานเครือข่ายพัฒนาสังคมจังหวัดนครราชสีมา ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียน (กศน.) และศูนย์ภูมิปัญญาท้องถิ่น

3. ด้านความมั่นคงของชีวิต

ภาคีเครือข่ายที่ส่งเสริมด้านความมั่นคงของชีวิตของชมรมผู้สูงอายุที่สำคัญ ประกอบด้วย การจัดทำทอดผ้าป่าสามัคคีในชุมชนอย่างการร่วมของโรงพยาบาลพิมาย วัดในชุมชน โรงเรียนมัธยมพิมาย องค์การบริหารส่วนตำบลพิมาย ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียน (กศน.) และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.ชุมชน) การส่งเสริมอาชีพจากการสนับสนุนจากศูนย์ประสานงานเครือข่ายพัฒนาสังคมจังหวัดนครราชสีมา องค์การบริหารส่วนตำบลพิมาย เป็นต้น

ส่วนที่ 4 ปัจจัยเงื่อนไขสำคัญของความสำเร็จและอุปสรรคของชมรม

ผู้สูงอายุ

1.4.1 ปัจจัยแห่งความสำเร็จ สำหรับปัจจัยแห่งความสำเร็จที่ส่งผลให้ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายประสบความสำเร็จในการเป็นชมรมต้นแบบที่ส่งเสริมภาวะพหุฒิปพลังผู้สูงอายุไทย ประกอบด้วย ดังนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย มีหลักการบริหารจัดการชมรมที่คณะกรรมการชมรมมีการเปิดโอกาสการมีส่วนร่วมของสมาชิกเป็นลักษณะเพื่อนที่รับฟังเพื่อนรุ่น

เดียวกัน การจัดการถือว่ายึดหลักประชาธิปไตยที่ทุกคนมีความเสมอภาค มีการเปิดรับฟังทุกเสียงของสมาชิก และเป็นชมรมที่มีความยึดมั่นในการสามารถประเมินตรวจสอบการทำงานกิจกรรมต่าง ๆ ได้ การทำงานของคณะกรรมการชมรมมีความเข้มแข็งในด้านความโปร่งใส ตรวจสอบและร่วมมือกันในกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดี

2. สมาชิกชมรมมีลักษณะผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในด้านสำคัญ สมาชิกมีความกระตือรือร้นใส่ใจในข้อมูลต่าง ๆ ที่ตนจะได้รับการส่งเสริม การพัฒนาตนเองต่าง ๆ และมีจิตอาสาคอยช่วยเหลือกันและกัน ตามลักษณะเพื่อนช่วยเพื่อนด้วย เป็นกลุ่มที่มีพลังต่อการส่งเสริมในด้านต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ตั้งแต่การร่วมวางแผนเป้าหมาย ข้อมูลกิจกรรม การลงมือกิจกรรม และการประเมินผล ซึ่งสมาชิกต่างให้ความสำคัญ

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายมีการกำหนดเป้าหมายวัตถุประสงค์ กระบวนการวางแผนเพื่อให้ชมรมมีกรอบการทำงานที่ชัดเจน มีระเบียบแบบแผน โดยที่ทุกขั้นตอนทุกคนที่เกี่ยวข้องทั้งในส่วนชมรมผู้สูงอายุ องค์กรภาคีเครือข่ายก็มีการร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้

4. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ถือว่ามีผู้นำชมรมที่มีลักษณะเด่น มีความเป็นผู้นำสูงในด้านการเสียสละ เป็นผู้มีจิตอาสา เห็นประโยชน์เพื่อส่วนรวมเป็นหลักในการทำงาน การรับฟังความคิดเห็นของสมาชิก การให้ความสำคัญต่อรายละเอียดการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เป็นผู้นำที่สามารถร่วมมือ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับภาคส่วนต่าง ๆ ในชุมชนได้อย่างดี ในการขับเคลื่อนการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุให้สมาชิกที่เป็นผู้สูงอายุนั้นมีศักยภาพในทุกด้าน เพื่อสามารถเป็นที่พึ่งของตนเองได้ต่อไป

5. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย มีการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมภาวะพลัมพลังผู้สูงอายุได้ครบทุกด้านสำคัญทั้งในด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วม และความมั่นคงของชีวิต โดยกิจกรรมมีหลักการพื้นฐานจากองค์ความรู้ที่ต้องการจะเสริมศักยภาพให้ผู้สูงอายุพึ่งพาตนเองได้ สามารถดูแลตนเอง และมีคุณภาพชีวิตที่ดีจากการได้ฝึกกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชมรมกับสมาชิกได้ร่วมกันจัดกิจกรรมขึ้น

6. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย ถือเป็นชมรมผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนและความร่วมมือจากองค์กรภาคีเครือข่าย และภาคส่วนในชุมชนเป็นอย่างดี ทั้งด้านทรัพยากร งบประมาณ และบุคลากรที่เข้ามาฝึกอบรมให้ความรู้ เป็นชมรมผู้สูงอายุที่มีฐานการดำเนินงานจากชุมชนท้องถิ่นเป็นสำคัญ

1.4.2 ปัญหาและอุปสรรค ในส่วนของปัญหาและอุปสรรคที่ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายประสบพบว่า ในด้านการสนับสนุนงบประมาณจากภาครัฐ ที่มีรายละเอียดค่อนข้างมากตามระเบียบราชการทำให้กิจกรรมที่จะพัฒนาสมาชิกบางอย่างที่สำคัญต่อผู้สูงอายุไม่ได้

จัดตามความต้องการ และด้านการส่งเสริมการให้ความรู้ที่สำคัญแก่ผู้สูงอายุยังขาดความต่อเนื่อง ทั้งปัจจัยบุคลากร เอกสารความรู้ต่าง ๆ เทคโนโลยีสนับสนุนการเข้าถึงความรู้ยังมีความขาดแคลนด้วย



ส่วนที่ 5 วิเคราะห์และสรุปเชิงกระบวนการการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยสรุปสาระสำคัญของรายละเอียดการนำเสนอพื้นที่กรณีศึกษาที่ดี ชมรมผู้สูงอายุต้นแบบในการส่งเสริมภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุไทย กรณีศึกษาที่ดี 1 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย อ.พิมาย จ.นครราชสีมา ได้ดังนี้

ตารางที่ 5 สรุปกรณีศึกษาที่ดี 1 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย อ.พิมาย จ.นครราชสีมา

ชมรมผู้สูงอายุ	องค์ประกอบ	กระบวนการส่งเสริม	การจัดการ	รูปแบบการดำเนินงาน
ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมายจังหวัดนครราชสีมา	1.ด้านสุขภาพ 2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม 3.ด้านความมั่นคงและความปลอดภัยในชีวิต	1. การเตรียมการวางแผนการดำเนินงาน และกรอบการพัฒนาที่ชัดเจนในการกำหนดโครงสร้างองค์กรและแนวทางการดำเนินงานของชมรม 2.การมุ่งกระบวนการให้สมาชิกเรียนรู้ในขั้นตอนการจัดกิจกรรมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ 3.การสนับสนุนแกนนำให้ได้ถ่ายทอดความรู้อย่างเต็มที่ 4.การดำเนินงานโดยใช้องค์ความรู้ท้องถิ่นเป็นฐานในการพัฒนาชมรม	คณะกรรมการชมรมเน้นการดำเนินงานให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมโครงการต่าง ๆ ของชมรม	-กิจกรรมการออกกำลังกายในวันธรรมดา (วันจ.-ศ.) ช่วงเวลา 05.00-06.00น. และช่วงเย็น 17.00-18.00น. -กิจกรรมได้แก่ รำไทเก๊ก ไม้พลอง -กิจกรรมร่วมร้องเพลงท้องถิ่น (เพลงโคราช) -กิจกรรมการบรรยายและฝึกอบรมจากองค์กรภาคีเครือข่ายในการดูแลสุขภาพตนเอง (การบริการตรวจสุขภาพประจำปี) -กิจกรรมการบำบัดแนวแพทย์ทางเลือก (การอบรมทำกัวซา) -กิจกรรมการอบรมเชิงปฏิบัติการแก่แกนนำในการส่งเสริมต้นตกรวม ร่วมกันกับอบสม.ในการสร้างเครือข่ายผู้สูงวัยรักซ์ฟัน -กิจกรรมแข่งขันกีฬาสามัคคี ประจำปี -กิจกรรมการสืบทอดเพลงพื้นบ้าน -กิจกรรมการทำบุญทอดผ้าป่าสามัคคีร่วมกันกับกลุ่มต่าง ๆ ในชุมชน โดยจัดทุกปี -กิจกรรมปราชญ์ชาวบ้านถ่ายทอดความรู้ท้องถิ่น -กิจกรรมจิตอาสาบำเพ็ญประโยชน์เพื่อช่วยเหลือสังคม -กิจกรรมกองทุนสวัสดิการผู้สูงอายุออมวันละ 1 บาท -โครงการกองทุนชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย -กิจกรรมส่งเสริมอาชีพ และมีผลิตภัณฑ์ในชุมชน

ตารางที่ 5 สรุปกรณีศึกษาที่ดี 1 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย อ.พิมาย จ.นครราชสีมา (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน	จุดเด่น	ปัจจัยความสำเร็จ	สรุปผลการสังเคราะห์กระบวนการส่งเสริมภาวะพหุพิพลัง
<p>สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเห็นความสำคัญ และต้องการมาร่วมพบปะ พูดคุยกัน ร่วมแลกเปลี่ยนข้อมูลต่าง ๆ ประจำวันในการส่งเสริมการออกกำลังกาย การฝึกอบรม และการบริการตรวจสุขภาพ</p>	<p>การเน้นการมีส่วนร่วมของสมาชิกในกิจกรรม โครงการในด้านการส่งเสริมสุขภาพที่ดีให้แก่สมาชิก และการร่วมกันสืบทอดวัฒนธรรมท้องถิ่นชุมชนให้ดำรงอยู่</p>	<p>1. ผู้นำชมรมที่มีลักษณะเด่น มีความเป็นผู้นำสูงในด้านการเสียสละ เป็นผู้มีจิตอาสา เห็นประโยชน์เพื่อส่วนรวมเป็นหลักในการทำงาน การรับฟังความคิดเห็นของสมาชิก การให้ความสำคัญต่อรายละเอียดการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เป็นผู้นำที่สามารถร่วมมือ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับภาคส่วนต่าง ๆ ในชุมชนได้อย่างดี ในการขับเคลื่อนการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุให้สมาชิกที่เป็นผู้สูงอายุนั้นมีศักยภาพในทุกด้าน</p> <p>2. สมาชิกมีส่วนร่วมในการกำหนดเป้าหมาย วัตถุประสงค์ กระบวนการวางแผน เพื่อให้ชมรมมีกรอบการทำงานที่ชัดเจน มีระเบียบแบบแผน โดยที่ทุกขั้นตอนทุกคนที่เกี่ยวข้องทั้งในชมรมผู้สูงอายุ องค์กรภาคีเครือข่ายก็มีการร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้ตลอดเวลา</p> <p>3. สมาชิกมีความสัมพันธ์ที่ดีและมีความผูกพันแน่นแฟ้น ส่งผลในการดูแลกันและกัน ความร่วมมือในการดำเนินการต่าง ๆ ของชมรมเป็นไปอย่างดี สมาชิกมีจุดร่วมกันในการพัฒนาชมรมให้เข้มแข็ง</p>	<p>ชมรมต้นแบบกรณีศึกษาที่ดี ที่ 1 มีกระบวนการสำคัญในการส่งเสริมภาวะพหุพิพลังผู้สูงอายุทั้งสามด้านสำคัญ ได้แก่ ด้านสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงในชีวิต โดยผ่านกระบวนการเตรียมการวางแผน การดำเนินงานในการพัฒนาสมาชิกชมรม การส่งเสริมและสนับสนุนแกนนำให้ถ่ายทอดความรู้ ทักษะชีวิตและประสบการณ์ การมุ่งการมีส่วนร่วมของสมาชิก และการมุ่งลงมือทำกิจกรรมด้วยตนเอง</p>

- รายละเอียดประเด็นสำคัญการศึกษาชมรมต้นแบบ ประกอบด้วยรายละเอียด ดังต่อไปนี้
- ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานและลักษณะสำคัญของชมรมผู้สูงอายุ
 - ส่วนที่ 2 สภาพปัจจุบันของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ
 - ส่วนที่ 3 กระบวนการส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ
 - ส่วนที่ 4 ปัจจัยเงื่อนไขสำคัญของความสำเร็จและอุปสรรคของชมรมผู้สูงอายุ
 - ส่วนที่ 5 วิเคราะห์และสรุปเชิงกระบวนการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุ

ตอนที่ 2 พื้นที่กรณีศึกษาที่ 2 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานและลักษณะสำคัญของชมรมผู้สูงอายุ

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ตั้งอยู่ที่ ซอยรังสิต-ปทุมธานี 9 อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี 12130 มีจำนวนประชากรในเขตเทศบาลจากการสำรวจ พ.ศ. 2557 พบว่ามีประชากรทั้งสิ้น 79,319 คน ความหนาแน่นของประชากร 3,800 คน ต่อพื้นที่ 1 ตร.กม. (9,900 คน/ตร.ไมล์) แยกเป็นประชากรชายจำนวน 36,263 คน ประชากรหญิงจำนวน 40,710 คน ประชากรส่วนใหญ่มีอาชีพที่ผสมผสานระหว่างการค้า การอุตสาหกรรม, การบริการ และการพาณิชย์ ปัจจุบันการขยายตัวในภาคอุตสาหกรรม การพาณิชย์ และการบริการอยู่ในอัตราที่สูง ทำให้มีผู้สนใจในภาคการเกษตรอยู่ในอัตราที่น้อยลง

โดยชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ตั้งอยู่ที่อำเภอธัญบุรี ซึ่งแบ่งเขตการปกครองตามพระราชบัญญัติลักษณะปกครองท้องที่ พ.ศ. 2475

แบ่งออกเป็น 6 ตำบล คือ

- | | | | |
|---------------------|------------|---|----------|
| 1. ตำบลประชาธิปัตย์ | ประกอบด้วย | 6 | หมู่บ้าน |
| 2. ตำบลบึงยี่โถ | ประกอบด้วย | 4 | หมู่บ้าน |
| 3. ตำบลรังสิต | ประกอบด้วย | 4 | หมู่บ้าน |
| 4. ตำบลลำผักกูด | ประกอบด้วย | 4 | หมู่บ้าน |
| 5. ตำบลบึงสนั่น | ประกอบด้วย | 4 | หมู่บ้าน |
| 6. ตำบลบึงนักรักษ์ | ประกอบด้วย | 6 | หมู่บ้าน |

และจากข้อมูลกรมการปกครองอำเภอธัญบุรี มีเทศบาลนครจำนวน 1 แห่ง มีเทศบาลเมืองจำนวน 1 แห่ง และเทศบาลตำบลจำนวน 2 แห่ง ได้แก่

1. เทศบาลนครรังสิต (ตำบลประชาธิปัตย์)
2. เทศบาลเมืองสนั่นรักษ์ (ตำบลบึงสนั่น และตำบลบึงนักรักษ์)
3. เทศบาลตำบลธัญบุรี (ตำบลรังสิต และตำบลลำผักกูด)

4. เทศบาลตำบลบึงยี่โถ (ตำบลบึงยี่โถ)

ลักษณะการปกครอง เทศบาลนครรังสิตหรือนครรังสิตเป็นเทศบาลนครในเขตอำเภอธัญบุรีจังหวัดปทุมธานีโดยนครรังสิตเป็นเมืองปริมณฑลที่รองรับการขยายตัวของกรุงเทพมหานครในทางตอนเหนือ ในปัจจุบัน รังสิตกลายเป็นจุดศูนย์กลางในการเดินทางต่อไปยังบางจังหวัดในภาคเหนือภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคตะวันออก

จากข้อมูลการสำรวจประชากรตั้งแต่ปี พ.ศ. 2523 – ปัจจุบัน พบว่าประชากรของเทศบาลเมืองรังสิตได้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่อยู่ในช่วงของวัยทำงาน โดยสาเหตุของการเพิ่มขึ้นนี้มาจากการขยายตัวที่รวดเร็วของเศรษฐกิจและอุตสาหกรรม พื้นที่ที่อยู่อาศัยสำหรับผู้ที่จะไปทำงานหรือเรียนหนังสือที่กรุงเทพฯ เพิ่มขึ้น การขยายตัวของมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ประชากรที่ไม่ได้จดทะเบียนที่เข้ามาทำงานหรือการศึกษาในพื้นที่เป็นจำนวนมาก

ประวัติโดยสังเขปของความเป็นมาของเทศบาลนครรังสิตในปีพ.ศ. 2537 สุขาภิบาลประชาธิปไตยได้ยกฐานะเป็น เทศบาลตำบลประชาธิปไตยตามราชกิจจานุเบกษาเล่มที่ 111 ตอนที่ 94 ลงวันที่ 2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2537 และมีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 2 ธันวาคม พ.ศ. 2537 ต่อมา 2 พฤษภาคมพ.ศ. 2546 เทศบาลตำบลประชาธิปไตยได้จัดตั้งเป็นเทศบาลเมืองและเปลี่ยนชื่อใหม่เป็นเทศบาลเมืองรังสิตการจัดตั้งและเปลี่ยนชื่อเป็นไปตามพระราชกฤษฎีกาประกาศในราชกิจจานุเบกษาเล่มที่ 120 ตอนที่ 36 ก ลงวันที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ. 2546 และในปี 29 เมษายน พ.ศ. 2554 กระทรวงมหาดไทยได้ยกฐานะเป็น “เทศบาลนครรังสิต” จนปัจจุบัน

ลักษณะภูมิประเทศ

สภาพทั่วไปในเขตเทศบาลเป็นที่ราบลุ่ม มีคลองรังสิตประยูรศักดิ์ผ่านกลางแบ่งเขตพื้นที่ออกเป็น 2 ส่วน ซึ่งพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวมีพระราชดำริให้ขุด ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2433 โดยขุดแยกจากแม่น้ำเจ้าพระยาที่ ตำบลบ้านใหม่ อำเภอเมืองปทุมธานี ไปจนถึงเขตอำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก ความยาวโดยประมาณ 38.4 กิโลเมตร มีคลองซอย 14 คลอง อยู่ในเขตเทศบาลนครรังสิตจำนวน 3 คลองซอย ใช้สำหรับส่งน้ำเพื่อประโยชน์ทางกสิกรรมและคมนาคมขนส่ง

เทศบาลนครรังสิตมีเขตการปกครองครอบคลุมพื้นที่ตำบลประชาธิปไตยทั้งตำบล มีเนื้อที่ 20.80 ตารางกิโลเมตร และมีอาณาเขตติดต่อกับเขตองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นข้างเคียงดังต่อไปนี้

ทิศเหนือ ติดต่อกับเขตเทศบาลเมืองคลองหลวงและเขตองค์การบริหารส่วนตำบลคลองสาม (อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี)

ทิศตะวันออก ติดต่อกับเขตเทศบาลเมืองบึงยี่โถ (อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี)

ทิศใต้ติดต่อกับเขตเทศบาลเมืองลำสามแก้วและเขตเทศบาลเมืองคูคต (อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี)

ทิศตะวันตก ติดต่อกับเขตเทศบาลตำบลหลักหก และเขตเทศบาลตำบลบางขุน (อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี)

ลักษณะภูมิอากาศ

มีสภาพภูมิอากาศเหมือนกับจังหวัดทั่วไปในภาคกลาง แบ่งเป็น 3 ฤดู ได้แก่ ฤดูร้อน ตั้งแต่เดือน กุมภาพันธ์ ถึงเดือนเมษายน ฤดูฝนตั้งแต่เดือนพฤษภาคม ถึงเดือนกันยายน และ ฤดูหนาวตั้งแต่เดือนตุลาคม ถึงเดือนมกราคม อุณหภูมิเฉลี่ยตลอดปีอยู่ระหว่าง 28-29 องศาเซลเซียส

สัญลักษณ์ดวงตราเทศบาลนครรังสิต เป็นรูปวงกลม ประกอบด้วย คำว่า “เทศบาลนครรังสิต” “จังหวัดปทุมธานี” รูปรวงข้าว กว๊ายเดี่ยวเรือ และรูปดอกบัวหลวง โดยรวงข้าว แสดงถึงความอุดมสมบูรณ์จากน้ำคลองรังสิต กว๊ายเดี่ยวเรือ แสดงถึงวิถีการดำรงชีวิตของชาวคลองรังสิต รูปดอกบัวหลวงเป็นสัญลักษณ์ที่อยู่คู่กับคลองรังสิตมาแต่โบราณ นอกจากนี้ด้านล่างยังมีเงาของสัตว์พื้นถิ่นปทุมธานีที่เคยพบในพื้นที่ของทุ่งรังสิตในอดีตและได้สูญพันธุ์ไปแล้ว ได้แก่ กวางสมัน หรือเนื้อสมัน ช้างป่า ควายป่า และเสือ ซึ่งลงมาจากป่าเขาใหญ่เพื่อหาอาหารกินบริเวณทุ่งหญ้าอาณาเขตบริเวณรังสิต ซึ่งต่อมาพื้นที่บริเวณนี้ถูกเรียกว่าทุ่งหลวง และทุ่งรังสิต และยังกินพื้นที่ไปถึง เมืองท่าโขลงของ อำเภอกลองหลวง และชื่ออำเภอนองเสือในปัจจุบัน

ลักษณะทางโครงสร้างพื้นฐาน

การคมนาคมประชาชนส่วนใหญ่ใช้ถนนเป็นเส้นทางคมนาคม สภาพถนนส่วนใหญ่ยังต้องปรับปรุง แก้ไข สำหรับเส้นทางคมนาคมที่สำคัญรองลงมาคือ ทางน้ำ ซึ่งเป็นเส้นทางคมนาคมที่สำคัญมากทางหนึ่งในอดีต แต่ในปัจจุบันได้ลดความสำคัญลง เนื่องจากความสะดวกและความคล่องตัวในการคมนาคมขนส่งทางบกมีมากขึ้น แต่อย่างไรก็ตามในปัจจุบันยังมีการคมนาคมขนส่งทางน้ำติดต่อกายในเขตเทศบาลและพื้นที่ใกล้เคียง โดยมีเส้นทางคือ คลอง 1-3 และคลองรังสิตประยูรศักดิ์

ถนนสาธารณะถนนสาธารณะที่อยู่ในความรับผิดชอบของเทศบาลนครรังสิตมีทั้งหมด 131 สาย โดยแยกประเภทถนน ดังนี้

- ถนนในทะเบียนประวัติ จำนวน 171 สาย
- จดทะเบียนทางหลวงท้องถิ่น จำนวน 106 สาย
- ถนนลาดยาง ความยาว จำนวน 3 กิโลเมตร
- ถนนคอนกรีต ความยาว จำนวน 80 กิโลเมตร
- ถนนลูกรัง/หินคลุก ความยาว จำนวน 3 กิโลเมตร
- ถนนคอนกรีตเสริมเหล็ก จำนวน 131 สาย ความยาวรวม 60 กิโลเมตร

- สะพานข้ามคลองมีจำนวนทั้งหมด 24 แห่ง

โทรศัพท์ ปัจจุบันมีการให้บริการอย่างค่อนข้างทั่วถึงในเขตเทศบาล ซึ่งการติดต่อขอใช้บริการโทรศัพท์ในเขตเทศบาลสามารถติดต่อได้ที่บริษัททีโอทีจำกัด (มหาชน) และจากบริษัทเทเลคอมเอเชียคอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

การประปา ในเขตเทศบาลมีการให้บริการน้ำประปาโดย สำนักงานการประปาส่วนภูมิภาครังสิต และการไฟฟ้าหน่วยงานซึ่งให้บริการไฟฟ้าให้แก่ประชาชนในเขตเทศบาลนครรังสิตมี 2 หน่วยงาน คือ การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค อำเภอดัญบุรี และการไฟฟ้าส่วนภูมิภาครังสิต

ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยทรัพยากรดินเทศบาลนครรังสิต มีพื้นที่ 20.80 ตารางกิโลเมตร สภาพโดยทั่วไปเป็นที่ราบลุ่มและมีพื้นที่กว้างขวาง

ในส่วนทรัพยากรน้ำมีคลองรังสิตประยูรศักดิ์เป็นแหล่งน้ำที่สำคัญ และมีคลองซอยแยกย่อย อีกหลายแห่ง ซึ่งการประปาส่วนภูมิภาคได้นำน้ำจากคลองนี้เป็นปัจจัยในการผลิตน้ำประปาเพื่อให้บริการแก่ประชาชนในเขตเทศบาล และประชาชนบางส่วนนำมาใช้บริโภคในชีวิตประจำวันโดยตรง

สิ่งแวดล้อม เนื่องจากพื้นที่ของเทศบาลอยู่ในเขตปริมณฑล มีการขยายตัวทางด้านเศรษฐกิจ อุตสาหกรรม และภาคบริการ ทดแทนภาคเกษตรกรรมอย่างรวดเร็ว ก่อให้เกิดปัญหาสภาพแวดล้อมต่าง ๆ เช่น ปัญหาน้ำเน่าเสีย ปัญหาขยะมูลฝอย ปัญหามลพิษทางอากาศและเสียง ซึ่งทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐ เอกชน และประชาชนในพื้นที่ต้องร่วมมือกันแก้ไข

ในเขตเทศบาลนครรังสิตมีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมเพื่อให้ประชาชนมีสถานที่ในการออกกำลังกายและพักผ่อนหย่อนใจ จำนวนทั้งหมด 11 แห่ง และสนามกีฬาในเขตเทศบาล มีจำนวน 9 แห่ง สวนสาธารณะในเขตเทศบาลนครรังสิต มีจำนวน 8 แห่ง อีกด้วย

ลักษณะทางด้านเศรษฐกิจ เศรษฐกิจเป็นแบบลักษณะผสมผสานระหว่างภาคอุตสาหกรรม ภาคการพาณิชย์ และการบริการ ในปัจจุบันเทศบาลนครรังสิตมีการขยายตัวภาคอุตสาหกรรม การพาณิชย์และภาคการบริการอย่างต่อเนื่อง

อุตสาหกรรมเทศบาลนครรังสิตมีการขยายตัวในภาคอุตสาหกรรมจำนวนมากกระจายตัวอยู่ในพื้นที่ต่าง ๆ โดยแยกขนาดของโรงงานอุตสาหกรรม

ด้านสาธารณสุขและการอนามัย

เทศบาลนครรังสิตมีศูนย์บริการสาธารณสุขของเทศบาล จำนวน 5 แห่ง และในพื้นที่เทศบาลนครรังสิต มีโรงพยาบาล จำนวน 4 แห่ง ดังนี้

- ศูนย์บริการสาธารณสุข 1 (สินสมุทร)
- ศูนย์บริการสาธารณสุข 2 (ชุมชนรัตนโกสินทร์)
- ศูนย์บริการสาธารณสุข 3 (เทพธัญญะอุบลมิตร)

- ศูนย์บริการสาธารณสุข 4 (สิริเวชชะพันธ์อุปถัมภ์)

- ศูนย์บริการสาธารณสุข 5 (อนุกุลธัญกิจอุปถัมภ์)

ด้านการศาสนาและวัฒนธรรม

ในพื้นที่เทศบาลนครรังสิตมีศาสนสถานที่สำคัญ ดังนี้

- วัด จำนวน 3 แห่ง คือ วัดแสงสรรค์ วัดคลองหนึ่งแก้วนิมิต และวัดจันทร์สุข

- โบสถ์ ในคริสต์ศาสนา จำนวน 1 แห่ง คือ โบสถ์พระแม่ชนนี

- ศาลเจ้า จำนวน 6 แห่ง คือ ศาลเจ้าพ่อแห่งเจีย (ใต้เขี้ยวหูกโจ้ว) ศาลเจ้าไต้ฮง

กง ศาลเจ้าพ่อเจ้าแม่คลองรังสิต ศาลหลักเมืองรังสิต ศาลเจ้าพ่อเจ้าแม่ตลาดรังสิต (ศาลเจ้าตลาดหวังหลี่) และศาลเจ้าพ่อเสือ (เมืองใหม่รังสิต)

ด้านการศึกษา

สถานศึกษาในเขตเทศบาลนครรังสิต ประกอบด้วยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กสังกัดเทศบาลนครรังสิต โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา โรงเรียนในสังกัด ส.ป.ช. โรงเรียนเอกชน โรงเรียนสังกัดเทศบาลนครรังสิต มีจำนวนทั้งสิ้นกว่า 25 แห่ง

ด้านชุมชน

เทศบาลนครรังสิตได้จัดให้มีการจัดตั้งชุมชนย่อย เพื่อเปิดโอกาสให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาท้องถิ่นให้มากยิ่งขึ้น โดยมีคณะกรรมการชุมชนเป็นผู้บริหารงานในปัจจุบัน มีชุมชนย่อยทั้งสิ้น 81 ชุมชน

จังหวัดปทุมธานีมีสังคมที่มีความหลากหลายผสมกันไปตามบริบทของพื้นที่สังคมและเศรษฐกิจ โดยรวมมีลักษณะกลายเป็นสังคมกึ่งเมืองอุตสาหกรรม ชุมชนผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตมีจำนวนผู้สูงอายุจำนวน 7,230 คน มีชมรมร่วมอีก 11 ชมรม ครอบคลุม 81 ชุมชน

ส่วนที่ 2 สภาพปัจจุบันของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต อ.ธัญบุรี จ.ปทุมธานี เป็นชมรมผู้สูงอายุที่มีสมาชิกค่อนข้างมาก เป็นชุมชนที่มีพื้นที่ขนาดใหญ่ในเขตเมืองอุตสาหกรรมสำคัญ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตมีจำนวนผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 10,187 คน เพศชาย 4,419 คน เพศหญิง 5,768 คน (สำรวจกรกฎาคม 2557) ประกอบด้วยชมรมผู้สูงอายุย่อยร่วมทั้งหมด 11 ชมรม ครอบคลุม 82 ชุมชน จำนวนสมาชิกชมรมรวมกันจำนวน 7,230 คน แต่ละชมรมมีสมาชิก 200-500 คน มีความหลากหลายในเชิงอาชีพ เชื้อชาติ (บางส่วนมีเชื้อชาติมอญ) วัฒนธรรมของแต่ละกลุ่มชมรมแตกต่างกัน

กล่าวได้ว่าเทศบาลนครรังสิตเป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่ที่เข้ามามีบทบาทในการสนับสนุนชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต จากสภาพความเป็นอยู่ วิถีชีวิตของประชาชน สภาพสังคมและเศรษฐกิจถือว่าเป็นสังคมเมืองขนาดใหญ่ที่มีความหลากหลายสูง มีชุมชน

ในการดูแลค่อนข้างมาก ในส่วนการดูแลและพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มผู้สูงอายุ ได้มีการจัดตั้ง ศูนย์บริการสาธารณสุขรองรับผู้สูงอายุและกลุ่มเด็ก ผู้ด้อยโอกาสไว้ จำนวน 4 แห่ง แต่ยังไม่สามารถ ดูแลประชากรกลุ่มเหล่านี้ได้อย่างครอบคลุมเพียงพอ อีกทั้งยังขาดแคลนบุคลากรทางสาธารณสุขด้วย กล่าวได้ว่า

“การร่วมจัดตั้งเริ่มแรกจากเทศบาลได้มีกิจกรรมออกเป็น 2 งาน แยกกันคือ การจ่ายเบี้ยผู้สูงอายุ กับการจัดงานวันผู้สูงอายุประจำปี ในส่วนการจ่ายเบี้ยผู้สูงอายุจะมี ผู้สูงอายุทยอยมารับเบี้ยจำนวนมาก พื้นที่ของเทศบาลมีขนาดใหญ่ มีการจัดตรวจสอบสุขภาพให้ ผู้สูงอายุในวันนั้นด้วย ทางเทศบาลจะแจ้งข่าวสารข้อมูลให้ทราบโดยตลอด และได้มีแผน วรรณคดีให้ผู้สูงอายุสามารถเลือกช่องทางมารับเบี้ยผู้สูงอายุทาง ATM ของธนาคารเพื่อ บริการให้ผู้สูงอายุ แต่ต่อมาทางเทศบาลเล็งเห็นว่าควรเพิ่มกิจกรรมให้ผ้าสูงอายุได้ทำร่วมกัน ตามที่ผู้สูงอายุสนใจ จากจุดนั้นได้ถามสมาชิกก็เลยร่วมมือจัดตั้งชมรมร่วมกันจากผู้เข้าร่วม ประจำอยู่ 50-200 คน ที่พบเจอประจำเดือน จากสมาชิกจากร้อยเป็นพันในแต่ละชุมชน ตอนนี้อยู่ร่วมกันเป็น 11 ชมรมในชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต” (ไพโรจน์ อินทร์เนื่อง, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 3 สิงหาคม 2558)

บทบาทของเทศบาลนครรังสิตจึงมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาชมรม ผู้สูงอายุ จากการนำบริหารจัดการของนายกเทศมนตรีและคณะกรรมการบริหาร ซึ่งเห็นความสำคัญ และตระหนักในความจำเป็นอย่างยิ่งต่อการจัดการดูแล และการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุในท้องถิ่นที่มีความ ใกล้ชิดกับประชาชน โดยเทศบาลนครรังสิตมีบทบาทเป็นเจ้าภาพหลักในการในการจัดทำ ฐานข้อมูลผู้สูงอายุโดยการสำรวจภาวะการดูแลตนเองในผู้สูงอายุในระดับต่าง ๆ ไว้เป็นฐานข้อมูล เพื่อข้อมูลที่จัดการเหล่านี้สามารถนำมาใช้ในการวางแผนการทำงานในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ปัญหา ในด้านต่าง ๆ และการปรับปรุงการทำงานได้ตลอดเวลา

กล่าวคือ

“อาจจะกล่าวว่า การจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลนครรังสิต เริ่มต้นได้ เพราะหน่วยงานในพื้นที่ อย่างเทศบาลนครรังสิตที่เห็นความสำคัญและเห็นว่าน่าจะส่งเสริม ให้เกิดการรวมกลุ่มผู้สูงอายุจากชุมชนต่าง ๆ จนตั้งเป็นชมรมผู้สูงอายุขึ้นมา เทศบาลนคร รังสิตให้การสนับสนุนทั้งเรื่องเงินงบประมาณในการทำกิจกรรม และได้รับการสนับสนุนองค์ ความรู้ มส.ผส.ซึ่งทุกเดือนกลุ่มผู้สูงอายุก็จะมีการประชุมร่วมกัน โดยจะเป็นการแลกเปลี่ยน เรียนรู้ซึ่งกันและกัน ทั้งการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย กิจกรรมสันทนาการ กิจกรรมสร้างรายได้ ท้องถิ่นที่นี้มีความเข้มแข็ง” (ลุงชั้น รักสูงเนิน, ประธานชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 25 พฤษภาคม 2558)

“เทศบาลนครรังสิตได้ให้อะไรกับสมาชิกเยอะมาก นายกของเรามีวิสัยทัศน์ ปรับปรุงพัฒนา เข้ามาช่วยเหลือชมรมทุกอย่าง ดิถีปัญหาเรื่องอะไร จะเข้ามาช่วยแก้ไข รู้ว่า

มีปัญหาตรงไหน จะเข้ามาช่วยเลย บริหารเทศบาลก็ดี เข้ามาช่วยชมรมเราพัฒนามาก ชมรมเกือบทั่วประเทศมาเยี่ยมชมกิจการของชมรมที่นี่เลย” (สมหมาย ม่วงโมรา, คณะกรรมการชมรม, สัมภาษณ์, 27 พฤษภาคม 2558)

“การมีข้อมูลผู้สูงอายุได้จัดเก็บเป็นฐานข้อมูล จะช่วยให้ผู้นำชุมชนท้องถิ่นได้ตัดสินใจในการเข้ามาช่วยเหลือดูแล การแก้ปัญหาผู้สูงอายุได้รอบด้านจากการที่ผู้นำเห็นความสำคัญของการจัดเก็บข้อมูลผู้สูงอายุเอง สามารถบริหารจัดการข้อมูลได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นระบบ และเป็นการเข้ามามีส่วนการสนับสนุนชมรมอย่างตรงกับปัญหาที่แท้จริงของสมาชิกผู้สูงอายุอีกด้วย”(ไพโรจน์ อินทร์เนื่อง, ที่ปรึกษาชมรมเทศบาลนครรังสิต, สัมภาษณ์, 3 สิงหาคม 2558)

แผนภาพที่ 4 โปรแกรมฐานข้อมูลผู้สูงอายุ

(ดังปรากฏลักษณะโปรแกรมฐานข้อมูลผู้สูงอายุของเว็บไซต์เทศบาลนครรังสิต)



แผนภาพที่ 5 ตัวอย่างระเบียบเทศบาลนครรังสิตว่าด้วยการจัดตั้งและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ พ.ศ. 2556

สำหรับระเบียบของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ถือเป็นกรวางกฎระเบียบที่เป็นระบบ สมาชิกทุกคนได้ร่วมกันรับทราบถึงกฎเกณฑ์ในการอยู่ร่วมกัน รวมทั้งข้อกำหนด ข้อปฏิบัติในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ สิทธิในฐานะสมาชิก การสามารถเข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพ การจัดกิจกรรมสำคัญและสิทธิประโยชน์ในด้านการบริการต่าง ๆ จึงเป็นระบบฐานข้อมูลผู้สูงอายุที่ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตร่วมมือกับเทศบาลนครรังสิตได้พัฒนาขึ้นเพื่อการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุให้ก้าวทันเทคโนโลยีสมัยใหม่เป็นการเรียนรู้พัฒนาตนเองอยู่เสมอ

ตราชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตใช้สัญลักษณ์ของเทศบาลนครรังสิต ซึ่งเป็นไปตามระเบียบเทศบาลนครรังสิตว่าด้วยการจัดตั้งและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ พ.ศ. 2556 เครื่องหมายของชมรมผู้สูงอายุ ต้องมีตราของเทศบาลนครรังสิตและชื่อของชมรม อาทิ ชมรมผู้สูงอายุหมู่ 4 เป็นต้น

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตที่ได้รับการยอมรับในระดับชาติ เป็นชมรมผู้สูงอายุต้นแบบสำคัญ ทั้งเรื่องการบริหารจัดการ กิจกรรมการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในหลายด้าน และการบริการชุมชนท้องถิ่น ดังปรากฏในรางวัลและเกียรติบัตรสำคัญมากมาย ดังต่อไปนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต รางวัลชมรมต้นแบบการดูแลระยะยาว จากศูนย์อนามัยที่ 1 กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ประจำปี พ.ศ.2555
2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ได้รับรางวัลจากกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขให้ได้รับรางวัลชมรมผู้สูงอายุดีเด่น ประจำปี พ.ศ. 2555
3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ได้รับรางวัลจากกระทรวงสาธารณสุขให้เป็นชมรมที่มีการปฏิบัติงานเป็นเลิศ “รองชนะเลิศอันดับที่สอง” ของจังหวัดปทุมธานี ประจำปี พ.ศ. 2556
4. นางน้ำค้าง ทัดกลิ่น สมาชิกชมรมผู้สูงอายุหมู่ 4 เทศบาลเมืองรังสิตได้รับพระราชทาน “รางวัลพระราชทานผู้สูงอายุสุขภาพดีเด่น” ประจำปี พ.ศ. 2556

สำหรับการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ประกอบด้วยชมรมผู้สูงอายุชมรมย่อยอีก 11 ชมรม ที่ได้เข้ามาเป็นสมาชิก

โดยมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุ หมู่ 1
2. ชมรมผู้สูงอายุหมู่ 3
3. ชมรมผู้สูงอายุ หมู่ 4
4. ชมรมผู้สูงอายุ หมู่ 5
5. ชมรมผู้สูงอายุหมู่ 6
6. ชมรมผู้สูงอายุรัตนโกสินทร์ 200

7. ชมรมผู้สูงอายุไต่ฮงกง
8. ชมรมผู้สูงอายุสร้างบุญ
9. ชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านชมพูา-วรางกูล
10. ชมรมผู้สูงอายุศูนย์การค้ารังสิต
11. ชมรมผู้สูงอายุบ้านเอื้ออาทร

โดยชมรมผู้สูงอายุหมู่ 1 จัดกิจกรรม ณ ศูนย์บริการสาธารณสุข 1 (ชุมชนสินสมุทร), ชมรมผู้สูงอายุหมู่ 3 ณ วัดคลองหนึ่งแก้วนิมิต, ชมรมผู้สูงอายุ หมู่ 4 จัดที่ ณ ลานที่ทำการชุมชนมิตรสัมพันธ์, ชมรมผู้สูงอายุ หมู่ 5 จัดกิจกรรมที่ลานชุมชนซอย 10, ชมรมผู้สูงอายุหมู่ 6 จัดกิจกรรม ณ ลานชุมชนซอยดี, ชมรมผู้สูงอายุรัตนโกสินทร์ 200 จัดกิจกรรม ณ สวนสุขภาพเฉลิมพระเกียรติ ซอย 11/3 ชุมชนรัตนโกสินทร์, ชมรมผู้สูงอายุไต่ฮงกง จัดกิจกรรม ณ มูลนิธิไต่ฮงกงรังสิต, ชมรมผู้สูงอายุสร้างบุญ จัดกิจกรรม ณ อาคารกิจกรรมชั้น 10 เทศบาลนครรังสิต, ชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านชมพูา-วรางกูล จัดกิจกรรม ณ ลานอเนกประสงค์ หมู่บ้านชมพูา-วรางกูล, ชมรมผู้สูงอายุศูนย์การค้ารังสิต จัดกิจกรรม ณ ลานศูนย์การค้ารังสิต เทศบาลนครรังสิต และชมรมผู้สูงอายุบ้านเอื้ออาทร จัดกิจกรรม ณ ชุมชนบ้านเอื้ออาทร (ข้อมูลกองงานสวัสดิการเทศบาลนครรังสิต)

จากรายชื่อชมรมด้วยสภาพสมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตที่มีขนาดใหญ่จึงจำเป็นต้องจำแนกเป็นชมรมย่อยอีก 11 ชมรม เพื่อให้สมาชิกสามารถมีความอิสระในการรวมกลุ่ม ความต้องการ ความสนใจตามความพอใจและสะดวกในการเข้าร่วมกิจกรรม

กล่าวได้ว่า

“ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีจำนวนสมาชิกชมรมจำนวนมาก การรวมตัวกลุ่มสมาชิกผู้สูงอายุมาจากความสมัครใจกัน สมาชิกหลายคนมีความชอบ กิจกรรมที่อยากเข้ามาทำต่างกันไป บางท่านสะดวกร่วมกิจกรรมในชุมชนใกล้บ้าน ใกล้วัด เอาความสะดวกใจของท่านเป็นหลัก” (ปราณี ทวีสุข, สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต, สิงหาคม 2558)

“การรวมกลุ่มผู้สูงอายุทำให้ชุมชนมีความเข้มแข็งมากขึ้น โดยผู้สูงอายุทุกคนมีความรู้สึกที่ตัวเองมีคุณค่ามากขึ้น เมื่อมีกิจกรรมที่มาทำร่วมกัน ใครอยู่ใกล้กลุ่มไหนก็ไปรวมกลุ่มกัน ส่วนใหญ่ก็รวมกันตามชุมชนที่ใกล้กัน ให้ผู้สูงอายุได้สนใจมาร่วมกิจกรรม” (นายสุรชัย บรรลือวงศ์, ประธานชมรมผู้สูงอายุบ้านเอื้ออาทร, ตุลาคม 2558)

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ประกอบด้วยชมรมย่อย 11 ชมรมผู้สูงอายุรวมกันเป็นชมรมผู้สูงอายุต้นแบบที่สำคัญแห่งหนึ่งของประเทศ โดยการเลือกประธานชมรมจากการเลือกตั้ง ซึ่งในปัจจุบันประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตคือ ประธานชมรมหมู่ที่ 3 (นายชั้นรักสูงเนิน) ได้รับเลือกตั้งให้ดำรงตำแหน่งและบริหารจัดการชมรมเทศบาลนครรังสิต โดยมีวาระ

ครั้งละ 4 ปี และร่วมบริหารกับคณะกรรมการชมรม โดยชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรม มีรายนามคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ดังต่อไปนี้

1. นายประคอง ผลพิบูลย์ ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ 1
2. นายชั้น รักสูงเนิน ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ 3 (ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต)
3. นางเพ็ญจันทร์ เศาวกาย ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ 4
4. นางสาวอังกค์ ศีลารักษ์ ประธานชมรมชมรมผู้สูงอายุ หมู่ 5
5. นายบุญเสาร์ สิริ ประธานชมรมชมรมผู้สูงอายุหมู่ 6
6. นายสมศักดิ์ สันติยานนท์ ประธานชมรมชมรมผู้สูงอายุรัตนโกสินทร์ 200
7. นายครรชิต นายอมรทิพย์รัตน์ ประธานชมรมผู้สูงอายุไต้ฮงกง
8. นางวันทนี สมจิต ประธานชมรมผู้สูงอายุสร้างบุญ
9. นายเฉลิมชัย สุวรรณทัต ประธานชมรมชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านชมพู-วรางกูล
10. นายลิขิต อุดมยิ่งเจริญ ประธานชมรมผู้สูงอายุศูนย์การค้ารังสิต
11. นายสุรชัย บรรลือวงศ์ ประธานชมรมผู้สูงอายุบ้านเอื้ออาทร

โดยคณะกรรมการของแต่ละชมรมย่อยของชมรมเทศบาลนครรังสิต ประกอบด้วยฝ่ายต่าง ๆ ตามระเบียบชมรมผู้สูงอายุ พ.ศ. 2556 ดังนี้

คณะกรรมการในชมรมย่อยของชมรมเทศบาลนครรังสิต ประกอบด้วย

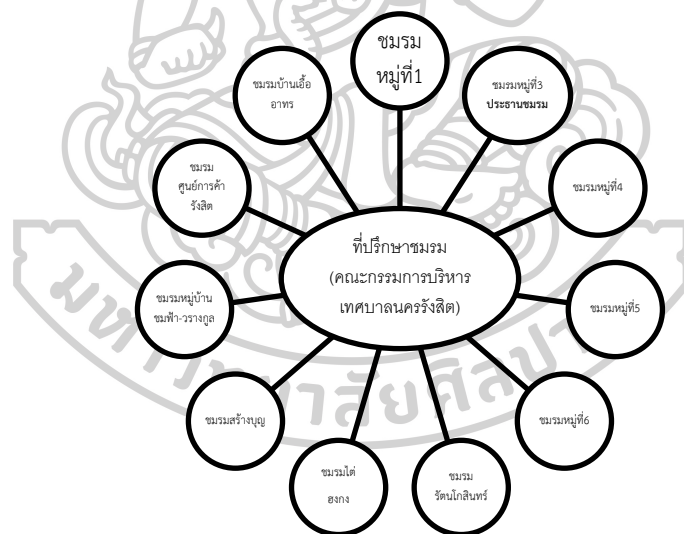
1. ประธานชมรม จำนวน 1 คน และรองประธานชมรม จำนวน 2 คน
2. เลขาธิการชมรม จำนวน 1 คน และผู้ช่วยเลขาธิการ จำนวน 1 คน
3. เหมัญญิก จำนวน 1 คน
4. กรรมการฝ่ายต่าง ๆ จำนวน 5 ฝ่าย ดังนี้
 - ฝ่ายทะเบียน จำนวน 1 คน
 - ฝ่ายปฏิคม จำนวน 1 คน
 - ฝ่ายกีฬาและบันเทิง จำนวน 1 คน
 - ฝ่ายประชาสัมพันธ์ จำนวน 1 คน
 - ฝ่ายสวัสดิการและจัดหารายได้ จำนวน 1 คน

สำหรับการดำรงตำแหน่งจากระเบียบชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต พ.ศ. 2556 พบว่า คณะกรรมการนั้น การดำรงตำแหน่งคราวละ 4 ปี นับแต่วันเลือกตั้งหรือแต่งตั้งแล้วแต่กรณี โดยคณะกรรมการพ้นจากตำแหน่งเมื่อ (1) ตาย (2) ลาออก โดยยื่นหนังสือลาออกต่อนายกเทศมนตรี (3) ถึงคราวออกตามวาระ (4) ขาดจากสมาชิกภาพ (5) ขาดประชุมติดต่อกันเกิน 3 ครั้ง และที่ประชุมคณะกรรมการเสียงข้างมากมีมติให้ออก (6) นายกเทศมนตรีสั่งให้ออก

เมื่อปรากฏว่ามีการฝ่าฝืนระเบียบชมรม ประพฤติตนไม่เหมาะสม เช่น ต้องคำพิพากษาถึงที่สุดให้จำคุก เว้นแต่ความผิดที่ได้กระทำโดยประมาท หรือความผิดลหุโทษ หรือกระทำการใด ๆ อันเป็นการฝ่าฝืนต่อความสงบเรียบร้อยหรือศีลธรรมอันดีของประชาชนหรือกระทำการอันก่อให้เกิดความเสียหายต่อชมรมหรือเทศบาล และในกรณีที่ตำแหน่งกรรมการว่างลงก่อนครบวาระให้ประธานชมรมคัดเลือกกรรมการแทนตำแหน่งที่ว่าง เพื่อเสนอนายกเทศมนตรีแต่งตั้ง ภายใน 30 วัน นับจากวันที่ตำแหน่งว่าง และให้ผู้ที่เป็นการกรรมการแทน ดำรงตำแหน่งเท่ากับวาระของกรรมการที่ตนแทนได้

จากรายชื่อประธานทั้ง 11 ชมรมย่อยและภาระหน้าที่ในทุกชมรมต่างก็มีคณะกรรมการชมรมย่อยของตนเองในการบริหารจัดการให้แต่ละชมรมนั้นสามารถขับเคลื่อนการจัดกิจกรรมต่าง ๆ การจัดการดูแลสมาชิกในชมรมอย่างทั่วถึงอีกด้วย ซึ่งที่ปรึกษาของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตมีคณะกรรมการบริหารจากเทศบาลนครรังสิต เป็นองค์กรการปกครองท้องถิ่นที่เข้ามาสนับสนุนเป็นองค์กรหลักอย่างเข้มแข็ง

ดังแผนภาพที่ 6 คณะกรรมการบริหารชมรม และที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ดังนี้



แผนภาพที่ 6 คณะกรรมการบริหารชมรม และที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต

กล่าวได้ว่าชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตเป็นชมรมที่จัดตั้งขึ้นด้วยความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนต่าง ๆ ของเทศบาลนครรังสิต การมาร่วมกันทำกิจกรรม การดูแลกันและกัน การร่วมมือขององค์กรภาคีร่วมกันอย่างเข้มแข็ง ส่วนใหญ่สมาชิกผู้สูงอายุจะมีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ผู้สูงอายุที่มีอายุสูงสุดของชมรมจะอยู่ในช่วง 85-90 ปี ที่สามารถร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของชมรมได้ สมาชิกส่วนใหญ่ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ประกอบอาชีพหลากหลาย มีทั้ง

ข้าราชการเกษียณอายุ แม่บ้าน รับจ้างทั่วไป และประกอบอาชีพส่วนตัว เป็นต้น จากการมีชุมชนใหญ่ ชุมชนย่อยมากมายมารวมกัน มีความหลากหลายของเมืองค่อนข้างสูง ดังนั้นลักษณะการจัดการ บริหารชมรมจึงปรับตามความต้องการ ความสะดวก และความเป็นระเบียบ ซึ่งการกำหนดแผนงาน วัตถุประสงค์หลักในการจัดตั้งชมรมจึงมีลักษณะสำคัญ

กล่าวคือ

“วัตถุประสงค์ของชมรม มีสิ่งสำคัญอยู่ที่การส่งเสริมสมาชิก ผู้เป็นผู้สูงอายุที่ยังสามารถทำกิจกรรม มีความสุขในการได้พบเจอคนวัยเดียวกัน มีกิจกรรมเสริมทักษะในชีวิตประจำวัน การส่งเสริมสนับสนุนจึงเป็นเรื่องสำคัญ ชมรมมีเพื่อสมาชิก ต้องตามความเห็นของเค้า อยากให้จัดอะไร ก็กิจกรรมอะไร ตรงนี้ คือส่งเสริมให้ได้มากที่สุด” (คุณตุ้ (สงวนนาม), ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต, สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2558)

จากการให้ความสำคัญต่อการส่งเสริมและพัฒนาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนคร รังสิตผ่านการสนับสนุนด้านกิจกรรมที่มีความหลากหลายตามความต้องการในแต่ละชมรมย่อยที่มีอยู่ สะท้อนการวางวัตถุประสงค์หลักของชมรมที่มุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิต และเสริมศักยภาพผู้สูงอายุในหลายด้าน มีรายละเอียดน่าสนใจ

ตั้งวัตถุประสงค์ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต สามารถสรุปดังนี้

1. เพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกได้ดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม
2. เพื่อเป็นศูนย์กลางในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ ชิงกันและกัน
3. เพื่อส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีและมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันในหมู่สมาชิก
4. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัวและสังคมเพื่อช่วยเหลือสนับสนุนสมาชิกที่ได้รับสิทธิประโยชน์ที่พึงมีพึงได้

ด้านนโยบายชมรมผู้สูงอายุ พบว่า กรอบการทำงานด้านวางนโยบายของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตมีแนวทางการเปิดโอกาสให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้ามามีส่วนร่วมทั้ง การสนับสนุนงบประมาณ ด้านข้อมูลการพัฒนา ด้านการปฏิบัติการ ด้านทรัพยากรต่าง ๆ และการ เชื่อมโยงองค์กรสนับสนุนภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง จากการที่เทศบาลเป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีความใกล้ชิดกับผู้สูงอายุในชุมชน จึงถือเป็นองค์กรต้นแบบของท้องถิ่นที่พยายามเข้ามาสนับสนุนชมรมผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบและมีแบบแผน

ในด้านวางนโยบายได้สรุปจากการสัมภาษณ์เจาะลึก ประเด็นสำคัญกล่าวคือ

“วิสัยทัศน์องค์กรการปกครองส่วนท้องถิ่น ถือเป็นแนวทางที่สำคัญที่ได้ กระจายอำนาจให้ส่วนท้องถิ่นได้ริเริ่มการทำงานเพื่อพัฒนาผู้สูงอายุตามที่กำหนดไว้

ในพรบ. โดยแผนพัฒนามุ่งการจัดกิจกรรมต่าง ๆ การให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุในโอกาสสำคัญต่าง ๆ การให้การสงเคราะห์ เช่น ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยมีการดูแลด้านการเงิน สิ่งของช่วยเหลือ และด้านการส่งเสริมอาชีพ โครงการต่าง ๆ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นมีนักวิชาการ นักพัฒนาชุมชนที่สามารถดูแลการพัฒนางานสังคมด้านผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี และสามารถทำงานประสานกับส่วนกระทรวงพัฒนาสังคมฯ” (นางวนิดา ละม้ายศรี, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต, สัมภาษณ์, 23 ตุลาคม 2558)

ในส่วนกรอบแนวคิดของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ได้วางกรอบแนวคิดในการพัฒนาผู้สูงอายุในชมรม ดังนี้

1. ด้านการส่งเสริมด้านสุขภาพ ถือเป็นด้านที่สำคัญของการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต โดยการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุได้มีการวางระบบบริการสุขภาพ การส่งเสริมการให้ความรู้ป้องกันโรค การรักษาพยาบาล ยึดหลักในการส่งเสริมการดูแลรักษาสุขภาพตนเอง รวมทั้งการนำเสนอกิจกรรมส่งเสริมด้านสุขภาพให้กับสมาชิก
2. ด้านการส่งเสริมความสัมพันธ์ของคนกลุ่มต่าง ๆ ในชุมชน ให้เกิดความรักความสามัคคีในท้องถิ่น การจัดกิจกรรมให้กลุ่มต่าง ๆ ในชุมชนทั้งสมาชิกผู้สูงอายุ เด็กเยาวชน ผู้ด้อยโอกาส เป็นต้นได้มาร่วมกันทำกิจกรรมเพื่อชุมชนท้องถิ่น
3. ด้านการส่งเสริมการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมจากรุ่นปู่ย่าตายายสู่คนรุ่นลูกหลานในท้องถิ่น ในลักษณะกิจกรรมแบบงานบุญทางศาสนาที่นับถือ การส่งเสริมการทำกิจกรรมร่วมกันของคนหลากหลายวัย (พหุวัย)
4. ด้านการส่งเสริมการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น การสร้างสรรค์งานศิลปะในสาขาต่าง ๆ รวมทั้งการสร้างเสริมการรวมกลุ่มสร้างแหล่งเรียนรู้ร่วมกันของชุมชนท้องถิ่น โดยสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้ผู้สูงอายุตามความต้องการเป็นหลักสำคัญ
5. ด้านการตระหนักเห็นคุณค่าผู้สูงอายุ ส่งเสริมการเคารพและเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุที่มีต่อชุมชน สังคม จากการจัดงานวันผู้สูงอายุแห่งชาติ โดยชมรมจะจัดในช่วงวันทำบุญปีใหม่ไทย 12-18 เมษายน ของทุกปี
6. ด้านการส่งเสริมการหารายได้ให้แก่สมาชิกผู้สูงอายุ การส่งเสริมการสร้างงาน การอบรมพัฒนาอาชีพให้แก่ผู้สูงอายุและกลุ่มต่าง ๆ ในท้องถิ่นตามศักยภาพเพื่อการพึ่งพาตนเองได้อย่างแท้จริง

กล่าวได้ว่า

“กรอบการพัฒนาเป็นแนวทางที่สำคัญที่จะพัฒนาชมรมให้มีทิศทาง การเป็นต้นแบบต้องมีแนวทางการจัดการที่ชัดเจน การสนับสนุนด้านงบประมาณ ทรัพยากร ความพร้อมทุกด้านเป็นสิ่งจำเป็นมาก โดยการสนับสนุนจากทีมผู้บริหารเทศบาลที่มีความจริงใจ

ใส่ใจ การดูแลผู้สูงอายุที่เป็นเหมือนพ่อแม่ ญาติพี่น้องตรงนี้ทำให้กรอบการพัฒนาชัดเจนยิ่งขึ้น คือสิ่งที่เทศบาลนครรังสิตโดดเด่น” (พีดี (สงวนนาม), ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต, 21 สัมภาษณ์ สิงหาคม 2558)

จากกรอบการพัฒนาของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีนโยบาย กรอบแนวคิดในการมุ่งส่งเสริมการพัฒนาภาวะพลัดพลังแก่สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ โดยอยู่ภายใต้การส่งเสริมในสามองค์ประกอบสำคัญ คือ มุ่งส่งเสริมด้านสุขภาพดี การมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงของชีวิต อันจะเป็นการทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ชุมชนมีความเข้มแข็ง และเป็นการพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน รวมทั้งการพัฒนาเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าของกลุ่มผู้สูงอายุที่มีต่อชุมชนสังคม การส่งเสริมผู้สูงอายุเป็นภูมิปัญญาของชุมชน การเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมของคนทุกวัย (พหุวัย) ซึ่งสะท้อนการอยู่ร่วมกันของคนทุกวัยและการตระหนักในคุณค่าที่ผู้สูงอายุมีต่อชุมชนท้องถิ่น เป็นกรอบพัฒนาที่สร้างคุณค่าอย่างแท้จริงให้ผู้สูงอายุมีศักยภาพพัฒนาตนเองๆ ได้ตลอดเวลาอีกด้วย

ส่วนที่ 3 กระบวนการส่งเสริมภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่

- 3.1 กลไกการดำเนินงาน
 - 3.2 องค์ประกอบการส่งเสริมเพื่อพัฒนาภาวะพลัดพลัง
 - 3.3 รูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพลัดพลัง
 - 3.4 ภาคิเครือข่ายในการส่งเสริมภาวะพลัดพลัง
- มีรายละเอียดในแต่ละประเด็น ดังต่อไปนี้

3.1 กลไกการดำเนินงาน

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ประกอบด้วย คณะกรรมการดำเนินงาน 2 ส่วนหลัก คือ ประธานชมรมและคณะกรรมการ กับที่ปรึกษาชมรมเทศบาลนครรังสิต โดยการเลือกประธานชมรมและคณะกรรมการชมรม มาจากการเลือกตั้งของชมรมผู้สูงอายุย่อยทั้ง 11 ชมรม มีวาระรอบละ 4 ปี ดังนั้นจากการดำเนินงานที่มีความเป็นประชาธิปไตย การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของสมาชิกชมรมอย่างมาก และการได้รับการสนับสนุนด้านต่าง ๆ อย่างดีจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น อย่างเทศบาลนครรังสิตที่เข้ามาสนับสนุนเป็นที่ปรึกษา รวมทั้งการสนับสนุนจากภาคิเครือข่ายต่าง ๆ อีกด้วย ได้แก่ พัฒนาสังคมจังหวัด เจ้าหน้าที่รพ.สต. อสม. ฯลฯ

2. การจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุโดยการสนับสนุนชุมชนให้มีบทบาทการรวมกลุ่มผู้สูงอายุ สำหรับชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตถือว่าองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครรังสิต) มีบทบาทในการกระตุ้น แนะนำแนวทางให้แกนนำ หรือผู้อาวุโสในชุมชนได้ชักชวนผู้สูงอายุในวัยใกล้เคียงกันที่มีความชอบ ความต้องการสนใจในการจัดกิจกรรมเพื่อรวมกลุ่มจัดตั้ง

ชมรมขึ้น รวมทั้งเป็นองค์กรที่ทำหน้าที่เชื่อมประสานการรวมกลุ่มชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรม ให้มีการพัฒนาไปในทิศทางเดียวกัน มีความสามัคคีในหมู่สมาชิกชมรม

กล่าวคือ

“การรวมกลุ่มชมรมผู้สูงอายุพื้นที่เทศบาลนครรังสิต ได้เกิดขึ้นจากความสนใจของท้องถิ่นที่มองเห็นกลุ่มผู้สูงอายุไม่มีการจัดกิจกรรม ขาดด้านวิชาการความรู้ เจ้าหน้าที่ที่จะเข้ามาช่วยเหลือในด้านที่จำเป็นของชมรม เริ่มต้นจากผู้บริหารท้องถิ่นเข้ามาจัดระเบียบและส่งเสริมชมรมจึงพัฒนาไปมาก ตอนนี้เป็นชมรมผู้สูงอายุที่ได้รับการยอมรับจากหลายส่วน” (ประธานชมรมหมู่ที่ 6 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต, สัมภาษณ์, 11 พฤศจิกายน 2558)

3. แกนนำหลักในแต่ละชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรม กล่าวได้ว่า แกนนำประกอบด้วยผู้สูงอายุที่มีความรู้ มีประสบการณ์ในการจัดกิจกรรม โดยแกนนำผู้สูงอายุของชมรมมีลักษณะการทำงานเป็นทีม เป็นการช่วยเหลือให้ความรู้กัน และแกนนำจะมีความกระตือรือร้นในการเสาะแสวงหาความรู้ในการส่งเสริม การพัฒนาชมรม โดยในแต่ละชมรมย่อยจะมีความต้องการ ความสนใจที่ต่างกันไป โดยแกนนำผ่านการเป็นแกนนำชุมชนของตนเองมาด้วย ซึ่งเป็นบทบาทที่ผ่านการยอมรับมาแล้วจากคนในชุมชน มีส่วนทำให้ได้รับการยอมรับจากสมาชิกชมรมผู้สูงอายุอีกด้วย

กล่าวได้ว่าแกนนำมีความสำคัญต่อการส่งเสริมกิจกรรมทุกด้านของชมรม มีรายละเอียดน่าสนใจ คือ

กล่าวน่าสนใจไว้ว่า

“แกนนำชมรมและกรรมการจะมาเตรียมงาน จัดสถานที่กันเอง ในทุกเดือนจะจัดกิจกรรมเวียนตามแต่ละชมรมขอมา มีทั้งกิจกรรมตรวจสุขภาพ ให้ความรู้เรื่องต่าง ๆ สันทนาการ ร้องเพลง เล่นเกมส์กันเองในหมู่ผู้สูงอายุ อยากมีกิจกรรมอะไรก็นำเสนอกันในชมรม สมาชิกพร้อมกันก็เขียนโครงการ กิจกรรมอบรมที่สมาชิกสนใจต่าง ๆ ที่ผ่านมาอย่าง เรียนร้องเพลงไทยสากล ก็เขียนโครงการเชิญวิทยากรภายนอก ท่านเป็นครูเพลงไทยและเคยเชิญวิทยากรมาอบรมอาชีพอีกเยอะมาก ทางแกนนำจะร่วมกับสมาชิกในการคิดว่าจะทำอะไร ในช่วงสองสามเดือนที่ผ่านมาจะมีกิจกรรมอะไรมาให้ความรู้สมาชิกบ้าง ทำเป็นโครงการทุก 4 เดือน เสนอขอใช้งบจากเทศบาลในการสนับสนุน ในรอบ 1 ปี ทางแกนนำจะพัฒนาโครงการต่อไปกับเทศบาลด้วย” (นางรำไพ อุดมศรี, คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุหมู่ 3, สัมภาษณ์, 13 พฤศจิกายน 2558)

กล่าวไว้ว่า

“พี่เข้ามาเป็นนักกิจกรรมของชมรมตอนอายุ 57 ปี ตอนนั้นเราสอนหนังสือเป็นครูโรงเรียน ทางเทศบาลเห็นว่าพี่ทำงานเพื่อส่วนรวม ชอบงานประดิษฐ์ก็ชักชวนให้มาช่วยงานชมรม ตอนแรก ๆ ก็มาเป็นวิทยากรอบรมทำงานใบตอง ทำกระทง พี่เอา

อุปกรณ์มาเอง ตอนสอนสนุกู้จักกัน ้วยใกล้กันไม่เกร็งอะไร สอนมาเรื่อย ๆ พี่ชอบหาอะไรที่
ตอนนั้นน่าจะดี ของสวยงามมาสอน วัศดุธรรมชาติ ทำมาอยู่มาเป็นหลายปี นี้อายุ 60 ปีกว่า
ยังทำงานกิจกรรมชมรมอยู่ตลอด คิดว่าต้นแบบที่ดีต้องทำเอง ต้องกล้าจะทำอะไรใหม่ ๆ
ด้วย มีสิ่งที่เราได้มาจากภายนอกไปสัมมนาที่มาสอนถ่ายทอดให้สมาชิก ” (นางวันทนี
สมจิตร, คณะกรรมการชมรมหมู่ 4, สัมภาษณ์, 11 มกราคม 2559)

กล่าวได้ว่า สมาชิกที่เป็นแกนนำมีประสบการณ์ ความรู้ และเคยมี
บทบาทเป็นแกนนำชุมชน ที่เข้ามามีบทบาทสำคัญในชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต โดยชุมชนถือ
ว่ามีความเข้มแข็ง แกนนำสามารถรวมกลุ่มทำหน้าที่ในการบริหารจัดการงาน กิจกรรม โครงการต่าง ๆ
ของชมรมผู้สูงอายุได้ด้วยดี และสามารถพัฒนาชมรมให้อยู่ในกรอบการพัฒนาที่ได้วางร่วมกันของ
ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต

4. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีการจัดการในด้านอาคารสถานที่ได้
อย่างเหมาะสมและมีความพร้อมต่อการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุอย่างยิ่ง กล่าวคือ การมี
ความพร้อมของอาคารสถานที่ในแต่ละชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรม มีการออกแบบการรองรับกลุ่มผู้สูงอายุ
ใช้งาน เช่น ห้องสุขาที่มีลักษณะเหมาะสมกับการใช้งานของผู้สูงอายุ จำนวนห้องสุขาพอเพียง มีพื้นที่
การจัดกิจกรรมในแต่ละชมรมกว้างขวาง อาคารการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ก็จัดให้มีอุปกรณ์พร้อมในการ
จัดงานกิจกรรม เป็นต้น ซึ่งในส่วนนี้มีรายละเอียดของชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ 3 ในการจัดปรับสถานที่
และสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมภาวะพลัดพลังสำหรับสมาชิกเป็นอย่างยิ่ง ดังต่อไปนี้

ชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ 3 จัดกิจกรรมชมรมที่วัดคลองหนึ่ง (แก้วนิมิต) ที่ตั้ง
หมู่ 3 ซอยรังสิต-นครนายก 4 ตำบลประชาธิปัตย์ อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี จัดเป็นวัดที่เข้ามา
เป็นภาคีสำคัญในการเอื้อเฟื้อเรื่องอาคารสถานที่ในการจัดกิจกรรม โครงการต่าง ๆ ในกับชมรม โดย
เป็นการออกแบบสถานที่ให้เหมาะสมกับการใช้งานของกลุ่มสมาชิกผู้สูงอายุ ได้แก่ ในส่วนทางเดินเข้า
วัด ที่จอดรถสำหรับผู้สูงอายุ ทางลาด ห้องประชุมนอกอาคาร ประตูหลัก บันไดภายนอก บันไดภายใน
อาคาร ทางเดินภายในอาคาร ปานสัญลักษณ์ และห้องน้ำผู้สูงอายุ ถือว่าในการจัดการในเรื่องอาคาร
สถานที่ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตได้มีแนวทางการออกแบบ ความต้องการของชุมชนอย่าง
แท้จริง สามารถจะรองรับกับการใช้งานของกลุ่มผู้สูงอายุ สามารถอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ
และกลุ่มคนพิการในชุมชนเองก็ได้มาใช้ประโยชน์ รวมทั้งคนทุกกลุ่มในชุมชน ทุกคนได้มีส่วนร่วมใน
การเสนอแนวทางออกแบบร่วมกันเป็นรูปธรรมได้อย่างเหมาะสมอย่างดี และได้รับการสนับสนุนด้าน
งบประมาณ ประสานงานติดตามในการทำงานออกแบบอาคารสถานที่ได้อย่างเหมาะสมจากคณะ
ผู้บริหารเทศบาลนครรังสิตอีกด้วย

“ได้เตรียมความพร้อมสิ่งอำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงอายุหลาย
อย่าง ไม่ว่าจะเป็นราวจับบันไดทางขึ้น ห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุ หรือแม้แต่โต๊ะเก้าอี้ใน

ศาลาวัต เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้นั่งฟังเทศน์ฟังธรรม” (นายไพโรจน์ อินทร์เนื่อง,
ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 10 มกราคม 2559)

5. คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุทั้ง 11 ชมรม ที่ร่วมกันบริหารจัดการ
ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีการดำเนินงานอย่างมีเป้าหมายในการพัฒนาส่งเสริมสมาชิกในทุก
ด้านได้ร่วมกันเสนอวัตถุประสงค์ในการดำเนินงานชมรมอย่างมีแบบแผนเป็นรูปธรรม จากการร่วมวาง
ออกเป็น “ระเบียบเทศบาลนครรังสิตว่าด้วยการจัดตั้งและการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ
พ.ศ. 2556” ออกมาเพื่อปฏิบัติร่วมกัน ได้เสนอวัตถุประสงค์ในการดำเนินงานที่เหมาะสมต่อการ
พัฒนาชมรมร่วมกัน ดังนี้

- เพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกได้ดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ
ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม
- เพื่อเป็นศูนย์กลางในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์
ซึ่งกันและกัน
- เพื่อส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันในหมู่
สมาชิก
- เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อ
ตนเอง ครอบครัวและสังคม
- รวมทั้งเพื่อช่วยเหลือสนับสนุนสมาชิกให้ได้รับสิทธิประโยชน์ที่พึงมี
พึงได้

จากการวางวัตถุประสงค์ชมรมและเป้าหมายที่ต้องการให้สมาชิกได้มี
ส่วนร่วมในการออกแบบชมรม ร่วมวางแผนให้ชมรมมีเอกภาพ แม้ว่าจะเป็นชมรมที่มีขนาดสมาชิก
ค่อนข้างมาก ต้องมีการบริหารจัดการกันเองจากชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรม ก็สามารถร่วมกันกำหนดทิศ
ทางการพัฒนาชมรมได้อย่างดี รวมทั้งการส่งเสริมสมาชิกผู้สูงอายุให้ได้พัฒนาตนเองในทุกด้านตาม
สิทธิอันพึงมีของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับกฎหมายรัฐธรรมนูญ และพรบ.เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต
ผู้สูงอายุ การให้ความสำคัญเห็นคุณค่า ศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ที่เท่าเทียมกันของทุกกลุ่ม
อย่างผู้สูงอายุก็ต้องได้รับการเคารพและเห็นคุณค่าสมศักดิ์ศรีความเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณค่าต่อสังคม

6. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตได้ดำเนินการในส่งเสริมการเรียนรู้
และพัฒนาผู้สูงอายุตลอดเวลา โดยผ่านโครงการกิจกรรมต่าง ๆ การเชิญวิทยากรที่มีความรู้
ความสามารถในด้านต่าง ๆ ที่จะพัฒนาสมาชิกให้มีความสุข มีรายได้ และได้มีประสบการณ์ใหม่ใน
ด้านต่าง ๆ อันได้แก่ การเชิญวิทยากรนักร้องเพลงไทย มาช่วยฝึกสอนการร้องเพลงที่ถูกต้อง การเชิญ
วิทยากรงานฝีมือต่าง ๆ ทั้งภายในชุมชนและภายนอกที่มีความรู้ความสามารถมาช่วยเสริมสร้างให้
สมาชิกได้เรียนรู้ และทำให้สามารถไปต่อยอดพัฒนาตนเองสร้างรายได้อีกด้วย เช่น การการทำยา

หม่อง การจัดดอกไม้ การทำกระทงใบตอง การปลูกบัวกระถาง การปลูกพืชผักสวนครัว ทำพวงหรีด การร้อยมาลัยใบเตย และสานตะกร้าทางมะพร้าว เป็นต้น และกล่าวไว้ว่า

“จากการตั้งเป็นชมรมผู้สูงอายุ มีหลายหน่วยงานเข้ามาให้การสนับสนุนเพิ่มมากขึ้น ทำให้เกิดความเข้มแข็งมากขึ้นด้วย เช่น การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีอาชีพเลี้ยงตัวเองได้ ได้แก่ กลุ่มอาชีพทำดอกไม้จันทน์ พวงหรีด กลุ่มเพาะพันธุ์บัว เพาะเห็ด กลุ่มอาชีพเย็บหมอนและกลุ่มอาชีพทำเครื่องประดับ และการปลูกพืชผักสวนครัวเอาไว้ขายและเอาไว้แจกจ่ายกันภายในกลุ่ม” (นางปราณี สว่างนพ, สมาชิกชมรมผู้สูงอายุรังสิต, สัมภาษณ์, 13 พฤศจิกายน 2558)

7. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีการดำเนินการร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่ายอย่างเข้มแข็ง โดยเฉพาะการได้รับการสนับสนุนจากหลายหน่วยงานหลัก องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นอย่าง เทศบาลนครรังสิตที่มีบทบาทเสมือนเป็นพี่เลี้ยง คอยดูแล ให้คำแนะนำ ช่วยส่งเสริมในด้านต่าง ๆ องค์กรทางศาสนา วัดในชุมชนเข้ามาร่วมในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ โรงพยาบาลและ อสม. ที่ได้เข้ามาร่วมให้ความรู้ทางสุขภาพอนามัยแก่สมาชิกชมรม บริการตรวจสุขภาพ และอื่น ๆ องค์กรภาคีเครือข่ายได้เข้ามามีส่วนร่วมในการสนับสนุนชมรมผู้สูงอายุให้สามารถจัดการบริหารงาน การมีกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่อง และสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับการพัฒนาผู้สูงอายุอย่างครบถ้วน

องค์ประกอบในการส่งเสริมเพื่อพัฒนาภาวะพฤฒิพลัง
จุดร่วม

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีการจัดกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพฤฒิพลังในสามด้านสำคัญ ทั้งด้านการส่งเสริมสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงของชีวิต กล่าวคือ ในด้านการส่งเสริมสุขภาพอย่างเช่นกิจกรรมการออกกำลังกายยืดเส้นยืดสาย การบริหารฝ่ามือ 10 ท่า โครงการนวดแผนไทย กิจกรรมสวดมนต์ กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำเดือน ด้านการมีส่วนร่วมมีการส่งเสริมวิทยากรภายนอกมาร่วมอบรมถ่ายทอดความรู้ ทักษะการเสริมสร้างอาชีพ กิจกรรมการร่วมอบรมกับชุมชน ครอบครัว และในด้านความมั่นคงของชีวิตและความปลอดภัย ถือว่ากิจกรรมทั้งการปรับสภาพแวดล้อม อาคารการใช้งานให้สมาชิกผู้สูงอายุที่มีความเหมาะสม กิจกรรมการบริการการออมเงินจากธนาคารชุมชนขององค์กรภาคีเครือข่ายล้วนเป็นการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุได้อย่างดี

2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต เป็นชมรมที่มาจากความร่วมมือของสมาชิกผู้สูงอายุที่มีต้องการและเตรียมการในการดูแลตนเองในด้านต่าง ๆ โดยร่วมกันนำเสนอกิจกรรมที่ตนเองสนใจในการพัฒนาตนเอง ชมรมและการพัฒนาชุมชนที่ตนเองอยู่อาศัยให้เข้มแข็งต่อไป

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ได้มีการวางวัตถุประสงค์ กรอบการวางแผนในการพัฒนาชมรมอย่างเป็นระเบียบแบบแผน และมีการร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุ การพัฒนาในแต่ละด้านอย่างสม่ำเสมอ โดยการจัดการของคณะกรรมการ แกนนำประธานชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรม ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตต่างมีเป้าหมายในการพัฒนาไปพร้อมกัน

จุดเด่น

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตมีลักษณะเด่นหลายประการ ดังนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีการนำเทคโนโลยีทันสมัยในการจัดเก็บฐานข้อมูลสมาชิกผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบ ทำให้การบริหารจัดการข้อมูลสมาชิกสามารถดูแลได้อย่างทั่วถึง สะดวกและเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต รวมทั้งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุได้อย่างรอบด้านมากขึ้น กล่าวได้ว่า การใช้ระบบการจัดเก็บข้อมูลที่ทันสมัยเป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุเป็นอย่างมากทั้งการได้เรียนรู้การใช้เทคโนโลยีอยู่เสมอในการเข้าระบบ ดูข้อมูลรายละเอียดต่าง ๆ ที่รายงานผ่านคอมพิวเตอร์ แล้วยังเป็นการให้บริการที่สื่อกลางสำคัญของการเชื่อมโยงสมาชิกผู้สูงอายุกับข้อมูลที่ทันสมัยตลอดเวลา

2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ได้เปิดโอกาสการมีส่วนร่วมของสมาชิกผู้สูงอายุ จากการร่วมมือกันทำกิจกรรมต่าง ๆ ของชมรม การแบ่งงานกันทำของฝ่ายต่าง ๆ มีความขยัน ตั้งใจในการร่วมมือกันในชมรมเป็นอย่างดี ซึ่งส่งผลต่อความสัมพันธ์ที่ดีและเข้มแข็งระหว่างสมาชิกในชมรมดังกล่าวคือ

“ผู้สูงอายุในต.ประชาธิปไตยที่เป็นสมาชิกชมรมของเทศบาลส่วนมากให้ความสำคัญต่องานส่วนรวม ทุกคนชอบช่วยกัน ใครเก่งด้านไหนก็ออกแรงช่วยด้านนั้น กิจกรรมสังคมทุกคนพร้อมจะช่วยกัน ผู้สูงอายุแก่แค่วัย หัวใจยังดูแลกันและกันอยู่”
(ป้าปราณี สว่างนพ, สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 11 พฤศจิกายน 2558)

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีความเข้มแข็งของหน่วยงานที่สนับสนุนการดำเนินงานของชมรมเป็นอย่างยิ่ง อันได้แก่ เทศบาลนครรังสิต คณะเจ้าหน้าที่สาธารณสุข อสม. โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ถือว่ามีความคล่องตัวในการปฏิบัติงานการดูแล เป็นส่วนสำคัญในการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ ของชมรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้บริหารและบุคลากรที่มีความมุ่งมั่นตั้งใจในการดำเนินงานกับชมรม ทำให้สามารถพัฒนาชมรมผู้สูงอายุได้อย่างต่อเนื่อง

4. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต เน้นเนื้อหาการพัฒนาสมาชิกชมรมผู้สูงอายุให้มีศักยภาพพัฒนาตนเองทั้งร่างกาย จิตใจ รวมทั้งการส่งเสริมการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมกับชุมชนภายนอก กล่าวคือ กิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตมีความหลากหลายปรับเปลี่ยนไปตามความสนใจของสมาชิก และคำนึงถึงประโยชน์ต่อตัวสมาชิกเองเป็นหลักอีกด้วย

เช่น การให้สมาชิกเสนอโครงการอบรมที่กลุ่มมีความต้องการให้ทันกับความรู้ด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ ในยุคสมัยใหม่อยู่เสมอ สมาชิกสามารถร่วมกันหาข้อมูลที่สำคัญต่อการพัฒนาชมรม และการศึกษา เรียนรู้ตลอดชีวิตอีกด้วย

กล่าวไว้ว่า

“กิจกรรมที่ชมรมเทศบาลนครรังสิต ไม่ได้มาจากกลุ่มผู้บริหารอย่างเดียว ทุก 3-4 เดือน จะมีโครงการที่เสนอมาจากสมาชิกกลุ่มต่าง ๆ ในชมรมที่อยากจะชมรมทำอะไรใหม่ ๆ จากความรู้ที่ได้ไปอบรมบ้าง จากการศึกษา ความสำเร็จวิทยากรมีความทันสมัย บางเรื่องสมาชิกส่วนใหญ่เห็นเป็นประโยชน์ รวมตัวเสนอต่อคณะกรรมการก็ทำได้” (นางรำไพ อุตมศรี, คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต, สัมภาษณ์, 13 พฤศจิกายน 2558)

5. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีแกนนำผู้สูงอายุที่มีความสามารถและมีประสบการณ์ในการดำเนินงานกิจกรรมเป็นอย่างดี แกนนำส่วนใหญ่เป็นคนในชุมชนที่ได้รับการยอมรับในความเป็นผู้เสียสละ คอยช่วยเหลือคนในชุมชน และมีความรู้ในด้านต่าง ๆ ในการเป็นแกนนำสำคัญช่วยดำเนินงานของชมรมให้ขับเคลื่อนไปได้ด้วยดี กล่าวไว้ว่า

“ครูเกษียณในชมรมก็มีมาก แม่บ้านที่ขอมาช่วยงานชมรมสมัยแรกๆ ก็เยอะ อาชีพเจ้าของกิจการก็มี มาจากสมัครใจอยากช่วย อยากทำงานกับชมรม แกนนำไม่มีรายได้ มาด้วยความชอบ ความทุ่มเทในกิจกรรมที่อยากให้ชมรมพัฒนา บางคนไปเรียนไปอบรมเสียเงินต่างหากมาสอนสมาชิกเพิ่มเติมก็มี เลยเป็นเรื่องที่พูดได้ว่าต้องชอบมีใจเสียสละกับการทำงานชมรม” (นางสมควร แก้วกาโก, คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 14 มกราคม 2559)

การประเมินผล

สำหรับการประเมินผลของการจัดกิจกรรม ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มุ่งพัฒนาความร่วมมือกับสมาชิกอยู่ตลอด ในทุกเดือนสมาชิกจัดประชุมพูดคุยกัน สอบถามในปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินงาน และจัดกิจกรรมของชมรม สมาชิกสามารถแสดงความคิดเห็นในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้ร่วมกันจัดขึ้น รวมทั้งการสรุปเนื้อหาในกิจกรรมพัฒนาด้านต่าง ๆ อีกด้วย เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกผู้สูงอายุได้ร่วมกันมีส่วนร่วมในการประเมินผลกิจกรรม และตรวจสอบการดำเนินงานในการประชุมที่มีขึ้นทุกเดือนอีกด้วย

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต กล่าวได้ว่ามีการจัดกิจกรรมที่ได้ส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุให้เป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพลังในสามด้านสำคัญ ประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมและด้านความมั่นคงในชีวิต ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่จะส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทย รายละเอียดการส่งเสริมในสามด้านสำคัญ ดังต่อไปนี้

1. ด้านสุขภาพที่ดี

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต จัดให้มีกิจกรรมส่งเสริมศักยภาพสมาชิกผู้สูงอายุในด้านการส่งเสริมสุขภาพ โดยการจัดกิจกรรมด้านสุขภาพหลากหลายในแต่ละเดือน กิจกรรมสุขภาพเริ่มตั้งแต่การเชิญเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ร่วมกับ อสม. ประจำเทศบาลร่วมตรวจสุขภาพประจำเดือน การจัดกิจกรรมของชมรมเทศบาลนครรังสิตจะจัดเดือนละ 2 ครั้ง ในการตรวจสุขภาพจะเป็นกิจกรรมแรกช่วงเช้า การจัดกิจกรรมชมรมจะพบกันเดือนละ 2-3 วัน ส่วนใหญ่จะเป็นสัปดาห์แรกและสุดท้ายของเดือน การจัดวันกิจกรรมเหล่านี้จะเป็นการวางแผนตามปฏิทินของชมรมที่คณะกรรมการจะเสนอกิจกรรมตลอดทั้งปีในแต่ละช่วงว่าจะจัดขึ้นในเดือนต่าง ๆ วันใดบ้าง และแจ้งไปยังแกนนำเพื่อบอกกล่าวแก่สมาชิก รวมทั้งแจ้งข่าวในการประชุมใหญ่ของชมรมประจำปีอีกด้วย กิจกรรมด้านสุขภาพจัดให้มีตลอดทั้งวัน เริ่มจากกิจกรรมตรวจสุขภาพ การบรรยายให้ความรู้เรื่องสุขภาพทั่วไป โรคเรื้อรังกับการดูแลตัวเอง และสภาพโรคที่เกิดขึ้นในช่วงสถานการณ์ประจำวัน ซึ่งจะให้ความรู้โดยคณะแพทย์ พยาบาลจากโรงพยาบาล รวมทั้งการบรรยายจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขด้วย (การบรรยายจะสลับสับเปลี่ยนการปฏิบัติกันไปแต่ละเดือน และในแต่ละชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรม) ช่วงต่อมาจะเป็นกิจกรรมออกกำลังกาย ในส่วนนี้ของชมรมจะเริ่มจากกิจกรรมออกกำลังกายยืดเส้นสาย กิจกรรมเข้าจังหวะ การร้องเพลงชมรมร่วมกัน ในช่วงเที่ยงจะพักรับประทานอาหารร่วมกัน หลังจากนั้นช่วงบ่ายจะเป็นกิจกรรมบรรยายต่าง ๆ กิจกรรมภาคปฏิบัติตามที่สมาชิกสนใจจะเข้าร่วม และนำเสนอกิจกรรมต่อชมรมผู้สูงอายุภาพ



ตารางที่ 6 กิจกรรมด้านสุขภาพ

กิจกรรม	ช่วงเวลา	สถานที่
1. กิจกรรมสวดมนต์เช้า 2. กิจกรรมยืดเส้นยืดสายร้องเพลงประกอบทำทาง	ช่วงเวลา 8.00น.-9.00น. วันแรกของสัปดาห์กับวัน สุดท้ายของสัปดาห์ (เดือนละ 2-3 ครั้ง)	ชมรมย่อยของชมรมผู้สูงอายุทั้ง 11 ชมรม ประกอบด้วย - ณ ศูนย์บริการสาธารณสุข 1 (ชุมชน สินสมุทร) - ณ วัดคลองหนึ่งแก้วนิมิต - ณ ลานที่ทำการชุมชนมิตรสัมพันธ์ - ณ ลานชุมชนซอย 10 - ณ ลานชุมชนซอยดี - ณ สวนสุขภาพเฉลิมพระเกียรติ ซอย 11/3 - ณ มุลินีใต้ฮงกงรังสิต - ณ อาคารกิจกรรมชั้น 10 เทศบาลนคร รังสิต - ณ ลานอเนกประสงค์ หมู่บ้านชมพู- วรางกูล - ณ ลานศูนย์การค้ารังสิต เทศบาลนคร รังสิต - ณ ชุมชนบ้านเอื้ออาทร
3. กิจกรรมออกกำลังกายด้วย ท่าการบริหารมือฝ่ามือบำบัด โรค 10 ท่า	ช่วงเวลา 9.00น.-9.30น. (30 นาที)	ชมรมย่อยของชมรมผู้สูงอายุทั้ง 11 ชมรมของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนคร รังสิต ตั้งสถานที่ข้างต้น

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะสุขภาพผู้สูงอายุใน
ด้านสุขภาพ สรุปรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมเริ่มต้นวันแรกและวันสุดท้ายของเดือนตามตารางปฏิทิน
กิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุที่ได้มีการประชุมกำหนดวันและเวลาในการจัดกิจกรรมไว้ โดยช่วงเวลาเข้า
กิจกรรมจะเริ่มเมื่อเวลา 8.00น. และจบกิจกรรมในช่วงเย็นเวลา 16.00น.

2. กิจกรรมช่วงเช้า เวลา 8.00น.-9.30น. สมาชิกทุกคนเข้ามาลงทะเบียนการตรวจสุขภาพ โดยคณะเจ้าหน้าที่สาธารณสุข พยาบาล หรือ อสม. ร่วมกันบริการสมาชิกชมรม โดยการตรวจเริ่มจากการวัดน้ำหนัก-วัดรอบเอว วัดความดัน วัดอัตราการเต้นของหัวใจ

ในช่วงเวลา 9.30น.-12.00น. กิจกรรมสวดมนต์เช้า กิจกรรมออกกำลังกายและการให้ความรู้เรื่องสุขภาพโดยคณะแพทย์ พยาบาล จากโรงพยาบาล สำหรับการจัดกิจกรรมตรวจสุขภาพแกนนำจะร่วมบันทึกข้อมูลรายละเอียดของสมาชิกทุกท่านในฐานข้อมูลสมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตไว้ในเว็บไซต์ของเทศบาลนครรังสิต เพื่อให้สมาชิกได้มีข้อมูลในการตรวจสุขภาพรายเดือนไว้ในการประเมินตนเอง และทางคณะกรรมการชมรมใช้เป็นแนวทางการส่งเสริมสุขภาพแก่สมาชิกได้อีกด้วย

สำหรับรายละเอียดการจัดกิจกรรมออกกำลังกายของแต่ละชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรม ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต มีความน่าสนใจดังนี้

กล่าวคือ กิจกรรมออกกำลังกายจะเริ่มหลังจากการสวดมนต์เช้าประมาณใช้เวลา (10-15 นาที) ต่อด้วยกิจกรรมยืดเส้นยืดสายด้วยการออกกำลังกายท่าบริหารฝ่ามือ บำบัดโรคทั้ง 10 ท่า ซึ่งกิจกรรมนี้ใช้เวลาประมาณ 30-40 นาที การนำกิจกรรมออกกำลังกายโดยแกนนำของชมรมเป็นหลัก ต่อจากนั้นจะมีการร้องเพลงสลับการพูดคุย สำหรับชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตได้มีเพลงประจำชมรมที่สมาชิกร่วมกันร้องเพลงเป็นประจำ และมีการร้องรำเพลงรำวงที่ได้แต่งขึ้นมาเพื่อสมาชิกร่วมกันขับร้อง ร้องรำเพลงในช่วงพักกิจกรรมต่าง ๆ อีกด้วย เนื้อหาทั้งเพลงประจำชมรมและ เพลงรำวง มีความสนุกสนานเน้นความบันเทิงในหมู่คณะด้วย

ต่อจากนั้นช่วงเวลา 10.30น.-12.00น. เป็นกิจกรรมการบรรยายการฝึกอบรมจากวิทยากรในด้านส่งเสริมสุขภาพ การดูแลตนเองทั้งจากแพทย์ พยาบาล ผู้มีความรู้ในด้านสุขภาพทั้งสุขภาพร่างกายและจิตใจ ซึ่งการส่งเสริมด้านสุขภาพจะมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลกับสมาชิกแต่ละคนได้ซักถามพูดคุยกันในปัญหาสุขภาพของตนอีกด้วย ดังรายละเอียดน่าสนใจ กล่าวคือ

กล่าวว่า

“เราต้องเตรียมความพร้อมทุกอย่างที่จะเอื้ออำนวยให้ผู้สูงอายุเข้ามาอยู่ในชุมชน และผู้สูงอายุก็จะเข้ามามีบทบาทในชุมชนมากขึ้น ร่างกายเขาก็จะแข็งแรง สังคมของเขาก็จะดีชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี คือรูปแบบของชุมชนที่เอื้อต่อผู้สูงอายุ ในการรวมกลุ่มพบปะร่วมกันทำกิจกรรม” (นายแพทย์วิชัย โรจนวิรัช, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 18 ธันวาคม 2558)

3. เวลา 12.00น.-13.00น. พักรับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน โดยสมาชิกผู้สูงอายุจะร่วมกันรับประทานอาหารและพูดคุยแลกเปลี่ยนเรื่องราว ข้อมูลข่าวสารกันใน

ช่วงเวลาพักกลางวัน สมาชิกชมรมบางท่านจะนำอาหาร หรือของว่าง สมุนไพรสุขภาพต่าง ๆ มาแบ่งปันกับสมาชิกในชมรมอีกด้วย

4. ในช่วงบ่ายหลังจากรับประทานอาหารกลางวันจะเป็นการร่วมกิจกรรมพักผ่อนตามอัธยาศัย กิจกรรมช่วงบ่ายจะเริ่มเวลาประมาณ 14.00 น.-16.00น. ในส่วนกิจกรรมภาคบ่ายจะเป็นการส่งเสริมกิจกรรมการฝึกฝนร้องเพลง การรำวง และกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านอาชีพ งานอดิเรกแก่ผู้สูงอายุ

สำหรับการฝึกฝนร้องเพลงจะเป็นกิจกรรมที่สมาชิกได้นำเสนอจัดอยู่ในตารางปฏิทินกิจกรรมชมรมแทบทุกเดือนที่จัดกิจกรรมชมรมของเทศบาลนครรังสิต เนื่องจากสมาชิกส่วนใหญ่มีความสนใจในการฝึกฝนร้องเพลงกันเพื่อความสนุกสนานบันเทิง สร้างรอยยิ้มในหมู่คณะสมาชิกชมรม โดยจะมีการเชิญวิทยากรภายนอกทั้งเป็นครูร้องเพลง ศิลปินที่เป็นที่รู้จักมาถ่ายทอดการร้องเพลงในบทเพลงร่วมสมัย และทางภาคีเครือข่าย ได้แก่ ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุ เทศบาลนครรังสิตได้เล็งเห็นการส่งเสริมสุขภาพจิตใจด้วยการร้องเพลงแก่สมาชิกผู้สูงอายุ จึงได้มีโครงการร่วมกับชมรมผู้สูงอายุบ่อยครั้งในการจัดโครงการฝึกสอนร้องเพลงต่าง ๆ ขึ้น และโครงการการฝึกสอนร้องเพลงได้สร้างความผ่อนคลาย กิจกรรมเพื่อความบันเทิง ได้เชื่อมโยงสมาชิกผู้สูงอายุให้มีสุขภาพจิตใจที่ดี มีความสดชื่นแจ่มใส และยังเป็นการสร้างความเข้มแข็งในชมรมให้สมาชิกชมรมรักและสามัคคีกันด้วยเสียงเพลง แห่งความสุขร่วมกัน

5. กิจกรรมในช่วงบ่ายถือได้ว่าเป็นกิจกรรมภาคปฏิบัติที่ให้สมาชิกได้มีส่วนในการลงมือในกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านสุขภาพ และยังมีกิจกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพสำคัญ ได้แก่ กิจกรรมการอบรมนวดแผนไทยให้แก่สมาชิก ซึ่งโครงการนี้ก็จะมีการถ่ายทอดจากสมาชิกชมรมผู้สูงอายุที่มีความรู้ ความสามารถในการนวดแผนไทยมาถ่ายทอดเป็นรายชั่วโมงในแต่ละครั้งที่จัดกิจกรรมชมรม ถือได้ว่าเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านการดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างง่าย สามารถนำไปใช้ดูแลตนเองที่บ้านของสมาชิกได้ และยังเป็นส่งเสริมด้านความมั่นคงแก่ชีวิตของผู้สูงอายุอีกด้วย จากการฝึกอบรมนวดแผนไทยสามารถนำไปเป็นอาชีพสร้างรายได้เสริมแก่สมาชิกอีกด้วย

6. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ได้มีกิจกรรมร่วมกันของสมาชิกในทุกๆ 3-4 เดือนจะร่วมกันไปเยี่ยมเยียนสมาชิกที่เจ็บป่วย บางท่านป่วยด้วยโรคเรื้อรังหาหน้าหายตาไปจากชมรม สมาชิกจะร่วมกันบริจาคเงินเล็ก ๆ น้อย ๆ ไปซื้อข้าวของไปเยี่ยมสมาชิกที่ประสบความยากลำบาก ไม่สามารถมาร่วมกิจกรรมของชมรมได้บ่อย การร่วมกันไปเยี่ยมเยียนสมาชิกชมรมถือว่าเป็นพลังที่สร้างความเข้มแข็งของชมรมผู้สูงอายุที่ตั้งเป้าหมายไว้ว่าเราต่างเป็นกลุ่มที่มาด้วยกันด้วยใจ คอยดูแลกันในคนวัยเดียวกัน ดังกล่าวไว้ว่า

“สมาชิกบางคนหายไปนาน เราติดตามกันไม่ทอดทิ้ง บางคนหายไปเลยก็มี จะจัดกลุ่มคนในชมรมไปเยี่ยมกันตลอด เต็มปากของกินบ้าง ข้าวสาร ของใช้

จำเป็นพวกเขาอะไรก็ฝากร่วมมาได้ คนในชมรมช่วยกันไม่ห่าง ส่วนใหญ่เป็นโรคคนแก่ มีอยู่แล้ว เบาหวาน ความดัน หัวใจ เราไปเยี่ยมที่บ้านได้กำลังใจ พุดคุยกันส่งเสียงรอยยิ้ม อันนี้ก็พอแล้วในกลุ่ม” (นางรำไพ อุดมศรี, คณะกรรมการชมรม, สัมภาษณ์, 13 พฤศจิกายน 2558)

7. กล่าวได้ว่าชมรมผู้สูงอายุได้จัดกิจกรรมส่งเสริมด้านสุขภาพแก่สมาชิก ทั้ง 11 ชมรมย่อยที่ทุกชมรมย่อยจะมีแนวทางกิจกรรมในแบบเดียวกัน โดยกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่วมกันที่จัดขึ้นของทั้ง 11 ชมรมย่อย คือการจัดแข่งขันกีฬาระหว่างชมรมทั้ง 11 ชมรม รูปแบบกีฬาจะเป็นกิจกรรมที่เป็นการออกกำลังกายไม่หนักมากทั้ง การแข่งขันความพร้อมเพรียงทำบริหารมือ การแข่งขันคณะกรรมการขับร้องเพลงหมู่คณะ เป็นต้น ซึ่งจะจัดการส่งเสริมการแข่งขันกีฬาของทั้ง 11 ชมรมย่อยเป็นประจำทุกปี ในช่วงเทศกาลสงกรานต์ ถือว่าทางสมาชิกจะได้พบปะพูดคุย และร่วมกิจกรรมกันทั้ง 11 ชมรมย่อยในชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตด้วย

2. ด้านการมีส่วนร่วม

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตได้จัดกิจกรรมในการส่งเสริมศักยภาพสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุให้มีภาวะพลัดพลัง โดยเฉพาะด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม พบว่าแกนนำชมรมผู้สูงอายุของชมรมเทศบาลนครรังสิตมีบทบาททั้งการเป็นพลังขับเคลื่อนงาน กิจกรรม โครงการต่าง ๆ ของชมรมเป็นอย่างดี แกนนำทุกคนใน 11 ชมรมย่อยสามารถเป็นตัวแทนในการอาสาทำงานให้กับชมรมในหลายเรื่อง ทั้งในส่วนการเป็นอาสาสมัครทำงานในชุมชน ร่วมมือกับภาคองค์กรภาคีเครือข่าย ทั้ง องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครรังสิต) โรงพยาบาล ศูนย์พัฒนาสังคมและสวัสดิการ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายुरังสิต ทีมนักวิชาการจากมหาวิทยาลัยใกล้เคียงทั้งจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์เทคโนโลยีธัญบุรี และสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ประจำจังหวัดปทุมธานี แกนนำของชมรมทั้ง 11 ชมรมย่อยมีบทบาทสำคัญต่อชุมชน ในส่วนการมีส่วนร่วมทางสังคมของสมาชิกชมรมต่างมีกิจกรรมการเรียนรู้ที่ทางชมรมได้ส่งเสริมอยู่ตลอดเป็นกิจกรรมระยะยาวและทำอย่างต่อเนื่อง โดยการชักชวน เห็นแบบอย่างจากแกนนำที่เป็นคนอาสา ในชุมชนที่สมาชิกได้ใกล้ชิดและเห็นการทำงานมาตลอด อย่างการจัดกิจกรรมความรู้พร้อมธรรมะ การเริ่มต้นกิจกรรมชมรมด้วยการสวดมนต์ร่วมกัน การช่วยเหลืองานบุญของวัดในชุมชนในเทศกาลต่าง ๆ ชมรมได้มีการจัดกิจกรรมร่วมแลกเปลี่ยนการเรียนรู้กับชมรมผู้สูงอายุในภูมิภาคต่าง ๆ ทุกปี ปีละ 2-3 ครั้ง จากการจัดการเดินทางศึกษานอกสถานที่เพื่อเป็นการศึกษาเรียนรู้การพัฒนาคุณภาพชีวิตของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

กล่าวไว้ว่า

“การเดินทางไปชมรมผู้สูงอายุที่มีความก้าวหน้ามีการส่งเสริมสิ่งใหม่ มีจุดเด่นที่ชมรมเรายังขาด เป็นการกระตุ้นให้เกิดแนวคิด อยากทำบ้าง อยากมาเล่ามาแลกเปลี่ยนเสริมให้ชมรมดีขึ้นไปอีก แต่ละพื้นที่ร่วมแลกเปลี่ยนนำกลับไปทำ หมุนเวียนความรู้ผลัด

การทำสร้างความก้าวหน้าของสิ่งที่ทำไปเรื่อย ๆ อันนี้ก็เลยต้องมีการไปศึกษาดูงานอยู่เสมอ”

(นางสำออง ศีลารักษ์, คณะกรรมการชมรม, สัมภาษณ์, 14 พฤศจิกายน 2558)

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพลัดพรากผู้สูงอายุในด้านการมีส่วนร่วม สรุปรายละเอียดได้ ดังนี้

1. กิจกรรมการเป็นอาสาสมัครในชุมชน การมีใจอาสาในการมีส่วนร่วมทางสังคมของแกนนำและสมาชิกชมรมผู้สูงอายุถือว่าเป็นสิ่งที่ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตให้ความสำคัญ กล่าวคือบทบาทการเป็นอาสาสมัครในการช่วยเหลือชุมชนนั้น แกนนำและสมาชิกได้มีส่วนสำคัญในงานทั้งการเข้าไปดูแลผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยมีปัญหาสุขภาพ การเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุที่ติดบ้านติดเตียง การเยี่ยมดูแลคนพิการในชุมชน ทำให้ผู้สูงอายุบางรายที่มีภาวะพึ่งพิงเหล่านี้ที่ขาดการดูแลหรือการยังขาดความรู้ในการดูแลตนเอง สามารถได้รับการฟื้นฟูสภาพได้ดีขึ้น ดูแลตนเองได้ ถือว่าได้ลดภาวะการพึ่งพิงลงได้พอควรอีกด้วย และชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตได้มีโครงการกิจกรรมอาสาสมัครการช่วยเหลือสัตว์ที่ถูกทอดทิ้ง โดยการร่วมกันเก็บเศษอาหารจากบ้านเรือน ร้านอาหาร มาร่วมกันให้อาหาร หายารักษาโรค การดูแลพอควรให้สัตว์เหล่านั้น ทั้งสุนัข แมว ได้มีชีวิตที่ดีขึ้นตามอัตภาพ ถือเป็นการทำงานด้วยใจอาสาในการมีส่วนร่วมทางสังคมที่ไม่นิ่งดูตายเฉพาะกับคนในชุมชน ยังร่วมมือดูแลไปยังสัตว์ในชุมชนด้วย

2. กิจกรรมการจัดการเรียนรู้การศึกษานอกสถานที่ โดยการไปเยี่ยมชมศึกษาดูงานชมรมผู้สูงอายุภูมิภาคต่าง ๆ ร่วมแลกเปลี่ยน ลงมือปฏิบัติในกิจกรรมโครงการร่วมกัน ชมรมผู้สูงอายุในภูมิภาคต่าง ๆ ล้วนมีบริบทการดำเนินงาน การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมศักยภาพสมาชิกชมรมต่างกันไป ซึ่งสิ่งที่ชมรมผู้สูงอายุในภูมิภาคต่าง ๆ ที่ได้ไปศึกษาเรียนรู้ ทางแกนนำ คณะกรรมการของชมรมจะนำมารวบรวมและนำเสนอกิจกรรมในการประชุมประจำปีที่ควรนำมาปรับใช้กับชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต กระบวนการเรียนรู้ร่วมมือกันของชมรมผู้สูงอายุต่าง ๆ ถือเป็นพลังการทำงานพัฒนาชมรมผู้สูงอายุร่วมกันของภาคีเครือข่ายอย่างเข้มแข็งให้ก้าวไปพร้อมกันด้วย

3. กิจกรรมการถ่ายทอดความรู้และภูมิปัญญาแก่คนในชุมชน ในทุกปีในช่วงเทศกาล และงานสำคัญของอำเภอธัญบุรี จะมีการจัดกิจกรรมให้สมาชิกชมรมผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในชุมชน ผู้ที่มีความรู้ มีความสามารถ มีประสบการณ์ในอาชีพต่าง ๆ ได้มาให้ความรู้รุ่นลูกหลาน ได้ถ่ายทอดความรู้ที่ตนมีเป็นประโยชน์ต่อชุมชน ดังกล่าวคือ

กล่าวไว้ว่า

“เมื่อวันที่ 12 สิงหาคมที่ผ่านมา ซึ่งตรงกับวันแม่ ได้ร่วมกับเหล่ากาชาดจังหวัดปทุมธานี มีการจัดงานโครงการสานต่อภูมิปัญญา มีการเชิญผู้สูงอายุจากชมรมประมาณ 5-6 ชมรม ในพื้นที่ได้มาร่วมกันนำเสนอกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เห็นความสำคัญของผู้สูงอายุว่ายังเป็นผู้ที่มีประโยชน์ต่อสังคมอยู่ เหล่ากาชาด

จ.ปทุมธานี กับสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ประจำจังหวัดปทุมธานี ได้จัดงานนี้ขึ้นมาให้ชมรมได้มีกิจกรรมการถ่ายทอดความรู้ เช่น ร้อยมาลัยใบเตย ดนตรีไทย การปลูกบัว ทำยาหม่อง ซึ่งงานไม่ใหญ่มาก ปีนี้จัดที่ตึกกาชาด จ.ปทุมฯ อยู่ไม่ไกลจากตลาดสดเมืองปทุมฯ คุณป้ากบ ปีนี้อายุ 68 แล้วคุณครูวัยเกษียณคนเก่งของชมรมมีฝีมือการร้อย พวงมาลัยใบเตย ในงานมีทั้งเด็ก ทั้งผู้ใหญ่ให้ความสนใจกันมากเลย” (วนิดา ละม้ายศรี, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 10 ธันวาคม 2558)

กล่าวได้ว่าการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมของสมาชิกผู้สูงอายุกับชุมชนจำเป็นต้องมีแผนการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่าย ตลอดจนทั้งการเปิดพื้นที่ประชาสัมพันธ์กิจกรรมที่สมาชิกได้แสดงความสามารถทักษะและประสบการณ์ที่สะสมมาให้คนรุ่นหลังได้เห็นคุณค่า สมาชิกผู้สูงอายุก็เกิดความภาคภูมิใจในตนเองด้วย

3. ด้านความมั่นคงของชีวิต

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต ได้มีการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุในด้านความมั่นคงของชีวิต โดยการส่งเสริมด้านการประกอบอาชีพ การเสนอโครงการฝึกฝนอาชีพเพื่อสร้างรายได้แก่สมาชิกชมรม ได้แก่ อบรมหมอนวดแผนไทย การปลูกบัวกระถาง การทำยาหม่องสมุนไพร การเย็บกระหวัดดอกไม้ พวงมาลัยใบเตย การปลูกผักสวนครัว โดยการอบรมส่งเสริมด้านอาชีพถือว่าทางชมรมได้มองเห็นถึงความสำคัญต่อสมาชิกผู้สูงอายุทางชมรมได้วางแผนการดำเนินงานโครงการส่งเสริมอาชีพอย่างต่อเนื่อง และเปิดรับสถานการณ์ทางอาชีพในยุคสมัยใหม่ที่เหมาะสมกับความสามารถของสมาชิกผู้สูงอายุในชมรม ซึ่งสลับหมุนเวียนกันไป ทั้ง 11 ชมรมย่อยให้ทุกชมรมได้ส่งเสริมอาชีพแก่สมาชิกผู้สูงอายุ รวมทั้งการให้ความสำคัญต่อการประชาสัมพันธ์ การหาตลาดในการวางสินค้าและผลิตผลจากชมรม ซึ่งได้รับการสนับสนุนอย่างดีจากเทศบาลนครรังสิตเป็นองค์กรการปกครองท้องถิ่นที่ให้การสนับสนุนเป็นหลักสำคัญ รวมทั้งภาคองค์กรภาคีเครือข่ายอื่น ๆ อีกด้วย

กล่าวได้ว่า

“ก่อนหน้าที่จะมีการรวมกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลนครรังสิต ผู้สูงอายุมีสภาพต่างคนต่างอยู่ไม่มีใครสนใจใคร แต่เมื่อมีการจัดตั้งเป็นชมรมผู้สูงอายุแล้ว ปัจจุบันมีการส่งเสริมอาชีพ สร้างรายได้ให้กับผู้สูงอายุและมีโครงการส่งเสริมด้านภูมิปัญญาของเทศบาล เปิดพื้นที่ให้ได้ขายสินค้าจากสมาชิกชมรม ผู้สูงอายุมีรายได้พอเลี้ยงตัวได้อีกทาง” (นายประคอง ผลพิบูลย์, คณะกรรมการชมรม, สัมภาษณ์, 19 ธันวาคม 2558)

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพฤฒพลังผู้สูงอายุในด้านความมั่นคงของชีวิต สรุปรายละเอียดสำคัญ ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมการส่งเสริมอาชีพ จากการนำเสนอโครงการในการส่งเสริมอาชีพให้กับสมาชิกชมรมผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง มีการอบรมด้านอาชีพมากมายตลอดทั้งปี โดยสลับหมุนเวียนกันไปทั้ง 11 ชมรมย่อย รวมทั้งการส่งเสริมประชาสัมพันธ์ผลิตภัณฑ์ในช่องทางต่าง ๆ การวางจำหน่ายสินค้า และการประเมินสินค้าที่ทางชมรมได้ผลิตขึ้นจากการให้บุคคลภายนอกได้ตอบแบบสำรวจ ตอบคำถามเกี่ยวกับการใช้สินค้าต่าง ๆ ที่ได้ผลิตขึ้นมาในช่วงงานเทศกาลต่าง ๆ อีกด้วย ถือเป็นการพยายามให้การสร้างรายได้ของสมาชิกนั้นมีการปรับปรุงผลิตภัณฑ์อยู่ตลอดเวลา ส่งผลต่อการความยั่งยืนมั่นคงระยะยาวของชมรมเป็นอย่างมาก

2. กิจกรรมการส่งเสริมในด้านความมั่นคง โดยเฉพาะโครงการการออกแบบปรับสถานที่และสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตของสมาชิกผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุเป็นอย่างดี ถือได้ว่าเป็นการระดมความร่วมมือขององค์กรภาคีเครือข่ายในการสนับสนุนสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ ได้แก่ วัดคลองหนึ่งแก้วนิมิตร ถือได้ว่าเป็นโครงการที่ประสบความสำเร็จในการร่วมมือปรับการออกแบบสถานที่และสิ่งแวดล้อมที่ส่งเสริมความมั่นคง ความปลอดภัยแก่ผู้สูงอายุเป็นอย่างดี โดยมีรายละเอียดสำคัญในการส่งเสริม ได้แก่ ได้แก่ ในส่วนทางเดินเข้าวัด ที่จอดรถสำหรับผู้สูงอายุ ทางลาด ห้องประชุมนอกอาคาร ประตูหลัก บันไดภายนอก บันไดภายในอาคาร ทางเดินภายในอาคาร ป้ายสัญลักษณ์ และห้องน้ำผู้สูงอายุ ถือว่าในการจัดการในเรื่องอาคารสถานที่ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตได้มีแนวทางการออกแบบ ความต้องการของชุมชนอย่างแท้จริง สามารถจะรองรับกับการใช้งานของกลุ่มผู้สูงอายุ สามารถอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม

3. กิจกรรมการส่งเสริมให้ความรู้สมาชิกผู้สูงอายุชมรมด้านการออมเงิน จากการร่วมมือจากธนาคารในชุมชนที่ได้ส่งเจ้าหน้าที่ของธนาคารมาให้ความรู้การออมเงินเป็นระยะ และให้บริการการฝากเงินแก่สมาชิกชมรมอีกด้วย ถือว่าเป็นการส่งเสริมความมั่นคงทางชีวิตแก่ผู้สูงอายุในการได้รับความรู้ การบริการในด้านการออมเงินในทุกปี

ภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมภาวะพฤฒพลัง

โดยมีรายละเอียดในการดำเนินงานการส่งเสริมกิจกรรมกับชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตในด้านสำคัญ ดังต่อไปนี้

1. ด้านสุขภาพ

ภาคีเครือข่ายที่ส่งเสริมด้านสุขภาพของชมรมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครรังสิต) โรงพยาบาลประชาธิปัตย์ ศูนย์บริการสาธารณสุข เทศบาลนครรังสิตอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน เหล่ากาชาดจังหวัด และสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ประจำจังหวัดปทุมธานี

2. ด้านการมีส่วนร่วม

ภาคีเครือข่ายที่ส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วมของชมรมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครรังสิต) ชมรมผู้สูงอายุในเครือข่ายผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ศูนย์สวัสดิการสังคมประจำจังหวัดปทุมธานี วัดคลองหนึ่งเทพนิมิตร โรงเรียนชุมชนประชาธิปไตย เป็นต้น

3. ด้านความมั่นคงของชีวิต

ภาคีเครือข่ายที่ส่งเสริมด้านความมั่นคงของชีวิตของชมรมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครรังสิต) ธนาคารออมสิน ศูนย์โอทอปจังหวัดปทุมธานี ศูนย์การค้ารังสิต และ ศูนย์การส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุและคนพิการจังหวัดปทุมธานี

ส่วนที่ 4 ปัจจัยเงื่อนไขสำคัญของความสำเร็จและอุปสรรคของชมรมผู้สูงอายุ

สำหรับปัจจัยแห่งความสำเร็จ ถือว่าชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตมีลักษณะเด่นที่ส่งผลต่อความสำเร็จหลายประการ ในการเป็นชมรมต้นแบบที่ส่งเสริมภาวะพลัมพลังผู้สูงอายุไทย ประกอบด้วยรายละเอียด น่าสนใจดังต่อไปนี้

1. นำการจัดเก็บข้อมูลสมาชิกชมรมผู้สูงอายุโดยใช้เทคโนโลยีมาเป็นส่วนสำคัญในการจัดการ ดูแลการวางแผนในการพัฒนาสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ถือว่าเป็นการฝึกฝนการใช้งานด้านเทคโนโลยีให้กับผู้สูงอายุอยู่เสมอ พร้อมทั้งให้ความสำคัญกับโครงการฝึกอบรมด้านคอมพิวเตอร์ การใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่อยู่ตลอดอีกด้วย สลับสับเปลี่ยนหมุนเวียนการอบรมทั้ง 11 ชมรมย่อยของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต กล่าวได้ว่าระบบการจัดทำข้อมูลทางเทคโนโลยีมีความสำคัญทั้งต่อการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุให้มีศักยภาพเข้มแข็ง ยังเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตแก่สมาชิกผู้สูงอายุให้ก้าวทันการใช้เทคโนโลยีอยู่ตลอดเวลา เป็นความรู้พร้อมกับการเสริมทักษะให้มีเพิ่มมากขึ้นเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตประจำวันเป็นอย่างยิ่งอีกด้วย

2. ชมรมผู้สูงอายุเน้นการเปิดโอกาสการมีส่วนร่วมในโครงการ กิจกรรมต่าง ๆ ของชมรม ทั้งการประชุมลงความเห็นการเกิดอบรมโครงการต่าง ๆ การเข้าร่วมการจัดกิจกรรม ได้ลงมือจัดกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยกันเอง ได้เรียนรู้ปัญหาและอุปสรรคของกิจกรรมต่าง ๆ ที่กลุ่ม หรือตนเองได้เสนอต่อที่ประชุมในการจัดปฏิทินกิจกรรมทั้งประจำเดือน และประจำปีของชมรมอีกด้วย ถือได้ว่าเป็นชมรมต้นแบบแห่งการเปิดโอกาสให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนของกิจกรรมที่จะส่งเสริมศักยภาพในการพัฒนาภาวะพลัมพลังในด้านสำคัญของผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก

3. สมาชิกชมรมผู้สูงอายุมีความตั้งใจ ใฝ่เรียนรู้อยู่เสมอ มีความกระตือรือร้นในการมีส่วนร่วมทั้งการนำเสนอกิจกรรม การเข้าจัดกิจกรรมและการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ สมาชิกผู้สูงอายุ

มีความสนใจในโครงการและกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่าง ๆ จากสมาชิกมีส่วนร่วมเอง กล่าวได้ว่าสมาชิกชมรมเป็นผู้ที่พร้อมเปิดรับการพัฒนาตนเอง และพร้อมไปกับการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุไปด้วยกันด้วย

4. การบริหารจัดการในการดำเนินงานของทั้งคณะกรรมการ ที่ปรึกษาชมรม แกนนำสมาชิกชมรมย่อยทั้ง 11 ชมรมของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตมีความรักและสามัคคีกัน จากการเป็นเอกภาพในการดำเนินงาน เปิดรับฟังการมีส่วนร่วมของสมาชิก มีความยึดมั่นในการดูแลกันละกันเสมือนการดูแลคนในครอบครัวเดียวกัน การทำงานของส่วนต่าง ๆ มีความเข้มแข็ง และสามารถตรวจสอบการดำเนินงานได้ รวมทั้งมีความร่วมมือกันในกิจกรรม โครงการอบรมต่าง ๆ ด้วยดีเสมอมา

5. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตได้เป็นต้นแบบชมรมที่ได้รับการสนับสนุนอย่างเข้มแข็งขององค์กรภาคีเครือข่ายที่มีความใกล้ชิดเป็นหลักสำคัญอย่าง องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครรังสิต) ที่กล่าวได้ว่าสนับสนุนในการดำเนินงาน กิจกรรมโครงการต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอ ดูแลในด้านสำคัญอย่างงบประมาณในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ การเป็นองค์กรประสานงานในภาคส่วนต่าง ๆ ของภาคีเครือข่ายทั้งด้านการประสานความรู้ ข้อมูล สำคัญ เทคโนโลยี และการแลกเปลี่ยนข้อมูล เพื่อประโยชน์ในการส่งเสริมพัฒนาภาวะพหุพลังสมาชิกผู้สูงอายุของชมรม

6. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตได้มีการวางแผนการดำเนินงานชมรม การกำหนดวัตถุประสงค์ในการดำเนินการ การบริหารงานอย่างเป็นระบบ มีเป้าหมายในการส่งเสริมสมาชิกอย่างชัดเจน มีระเบียบแบบแผนในการจัดการชมรมทั้ง 11 ชมรมย่อยที่ต้องร่วมมือกัน ร่วมสื่อสารกันในชมรมอยู่เสมอ โดยการเปิดการมีส่วนร่วมของสมาชิกชมรมในทุกขั้นตอนในการจัดการ การดำเนินงาน และการร่วมตรวจสอบการบริหารจัดการกันเองด้วย

7. ผู้นำชมรมและแกนนำ มีบทบาทในการดำเนินงานของชมรมเป็นอย่างยิ่งในการจัดการ การทำกิจกรรม และโครงการต่าง ๆ ได้ถูกนำเสนอและขับเคลื่อนการพัฒนาชมรมในด้านต่าง ๆ ไปได้ดีด้วยดี การเปิดโอกาสให้สมาชิกชมรมได้แสดงความคิดเห็น การนำเสนอโครงการที่เป็นประโยชน์ การจัดกิจกรรมที่มีความน่าสนใจ หลากหลายต่อความต้องการและมีประโยชน์โดยสมาชิก ได้มีส่วนร่วมด้วย กล่าวได้ว่า ผู้นำและแกนนำชมรมมีความเข้าใจและทำงานอย่างเข้มแข็งในการพัฒนาชมรมต้นแบบแห่งนี้ได้อย่างเต็มกำลังความสามารถอย่างยิ่งเลยทีเดียว

8. ในด้านกิจกรรมที่ชมรมได้ถือว่ามีสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพสมาชิก ให้เป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพลัง กล่าวได้ว่า มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ในด้านต่าง ๆ ด้วยตนเอง มีการแลกเปลี่ยนความรู้ร่วมกัน ร่วมกันถ่ายทอดทักษะ ทั้งด้านวิชาการ การเล่นเกมกิจกรรมต่าง ๆ เป็นการส่งเสริมในด้านทั้งการส่งเสริมด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วม และความมั่นคงปลอดภัย

ให้แก่สมาชิกชมรม ยึดถือแนวทางการให้สมาชิกต้องพึ่งพาตนเองได้ มีความสุข สามารถมีรายได้เสริม และดูแลตนเองได้พอประมาณด้วย

ปัญหาและอุปสรรค

สำหรับปัญหาและอุปสรรค พบว่าในการดำเนินงานในบางครั้งจะเกิดอุปสรรค ในการติดต่อสื่อสารของคณะกรรมการใน 11 ชมรมย่อยในการดำเนินงานอยู่บ้าง เพราะแต่ละชมรมย่อยต่างมีการจัดกิจกรรมแตกต่างกัน และพื้นที่ในการจัดกิจกรรมมีความพร้อมในอุปกรณ์บางอย่าง ทรัพยากรที่เกี่ยวข้องมีข้อจำกัด และในด้านการหาผู้ที่จะสืบทอดความรู้ ความสามารถในการบริหารจัดการชมรมในการสร้างกลุ่มแกนนำรุ่นใหม่ ที่จะสามารถทำให้สมาชิกมีความเคารพ เชื่อถือในความสามารถ ความเสียสละได้เท่ากับแกนนำที่เคยทำงานมานาน เป็นต้น

กล่าวไว้ว่า

“หมดจากแกนนำรุ่นเก่าจะหาคนรุ่นใหม่มาช่วยงานยากขึ้น ไม่ใช่ไม่มีเลยแต่ ต้องดึงคนที่เค้ามีใจเสียสละ ชอบงานช่วยเหลือคน ดึงจากคนในชุมชนที่เค้าอยากมาช่วยมา ทำงานตรงนี้ ไม่ได้อะไรหลักเลยต้องพร้อมกับการเข้ามาทำงานเพื่อสังคม กิจกรรมโครงการที่เราเคยจัดดึงคนรุ่นใหม่มา มีมาบ้าง แต่ไปยากกว่าเมื่อก่อนนะ”(นางสมควร แก้วกาไก, คณะกรรมการชมรม, สัมภาษณ์, 14 มกราคม 2559)

ส่วนที่ 5 วิเคราะห์และสรุปเชิงกระบวนการการส่งเสริมภาวะพหุฒิปลังของ ชมรมผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยสรุปสาระสำคัญของรายละเอียดการนำเสนอพื้นที่กรณีศึกษาที่ดี ชมรมผู้สูงอายุต้นแบบในการส่งเสริมภาวะพหุฒิปลังผู้สูงอายุไทย กรณีศึกษาที่ดี 2 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต จังหวัดปทุมธานี ได้ดังนี้

ตารางที่ 7 สรุปกรณีศึกษาที่ตี 2 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต จังหวัดปทุมธานี

ชมรมผู้สูงอายุ	องค์ประกอบ	กระบวนการส่งเสริม	การจัดการ	รูปแบบการดำเนินงาน
ชมรมผู้สูงอายุ เทศบาลนครรังสิต จังหวัดปทุมธานี	1.ด้านสุขภาพ 2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม 3.ด้านความมั่นคงและความปลอดภัยในชีวิต	1.มุ่งการพัฒนาชมรมที่ชัดเจนและมีระบบฐานข้อมูลความรู้ในการเชื่อมโยงสมาชิกให้สามารถเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง 2.สร้างเสริมสภาพแวดล้อมการจัดการชมรมให้เอื้อต่อการส่งเสริมและพัฒนาสมาชิกชมรม 3.การสนับสนุนแกนนำในการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลาและยึดหลักความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่ายในการมีส่วนร่วม และการประเมินผลในการทำงานร่วมกัน	คณะกรรมการมุ่งการดำเนินงานในการแสวงหาความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่ายในการดำเนินการตามแผนงานโดยมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้ามาสนับสนุนเป็นองค์กรกลางในการเชื่อมโยงทุกภาคส่วน	-กิจกรรมด้านสุขภาพ เริ่มกิจกรรมสวดมนต์เข้าต๋อด้วย กิจกรรมยืดเส้นยืดสายร้องเพลงเพลงประกอบทำทาง ช่วงเวลา 08.00-9.00น. (เดือนละ 2-3 ครั้ง) -กิจกรรมออกกำลังกายด้วยการบริหารมือฝ่ามือบำบัดโรค 10 ท่า ช่วงเวลา 9.00น.-9.30น. (30 นาที) -กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำเดือน (09.30 - 10.00น.) -กิจกรรมการบรรยายและอบรมด้านสุขภาพ (10.30 - 12.00น.) -กิจกรรมส่งเสริมอาชีพและเสริมทักษะทั่วไปภาคปฏิบัติ (14.00-16.00น.) -กิจกรรมการเป็นอาสาสมัครในชุมชน -กิจกรรมการจัดการเรียนรู้การศึกษาออกสถานที่ -กิจกรรมการถ่ายทอดความรู้และภูมิปัญญาแก่คนในชุมชน -กิจกรรมโครงการการออกแบบปรับสถานที่และสิ่งแวดล๋อมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตประจำวันของสมาชิกผู้สูงอายุ -กิจกรรมการส่งเสริมให้ควารู้สมาชิกผู้สูงอายุชมรมด้านการออม

ตารางที่ 7 สรุปกรณีศึกษาที่ดี 2 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต จังหวัดปทุมธานี(ต่อ)

ผลการดำเนินงาน	จุดเด่น	ปัจจัยความสำเร็จ	สรุปผลการสังเคราะห์กระบวนการส่งเสริมภาวะพหุพลัง
- สมาชิกชมรมมีจำนวนค่อนข้างมากและมีความหลากหลายของชุมชนจากการสนับสนุนกิจกรรมทำให้เกิดความสามัคคี การตระหนักในความสำคัญของการสนับสนุนและร่วมมือกัน ในการมีส่วนร่วมในกิจกรรม การดำเนินงานของชมรมทั้ง 11 ชมรมย่อยของชมรมเทศบาลนครรังสิต	1.นำการจัดเก็บข้อมูลสมาชิกชมรมผู้สูงอายุโดยใช้เทคโนโลยีมาเป็นส่วนสำคัญในการจัดการ ดูแล การวางแผนในการพัฒนาสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ถือว่าเป็นการฝึกฝนการใช้งานด้านเทคโนโลยีให้กับผู้สูงอายุและการสามารถเรียนรู้ หาคำความรู้ในการดูแลตนเองได้เอง 2.การปรับและจัดการสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพสมาชิกชมรม	1.เน้นการเปิดโอกาสให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในโครงการ กิจกรรมต่าง ๆ ของชมรม ทั้งการประชุมลงความเห็นการคิดสร้างสรรค์อบรมโครงการต่าง ๆ และการเข้าร่วมการจัดกิจกรรม ได้ลงมือจัดกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง ได้เรียนรู้ปัญหาและอุปสรรคของกิจกรรมต่าง ๆ เหล่านั้นด้วยตนเอง 2.การดำเนินงานของชมรมมีความเป็นเอกภาพ โดยการเมืองค์กรศูนย์กลางในการเชื่อมโยงทุกภาคส่วนในการดำเนินงานและการพัฒนาแผนงานชมรม 3.การนำเทคโนโลยีมาใช้ในการจัดฐานข้อมูลสมาชิกและการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเองของสมาชิกชมรม	ชมรมต้นแบบกรณีศึกษาที่ดีที่ 2 มีกระบวนการสำคัญในการส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุทั้งสามด้านสำคัญ ได้แก่ด้านสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงในชีวิต โดยผ่านกระบวนการร่วมวางแผนนโยบาย การจัดเตรียมวางระเบียบชมรมเพื่อเป็นข้อตกลงร่วมกัน, การมุ่งความร่วมมือสนับสนุนองค์กรกลางในการเชื่อมโยงสมาชิกให้ร่วมกันทำกิจกรรม, การมุ่งให้สมาชิกได้จัดกิจกรรมด้วยตนเอง, การสนับสนุนการจัดและออกแบบสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการพัฒนาสมาชิกชมรม

รายละเอียดประเด็นรายละเอียดชมรมต้นแบบผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ประกอบด้วยประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานและลักษณะสำคัญของชมรมผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 2 สภาพปัจจุบันของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 3 กระบวนการส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 4 ปัจจัยเงื่อนไขสำคัญของความสำเร็จและอุปสรรคของชมรมผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 5 วิเคราะห์และสรุปเชิงกระบวนการการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 พื้นที่กรณีศึกษาที่ 3 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช อำเภอเมืองจังหวัดนครศรีธรรมราช

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานและลักษณะสำคัญของชมรมผู้สูงอายุ

สำหรับชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ตั้งอยู่ในเขตอำเภอเมืองมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ตั้งอยู่ในอำเภอเมือง จ.นครศรีธรรมราช โดยกล่าวถึงจังหวัดนครศรีธรรมราชจัดเป็นเมืองขนาดใหญ่ มีจำนวนประชากรประมาณ 1,552,530 คน เพศชาย 766,756 คน เพศหญิง 781,262 คน มีพื้นที่ทั้งหมด 9,942.502 ตร.กม. ถือได้ว่าเป็นจังหวัดที่มีทั้งจำนวนประชากรจำนวนมากและมีขนาดพื้นที่ที่กว้างขวาง ในการจัดอันดับจังหวัดที่มีจำนวนประชากรมากที่สุด 10 อันดับของประเทศไทยและจังหวัดนครศรีธรรมราชติดอันดับที่ 6 ของประเทศอีกด้วย โดยเฉพาะในเขตอำเภอเมืองมีประชากรทั้งหมด 266,619 คน มีจำนวนครัวเรือนผู้อาศัยกว่า 84,070 ครัวเรือน (ข้อมูลสถิติประชากรปี พ.ศ.2556)

ในส่วนจำนวนประชากรผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราชมีจำนวนประมาณ ผู้สูงอายุชาย 96,130 คน ผู้สูงอายุหญิง 125,863 ประชากรผู้สูงอายุทั้งหมด 221,993 คน (สำรวจจากกรมปกครอง กระทรวงมหาดไทย พ.ศ.2556) กล่าวได้ว่าจากการสำรวจประชากรผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราชล่าสุดเป็นตัวอย่างภาพสังคมที่ก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ คิดเป็นร้อยละ 15 ของประชากรทั้งหมด

โดยสภาพจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นจังหวัดทางภาคใต้ของไทย ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธประมาณ 92.08% รองลงมาคือ ศาสนาอิสลามประมาณ 7.03% ศาสนาคริสต์ประมาณ 0.89% นอกจากนั้นเป็นศาสนาอื่น ๆ ถือเป็นจังหวัดที่มีขนาดใหญ่และจำนวนประชากรมาก รวมทั้งประชากรผู้สูงอายุที่มีค่อนข้างมาก ทำให้มีการวางแผนยุทธศาสตร์และการพัฒนาจังหวัดที่มีระบบการจัดการอย่างเป็นระเบียบในเรื่องสัดส่วนประชากรอย่างต่อเนื่อง

ลักษณะภูมิประเทศ

จังหวัดนครศรีธรรมราช ตั้งอยู่ทางตอนกลางของภาคใต้ ห่างจากกรุงเทพมหานคร 780 กิโลเมตร มีเนื้อที่ประมาณ 9,942,502 ตร.กม หรือประมาณ 6,204,064 ไร่ มีพื้นที่มากเป็นอันดับ 2 ของภาคใต้ และเป็นอันดับที่ 16 ของประเทศ หรือประมาณ ร้อยละ 1.98 ของพื้นที่ทั้งประเทศ ที่ตั้งของตัวจังหวัด ตั้งอยู่ประมาณละติจูด 9 องศาเหนือและลองจิจูด 100 องศาตะวันออก มีอาณาเขตติดต่อกับจังหวัดต่าง ๆ

ลักษณะภูมิประเทศดังต่อไปนี้

ทิศเหนือ ติดต่อกับจังหวัดสุราษฎร์ธานีและอำเภอบ้านดอน

ทิศใต้ ติดต่อกับอำเภอระโนด จังหวัดสงขลา อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง อำเภอห้วยยอดจังหวัดตรัง

ทิศตะวันออก ติดต่อกับอำเภอไทยเป็นชายฝั่งทะเล มีความยาวตั้งแต่ตอนเหนือของอำเภอขนอมลงไปทางใต้ของอำเภอหัวไทรประมาณ 225 กิโลเมตร

ทิศตะวันตก ติดต่อกับจังหวัดสุราษฎร์ธานีและจังหวัดกระบี่

ลักษณะการปกครอง

ชุมชนอำเภอเมืองนครศรีธรรมราชมีผู้อยู่อาศัยค่อนข้างหลากหลายและหนาแน่น จากการมีประชากรจำนวนมาก มีการนับถือศาสนาที่หลากหลาย สำหรับอำเภอเมืองมีจำนวนประชากรทั้งหมด 266,619 คน โดยประวัติของจังหวัดนครศรีธรรมราชมีความน่าสนใจจากประวัติศาสตร์อันยาวนาน ความสำคัญทางวัฒนธรรม

กล่าวไว้ว่า

“เมืองนครศรีธรรมราชเรามีประวัติศาสตร์ มีเรื่องราวที่เราในฐานะคนนครมีความภูมิใจ เป็นเมืองหัวเมืองใหญ่ที่ยิ่งใหญ่มายาวนานของภาคใต้ เรามีวัฒนธรรมที่เฉพาะถิ่น มีแหล่งอารยธรรมไม่แพ้ภาคไหน สิ่งมีค่าทั้งหมดทำให้เมืองนครมีความโดดเด่นมากทางวัฒนธรรม การใช้ชีวิตของคนนครมีเอกลักษณ์ มีภาษาประเพณีที่สวยงาม มีคุณค่าทางวัฒนธรรมไทย”(คุณครูรัตนา แยมศรี, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 20 มกราคม 2558)

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ตั้งอยู่ที่ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุ (สวนศรีธรรมมาโคกราช)ในเขตเทศบาลนคร อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นชมรมที่มีการก่อตั้งมายาวนานเดิมชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชตั้งอยู่ที่สาธารณสุขเก่าจังหวัดนครศรีธรรมราช ในปีพ.ศ.2543 ได้มาตั้งอยู่ที่ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุนับแต่นั้นมา

โดยประวัติความเป็นมาของเมืองนครศรีธรรมราช เมืองสำคัญของภาคใต้มีประวัติโดยสังเขปน่าสนใจ เริ่มจากนครศรีธรรมราช เป็นเมืองโบราณที่มีความสำคัญทั้งในด้าน

เศรษฐกิจ สังคม การเมือง การปกครอง และศาสนามากที่สุดเมืองหนึ่ง ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นครศรีธรรมราชมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักกันอย่างกว้างขวาง มาไม่น้อยกว่า 1800 ปีมาแล้ว หลักฐานทางโบราณคดี และหลักฐานทางเอกสารที่ปรากฏในขณะนี้ยืนยันได้ ว่านครศรีธรรมราชมีกำเนิดมาแล้วตั้งแต่พุทธศตวรรษที่ 7 เป็นอย่างน้อยจากประวัติศาสตร์อันยาวนานแห่ง นครศรีธรรมราช ได้ปรากฏชื่อในที่ต่าง ๆ หลายชื่อตามความรู้ความเข้าใจที่สืบทอด กันมา และสำเนียงภาษาของชนชาติต่าง ๆ ที่เคยเดินทางผ่าน ในระยะเวลาที่ต่างกัน เช่น ตามพหุคัม ตามพหุ ลิงค์ มัทธาสิงคัม ตามพหุคัม โสสิง โพลิง เซียะไท้ว โลแค็ก (Locae) สิริธรรมนคร ศรีธรรมราช ลิกอร์ (Ligor) ละคอน คิวตุดอน สุวรรณปุระ ปาฏลิปุตระ (Pataliputra) และเมืองนคร เป็นต้น

คำว่า "นครศรีธรรมราช" น่าจะมาจากสร้อยพระนามของปฐมกษัตริย์ ผู้ครอง นครศรีธรรมราช คือ พระเจ้าศรีธรรมโศกราช คำนี้ แปลความได้ว่า "นครอันงานสง่าแห่ง พระราชา ผู้ทรงธรรม" และธรรมของราชา แห่งนครนี้ก็คือ ธรรมแห่ง “พระพุทธศาสนา” ถ้าจะลำดับความเป็นมาของนครศรีธรรมราช จากหลักฐานโบราณคดี และประวัติศาสตร์ที่สืบค้น ได้ในขณะนี้ พบว่ามี ภูมิหลังอันยาวนานนับตั้งแต่ยุคหินกลาง ในราว 8,350-11,000 ปีที่ผ่านมา และจากหลักฐานที่ค้นพบ นครศรีธรรมราชได้รับอิทธิพลวัฒนธรรมมาจากอินเดียอย่างมากมาย ทั้งในด้านศาสนา ความเชื่อ อักษร ภาษา ประเพณี และการปกครอง จนกลายเป็นพื้นฐานวัฒนธรรม นครศรีธรรมราชมาถึง ปัจจุบันนี้

พุทธศตวรรษที่ 17-19 เป็นช่วงที่นครศรีธรรมราชมีความเจริญรุ่งเรืองสูงสุด ภายใต การปกครองของราชวงศ์ศรีธรรมโศกราช ปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองน่าจะ เนื่องมาจากการเป็นสถานีการค้าสำคัญของคาบสมุทรไทยเป็นจุดพักถ่าย ชื่อสินค้าระหว่าง ตะวันออกกับตะวันตกที่ดีที่สุดในเวลานั้น ประกอบกับบริเวณ หาดทรายแก้วอันเป็นศูนย์ กลางของ ชุมชน เป็นที่ประดิษฐานพระบรมสารีริกธาตุของ พระพุทธองค์ความศรัทธาและ ความเลื่อมใสในบรร พุทธศาสนา จึงเป็นปัจจัยชักนำให้ผู้คนจากทุกสารทิศในภาคใต้เข้ามาตั้งถิ่นฐานในนครศรีธรรมราช อย่างหนาแน่น ในราว พ.ศ. 1700 เศษ ราชวงศ์ศรีธรรมโศกราช ก็สามารถจัดการปกครอง หัวเมือง ราชรอบ ได้สำเร็จถึง 12 เมือง เรียกว่า “เมืองสิบสองนักษัตร คือ

1. เมืองสายบุรี ปิฆวด ถือตราหนู
2. เมืองปัตตานี ปิฉลุ ถือตราวัว
3. เมืองกลันตัน ปิซาล ถือตราเสือ
4. เมืองปาหัง ปิเถาะ ถือตรากระทาย
5. เมืองไทรบุรี ปิเมโรง ถือตรางูใหญ่
6. เมืองพัทลุง ปิเมเส็ง ถือตรางูเล็ก
7. เมืองตรัง ปิเมเมีย ถือตราม้า

8. เมืองชุมพร ปีมะแม ถือตราแพะ
9. เมืองบันไทยสมอ ปิวอก ถือตราลิง
10. เมืองสะอูเลา ปีระกา ถือตราไก่
11. เมืองตะกั่วถกลาง ปัจอ ถือตราสุนัข
12. เมืองกระบบุรี ปีกุน ถือตราหมู

จากหลักฐานตำนานเมืองนครศรีธรรมราช ตำนานพระบรมธาตุนครศรีธรรมราช ตลอดถึงวรรณกรรมเรื่องพระนิพนพานสูตรทุกสำนวน ต่างยืนยันให้เห็นอย่างชัดเจน ถึงความรุ่งเรืองไพศาลของนครศรีธรรมราช ในยุคดังกล่าวและสามารถควบคุมหัวเมืองอื่น ๆ ได้ทั่วทั้งคาบสมุทรในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวได้มีการเปลี่ยนแปลง การบริหารราชการแผ่นดิน ด้านการปกครองหัวเมืองอีกครั้งหนึ่งในรัชกาลนี้ โปรดฯให้มีการแต่งตั้งตำแหน่งอุปราชปักษ์ใต้ขึ้น เพื่อปกครองหัวเมืองปักษ์ใต้ทั้งหมดในการนี้ได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ แต่งตั้งสมเด็จพระเจ้าฟ้ายุคลทิฆัมพรกรมหลวงลพบุรีราเมศวร์ดำรงตำแหน่ง อุปราชปักษ์ใต้ขึ้น จนกระทั่งได้มีการเปลี่ยนแปลงการปกครองในปี พ.ศ. 2475 จึงได้ยุบมณฑลนครศรีธรรมราชลงเป็นจังหวัดหนึ่งของราชอาณาจักรไทย และดำรงฐานะดังกล่าวเรื่อยมาจนปัจจุบัน

ด้วยเหตุที่นครศรีธรรมราชมีประวัติอันยาวนานมาก่อนกรุงสุโขทัย ซึ่งถือว่าเป็นราชธานีแรกของไทยมีความเจริญรุ่งเรืองทางพุทธศาสนาและศาสนาพราหมณ์มาก่อน ศิลปวัฒนธรรม เช่น ประติมากรรม สถาปัตยกรรม จิตรกรรม ช่างฝีมือพื้นบ้าน การละเล่น และขนบธรรมเนียมประเพณีอันเป็นมรดกทางวัฒนธรรมจึงมีมาก ซึ่งชาวเมืองยังยึดถือปฏิบัติกันอยู่ในปัจจุบัน นครศรีธรรมราชจึงมีอารยธรรมและศิลปวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์ของชาติบ้านเมืองมาจนกระทั่งปัจจุบันนี้อีกด้วย

สำหรับการปกครองของจังหวัดนครศรีธรรมราชในปัจจุบัน การปกครองแบ่งออกเป็น 23 อำเภอ 165 ตำบล 1,428 หมู่บ้าน และการปกครองส่วนท้องถิ่น ได้แบ่งออกเป็น 1 องค์การบริหารส่วนจังหวัด 1 เทศบาลนคร 3 เทศบาลเมือง 50 เทศบาลตำบลและ 130 องค์การบริหารส่วนตำบล สำหรับในส่วนเขตอำเภอเมือง จำแนกตำบลมีจำนวน 16 ตำบล ประกอบด้วย ตำบลในเมือง ตำบลท่าวัง ตำบลคลัง ตำบลท่าไร่ ตำบลปากนคร ตำบลนาทราย ตำบลกำแพงเขา ตำบลไชยมนตรี ตำบลมะม่วงสองต้น ตำบลนาเคียน ตำบลท่าจิว ตำบลโพธิ์เสด็จ ตำบลบางจาก ตำบลท่าเรือ ตำบลปากพูน และตำบลท่าซึก (ข้อมูลจากสำนักบริหารการทะเบียนจังหวัดนครศรีธรรมราช) ตราสัญลักษณ์ มีความหมายคือ พระบรมธาตุศรีมลิธรรมรอบด้วย 12 นักชัตร โดยในสมัยรัชกาลพระเจ้าจันทรภาณุศรีธรรมราชแห่งกรุงตามพรลิงก์ มีพระปรีชาสามารถขยายอาณาเขตได้ครอบคลุมเมืองบริวารทั้งหลาย เมืองบริวารทั้งหมดต้องส่งเครื่องราชบรรณาการแก่พระเจ้าผู้ครองเมืองนครศรีธรรมราช บรรดาเมืองบริวารทั้ง 12 เมือง นั้นเอง

โครงสร้างพื้นฐานของอำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช การคมนาคมนั้นมี ถนนหนทางที่สะดวกสบาย ถนนลาดยาง และคอนกรีตในตัวเมืองนครศรีธรรมราช การเดินทางมีความคล่องตัวและทางเลือกหลากหลาย มีรถสองแถว วิ่งบริการรอบเมือง และจากนครศรีธรรมราช ไปสู่อำเภอใกล้เคียง หรือจังหวัดข้างเคียง สามารถเลือกใช้บริการได้ทั้งมีรถตู้ รถเมล์ รถโดยสาร และรถไฟ รวมทั้งการมีท่าอากาศยานในการเดินทางที่ทันสมัยรวดเร็วด้วย การวางระบบไฟฟ้าถือว่าเป็นจุดการวางระบบใหญ่ของภาคใต้ทั้งการกระจายไฟฟ้าไปทั่วภาคใต้ ในเขตเมืองมีไฟฟ้าใช้ทั่วถึง มีบางส่วนของพื้นที่อำเภอรอบนอกที่ยังไม่ทั่วถึงอยู่บ้าง และปัจจุบันเริ่มมีการวางระบบไฟฟ้าได้ดินแห่งแรกที่เขตอำเภอเมืองนครศรีธรรมราชอีกด้วย ในส่วนระบบประปาส่วนภูมิภาคและประปาหมู่บ้าน ที่มีความพร้อมได้สร้างขึ้นทั่วทุกหมู่บ้าน การสร้างแหล่งน้ำในชุมชนมีการกระจายอยู่ทั่วไปรอบนอกตัวเมือง โดยมีโครงการวางระบบสำคัญ ได้แก่ โครงการส่งน้ำและบำรุงรักษานครศรีธรรมราช มีฝ่ายส่งน้ำและบำรุงรักษา 3 ฝ่าย รับผิดชอบพื้นส่งน้ำเพื่อการเกษตรกรรม มีพื้นที่ชลประทานประมาณ 94,000 ไร่ ซึ่งในปัจจุบันมีพื้นที่ชลประทานเหลือ ประมาณ 89,000 ไร่ เนื่องจากสภาพการใช้พื้นที่ของราษฎร ในเขตโครงการเปลี่ยนไปเพราะเขตเมืองมีการขยายตัวออกมากขึ้น และมีพื้นที่ช่วยเหลือด้านการระบายน้ำ และการบรรเทาอุทกภัยประมาณ 228,125 ไร่ รวมพื้นที่รับผิดชอบทั้งหมดประมาณ 647,000 ไร่ นอกจากนี้ยังประสานงานกับส่วนราชการที่เกี่ยวข้อง ให้ความช่วยเหลือสนับสนุนเกษตรกรในด้านกิจกรรมการใช้น้ำชลประทานด้วย ในส่วนระบบเทคโนโลยีระบบโทรศัพท์ มีการวางระบบขยายเขตชุมสายโทรศัพท์ และติดตั้งเครือข่ายโทรศัพท์สัญญาณดาวเทียม ให้บริการแก่ประชาชนทุกครัวเรือน รวมทั้งมีทางเลือกในการเลือกใช้ระบบการบริการโทรศัพท์ที่หลากหลายอีกด้วย

ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม สภาพลักษณะดินมีลักษณะแตกต่างกันไปตามเขตพื้นที่ลักษณะดินส่วนใหญ่เป็นดินโคละซึ่งส่วนหนึ่งจะเป็นพื้นที่เพาะปลูกไม้ยืนต้นส่วนใหญ่จะเป็นพื้นที่ปลูกยางพาราโดยเฉพาะในเขตอำเภอฉวางทุ่งใหญ่ทุ่งสงและอำเภอท่าศาลารองลงมาเป็นพื้นที่ดินเหมาะแก่การทำนาทั่วไปลักษณะของดิน มีความอุดมสมบูรณ์จากธรรมชาติหลากหลายจนมีทรัพยากรดินที่แตกต่างกันถึง 7 กลุ่ม จังหวัดนครศรีธรรมราชมีพื้นที่ป่าไม้ทั้งสิ้น 1,867.35 ตารางกิโลเมตรหรือ 1,166,875 ไร่ คิดเป็นร้อยละ 18.88% ของพื้นที่จังหวัดพื้นที่ป่าชายเลน 277.89 ตารางกิโลเมตรหรือ 173,681.25 ไร่ พื้นที่ป่าบกจำนวน 1,589.45 ตารางกิโลเมตรหรือ 993,406.25 ไร่ พื้นที่ป่าสงวนแห่งชาติ 69 แห่ง มีเนื้อที่ 1,924,654 ไร่ และอุทยานแห่งชาติจำนวน 5 แห่ง เนื้อที่ 1,028,648 ไร่ ในด้านสภาพทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม สำหรับจังหวัดนครศรีธรรมราชนั้น มีความหลากหลายและอุดมสมบูรณ์ทั้งป่าไม้ น้ำ และดินทำให้เป็นจังหวัดที่มีการประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรมมีผลผลิตดีจังหวัดของภาคใต้ด้วย

สภาพเศรษฐกิจ จังหวัดนครศรีธรรมราชมีเศรษฐกิจโดยทั่วไปขึ้นอยู่กับภาคเกษตร อาชีพหลัก คือ ทำสวนยางพารา ทำนา ทำไร่ การปลูกผลไม้ ทำสวนมะพร้าว การประมงและการเลี้ยงสัตว์ ซึ่งด้วยพื้นที่ส่วนใหญ่ยังเป็นพื้นที่เกษตรกรรม อาชีพทางด้านการศึกษาจึงเป็นอาชีพหลักสำคัญของประชาชน

ด้านสังคมและการศึกษา สำหรับการศึกษานในจังหวัดนครศรีธรรมราช มีมหาวิทยาลัยที่เปิดสอน 7 แห่ง คือ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง สาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติ ศูนย์วิทยพัฒนามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมโศกราช และมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช แบ่งพื้นที่เขตการศึกษาออกเป็น 4 เขตการศึกษา และมีสถานศึกษาสังกัดสำนักส่งเสริมการศึกษานอกระบบในจังหวัด 4 แห่ง สถานศึกษาศุนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอ รวมกว่า 23 แห่ง และห้องสมุดประชาชนอำเภอ 22 แห่ง รวมศูนย์บริการการศึกษาทั้งสิ้น 49 แห่ง ด้วยกัน

การสาธารณสุขและความปลอดภัย จังหวัดนครศรีธรรมราชประกอบด้วยโรงพยาบาลศูนย์ คือโรงพยาบาลมหาราช โรงพยาบาลทั่วไป 200 กว่าเตียงจำนวน 2 แห่ง โรงพยาบาลชุมชนกว่า 21 แห่ง และกำลังจะเปิดโรงพยาบาลขนาดใหญ่ที่จะรองรับบริการประชาชนในภาคใต้ตอนบน คือโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ถือได้ว่าแผนการพัฒนาของจังหวัดมีการวางระบบในด้านการบริการสาธารณสุขแก่ประชาชนเป็นอย่างดี และในด้านความปลอดภัยก็มีการประสานงานในส่วนต่าง ๆ ในการดูแลประชาชนในจังหวัดพอประมาณด้วย

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ตั้งอยู่ในส่วนของศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยประวัติเดิมที่ชมรมผู้สูงอายุได้ใช้พื้นที่ของสาธารณสุขจังหวัดนครศรีธรรมราช ต่อมาในปี พ.ศ.2543 ได้ย้ายมาอยู่จัดกิจกรรมกับศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุจนถึงปัจจุบัน จำนวนสมาชิกในปัจจุบัน 329 คน โดยหมุนเวียนกันมาทำกิจกรรม 50-70 คนในแต่ละวัน คณะกรรมการชมรมมาจากการเลือกของสมาชิกชมรม และที่ปรึกษาชมรมมาจากเจ้าหน้าที่ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุ กับคณะกรรมการองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) ถือได้ว่าเป็นการร่วมมือกันของชุมชนท้องถิ่นในการจัดการบริหารชมรมผู้สูงอายุต้นแบบที่เป็นระบบ และมีความเป็นประชาธิปไตย มุ่งการมีส่วนร่วมของประชาชนเป็นสำคัญ

ตราสัญลักษณ์ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ใช้เครื่องหมายรูปประจำจังหวัด “เมือง12 นักษัตร”

ส่วนที่ 2 สภาพปัจจุบันของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

การดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ประกอบด้วย คณะกรรมการบริหารจำนวน 12 คน โดยมีนายหนูกิจ รูปสะอาด เป็นประธานชมรมผู้สูงอายุ รายนามคณะกรรมการชมรม ดังต่อไปนี้

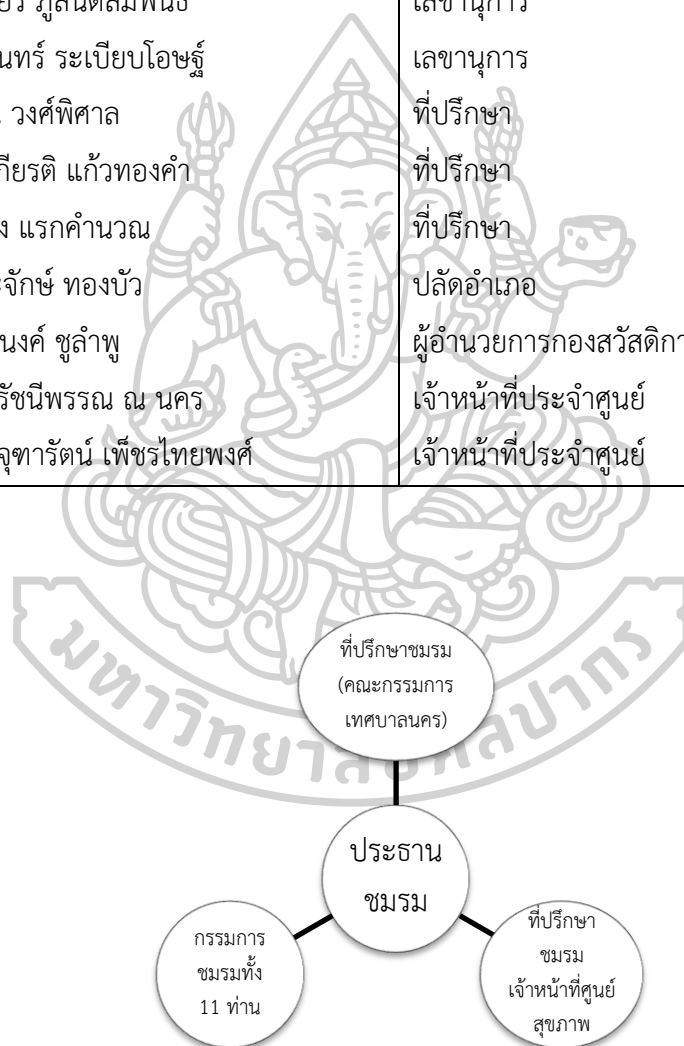
1. นายหนูกิจ รูปสะอาด ประธานชมรมผู้สูงอายุ
2. นางรัตนา แยมศรี รองประธาน
3. นางพิมพ์กา กาญจนามัย รองประธาน
4. นางวิลาศ หนูสุข เลขานุการ
5. นางละออง ทองศรีเกตุ เกร็ดญิก
6. นายภานุ อภิวัฒน์กุล ปฏิคม
7. นายชาย พันจินา กรรมการ
8. นางปราณี แดงขาว กรรมการ
9. นางชุมศรี บริรักษ์ กรรมการ
10. นางสุธิรา ประดิษฐ์ผล กรรมการ
11. นางสุพิน พัฒนกุล กรรมการ
12. นางอนงค์ สันติวรกุล กรรมการ

ตั้งตารางแสดงรายชื่อสมาชิกคณะกรรมการและที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ เทศบาลนครศรีธรรมราช ดังนี้



ตารางที่ 8 รายชื่อสมาชิกคณะกรรมการและที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

รายนามคณะที่ปรึกษาชมรม	ตำแหน่ง
1. ผศ.เชาวน์วัศ เสนพงศ์	นายกเทศมนตรี
2. นายพงศ์สินธุ์ เสนพงศ์	รองนายกเทศมนตรี
3. นางฮุ้ยติยะ พิศสุวรรณ ฮูเซ็ง	รองนายกเทศมนตรี
4. นายมนัส พงศ์ยี่หล้า	รองนายกเทศมนตรี
5. นายคชสิทธิ์ ลีดำรงวัฒนากุล	รองนายกเทศมนตรี
6. นายสมเถียร ภูสันติสัมพันธ์	เลขานุการ
7. นายเอกรินทร์ ระเบียบโอษฐ์	เลขานุการ
8. นายคำรน วงศ์พิศาล	ที่ปรึกษา
9. นายจรเกียรติ แก้วทองคำ	ที่ปรึกษา
10. นายธำรง แรกค่านวน	ที่ปรึกษา
11. นายประจักษ์ ทองบัว	ปลัดอำเภอ
12. นางอรอนงค์ ชูลำพู	ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม
13. นางสาวรัชนิพรรณ ณ นคร	เจ้าหน้าที่ประจำศูนย์
14. นางสาวจุฑารัตน์ เพ็ชรไทยพงศ์	เจ้าหน้าที่ประจำศูนย์



แผนภาพที่ 7 คณะกรรมการ-ที่ปรึกษาชมรมในการบริหารชมรมผู้สูงอายุ

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชเป็นชมรมผู้สูงอายุที่มีการก่อตั้งมายาวนานกว่า 20 ปี โดยเริ่มแรกการก่อตั้งชมรมมาจากกลุ่มผู้สูงอายุที่มารวมตัวกันทำกิจกรรมที่ตน

ต้องการตามความสนใจ ในช่วงแรกแรกชมรมได้ใช้อาคารสถานที่ในการทำกิจกรรมที่สาธารณสุขจังหวัด เมื่อปีพ.ศ. 2543 ได้ปรับเปลี่ยนมาตั้งอยู่ที่สวนธรรมโศกราชร่วมกับศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุ โดยได้รับการสนับสนุนจากทางเทศบาลนครศรีธรรมราช ซึ่งเป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีบทบาทสู่การเปลี่ยนแปลงการบริหารจัดการชมรม แผนการพัฒนาชมรม รูปแบบในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ จนปัจจุบันได้รับการยอมรับทั้งในส่วนชมรมทางภาคใต้และชมรมผู้สูงอายุทั่วประเทศที่ได้มาศึกษาดูงานการบริหารจัดการ กิจกรรมสำคัญ โครงการต่าง ๆ ที่ชมรมได้พัฒนาจนเป็นชมรมต้นแบบที่ทีเลิศของระดับประเทศ และได้รับรางวัลยกย่องมากมายอีกด้วย

จากการบริหารชมรมผู้สูงอายุของคณะกรรมการชมรมร่วมการได้รับข้อเสนอแนะ งบประมาณในการสนับสนุนโครงการจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ร่วมกับองค์กรภาคีเครือข่ายอื่น ๆ ส่งผลต่อการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครเป็นอย่างมาก การรวมตัวเป็นชมรมของผู้สูงอายุได้มาจากการสนใจและต้องการจะทำประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและชุมชนท้องถิ่น โดยชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครเป็นชมรมที่มีการปรับเปลี่ยนการจัดการ การนำเสนอแนวทางในการจัดการชมรมอยู่ตลอดเวลา พร้อมทั้งการยอมรับแนวทางการพัฒนา องค์ความรู้สมัยใหม่ในการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับสมาชิกอยู่เสมอและกล่าวได้ว่าความเข้มแข็งของชมรมผู้สูงอายุที่เป็นต้นแบบที่ทีเลิศต้องเริ่มมาจากการพัฒนาสมาชิกให้มีการเปิดใจรับสิ่งต่าง ๆ ที่จะส่งเสริมศักยภาพสมาชิกในทุกด้าน การมีส่วนร่วมของสมาชิกในโครงการและกิจกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่องอีกด้วย

โดยจากการศึกษานำร่องพบรายละเอียดน่าสนใจของการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ กล่าวคือ

กล่าวไว้ว่า

“ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชมีความโดดเด่นอย่างมากทั้งเรื่องของสมาชิกที่เป็นผู้สูงอายุที่รู้สิทธิ หน้าที่ของตนเอง สามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ตระหนักในศักยภาพของตนเอง ถือว่าต้องเริ่มจากสมาชิกเป็นคนขับเคลื่อนองค์กร ชมรมหรือฝ่ายบริหารล้วนเป็นผู้สนับสนุนงาน สมาชิกผู้สูงอายุเป็นคนดำเนินการทุกอย่างด้วยตนเอง สมาชิกมีความผูกพันต่อชมรม ทุกคนมีศักยภาพในตัวเอง สนใจในสิทธิของความมนุษย์ที่พัฒนาตนเองได้อยู่เสมอ อันนี้จึงสำคัญอย่างมากต้องเริ่มจากมุมมองในเรื่องนี้ที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุเป็นสิ่งสำคัญมาเลย” (นางสุวิทย์ พิศสุวรรณ สุเชิง, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 5 ตุลาคม พ.ศ. 2557)

กล่าวไว้ว่า

“ผู้สูงอายุที่นี้ส่วนใหญ่ไม่ได้แข็งแรงหรือมีการศึกษาสูง แต่สิ่งที่เห็นชัดเจนที่ทำให้ได้รับการยอมรับคือ ทุกคนมีใจในการมาร่วมในกิจกรรมทุกอย่าง ทุกคนเสนอกิจกรรม

ใหม่ ๆ มีที่มาที่ไปของกิจกรรมที่ต้องการ รู้ชัดเจนเลยว่าวัยนี้อยากจะทำอะไรบ้าง ทุกคนมีความสนใจทำ สนใจจะเข้าร่วม อย่างมีการอบรมสัมมนา ไปร่วมบำเพ็ญประโยชน์ ทุกคนอยากไป ไม่ต้องบอกหรือแนะนำอะไร อันนี้เป็นเรื่องที่เรายอมรับในความสนใจตรงนี้ของผู้สูงอายุ” (นายอรรณพ แรกคำนวน, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 30 มกราคม พ.ศ. 2558)

สำหรับชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชถือเป็นการได้รับการยอมรับเป็นต้นแบบการศึกษาที่ดี จากทั้งภาครัฐและท้องถิ่น โดยจากข้อมูลของคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ พ.ศ.2552 ได้กล่าวถึง การเป็นต้นแบบชมรมที่มีการพัฒนาเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุในทุกด้าน ทั้งการส่งเสริมทางสุขภาพกาย จิตใจและการส่งเสริมผ่านโครงการและกิจกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในหลากหลายรูปแบบที่มีความน่าสนใจ ตามความต้องการและสร้างความสุข โดยชมรมดังกล่าวถือเป็นการสะท้อนการจัดการและดูแลของภาคส่วนภาคีขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีความเข้มแข็งหรือเป็นองค์กรที่มีศักยภาพสูง สามารถขับเคลื่อนงานผู้สูงอายุได้โดดเด่น จนปัจจุบันได้รับการยอมรับเป็นต้นแบบในการเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาภาวะพลัมพลังได้เป็นอย่างดี โดยได้ให้ความสำคัญการพัฒนาระบบดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในท้องถิ่น โดยร่วมกับโรงพยาบาลเทศบาลนครศรีธรรมราช ได้ริเริ่มการนำแนวคิด Home health care มาใช้ซึ่งเป็นลักษณะของการให้บริการดูแลเชิงรุก ในการดูแลตามบ้านทำให้สามารถเพิ่มจำนวนเตียงในการรักษาผู้ป่วยกระจายไปตามบ้านผู้คนที่สองหมื่นเตียง ควบคู่ไปกับการจัดการส่งเสริมสุขภาพและการมีส่วนร่วมแก่ผู้สูงอายุที่เรียกว่า สวนศรีธรรมมาไตรราช เพื่อให้บริการด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิต แพทย์แผนไทย ตรวจสุขภาพและเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ รวมทั้งการริเริ่มการจัดตั้งโรงเรียนเพื่อผู้สูงอายุ โดยการเป็นต้นแบบที่ดีเช่นเดียวกับการยอมรับจากภาครัฐและเอกชนทั่วประเทศในการศึกษาดูงานการจัดการชมรมผู้สูงอายุที่เข้มแข็งแห่งหนึ่งของประเทศไทยเลยทีเดียว และได้รับรางวัลองค์กรสาธารณประโยชน์ดีเด่นตามพระราชบัญญัติส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคม พ.ศ.2546 จากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์อีกด้วย

จากการสัมภาษณ์เจาะลึกที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ มีรายละเอียดการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุที่น่าสนใจกล่าวคือ

กล่าวว่า

“การพัฒนาชมรมผู้สูงอายุให้เข้มแข็งถือว่าเป็นสิ่งสำคัญต่อการพัฒนาผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก ชมรมผู้สูงอายุใกล้ชิดกับผู้สูงอายุ มารวมตัวด้วยความตั้งใจ ความชอบในสิ่งเดียวกัน คนรุ่นเดียวกันการจะทำอะไรสามารถจะเข้าใจกันและกันได้เป็นดี โดยในเรื่องสิทธิมนุษยชนที่ทั่วโลกเน้นย้ำ รวมถึงสิทธิของผู้สูงอายุจึงไม่ใช่เรื่องไกลตัว จำเป็นต้องพัฒนาการทำความเข้าใจในเรื่องนี้ให้ชัดเจนและชมรมผู้สูงอายุจะมีบทบาทสำคัญต่อการ

เข้าถึงเรื่องสิทธิผู้สูงอายุเป็นอย่างดี ชมรมผู้สูงอายุเป็นองค์กรในการพัฒนาผู้สูงอายุในชุมชน ที่ต้องมีคุณภาพ ส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ทุกรูปแบบ การจัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม และด้านการส่งเสริมความรู้ในเรื่องสิทธิหน้าที่ผู้สูงอายุก็ต้องเน้นย้ำเป็นแนวทางพัฒนาชมรม ทำอย่างไรจะพัฒนาผู้สูงอายุให้มากกว่าการสงเคราะห์ ต้องสามารถให้ผู้สูงอายุมีสิทธิหน้าที่ในการเลือกดำเนินการ และสามารถดูแลตนเองได้ในทุกด้านชีวิตของผู้สูงอายุเลย” (นางศุวดีดิยะ พิศสุวรรณ สุเชิง, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 30 มกราคม พ.ศ. 2558)

กล่าวไว้ว่า

“ในส่วนของเทศบาลนครนครศรีธรรมราชเราได้สนับสนุนงานด้านพัฒนาผู้สูงอายุ เราได้จัดทำโมเดลหลักๆในการพัฒนา 2 รูปแบบ คือ ชมรมผู้สูงอายุกับศูนย์ฟื้นฟู และส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ และเรื่องการรักษาพยาบาล การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่บ้าน ภายใต้โครงการ 20,000 เต็มย ส่วนของโรงพยาบาลนี้ ดำเนินการมาตั้งแต่ปี 2548 หลังจากได้จัดตั้ง รพ.เทศบาลนครนครศรีธรรมราช ซึ่งดำเนินการโดยองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ซึ่งเป็นแนวความคิดของเรื่องการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเป็นงานหลักด้วย” (นายประจักษ์ ทองบัว, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 9 มีนาคม พ.ศ. 2558)

กรอบการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครนครศรีธรรมราชได้วางกรอบแนวคิดสำคัญในการพัฒนาชมรมสรุปได้ คือ

1. ด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ การพัฒนาให้มีระบบการบริการสุขภาพจากการร่วมมือขององค์กรภาคีเครือข่ายสุขภาพ ทางด้านการส่งเสริมการป้องกันโรค ตรวจสุขภาพ การรักษาดูแลสุขภาพและฟื้นฟูสุขภาพที่มีคุณภาพ รวมทั้งการส่งเสริม สนับสนุนและการรณรงค์ให้ผู้สูงอายุมีทักษะในการดูแลสุขภาพตนเอง รวมถึงการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจแก่คนในชุมชนร่วมกัน

2. ด้านการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการจัดความรู้ การพัฒนากลุ่มตามศักยภาพของตนเอง การกำหนดแนวทางในการศึกษาความรู้ การพัฒนาทักษะจำเป็น การพัฒนาอาชีพเพื่อการพึ่งพาตนเองได้

3. ด้านการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต ในการส่งเสริมสร้างสภาพแวดล้อม แหล่งการเรียนรู้ที่หลากหลายและเหมาะสมสอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุเพื่อก้าวสู่การพัฒนาชมรมผู้สูงอายุในระยะยาว

4. ด้านการส่งเสริมการพัฒนาวิถีชุมชนและวัฒนธรรมท้องถิ่นกับการจัดกิจกรรมของผู้สูงอายุ ได้เชื่อมโยงคนในชุมชนกับผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมทางวัฒนธรรมท้องถิ่น กิจกรรมทางศาสนา เพื่อเกิดความเข้าใจและเห็นคุณค่าของคนสูงวัย และร่วมกันสืบทอด อนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นรวมทั้งการสร้างสรรค์งานร่วมกันต่อไป

5. ด้านการส่งเสริมการเคารพสิทธิและหน้าที่ในความเป็นพลเมืองตามการปกครองระบอบประชาธิปไตย ที่มุ่งส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจในสิทธิหน้าที่ของตนอันพึงมีพึงได้ ซึ่งถือเป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาประเทศในระบอบประชาธิปไตยให้ยั่งยืน

ในส่วนการวางวัตถุประสงค์ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ได้มาจากข้อตกลงร่วมกันของสมาชิกที่ต้องการวางแผนการดำเนินงานและพัฒนาชมรมให้มีความเข้มแข็งอย่างยั่งยืนตลอดระยะเวลากว่า 20 ปี ซึ่งเป้าหมายหลักคือการพัฒนาทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เมื่อสุขภาพร่างกายแข็งแรง ปราศจากโรคภัยแล้ว สุขภาพจิตใจก็น่าจะดีตามไปด้วย ซึ่งหลักการที่ร่วมกันวางไว้ มีรายละเอียดน่าสนใจอีกด้วย

วัตถุประสงค์ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช สรุปได้ดังนี้

1. เพื่อส่งเสริมสมาชิกได้ดูแลสุขภาพทั้งด้านร่างกาย และจิตใจด้วยการส่งเสริมให้ความรู้สุขภาพ การป้องกันโรค และฟื้นฟูสุขภาพผู้สูงอายุ
2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ ได้มีโอกาสแสดงความสามารถและมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ตามความถนัด
3. เพื่อสนับสนุนให้ทุกช่วงวัยได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมร่วมกัน ทั้งครอบครัวและชุมชนได้ดูแล และมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
4. เพื่อเป็นองค์การบริหารทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุทั้งมีปัญหาโรคเรื้อรัง และไม่มีปัญหาสุขภาพได้มีการฟื้นฟูที่เหมาะสมในแต่ละสมาชิก

กล่าวได้ว่าการวางวัตถุประสงค์ชมรมผู้สูงอายุมุ่งเน้นด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วมและความมั่นคงของสมาชิกเป็นสิ่งสำคัญซึ่งสอดคล้องกับการส่งเสริมภาวะพลัดพลังพลัดผู้สูงอายุไทยในยุคปัจจุบันเป็นอย่างดี

กล่าวไว้ว่า

“Active Ageing เป็นแนวคิดสมัยใหม่ที่ก้าวสู่ผู้สูงอายุยุคใหม่ให้ปรับตัวเป็นผู้สูงอายุที่แข็งแรงทั้งร่างกาย จิตใจ รวมทั้งสามารถจะมีบทบาทในการช่วยเหลือผู้อื่น มีใจในการมุ่งมั่นพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา รู้สิทธิหน้าที่ในฐานะพลเมืองในระบอบการปกครองประชาธิปไตย นั่นคือ การเป็นผู้สูงวัยที่ไม่แก่ไปตามวัย ใจยังมีพลังได้แสดงศักยภาพตนเองได้ สิ่งสำคัญของแนวคิดนี้ชมรมผู้สูงอายุต้องมีเป้าหมายที่จะพัฒนาไปสู่แนวทางใหม่นี้จะระยะสั้นหรือระยะยาวก็ตาม” (นางฐวีย์ดิยะ พิศสุวรรณ ฐะเชิง, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 30 มกราคม พ.ศ. 2558)

กล่าวไว้ว่า

“ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในยุคนี้คือต้องสามารถพึ่งตนเองได้ดี ดูแลสุขภาพตนเอง การวางวัตถุประสงค์การตั้งชมรมเพื่อเป้าหมายให้สมาชิกเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี

สามารถดูแลตนเองได้ แล้วยังสามารถกลับไปดูแลครอบครัว ไม่เป็นภาระให้กับชุมชน ในส่วนการเจ็บป่วยเป็นเรื่องธรรมดาไปถามสมาชิกวัยนี้ส่วนใหญ่มีโรคเรื้อรัง แต่จะทำอย่างไรให้ผู้สูงอายุมีแรงใจอยากมาร่วมกิจกรรมเกิดความสุข อยากจะทำประโยชน์ให้ชุมชนอันนี้เป็นสิ่งที่วางหลักการไว้ บางท่านอายุเยอะแต่มีศักยภาพในตนเองมากกว่าผู้สูงอายุวัยน้อยกว่าเสียอีก” (รัชนิพรรณ ณ นคร, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 8 พฤษภาคม พ.ศ.2558)

ในด้านการวางกรอบการพัฒนาและวัตถุประสงค์ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช จะพบว่ามุ่งการส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งถ่ายทอดออกมาเป็นกิจกรรมสำคัญมากมาย ในด้านการมีส่วนร่วมถือว่าให้สมาชิกผู้สูงอายุได้กำหนดแนวทางการจัดการ ความต้องการและการแสวงหาความรู้ในการพัฒนาผู้สูงอายุด้วยตนเอง โดยชมรมมีหลักการให้บริการแก่ชุมชนด้วย และด้านความมั่นคงในชีวิต ในการส่งเสริมพัฒนาทักษะในชีวิต อาชีพ และการดูแลตนเองในทุกมิติ ดังกล่าวข้างต้น ซึ่งการมุ่งที่ให้สมาชิกผู้สูงอายุเป็นผู้กำหนดทิศทางการพัฒนา การมีส่วนร่วมในทุกด้านทั้งระดับสมาชิก คณะกรรมการชมรม และชุมชนท้องถิ่นล้วนมุ่งเน้นการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุให้เป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุผลิพลังได้เป็นอย่างดี

ส่วนที่ 3 กระบวนการส่งเสริมภาวะพหุผลิพลังผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ

ประกอบด้วยประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

3.1 กลไกการดำเนินงาน

3.2 องค์ประกอบการส่งเสริมเพื่อพัฒนาภาวะพหุผลิพลัง

3.3 รูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพหุผลิพลัง

3.4 ภาคิเครือข่ายในการส่งเสริมภาวะพหุผลิพลัง

มีรายละเอียดในแต่ละประเด็น ดังต่อไปนี้

3.1 กลไกการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ประกอบด้วย คณะกรรมการดำเนินงานจำนวน 12 ท่าน และที่ปรึกษาชมรม จำนวน 14 ท่าน ชมรมผู้สูงอายุมีการดำเนินการก่อตั้งมายาวนานและปรับเปลี่ยนการดำเนินงานให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดในเรื่องการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ รวมทั้งการร่วมมือสนับสนุนจากองค์กรภาคีเครือข่ายสำคัญต่าง ๆ ได้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โรงพยาบาลประจำจังหวัด (โรงพยาบาลมหาราช) ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุ นครศรีธรรมราช ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียน มหาวิทยาลัยราชภัฏ นครศรีธรรมราช และภาคเอกชนต่าง ๆ

2. การดำเนินงานยึดหลักการประชาธิปไตย คือการดำเนินกิจกรรมโครงการต่าง ๆ ของชมรมเริ่มมาจากสมาชิก ดำเนินการโดยสมาชิกและผลประโยชน์ที่ได้คือตัวสมาชิกผู้สูงอายุเอง สมาชิกมีหน้าที่ในการรับผิดชอบในส่วนต่าง ๆ ตามความถนัดและศักยภาพตาม

ประสบการณ์ที่มีในด้านที่เชี่ยวชาญ คณะกรรมการทั้ง 12 ท่าน แม้จะเป็นผู้มีบทบาทในการดำเนินงาน หากสมาชิกผู้สูงอายุสามารถนำเสนอกิจกรรมที่ตนเองสนใจได้ตลอด รวมทั้งการประชุมในวาระสำคัญ ทุกคนมีส่วนร่วมในการเสนอโครงการที่จะพัฒนาสมาชิกให้มีความรู้ทันสมัยอีกด้วย

กล่าวไว้ว่า

“ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรี เปิดโอกาสให้ทุกคนได้คิด ลงมือ ปฏิบัติจริง สมาชิกทุกคนมีสิทธิในการเสนอความคิดเห็น หาข้อมูลกิจกรรมและโครงการได้ ใครอยากให้ชมรมมีอะไรที่ดีก็ไปหาความรู้มาแลกเปลี่ยน สมาชิกอ่านหนังสือไม่ออก กลัวเพื่อนสมาชิกถึงก็แนะนำให้แนะนำจะร่วมกิจกรรมกับศูนย์กศน.นครศรี จัดโครงการ รัชการอ่านเพื่อสมาชิกผู้สูงอายุที่อ่านหนังสือไม่ออก หรือสมาชิกบางคนอยากเรียนรู้ คอมพิวเตอร์ก็ไปคุยกับทางม.ราชภัฏ ก็เกิดโครงการคอมพิวเตอร์สูงวัยแบบนี้” (นางรัตนา แยมศรี, รองประธานชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 31 ตุลาคม 2558)

3. แกนนำผู้สูงอายุในการจัดกิจกรรม กล่าวคือ แกนนำเป็นผู้มีบทบาท ในการช่วยดำเนินกิจกรรมให้เรียบร้อย เป็นผู้นำในการประสานความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่าย ต่าง ๆ ซึ่งลักษณะแกนนำของชมรมผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่หลากหลายมีทั้งกลุ่มข้าราชการครู เจ้าของกิจการ กลุ่มแม่บ้าน และอื่น ๆ แกนนำที่นี้มีศักยภาพโดดเด่นจากความแตกต่าง ความเชี่ยวชาญที่แกน นำแต่ละคนมีทำให้การคิดกิจกรรม โครงการต่าง ๆ ของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมชาติ ได้รับการยอมรับเป็นต้นแบบของชมรมผู้สูงอายุที่เลิศในการมาศึกษาดูงานมาตลอดจนปัจจุบัน

กล่าวว่า

“แกนนำมาจากคนทำงานให้ชุมชนมาก่อนนานแล้ว เป็นคนใจอาสา ที่ชมรมผู้สูงอายุนครมีครูเกษียณ ป้าเจ้าของร้านอาหารที่ลูกอยากให้มีเพื่อน มีศิลปะวาดรูป ทำงานศิลปะ มีเยอะเลยหลายสาขา คุณลุงคุณป้าชอบมาเจอกัน ชักชวนมาจากวัดก็มี ชมรม เปิดรับหมดมีคนเก่ง ๆ เยอะ” (นางประนอม ช่วยชู, สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 1 พฤศจิกายน พ.ศ 2558)

4. การดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุมีการจัดการอย่างเป็นแบบแผนตาม กรอบนโยบายและเป้าหมายที่วางร่วมกัน รวมทั้งการร่วมกันเสนอแนวท้าวัตถุประสงค์ในการดำเนิน โครงการ กิจกรรมต่าง ๆ อย่างชัดเจนและมีระบบ ดังต่อไปนี้

- เพื่อการรวมกลุ่มในการส่งเสริมด้านสุขภาพ สุขภาพกายและจิตใจ ให้มีสุขภาพดี
- เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ ได้มีโอกาสแสดงความสามารถและมีส่วนร่วม ในกิจกรรมต่าง ๆ ตามความถนัด

- เพื่อส่งเสริมการจัดกิจกรรมพหุวัย เป็นแนวทางสร้างความรัก ความเห็นคุณค่าของวัยผู้สูงอายุที่มีต่อครอบครัวและชุมชนท้องถิ่น
- เพื่อบริการทางสังคมเป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุทั้งที่มีโรคเรื้อรังและไม่มี ได้มีการเรียนรู้ตลอดเวลาในการจัดกิจกรรมส่งเสริมการดูแลตนเอง
- เพื่อการร่วมมือแลกเปลี่ยนสร้างความเข้มแข็งของชุมชน องค์กรภาคี เครือข่ายเป็นการพัฒนาชุมชนท้องถิ่นที่ทุกภาคส่วนได้ร่วมมือกันสร้างสังคมยั่งยืนร่วมกัน

5. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชมีการสนับสนุนด้านทรัพยากร ในการส่งเสริมการเรียนรู้กิจกรรมต่าง ๆ ให้สมาชิกอย่างหลากหลายจากการมีแกนนำที่มีหลากหลาย สาขาด้วย การเชิญวิทยากรภายนอก ครูภูมิปัญญาท้องถิ่นได้มาถ่ายทอดความรู้ทางภูมิปัญญาภาคใต้ ในการส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพสมาชิกผู้สูงอายุ รวมทั้งการร่วมมือกับภาคส่วนต่าง ๆ ในการจัด กิจกรรมอีกด้วย

6. การจัดการสภาพแวดล้อมชมรมผู้สูงอายุได้อย่างดี อย่างการจัดการ อาคารสถานที่ได้อย่างเหมาะสมและมีความพร้อมต่อการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุอย่างดียิ่ง กล่าวคือ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชมีความคำนึงถึงความสะอาดและความปลอดภัยของผู้สูงอายุ โดยการสร้างพร้อมของอาคารสถานที่ มีการออกแบบการรองรับกลุ่มผู้สูงอายุใช้งาน เช่น ห้องสุขาที่มีลักษณะเหมาะสมกับการใช้งานของผู้สูงอายุ จำนวนห้องสุขาพอเพียง มีพื้นที่การจัด กิจกรรมทั้งภายนอกอาคารและภายในกว้างขวาง เป็นสัดส่วน มีราวจับสำหรับการเดินไปส่วนกิจกรรม ต่าง ๆ อาคารการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ก็จัดให้มีอุปกรณ์พร้อมในการจัดงานกิจกรรม เป็นต้น

7. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชถือว่าเป็นชมรมต้นแบบการ ดำเนินงานที่มุ่งเน้นความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่ายอย่างเข้มแข็ง และถือว่าการดำเนินงานยึด หลักการสร้างเครือข่ายชุมชนให้ภาคส่วนได้มีส่วนร่วมในการจัดการ ประสานความร่วมมือในการพัฒนา ชุมชนของตนเองอย่างแท้จริง โดยสร้างความร่วมมือสำคัญได้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โรงพยาบาลประจำ จังหวัด (โรงพยาบาลมหาราช) ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุ นครศรีธรรมราช ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียน (กศน.) มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช และภาคเอกชนต่าง ๆ เป็นต้น

3.2 องค์กรประกอบการส่งเสริมเพื่อพัฒนาภาวะพลัดพลัง

จุดร่วม

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชมีการวางแผนนโยบายในการ พัฒนาชมรมผู้สูงอายุ รวมทั้งการวางวัตถุประสงค์ในการส่งเสริมผู้สูงอายุในด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ การมุ่งเน้นการมีส่วนร่วมทางสังคมและการส่งเสริมความมั่นคงและปลอดภัยแก่สมาชิกอย่างเป็นแบบ แผนชัดเจน

2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชได้รับการสนับสนุนจากองค์กรภาคีเครือข่ายในท้องถิ่นอย่างเป็นรูปธรรม การกำหนดลงในแผนกิจกรรม โครงการต่าง ๆ ในการส่งเสริมผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรม โดยมีการประชุมเพื่อร่วมกันวิเคราะห์สภาพปัญหา ความสนใจ และความต้องการของสมาชิกในช่วงเวลาต่าง ๆ และมีการร่วมมืออย่างเท่าเทียมในทุกกลุ่มสมาชิกด้วย

3. เป็นชมรมผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมมากมายและดำเนินอย่างต่อเนื่องทั้งกิจกรรมด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงปลอดภัยล้วนเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้สมาชิกมีภาวะพลัมพลังได้อย่างดี โดยให้สมาชิกเรียนรู้ด้วยตนเองตามความต้องการ

จุดเด่น

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชมีลักษณะเด่นหลายประการดังต่อไปนี้

1. โครงการและกิจกรรมต่าง ๆ มีเนื้อหาหลากหลายในการส่งเสริมและพัฒนาภาวะพลัมพลังทั้งด้านการส่งเสริมสุขภาพดี การมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงและปลอดภัยในชีวิต กล่าวคือ กิจกรรมที่จัดการส่งเสริมด้านสุขภาพกิจกรรมมีจัดทุกวันธรรมดา ทั้งการส่งเสริมสุขภาพร่างกาย ได้แก่ การรำไทเก๊ก รำกระบอง แอโรบิก ท่ามโนราห์ โครงการแพทย์แผนไทย การส่งเสริมด้านจิตใจ ได้แก่ ทุกวันพุธกิจกรรมฟังธรรมจากพระสงฆ์วัดในชุมชน กิจกรรมทัศนศึกษาธรรมสัญจรสวนพุทธภูมิและวัดในเขตจังหวัดนครศรีธรรมราช ในกิจกรรมช่วงเทศกาลสำคัญก็จัดตามการเสนอจากสมาชิกชมรมหลากหลายตามข้อมูลที่สมาชิกสนใจและเกิดประโยชน์กับผู้สูงอายุ ในด้านการส่งเสริมการมีส่วนร่วม ได้แก่ กิจกรรมโครงการกับหน่วยงานภาคีเครือข่ายภาครัฐและเอกชนมากมาย เช่น โครงการฝึกอบรมคอมพิวเตอร์ โครงการรักษาร่างกาย โครงการสืบสานวัฒนธรรมภาคใต้ โครงการจิตอาสาเยี่ยมเพื่อน โครงการฝึกอบรมอาชีพบำบัด โครงการอาสาสมัครตัดผม เป็นต้น และด้านความมั่นคงและปลอดภัย ได้แก่ กิจกรรมการอบรมการออมกับธนาคารออมสิน โครงการอบรมเสริมทักษะอาชีพ โครงการงานประดิษฐ์ กิจกรรมการสงเคราะห์เพื่อนสมาชิก เป็นต้น

2. การมีส่วนร่วมของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุที่ต้องการพัฒนาชมรม กล่าวคือ การที่สมาชิกชมรมมีการถ่ายทอดความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อกันระหว่างสมาชิก สมาชิกชมรมจะร่วมกันไปฝึกอบรมกิจกรรมหรืองานความรู้ต่าง ๆ การสัมมนาเชิงวิชาการที่เกี่ยวกับการพัฒนาผู้สูงอายุในยุคสมัยใหม่ และอื่น ๆ สมาชิกชมรมจะมาถ่ายทอดแก่สมาชิกคนอื่น ๆ ในชมรมให้ได้มีความเข้าใจและเรียนรู้ ลงมือปฏิบัติอย่างทั่วถึงอีกด้วย

3. การได้รับการสนับสนุนจากองค์กรภาคีเครือข่ายอย่างเข้มแข็งและมีทิศทางพัฒนาไปพร้อมกันจึงกล่าวได้ว่า ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชเป็นชมรมต้นแบบที่ได้รับการยอมรับและสร้างรูปแบบการดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุได้อย่างยั่งยืนจากการมีฐานการพัฒนา ร่วมกับองค์กรชุมชนท้องถิ่นอย่างแท้จริง

การประเมินผล

ในการประเมินผลในกิจกรรมและโครงการต่าง ๆ เริ่มจากการฟังความคิดเห็น ความต้องการของสมาชิกว่ากิจกรรมและโครงการใดมีประโยชน์ มีการดำเนินกิจกรรมที่สอดคล้องกับการส่งเสริมผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ตามแผนนโยบายที่วางไว้ร่วมกันอย่างไรบ้าง และใช้กระบวนการประเมินตามสภาพที่เป็นจริง จากการสังเกต การบันทึก รวบรวมจากการพูดคุยต่าง ๆ มาเป็นข้อมูลไว้ รวมทั้งในการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชจะมีการประเมินผลในกระบวนการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของชมรมเป็นทั้งลักษณะการประเมินความคิดเห็น ความพึงพอใจของการเข้าร่วมกิจกรรมชมรม โดยเน้นการให้สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในกิจกรรมทั้งภายในชมรม และกิจกรรมที่ต้องมีการร่วมมือกับชุมชนท้องถิ่น การประเมินผลเชิงปริมาณโดยใช้แบบประเมินการจัดกิจกรรม และการประเมินผลเชิงคุณภาพในการเปิดโอกาสให้นำเสนอความต้องการ ปัญหา ฯลฯ จากกิจกรรมต่าง ๆ ได้ รวมทั้งในการประเมินผลนั้นเป็นเป็นข้อมูลการให้ความสนใจต่อการร่วมมือการประชุมของชมรมอีกด้วย การประเมินผลจะใช้ตอนการประชุมชมรมซึ่งจัดการประชุมปีละ 2-3 ครั้ง

3.3 รูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพหุพิสัย

รูปแบบกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชได้จัดให้มีกิจกรรมหลากหลายโดดเด่นในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุในสามด้านสำคัญ ประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมและด้านความมั่นคงในชีวิต ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีศักยภาพเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพิสัย

มีรายละเอียดน่าสนใจดังต่อไปนี้

1. ด้านสุขภาพที่ดี

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช จัดให้มีกิจกรรมในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุในสามด้านสำคัญของผู้สูงอายุที่มีลักษณะพหุพิสัย โดยในด้านการส่งเสริมสุขภาพกายและจิตใจ การจัดกิจกรรมการออกกำลังกายในวันธรรมดา (วันจันทร์ อังคาร พุธ ศุกร์) จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย 4 วันในช่วงเช้าต่อสัปดาห์ ในช่วงเวลา 8.00น.-9.00น. ในวันจันทร์เป็นกิจกรรมไทเก๊ก วันอังคารกิจกรรมรำไม้พลอง วันพุธเป็นกิจกรรมแอโรบิค และวันศุกร์เป็นกิจกรรมออกกำลังกายโยคะ ในส่วนการส่งเสริมสุขภาพจิตใจ ในวันพุธของทุกสัปดาห์ในช่วงเช้า เวลา 9.00น.-11.00น. เป็นกิจกรรมการฟังธรรมะโดยพระสงฆ์ในชุมชน ได้แก่ พระสงฆ์จากวัดพระธาตุธรรมหาวิหาร วัดมุ่มป้อม วัดสระเรียง วัดหน้าพระธาตุ เป็นต้นจะสลับหมุนเวียนรับนิมนต์มาเทศนาธรรมให้สมาชิกชมรมผู้สูงอายุได้ฟังธรรมะในทุกเช้าวันพุธ ในกิจกรรมทางด้านการส่งเสริมสุขภาพที่ดีของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช บทบาทของแกนนำและคณะกรรมการชมรม จะเข้ามาเป็นผู้ดำเนินกิจกรรมในช่วงเวลาเช้าของทุกวันธรรมดา สำหรับโครงการส่งเสริมสุขภาพ

จะมีโครงการที่สมาชิกได้เสนอมาจากการหาข้อมูลด้านสุขภาพ การได้ไปอบรมจากหน่วยงานส่งเสริมสุขภาพ และความสนใจของสมาชิกเองที่ต้องการจะให้จัดโครงการเพิ่มเติม ซึ่งจะมีโครงการด้านสุขภาพที่หลากหลายในแต่ละเดือน อย่างเช่น โครงการแพทย์แผนไทย โครงการธรรมะสัญจร โครงการกิจกรรมเปตองสุขภาพ โครงการตรวจสุขภาพ เป็นต้น โดยจะมีโครงการเปตองสุขภาพที่ได้ร่วมกันจัดเป็นการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุกับภาคภาคีเครือข่ายชุมชนของทุกปี เพื่อเป็นการสร้างความสามัคคี การร่วมมือกันในโครงการกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างราบรื่น เป็นการสร้างความผูกพันที่ตีรวมทั้งการยอมรับในศักยภาพของผู้สูงอายุของชมรมเป็นอย่างดีอีกด้วย

ในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมด้านสุขภาพของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช มีกิจกรรมสำคัญดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 9 กิจกรรมด้านสุขภาพ

กิจกรรม	ช่วงเวลา	สถานที่
กิจกรรมไทเก๊ก	วันจันทร์ เวลา 8.00น.-9.00น.	ลานกิจกรรมหน้าสวนศรีธรรมโศก
กิจกรรมรำไม้พลอง	วันอังคาร เวลา 8.00น.-9.00น.	ลานกิจกรรมหน้าสวนศรีธรรมโศก
กิจกรรมฟิงธรรมะ	วันพุธ เวลา 9.00น.-11.00น.	ห้องกิจกรรมในอาคารศูนย์สุขภาพ
กิจกรรมแอโรบิค	วันพฤหัสบดี 8.00น.-9.00น.	ลานกิจกรรมหน้าสวนศรีธรรมโศก
กิจกรรมโนราห์	วันศุกร์ 8.00น.-9.00น.	ลานกิจกรรมหน้าสวนศรีธรรมโศก

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุในด้านสุขภาพ สรุปรายละเอียดได้ ดังนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ได้ดำเนินกิจกรรมโดยได้รับความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่ายอย่างเข้มแข็ง ในส่วนการส่งเสริมสมาชิกผู้สูงอายุให้ได้รับความสะดวกสบายในการเดินทางมาทำกิจกรรมต่าง ๆ ทางองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) ได้จัดรถบัสไปรับผู้สูงอายุตามสายถนนที่สมาชิกได้แจ้งกับชมรมไว้ในทุกวันธรรมดาที่จัดกิจกรรม โดยเริ่มทุกวันเช้าด้วยกิจกรรมออกกำลังกายสร้างสุขภาพ เป็นต้น

กล่าวไว้ว่า

“ทางเทศบาลนครศรีฯ ได้เล็งเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุจากการที่เทศบาลมีความใกล้ชิดประชาชนและพบว่าปัญหาเกี่ยวกับผู้สูงอายุในเทศบาลมีมาก ไม่มีการดูแลทั่วถึงจึงเข้ามาสนับสนุนในเรื่องที่จะพัฒนาผู้สูงอายุ ทั้งเรื่องงบประมาณ การให้ความรู้ การบริการให้ผู้สูงอายุเดินทางมาสะดวกสบาย การมีรถไปรับทุกวันจะช่วย

ปัญหาการเดินทางที่ส่วนใหญ่ลูกหลานไม่อยู่ไปทำงาน ให้ผู้สูงอายุได้มาง่ายขึ้น” (นายคํารน วงศ์พิศาล, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 26 สิงหาคม 2558)

ในรอบ 1 เดือนทางชมรมจะมีการเชิญเจ้าหน้าที่จากทางโรงพยาบาล เทศบาล หรือโรงพยาบาลมหาราชได้มาตรวจสุขภาพประจำเดือนจัดกิจกรรมตรวจสุขภาพเป็นประจำ ก่อนจะเริ่มกิจกรรมออกกำลังกายในช่วงเช้า โดยการตรวจสุขภาพจะมีการตรวจวัดความดัน ตรวจเลือดและลงบันทึกการตรวจสุขภาพประจำเดือนไว้เพื่อรายงานสุขภาพของสมาชิก และชมรมผู้สูงอายุ ได้ร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่ายองค์กรโรงพยาบาลในชุมชน ในการให้บริการเพิ่มเติมในช่วงต่าง ๆ บ่อยครั้งประจำปี อย่างเช่น การฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ให้สมาชิก การตรวจการทำงานของไต เป็นต้น

กิจกรรมการออกกำลังกายในช่วงเช้าวันธรรมดา คือวันจันทร์ วันอังคาร วันพฤหัสบดี และวันศุกร์ จะเริ่มเวลาประมาณ 8.00น.-9.00น. ณ ลานกิจกรรมหน้าสวน ศรีธรรมโศก โดยวันจันทร์จะเป็นกิจกรรมไทเก๊ก วันอังคารออกกำลังกายกิจกรรมรำไม้พลอง วันพฤหัสบดีจะเป็นกิจกรรมแอโรบิคและวันศุกร์เป็นกิจกรรมออกกำลังกายมโนราห์ ซึ่งเป็นเป็น กิจกรรมที่ทางชมรมได้รับความร่วมมือการฝึกสอนและอบรมการออกกำลังกายจากทางวิทยาลัย นาฏศิลป์ เป็นกิจกรรมการประยุกต์ศิลปะการรำมโนราห์เอกลักษณ์ของภาคใต้ให้เป็นการออกกำลังกายในชีวิตประจำวัน ซึ่งสร้างความเป็นเอกลักษณ์ของชมรมผู้สูงอายุทางภาคใต้ รวมทั้งเป็นการร่วม มอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นไม่ให้สูญหายไปยังคงนำมาให้ดำรงอยู่ รวมทั้งเป็นการส่งเสริมด้วยสุขภาพ ได้เป็นอย่างดี

กล่าวไว้ว่า

“การนำเอาท่ารำมโนราห์มาใช้ในการออกกำลังกายมาจาก สมาชิกผู้สูงอายุที่เป็นอดีตคุณครูอยากให้สมาชิกได้มีกิจกรรมสุขภาพที่อนุรักษ์ความเป็นคน นครศรีฯ ท่าทางการรำก็นำเอาความเป็นภาคใต้ ทางกรรมการก็นำแนวคิดไปประสานกับ ทางวิทยาลัยเลยดึงเอาท่ารำมาใช้ในการออกกำลังกายเป็นกิจกรรมรำมโนราห์ ไม่มีอุปกรณ์ หรือชุดแต่งกาย ใช้ท่าทางสื่อให้รู้ว่าเป็นการรำมโนราห์ ลองฝึกกัน สมาชิกชอบรู้สึกเป็น เอกลักษณ์ดี ใช้เวลาชมรมอื่นมาเยี่ยมเราก็นำเสนอกิจกรรมอันนี้ ใครมาก็ชื่นชมว่าชมรม นครศรีฯ มีสิ่งดี ๆ เยอะเลย ช่วยกันรักษาประเพณีตรงนี้อีกแรง” (จุฑารัตน์ เพ็ชรไทยพงศ์, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 8 พฤษภาคม 2558)

ในส่วนวันพุธช่วงเช้าเวลาประมาณ 9.00น.-11.00น. จะเป็น กิจกรรมฟังธรรมะ โดยพระสงฆ์จากวัดในชุมชน ได้แก่ วัดพระธาตุวรมหาวิหาร วัดสระเรียง วัดมุ่ม ป้อม วัดหน้าพระธาตุ เป็นต้น ซึ่งจะสลับหมุนเวียนกันมาแสดงธรรมในทุกวันพุธช่วงเช้า เป็นกิจกรรม การส่งเสริมด้านสุขภาพจิตใจที่มีผลดีอย่างมากกับสมาชิก สะท้อนจากสมาชิกชมรมผู้สูงอายุที่ส่วน

ใหญ่ก็ประสบปัญหาโรคเรื้อรัง มีความทุกข์ใจในการเจ็บป่วยทางกายของตนเอง การได้ฟังธรรมะจึงเป็นการได้ช่วยให้สมาชิกมีความสงบ มีสติและมีความสุขในการใช้ชีวิตมากขึ้น

กล่าวไว้ว่า

“ช่วงเช้าวันพุธ จะนิมนต์พระมาจากหลายวัดใกล้ชมรมนี้แหละ บางครั้งท่านมาเทศให้ธรรมะนิทานสอนใจ ป้าคนสมัยก่อนก็ได้ข้อคิด เวลานั้นผ่านไป ร่างกายไม่อยู่กับเรานาน มาฟังธรรมะจากพระอาจารย์ได้พัฒนาตนเอง จิตใจในแต่ละวันที่เรอบางทีก็เศร้า บางทีเบื่อ พอมาฟังธรรมะได้คิดขึ้นมา ชีวิตเราจะเอาอะไรไป มันไม่มีอะไรเลย ตอนเจ็บปวดเขาก็กเจ็บมาก ปวดนะ ตอนนึกเรื่องธรรมะที่ได้ฟังก็เออเท่านั้น ป้าว่าเรื่องนี้สำคัญมาก เราเตรียมพร้อมตายแล้ว ไม่คิดมาก กายและใจเราเราต้องดูแลให้ดี” (พิมพ์กาญจนามัย, รองประธานชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 8 พฤษภาคม 2558)

โดยกิจกรรมในด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตใจในเรื่องธรรมะถือว่าเป็นเรื่องที่สำคัญและสมาชิกชมรมได้ร่วมกันเสนอแนวทางในการพัฒนาชมรมในด้านนี้เป็นอย่างมาก กล่าวคือ สมาชิกได้เสนอโครงการเกี่ยวกับการส่งเสริมให้สมาชิกผู้สูงอายุได้ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม ได้ไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องธรรมะในสถานที่ทางศาสนาของทางจังหวัด และจังหวัดใกล้เคียง อย่างเช่น โครงการธรรมะสัญจรไปสวนพุทธภูมิ โครงการทัศนศึกษาศาสนสถาน โครงการไหว้พระทำบุญ เป็นต้น

ในส่วนกิจกรรมตอนกลางวันของทุกวันธรรมดา(วันจันทร์-วันศุกร์) จะเป็นการร่วมรับประทานอาหารร่วมกันสมาชิกจะเตรียมอาหารมาจากบ้าน และทางศูนย์สุขภาพจะมีการจัดอาหารร่วมกับชมรมอีกด้วยให้สมาชิกได้ทานอาหาร บริการน้ำดื่ม บางวันจะมีผลไม้สดหรือขนมสุขภาพจากทางภาคองค์กรภาคีเครือข่ายทางเอกชนห้างร้านต่าง ๆ ก็มาร่วมบริการให้สมาชิกผู้สูงอายุอยู่เสมอด้วย โดยทางชมรมผู้สูงอายุจะมีการประเมินด้านสุขภาพจากการพูดคุยตอนทานอาหารกลางวัน ในเรื่องเกี่ยวกับสภาพความเป็นอยู่และด้านโภชนาการของสมาชิก ทั้งคณะกรรมการและแกนนำจะมาช่วยกันประเมินจากอาหารที่สมาชิกเตรียมมาจากบ้านในแต่ละวัน เพื่อเก็บเป็นข้อมูลในการนำเสนอการประชุมรายเดือน ในเรื่องสุขภาพว่าควรจะแนะนำ หรือส่งเสริมเพิ่มเติมในด้านสุขภาพกันของสมาชิกอย่างไรต่อไป

ในช่วงกิจกรรมช่วงบ่ายจะเป็นช่วงกิจกรรมโครงการฝึกอบรมส่งเสริมในด้านต่าง ๆ การศึกษาเรียนรู้ในกิจกรรมที่เชิงวิทยากร ครูภูมิปัญญาท้องถิ่น แกนนำชมรมที่จะมีการนำเสนอโครงการการเรียนรู้ต่าง ๆ ซึ่งในบางวันหากไม่มีกิจกรรมโครงการต่าง ๆ เหล่านั้นทางชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชได้ร่วมกับสมาชิกได้ส่งเสริมด้านสุขภาพผู้สูงอายุ จากองค์ความรู้และข้อมูลที่ได้จากนักวิชาการ วิทยากรและหน่วยงานการพัฒนาผู้สูงอายุจึงได้เกิดโครงการการ

พักผ่อนยามบ่ายแก่ผู้สูงอายุ โดยทางชมรมได้ร่วมกับศูนย์สุขภาพบริการเตียงนอนให้สมาชิกได้พักผ่อนให้เพียงพอสำหรับบางช่วงวันที่กิจกรรมภาคบ่ายไม่มีการอบรมดังกล่าวอีกด้วย

สำหรับกิจกรรมในวันธรรมดา (วันจันทร์-วันศุกร์) ของทุกวันจะเริ่มช่วงเช้าประมาณ 8.00น. และกิจกรรมช่วงบ่ายจะจัดตั้งแต่บ่ายโมงจนถึง 4 โมง และทางองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น(เทศบาลนครศรีธรรมราช) ร่วมบริการรถรับ-ส่งสมาชิกชมรมก็จะบริการส่งสมาชิกกลับบ้านในทุกวันอีกด้วย

2. กิจกรรมการบำบัดแนวแพทย์ทางเลือก (การแพทย์แผนไทย) ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ได้รับการร่วมมือจากการแลกเปลี่ยนความรู้กับศูนย์การแพทย์แผนไทยวัดศาลามีชัย ซึ่งศูนย์การแพทย์แห่งนี้ผู้ก่อตั้งคือ คุณครูกีฬา วิมลเมธี ได้จัดตั้งกลุ่มชมรมแพทย์แผนไทย เพื่อเปิดบริการเป็นสถานศึกษาของพยาบาลไม่มีเตียง ให้บริการตรวจโรคทั่วไป มีการผลิตยาไทย ห้องสมุดแพทย์แผนไทย สวนสมุนไพร จัดทำรูปถ่ายติดตนจำนวน 82 ท่า เพื่อให้ประชาชนได้ศึกษาเรียนรู้วิธีการบำบัดรักษาโรคด้วยตนเองซึ่งท่านเป็นปราชญ์ชาวบ้านที่สำคัญในการร่วมมือกับชมรมผู้สูงอายุให้สมาชิกได้เรียนรู้การบำบัดรักษาโรคได้ด้วยตนเอง และสามารถถ่ายทอดการเรียนรู้ในด้านแพทย์แผนไทยให้กับสมาชิกในชมรม ครอบครัวและชุมชนที่ตนเองอาศัย รวมทั้งสร้างรายได้นอกจากเป็นการส่งเสริมด้านสุขภาพตนเองอีกด้วย

3. โครงการอบรมการดูแลตนเองจากหน่วยงานภาครัฐที่เป็นองค์กรภาคีเครือข่ายสำคัญ ได้แก่ โรงพยาบาลเทศบาลนครศรีธรรมราช โรงพยาบาลมหาราช และสาธารณสุขจังหวัด ล้วนมีบทบาทในการเข้ามาให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพผู้สูงอายุ โดยเจ้าหน้าที่และนักวิชาการจะมีการบรรยายสัมมนาและอบรมการดูแลสุขภาพตนเองสลับเปลี่ยนหมุนเวียนกันมาให้ความรู้ในทุกสัปดาห์ จัดกิจกรรมดังกล่าวในช่วงบ่ายไปต้นไปรวมทั้งการสนับสนุนให้สมาชิกผู้สูงอายุได้ไปเยี่ยมชมการทำงานในด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้สมาชิกชมรมผู้สูงอายุได้เรียนรู้และสร้างความเข้าใจในเรื่องการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพในทุกมิติ

4. กิจกรรมการอบรมเชิงปฏิบัติการให้แก่แกนนำชมรมในเรื่องการดูแลตนเองในชีวิตประจำวัน โครงการนี้ชมรมได้ร่วมมือกับทางอสม.ในการอบรมการพิจารณาการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ อย่างเช่น การขับถ่าย การเข้าห้องน้ำ การเลือกรับประทานอาหาร การแกว่งแขนออกกำลังกาย การตรวจร่างกายตนเองง่าย การทบทวนความจำ เป็นต้นซึ่งโครงการนี้แกนนำจะเข้าร่วมอบรมแล้วนำมาถ่ายทอดแก่สมาชิกให้ฝึกฝนการดูแลตนเองในชีวิตประจำวันด้วยตนเอง

5. กิจกรรมการร่วมร้องเพลงในช่วงหลังฝึกอบรมในตอนบ่าย เป็นการร่วมร้องเพลงที่สมาชิกได้แต่งขึ้นเองแล้วมาฝึกฝนร้องเพลงร่วมกัน ถือว่าเป็นกิจกรรมสร้างรอยยิ้มและผ่อนคลายให้สมาชิก ซึ่งเป็นการส่งเสริมสุขภาพในระยะยาวได้เป็นอย่างดี

กล่าวไว้ว่า

“เพลงประจำชมรมมีหลายเพลงร้องกันบ่อย ตอนชมรมผู้สูงอายุที่อื่นมาเยี่ยมเราก็จะสอนให้ร้องเพลงชมรมนครศรีฯ เพลงหลายเพลงป่าเป็นคนแต่ง อย่างเพลงกลอนโนราห์ เพลงคนดีไม่มีวันตาย เพลงปณิธานใจ อันนี้ป่าแต่งเอง มาช่วยๆกันร้องก็เลยได้ร้องอยู่ตลอด ตอนป่าแต่งก็เน้นเรื่องทำความดี แก่แล้วจะเอาอะไรไปได้แล้วนะ ชอบเขียนเล่าเรื่องก็แต่งไม่ยาก ป่าชอบด้วยพอคนอื่นเห็นก็ชมป่าก็แต่งมาหลายเพลงให้ชมรม”
(พิมพ์ กาญจนามย์, รองประธานชมรมผู้สูงอายุ, สัมภาษณ์, 31 ตุลาคม 2558)

6. กิจกรรมเพื่อนเยี่ยมบ้าน เป็นโครงการที่สมาชิกร่วมกันจะช่วยเหลือดูแลเพื่อนสมาชิกยามเจ็บป่วย หรือบางท่านหายหน้าไปนานจากชมรมก็จะจัดกลุ่มสมาชิกไปเยี่ยมดูแลให้กำลังใจกัน และมอบของแห้ง ยารักษาโรคไปเยี่ยมเยียนประจำทุกเดือน การส่งเสริมในด้านสุขภาพจิตใจ การส่งกำลังใจให้แก่กันในยามที่เพื่อนสมาชิกเจ็บป่วย หรือไม่สะดวกมาชมรมก็เป็นสิ่งที่ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชได้มุ่งส่งเสริมในเรื่องนี้ จากแนวคิดการอยู่กันแบบเพื่อน เครือญาติจึงผูกพันสมาชิกทุกคนให้ร่วมมือดูแลกันในทุกช่วงเวลาของชีวิต รวมทั้งในช่วงเวลาที่สมาชิกท่านใดเสียชีวิตทางชมรมจะร่วมมือกันไปช่วยงานบำเพ็ญกุศล และการทำงานประดิษฐ์ที่สมาชิกได้ทำไว้อย่าง พวงหรีด โปรยทาน และดอกไม้ประดิษฐ์ก็จะนำไปช่วยงานครอบครัวสมาชิก ซึ่งจากข้อมูลพบว่าสมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชจะมีการเสียชีวิตปีละ 2-3 ท่าน จากช่วงเวลาที่ตั้งชมรมผู้สูงอายุมา 20 กว่าปี ดังกล่าว

7. งานกิจกรรมการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ จากการร่วมมือขององค์กรภาคีเครือข่ายสโมสรกีฬาผู้สูงอายุในการจัดงานกีฬาเบตองสามัคคีระหว่างกัน การจัดกิจกรรมกีฬาเป็นการส่งเสริมสุขภาพและสร้างความสามัคคีของคนในชุมชน โดยจัดเป็นประจำทุกปีที่สนามกีฬาเมืองหรือลานกิจกรรมสวนศรีธรรมโศก ซึ่งสมาชิกจะมีการฝึกซ้อมกันทุกเดือน กลุ่มสมาชิกที่ลงแข่งจะเป็นตัวแทนของชมรมในการแข่งขันทุกปี และรางวัลจะมีการมอบเหรียญให้กับนักกีฬาที่เป็นตัวแทนองค์กรตนอีกด้วย

2. ด้านการมีส่วนร่วม

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชได้มีการจัดกิจกรรมที่สมาชิกในชมรมได้ร่วมกันเสนอในการส่งเสริมภาวะพลัมพลังของผู้สูงอายุในด้านการมีส่วนร่วมที่สำคัญสะท้อนผ่านการจัดกิจกรรมทางสังคม ชุมชน งานทางศาสนา ด้านวัฒนธรรมท้องถิ่น และงานอาสาบำเพ็ญประโยชน์ในชุมชน กล่าวคือ ในการจัดกิจกรรมทางศาสนาจากการที่จังหวัดนครศรีธรรมราชมีคำขวัญและประเพณีวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์ในความเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนา จากการเป็นเมืองสองธรรม ที่มุ่งส่งเสริมด้านการเป็นเมืองธรรมะ และเมืองแห่งธรรมชาติที่สวยงาม ดังกล่าวนั้นวิถีชีวิตผู้คนนครจึงมีความสนใจในพระพุทธศาสนา การส่งเสริมอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่น ซึ่งทางชมรมผู้สูงอายุ

เทศบาลนครศรีธรรมราชมุ่งการพัฒนาชมรมให้ดำเนินการกิจกรรมที่จะส่งเสริมในด้านทางศาสนา ประเพณีวัฒนธรรมท้องถิ่นเป็นสำคัญ อย่างเช่น โครงการกิจกรรมธรรมะสัญจร การเดินทางทัศนศึกษาทำบุญศาสนสถานทั้งในจังหวัดและต่างจังหวัด โครงการร่วมปฏิบัติธรรมกับวัดในชุมชน และในงานประเพณีสำคัญมีการจัดกิจกรรมช่วงสงกรานต์รดน้ำผู้สูงอายุ การประกวดเทพีผู้สูงอายุในช่วงเทศกาลลอยกระทง การจัดกิจกรรมทำบุญช่วงเทศกาลเดือนสิบ รวมทั้งกิจกรรมที่สมาชิกมีจิตอาสาไปดูแลผู้ป่วยในโรงพยาบาลเทศบาล และการดูแลสังเคราะห์ศพคนป่วยในชุมชน การดำเนินกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชในด้านการมีส่วนร่วมนั้นมีความโดดเด่นและเป็นต้นแบบการส่งเสริมได้เป็นอย่างดีอีกด้วย

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพลฒิพลังผู้สูงอายุในด้านการมีส่วนร่วม สรุปรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมโครงการธรรมะสัญจร ถือเป็นกิจกรรมส่งเสริมผู้สูงอายุในด้านการมีส่วนร่วมที่สำคัญ โดยเป็นการไปร่วมทำกิจกรรมธรรมะกับคนรุ่นต่าง ๆ โดยเดินทางไปจัดกิจกรรมนอกสถานที่ ณ สวนพุทธภูมิของทุกเดือน ถือเป็นกิจกรรมที่สมาชิกผู้สูงอายุได้ร่วมกับคนในชุมชนได้ศึกษาธรรมะ การได้ร่วมถ่ายทอดประสบการณ์ของผู้สูงอายุในการเป็นแบบอย่างในการใช้ชีวิตให้กับคนรุ่นต่าง ๆ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สร้างความรัก ความเข้าใจ ความเคารพนับถือผู้สูงอายุในฐานะผู้ที่มีคุณค่าต่อชุมชนและสังคมท้องถิ่น การร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการใช้ชีวิต คำสอนทางธรรมะแก่ลูกหลาน จึงจัดเป็นกิจกรรมนอกสถานที่ที่เปิดการมีส่วนร่วมกับชุมชนอย่างเป็นรูปธรรมและส่งผลต่อการพัฒนาชมรมให้ได้รับการยอมรับเป็นชมรมต้นแบบมาอย่างยาวนานด้วย

2. กิจกรรมการทัศนศึกษานอกสถานที่ประจำปี เป็นกิจกรรมที่สมาชิกร่วมกันเสนอว่าในแต่ละปีจะเดินทางไปศึกษาการจัดกิจกรรม หรือการไปทำบุญศาสนสถานใด เพื่อเป็นการร่วมกันทำนุบำรุงศาสนาให้ยั่งยืนต่อไป ซึ่งการจัดจะมีการวางวัตถุประสงค์ กรอบแนวทางการเดินทาง องค์กรความรู้ของสถานที่สำคัญ นั่นคือการเตรียมความรู้ก่อนจะมีการเดินทางไปทัศนศึกษาประจำปีของชมรมในทุกครั้ง รวมทั้งการพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์และมุมมองประวัติศาสตร์ต่าง ๆ ของสถานที่จะไปทัศนศึกษาด้วย

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช นับได้ว่ามีปราชญ์ชาวบ้าน และครูภูมิปัญญาที่เป็นสมาชิกชมรมอยู่หลากหลายด้าน ทั้ง หมอพื้นบ้าน หมอนวดแผนไทย ครูภูมิปัญญาเครื่องดนตรี ครูภูมิปัญญาสานย่านลิเภา ครูภูมิปัญญารำโนราห์ เป็นต้น ท่านทั้งหลายล้วนเป็นบุคคลทรงคุณค่าทางวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นภาคใต้ทั้งสิ้น สมาชิกเหล่านี้ได้มีส่วนร่วมกันถ่ายทอดภูมิปัญญาแก่ชุมชน ได้บรรยายและอบรมเป็นวิทยากรแก่คนรุ่นใหม่ รวมทั้งภาคส่วนต่าง ๆ อยู่ตลอด การได้ร่วมมือการถ่ายทอดทางภูมิปัญญาท้องถิ่นจัดร่วมกับองค์กรภาคีเครือข่าย อย่างเช่น มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช มหาวิทยาลัยราชชมงคลศรีวิชัย และภาคเอกชนต่าง ๆ

เป็นสิ่งที่สร้างเสริมการมีส่วนร่วมทางสังคมอย่างเข้มแข็งแก่ผู้สูงอายุเองรวมทั้งภาคสังคมที่เกิดการยอมรับ เห็นในคุณค่าและความสามารถของสมาชิกผู้สูงอายุที่ยังคงยืนหยัดการถ่ายทอดภูมิปัญญา ท้องถิ่นอย่างเข้มแข็งต่อไป

4. กิจกรรมการเป็นอาสาสมัครดูแลคนป่วยของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ที่ร่วมกับโรงพยาบาลภาคีเครือข่ายในการเข้าไปเป็นผู้มีจิตอาสาดูแล อ่านหนังสือ การพูดคุยให้กำลังใจแก่ผู้ป่วยซึ่งจากสภาพปัจจุบันที่ตามโรงพยาบาลต่าง ๆ ในเขตจังหวัดนครศรีธรรมราชมีปริมาณผู้ป่วยค่อนข้างมาก ในบางครั้งผู้ป่วยมีความเครียดจากความแออัดของสถานที่ หรือจากโรคร้ายที่ประสบ สมาชิกชมรมผู้สูงอายุบางกลุ่มจึงได้รวมตัวกันไปร่วมดูแลคอยให้กำลังใจกัน และร่วมกันบริจาคช่วยเหลือในบางผู้ป่วยที่ยากจนอีกด้วย

3. ด้านความมั่นคงของชีวิต

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชได้มุ่งการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในด้านการส่งเสริมความมั่นคงของชีวิตและความปลอดภัยได้จัดโครงการสำคัญมากมายทั้งโครงการฝึกอบรมอาชีพต่าง ๆ งานประดิษฐ์ งานด้านอาหาร การเกษตรกรรม เป็นต้น กิจกรรมในด้านการส่งเสริมความมั่นคงในชีวิตจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาชมรม และจากการมีผลิตภัณฑ์จากการอบรมที่หลากหลายเป็นที่ยอมรับจากหน่วยงานต่าง ๆ ชมรมผู้สูงอายุอื่น ๆ ที่มาเยี่ยมชมก็ได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชอีกด้วย

กระบวนการดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพลัดหลังผู้สูงอายุในด้านความมั่นคงของชีวิตและความปลอดภัย สรุปรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมการฝึกอบรมอาชีพ ถือเป็นส่งเสริมอาชีพ การสร้างรายได้แก่สมาชิก จากการนำเสนอโครงการในการส่งเสริมอาชีพให้กับสมาชิกชมรมผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง มีการอบรมด้านอาชีพมากมายตลอดทั้งปี โดยจัดโครงการอบรมตามความสนใจและการสามารถนำกิจกรรมเหล่านั้นไปต่อยอดทางการสร้างรายได้เพิ่มเติมให้แก่สมาชิก ทั้งงานศิลปะงานประดิษฐ์ งานอาหาร งานทางเกษตรกรรม กิจกรรมต่าง ๆ ล้วนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ฝึกฝนตนเอง เกิดทักษะและสร้างรายได้ อย่างเช่น งานพับกระดาษเหลือใช้เป็นผลิตภัณฑ์ของใช้ต่าง ๆ การร้อยลูกปัด การทำพวงหรีด โปรยทาน ดอกไม้จันทน์ การทำหมอนงานพิธี การปลูกผักออร์แกนิก เป็นต้น ซึ่งผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ที่สมาชิกได้ทำขึ้นส่วนหนึ่งจะนำไปใช้ช่วยงานในงานศพของสมาชิกชมรมด้วย นอกจากได้วางจำหน่ายในศูนย์สุขภาพแล้ว

2. กิจกรรมการส่งเสริมในด้านความมั่นคง โดยเฉพาะโครงการการออกแบบปรับสถานที่และสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตของสมาชิกผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุเป็นอย่างดี ถือได้ว่าเป็นการระดมความร่วมมือขององค์กรภาคีเครือข่ายอย่างเช่น มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) ในการสนับสนุนสิ่งอำนวยความสะดวก

ความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ จากการเล็งเห็นความสำคัญของการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุ เพื่อสร้างการส่งเสริมความมั่นคงและปลอดภัยในชีวิตแก่สมาชิกผู้สูงอายุในชมรมอย่างยิ่ง อย่างเช่น การมีห้องสมุดให้สมาชิกได้อ่านหนังสือเป็นสัดส่วน การมีตู้ใส่ของเป็นสัดส่วนให้สมาชิก การปรับจำนวนห้องน้ำให้เหมาะสมกับการใช้งานของสมาชิก การมีราวจับในการเข้าห้องน้ำ การสร้างทางลาดในการเข้าอาคาร การแบ่งสัดส่วนราวจับให้ผู้สูงอายุในการเดิน การจัดโต๊ะเก้าอี้ในการรับประทานอาหารที่เหมาะสมเพียงพอ การมีบริการรถรับส่งสมาชิกจากความร่วมมือสนับสนุนจากเทศบาลนครศรีธรรมราช กล่าวได้ว่าการจัดสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย มีความสะดวกสบายและเหมาะสมกับวัยของผู้สูงอายุจะเป็นการส่งเสริมในด้านความมั่นคงของชีวิตผู้สูงอายุได้อย่างดี และถือว่าชมรมผู้สูงอายุเห็นความสำคัญในเรื่องนี้ว่าจะทำให้สมาชิกชมรมได้พัฒนาตนเองได้อย่างทุกมิติอย่างเข้มแข็งอีกด้วย

3. กิจกรรมการบรรยายส่งเสริมการออม ได้รับการร่วมมือจากองค์กรภาคีเครือข่ายอย่างธนาคารในชุมชนมาให้ความรู้ แนวทางการเก็บออมเงิน และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของสมาชิกในการออมเงิน การใช้จ่าย และการสร้างรายได้เสริมในชีวิตประจำวันของตนเอง ถือเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมในด้านการสร้างความมั่นคงในชีวิตที่สมาชิกได้ประโยชน์ในการดูแลตนเองทางเศรษฐกิจ เป็นการสร้างความเข้มแข็งให้สมาชิกได้รู้จักการวางแผนการใช้ชีวิต และการพึ่งพาตนเองอย่างยั่งยืนในช่วงชีวิตบั้นปลายอีกด้วย

3.4 ภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมภาวะพหุฒิปลัง

สำหรับองค์กรภาคีเครือข่ายในการดำเนินงานร่วมมือกับชมรมผู้สูงอายุ เทศบาลนครศรีธรรมราช ในด้านสำคัญดังต่อไปนี้

1. ด้านสุขภาพ

ภาคีเครือข่ายที่ส่งเสริมด้านสุขภาพของชมรมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุ โรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช อสม. เหล่ากาชาดจังหวัด เป็นต้น

2. ด้านการมีส่วนร่วม

ภาคีเครือข่ายสำคัญในการส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วมของชมรม ประกอบด้วย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) ศูนย์สวัสดิการสังคมจังหวัดนครศรีธรรมราช ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน (กศน.) มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช และภาคเอกชนต่าง ๆ ในเขตจังหวัดนครศรีธรรมราช

3. ด้านความมั่นคงในชีวิต

ภาคีเครือข่ายสำคัญในการส่งเสริมด้านความมั่นคงในชีวิตของชมรมผู้สูงอายุที่สำคัญ ประกอบด้วย วัดในชุมชนเทศบาล องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) และภาคเอกชนต่าง ๆ อีกด้วย

ส่วนที่ 4 ปัจจัยเงื่อนไขสำคัญของความสำเร็จและอุปสรรคของชมรมผู้สูงอายุ

4.1 ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

สำหรับปัจจัยแห่งความสำเร็จที่ส่งผลให้ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชเป็นชมรมต้นแบบที่ประสบความสำเร็จในการส่งเสริมภาวะพลัมพลังผู้สูงอายุไทย ประกอบด้วย ดังต่อไปนี้

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช มีคณะกรรมการบริหารและแกนนำที่เข้มแข็งในการดำเนินกิจกรรมที่มีลักษณะความสามารถหลากหลายสาขามาเป็นหลักในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เป็นผู้มีประสบการณ์ มีความกระตือรือร้น มีความคิดสร้างสรรค์ในกิจกรรมที่ทันสมัยอยู่เสมอ โดยสะท้อนกิจกรรม โครงการต่าง ๆ ของชมรมผู้สูงอายุที่มีความหลากหลาย และทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา ได้แก่ กิจกรรมออกกำลังกายและกีฬาในแต่ละวันที่แตกต่างกันไปทุกวัน การเชิญวิทยากร คุณครูภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีความเชี่ยวชาญในหลายสาขามาให้ความรู้อยู่ตลอดทั้งด้านสุขภาพ ทักษะอาชีพและด้านความมั่นคง การเก็บออม เป็นต้น

2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช มีองค์กรภาคีเครือข่ายที่เข้มแข็ง โดยการร่วมมือกันอย่างดีและช่วยเหลือกันในด้านต่าง ๆ มุ่งการพัฒนาชุมชนไปด้วยกันทั้งในระดับภาครัฐและเอกชนในจังหวัด ได้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (เทศบาลนครศรีธรรมราช) กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์โรงพยาบาลประจำจังหวัด (โรงพยาบาลมหาราช) ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุนครศรีธรรมราช ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน (กศน.) มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช และภาคเอกชนต่าง ๆ เป็นต้น

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช มีสมาชิกชมรมที่มีลักษณะผู้สูงอายุที่มีศักยภาพพร้อมพัฒนาตนเอง สมาชิกมีความกระตือรือร้น สนใจเข้าร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ พร้อมใส่ใจในข้อมูลต่าง ๆ ที่ตนจะได้รับการส่งเสริม การพัฒนาตนเองต่าง ๆ และมีจิตอาสาคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นการรวมกลุ่มที่มีพลังต่อการส่งเสริมในด้านต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ตั้งแต่การร่วมวางแผนเป้าหมาย ข้อมูลกิจกรรม การลงมือกิจกรรม และการประเมินผล สมาชิกต่างให้ความสำคัญและพร้อมร่วมมือเป็นอย่างดี

4. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราชมีการกำหนดเป้าหมายวัตถุประสงค์ กระบวนการวางแผนเพื่อให้ชมรมมีกรอบการทำงานที่ชัดเจน มีระเบียบแบบแผน

โดยที่ทุกขั้นตอนสมาชิกทุกคนร่วมกันดำเนินการที่เกี่ยวข้องทั้งในส่วนชมรมผู้สูงอายุ องค์กรภาคี เครือข่ายก็มีการร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันเสมอ

5. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ถือว่ามีผู้นำชมรมที่มีลักษณะโดดเด่น มีความเป็นผู้นำในด้านการเสียสละ เป็นผู้มิจิตอาสา เห็นประโยชน์เพื่อส่วนรวมเป็นหลักในการทำงาน การรับฟังความคิดเห็นของสมาชิก มีความสามารถเป็นที่ยอมรับในชุมชน และเป็นผู้นำที่สามารถร่วมมือ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับภาคส่วนต่าง ๆ ในชุมชนได้อย่างดี ในการขับเคลื่อนการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุให้สมาชิกที่เป็นผู้สูงอายุนั้นมีศักยภาพในทุกด้าน

6. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช มีการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมภาวะพลัมพลังผู้สูงอายุได้ครบทุกด้านสำคัญทั้งในด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วม และความมั่นคงของชีวิต โดยกิจกรรมมีหลักการพื้นฐานจากองค์ความรู้ที่ต้องการจะเสริมศักยภาพให้ผู้สูงอายุพึ่งพาตนเองได้ สามารถดูแลตนเอง และมีคุณภาพชีวิตที่ดีจากการได้ฝึกกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชมรมกับสมาชิกได้ร่วมกันจัดกิจกรรมขึ้น

7. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช มีสภาพแวดล้อมและอาคารสถานที่เหมาะสมในการดำเนินงานกิจกรรมต่าง ๆ การคำนึงถึงการใช้งานของผู้สูงอายุที่จำเป็นต้องมีความสะดวกและปลอดภัย ชมรมผู้สูงอายุมีการจัดเตรียมอาคาร อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่พร้อมต่อการส่งเสริมสมาชิกผู้สูงอายุได้อย่างดีมาก เช่น การมีทางลาดขึ้นลงอาคารภายนอก การมีราวเหล็กในการจับเดินภายในอาคาร การมีราวเหล็กในห้องน้ำ ห้องน้ำมีจำนวนเพียงพอต่อสมาชิก อุปกรณ์โต๊ะเก้าอี้ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ การแบ่งแยกการใช้งานกิจกรรมเป็นสัดส่วน เป็นต้น สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ชมรมเป็นชมรมต้นแบบ สามารถทำให้กิจกรรมดำเนินไปได้อย่างเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ

8. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช การเปิดโอกาสให้ประชาชนทุกรุ่นได้มาร่วมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีผ่านการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เปิดพื้นที่ให้คนพหุวัยได้มาร่วมกิจกรรมสร้างสรรค์ทั้งในช่วงวันเทศกาลสำคัญ อย่างวันแม่ วันปีใหม่ วันสงกรานต์ เป็นต้น ชมรมผู้สูงอายุมองเห็นความสำคัญในการร่วมรณรงค์การร่วมกิจกรรมของคนทุกวัย จึงเป็นสิ่งที่สร้างความเข้มแข็งระยะยาวให้กับชมรมอย่างยิ่ง กล่าวได้ว่าชมรมผู้สูงเทศบาลนครศรีธรรมราชเป็นชมรมต้นแบบที่สร้างความสัมพันธ์ การตระหนักเห็นคุณค่าผู้สูงวัย รวมทั้งการส่งเสริมผู้สูงอายุให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชนร่วมกันกับคนในชุมชนด้วย

9. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช ได้รับการสนับสนุนและการส่งเสริมความรู้ด้านการพัฒนาผู้สูงอายุโดยนักวิชาการ นักพัฒนาสังคมจากหน่วยงานภาครัฐ และเอกชนภายนอกอยู่ตลอดเวลา ผ่านโครงการอบรม การวิจัยร่วมกับหน่วยงานต่าง ๆ เช่น โครงการ

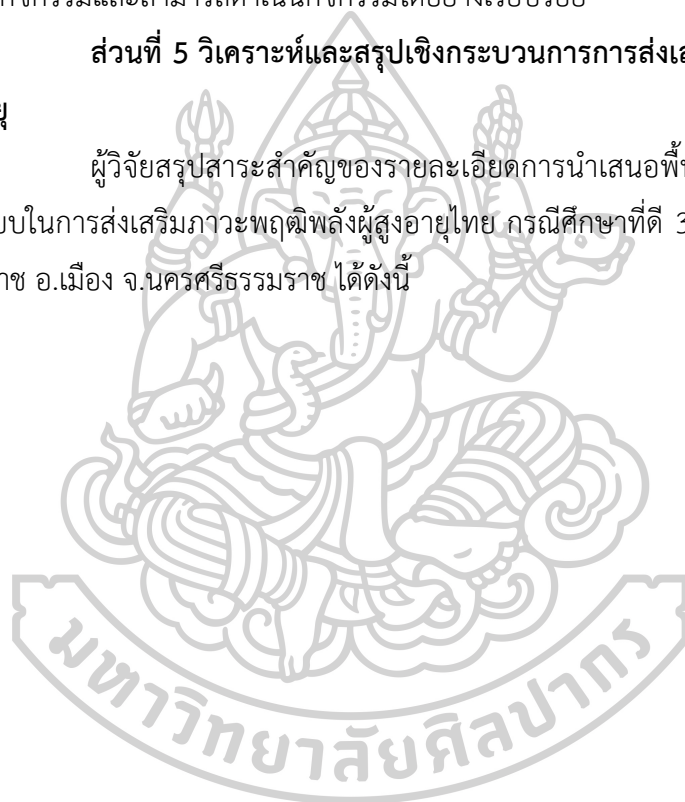
ส่งเสริมสุขภาพกับสาธารณสุขจังหวัด โครงการรณรงค์การอ่านกับศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน โครงการเสริมอาชีพปลูกผักออร์แกนิกกับคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช เป็นต้น

ปัญหาและอุปสรรค

สำหรับปัญหาและอุปสรรคของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช พบว่าในด้านความแตกต่างหลากหลายของสมาชิกผู้สูงอายุ การมีพื้นฐานประสบการณ์และทักษะชีวิตต่างกันส่งผลในเรื่องการทำเข้าใจเนื้อหาโครงการ กิจกรรมบางอย่างล่าช้าไปบ้าง ในบางกิจกรรมต้องอธิบายการดำเนินงานอย่างละเอียดเพื่อให้ทุกกลุ่มที่มีความหลากหลายจากพื้นฐานต่างกันั้นนั้นได้เกิดความเข้าใจในกิจกรรมและสามารถดำเนินกิจกรรมได้อย่างเรียบร้อย

ส่วนที่ 5 วิเคราะห์และสรุปเชิงกระบวนการการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยสรุปสาระสำคัญของรายละเอียดการนำเสนอพื้นที่กรณีศึกษาที่ดี ชมรมผู้สูงอายุต้นแบบในการส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุไทย กรณีศึกษาที่ดี 3 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช อ.เมือง จ.นครศรีธรรมราช ได้ดังนี้



ตารางที่ 10 สรุปกรณีศึกษาที่ดี 3 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช อ.เมือง จ.นครศรีธรรมราช

ชมรมผู้สูงอายุ	องค์ประกอบ	กระบวนการส่งเสริม	การจัดการ	รูปแบบการดำเนินงาน
ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช	1.ด้านสุขภาพ 2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม 3.ด้านความมั่นคงและความปลอดภัยในชีวิต	1. การเตรียมการวางแผนการดำเนินงาน และ กรอบการพัฒนาที่ชัดเจนในการกำหนดโครงวัตถุประสงค์และแนวทางการดำเนินงานของชมรม 2.การมุ่งกระบวนการส่งเสริมให้สมาชิกเรียนรู้ในขั้นตอนการจัดกิจกรรมด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง 3.มุ่งการสร้างความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรมหลากหลายในการพัฒนาความรู้และทักษะการใช้ชีวิตประจำวัน รวมทั้งฐานความรู้ท้องถิ่น	คณะกรรมการมุ่งการดำเนินงานตามนโยบาย แผนการดำเนินงานและวัตถุประสงค์ในการดำเนินงานร่วมกัน รวมทั้งการเสริมความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่าย ชุมชนในการดำเนินการตามแผนงาน โดยมีองค์กรการปกครองส่วนท้องถิ่นเข้ามาสนับสนุนเป็นองค์กรกลางในการเชื่อมโยงทุกภาคส่วนด้วย	-กิจกรรมออกกำลังกายในทุกวันธรรมดา (วันจ. อ. พ. และศ.) โดยออกกำลังกายช่วงเวลา 08.00-09.00น. (ไทเก๊ก ไม้พลอง มโนราห์ และแอโรบิค) ในส่วนวันหยุดช่วงเช้าเป็นกิจกรรมฟังธรรมะ -กิจกรรมฟังธรรมะและการทำบุญ ช่วงเวลา 09.00-11.00น. -กิจกรรมช่วงเวลา 13.00-16.00น. กิจกรรมอบรมและปฏิบัติการส่งเสริมอาชีพ งานอดิเรกและอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่น -กิจกรรมการบำบัดแนวแพทย์ทางเลือก (การแพทย์แผนไทย) -โครงการอบรมการดูแลตนเองจากหน่วยงานภาครัฐที่เป็นองค์กรภาคีเครือข่าย -กิจกรรมเพื่อนเยี่ยมบ้าน -กิจกรรมการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ -กิจกรรมโครงการธรรมะสัญจร -กิจกรรมการทำศนศึกษาสถานประจำปี -กิจกรรมถ่ายทอดความรู้ภูมิปัญญาและวัฒนธรรมท้องถิ่นได้ -กิจกรรมการเป็นอาสาสมัครดูแลคนป่วย -กิจกรรมโครงการการออกแบบปรับสถานที่ การจัดความสะอาดและสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตของสมาชิกผู้สูงอายุชมรม

ตารางที่ 10 สรุปกรณีศึกษาที่ดี 3 ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช อ.เมือง จ.นครศรีธรรมราช(ต่อ)

ผลการดำเนินงาน	จุดเด่น	ปัจจัยความสำเร็จ	สรุปผลการสังเคราะห์ กระบวนการส่งเสริม ภาวะพลัดพลง
<p>สมาชิกตระหนักและมีความกระตือรือร้นในการมีส่วนร่วมในกิจกรรม โครงการและการวางแผนของการดำเนินงานมาอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งการภาคภูมิใจในการร่วมกันอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นได้</p>	<p>1.ชมรมมุ่งการพัฒนาโครงการและกิจกรรมต่าง ๆ โดยมีเนื้อหาที่หลากหลาย และส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่นในการประยุกต์ใช้กับการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ</p> <p>2. การมีส่วนร่วมของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุที่ต้องการพัฒนาชมรมโดยการที่สมาชิกชมรมมีการถ่ายทอดความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อกันระหว่างสมาชิกอยู่เสมอ</p>	<p>1.สมาชิกมีความกระตือรือร้น สนใจเข้าร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ พร้อมใส่ใจในข้อมูลต่าง ๆ ที่ตนจะได้รับการส่งเสริม และพร้อมเปิดรับการถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง</p> <p>2.การได้รับความร่วมมือจากองค์กรภาคีเครือข่ายที่เข้มแข็ง โดยการร่วมมือกันอย่างดีและช่วยเหลือกันในด้านต่าง ๆ</p> <p>มุ่งการพัฒนาชุมชนไปด้วยกันทั้งในระดับภาครัฐและเอกชน</p> <p>3.จัดและออกแบบสภาพแวดล้อมและอาคารสถานที่เหมาะสมในการดำเนินงานกิจกรรมต่าง ๆ การคำนึงถึงการใช้งานของผู้สูงอายุที่จำเป็นต้องมีความสะดวกและปลอดภัย</p> <p>4.การเปิดโอกาสให้ประชาชนทุกรัฐนมีส่วนร่วมได้มาร่วมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีผ่านการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เปิดพื้นที่ให้คนพหุวัยได้มาร่วมกิจกรรมสร้างสรรค์กับสมาชิกชมรมอย่างสม่ำเสมอ</p> <p>5.ได้การสนับสนุนและการส่งเสริมองค์ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาผู้สูงอายุโดยนักวิชาการที่มีความเชี่ยวชาญอย่างต่อเนื่อง</p>	<p>ชมรมต้นแบบกรณีศึกษาที่ดี 3 มีกระบวนการสำคัญในการส่งเสริมภาวะพลัดพลงผู้สูงอายุทั้งสามด้านสำคัญ ได้แก่ด้านสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงในชีวิต โดยผ่านขั้นตอนสร้างความตระหนักและเห็นความสำคัญของการเตรียมงานในการพัฒนาชมรมทุกด้าน, การมุ่งส่งเสริมการเรียนรู้ทุกด้านให้สมาชิก, การสนับสนุนให้สมาชิกเรียนรู้กิจกรรมหลากหลายตามความต้องการสม่ำเสมอ, การจัดสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการพัฒนาสมาชิกอย่างเหมาะสม และการมุ่งสร้างความร่วมมือชุมชนภาคีเครือข่ายเข้มแข็ง</p>

ชมรมผู้สูงอายุที่ 4 ชมรมผู้สูงอายุทั่วไปในการศึกษาคั้งนี้ ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุ อำเภอท่าศาลา จ.นครศรีธรรมราช โดยข้อมูลพื้นฐานและลักษณะสำคัญของชมรมผู้สูงอายุ นั้นมีรายละเอียด เริ่มจากการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุเทศบาลอำเภอท่าศาลาขึ้นเมื่อปลายปี พ.ศ.2557 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ด้วยการทำงานอดิเรก ทำกิจกรรมสันทนาการที่เหมาะสมตามความสนใจ ได้มีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ซึ่งจะส่งผลต่อสุขภาพจิตที่ดีของผู้สูงอายุ ตลอดจนสร้างเสริมความรู้ความเข้าใจและให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยเพื่อป้องกันการเจ็บป่วย บรรเทาโรคภัยไข้เจ็บ และรู้เท่าทันการเสื่อมสภาพของร่างกาย ทั้งนี้ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกของชมรมยังมีสิทธิได้รับสวัสดิการจากชมรมอีก ด้วย ได้แก่ ของเยี่ยมกรณีนอนพักรักษาตัวที่โรงพยาบาล และเงินสงเคราะห์ศพในกรณีเสียชีวิต เป็นต้น และในช่วงปีพ.ศ. 2559 ที่ผ่านมามีการปรับเปลี่ยนสวัสดิการต่าง ๆ ให้ครอบคลุมเหมาะสมกับสภาพสังคมในปัจจุบันมากขึ้น

โดยชมรมผู้สูงอายุเน้นสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่สมาชิกกล่าวคือเป็นการดูแลทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจไปพร้อม ๆ กัน ซึ่งกิจกรรมที่จัดนั้นจะดูความสนใจของผู้สูงอายุเป็นหลัก อีกทั้งคำนึงถึงผลประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสก้าวออกจากบ้านมาทำกิจกรรมร่วมกัน เกิดกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่มีลักษณะการถ่ายทอดองค์ความรู้และประสบการณ์ที่สั่งสมแก่บุคคลอื่น ตลอดจนสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าแก่ชุมชนและลูกหลานต่อไป

สภาพปัจจุบันของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุโดยจำนวนสมาชิกประมาณ 200 กว่าคน โดยมีการคณะดำเนินงานเป็นคณะที่ปรึกษาชมรมร่วมกับเครือข่ายท้องถิ่น โดยการดำเนินกิจกรรมส่วนใหญ่ยังต้องการศึกษาชมรมผู้สูงอายุที่มีการดำเนินที่ดีเลิศ หรือเป็นชมรมผู้สูงอายุต้นแบบเพื่อนำการจัดการ การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ มาปรับใช้กับชมรม โดยที่ผ่านมามีได้เดินทางไปศึกษาดูงานทั้งในส่วนภาคใต้ หลายจังหวัดที่มีชมรมผู้สูงอายุที่เป็นต้นแบบ และมีบริบทเชิงวัฒนธรรมใกล้เคียง รวมทั้งการศึกษาดูงานชมรมผู้สูงอายุที่ดีกับชมรมทางภาคอื่น ๆ อยู่หลายครั้งอีกด้วย และมีการเปิดประชุมรายเดือนของคณะที่ปรึกษาชมรมเพื่อสรุปผลการดำเนินกิจกรรม งบประมาณ ระยะเวลาในการดำเนินการต่าง ๆ รวมทั้งตารางงานกิจกรรมของแต่ละเดือน เป็นต้น

จากผลการศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศจากชมรมผู้สูงอายุต้นแบบทั้งสามชมรมกับชมรมผู้สูงอายุทั่วไป ซึ่งเป็นการศึกษาในแบบเทศกรณีเพื่อทำการเปรียบเทียบวิธีการดำเนินการที่ดีดังกล่าว นำไปสู่ตารางสรุปเปรียบเทียบการศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศดังตารางที่แสดงในส่วนต่อมา

ตารางที่ 11 สรุปการศึกษาวิถีปฏิบัติที่ดีจากการเปรียบเทียบ 3 ชมรมต้นแบบสำคัญ กับชมรมผู้สูงอายุทั่วไป

ชมรมผู้สูงอายุ	วัตถุประสงค์	จุดร่วม/จุดต่าง	เงื่อนไขไปสู่ความสำเร็จ	สรุปผลการสังเคราะห์ขั้นตอนการส่งเสริม ภาวะพลัดพลัด
ชมรมผู้สูงอายุ เทศบาลพิมาย	1. ชมรมมุ่งการพัฒนาโครงการ และกิจกรรมต่าง ๆ โดยมีเนื้อหา ที่หลากหลาย และส่งเสริมภูมิ ปัญญาท้องถิ่นในการประยุกต์ใช้ กับการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ	1. สมาชิกมีความกระตือรือร้น สนใจเข้าร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ และพร้อมเปิดรับการถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการพัฒนา ตนเอง 2. ผู้นำมีศักยภาพและเสียสละ 3. ความร่วมมือจากองค์กรภาคีเครือข่าย สนับสนุนทรัพยากร บุคลากร เจ้าหน้าที่ให้ความรู้ และงบประมาณ และมีการจัด และออกแบบสภาพแวดล้อมและอาคารสถานที่เหมาะสมให้ ผู้สูงอายุมีความสะดวกและปลอดภัย	1. สมาชิกผู้สูงอายุมีความต้องการ ความสนใจในการ จะพัฒนาตนเอง และร่วมกันเสนอกิจกรรมที่สนใจ และมีความผูกพันใกล้ชิดกัน โดยมุ่งกิจกรรมที่มีความ หลากหลาย และสามารถปรับเนื้อหา ระยะเวลา ตาม ความเหมาะสมของสมาชิกแต่ละท้องถิ่น	ชมรมต้นแบบกรณีศึกษาที่ดี 3 มีกระบวนการสำคัญในการ ส่งเสริมภาวะพลัดพลัดผู้สูงอายุทั้งสามด้านสำคัญ เพื่อเป้าหมาย เป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในด้านสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงในชีวิต โดยผ่านขั้นตอนสร้างเสริม ความ ตระหนักและเห็นความสำคัญของการเตรียมงานในการพัฒนา ชมรมทุกด้าน การมุ่งส่งเสริมการเรียนรู้ทุกด้านให้สมาชิก การ สนับสนุนให้สมาชิกเรียนรู้กิจกรรมหลากหลายตามความ ต้องการ ความสนใจอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง โดยเงื่อนไข สำคัญที่สนับสนุนจากภายนอก ได้แก่ การปรับการจัด สภาพแวดล้อมชมรมที่เหมาะสมและปลอดภัยแก่ผู้สูงวัย การมุ่ง สร้างความร่วมมือชุมชนภาคีเครือข่ายเข้มแข็ง การเชื่อมโยงการ ทำงานกับแหล่งเรียนรู้ชุมชน และการเน้นการร่วมเรียนรู้ กิจกรรมกับวัยต่าง ๆ และเงื่อนไขภายในของผู้สูงอายุ ได้แก่ ประสบการณ์และความถนัดของแต่ละคน โดยเนื้อหากิจกรรม มุ่งเน้นกิจกรรมการส่งเสริมด้านสุขภาพ ได้แก่ กิจกรรมออก กำลังกายประยุกต์การรำท้องถิ่น กิจกรรมฝึกจิตใจด้วยสมาธิ กิจกรรมกีฬาสามัคคี กิจกรรมร่วมใจพหุวัย กิจกรรมความรู้ที่ช สมุนไพรร่าท้องถิ่น ในด้านกิจกรรมการมีส่วนร่วมทางสังคม ได้แก่ จิตอาสาชุมชน เพื่อนช่วยเพื่อน และด้านความมั่นคงและ การออม ได้แก่ กิจกรรมความรู้สิทธิศักดิ์ศรีผู้สูงวัย เป็นต้น
ชมรมผู้สูงอายุ นคร รังสิต	2. ชมรมมุ่งการมีส่วนร่วมของ สมาชิกชมรมผู้สูงอายุโดยการทำ สมาชิกชมรมมีการเรียนรู้และร่วม ถ่ายทอดความรู้ที่เป็นประโยชน์ ต่อกันระหว่างสมาชิกอยู่เสมอ	4. การเปิดโอกาสให้ประชาชนทุกรุ่นมีส่วนร่วมได้มาร่วมสร้าง ความสัมพันธ์ที่ดีผ่านการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เปิดพื้นที่ให้คน พหุวัยได้มาร่วมกิจกรรมสร้างสรรค์กับสมาชิกชมรมอย่าง สม่ำเสมอ	2. ชมรมผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนและร่วมมือจาก ภายนอกชุมชนเป็นอย่างดี ได้แก่ เครือข่ายท้องถิ่น เข้มแข็ง แกนนำมีศักยภาพ แหล่งการเรียนรู้ หลากหลาย และการนำแนวทางจัดและออกแบบ สภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	
ชมรมผู้สูงอายุ เทศบาล นครศรีธรรมราช	3. ชมรมมุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุมี สุขภาพที่แข็งแรง มีความสุข และ พึ่งพาตนเองได้พอสมควร	5. กรรมการ-แกนนำชมรมร่วมมือกันส่งเสริมและกระตุ้นให้ ผู้สูงอายุได้ลงมือทำกิจกรรมการเรียนรู้อยู่เสมอ		
ชมรมผู้สูงอายุ ทั่วไป (ชมรม ผู้สูงอายุอำเภอท่า ศาลา)	1. ชมรมมุ่งเน้นการพัฒนาสุขภาพ ทั้งด้านสุขภาพร่างกายและจิตใจ 2. ชมรมมุ่งเน้นสร้างคุณภาพชีวิต ที่ดีแก่สมาชิกและการเสริมอาชีพ	1. สมาชิกมาร่วมกิจกรรมตามตารางของชมรม โดยมีกิจกรรม อาทิตย์ละ 1 วัน 2. กิจกรรมส่วนใหญ่เป็นการออกกำลังกาย ตรวจสอบสุขภาพและ สนทนาการเป็นหลัก 3. มีเนื้อหากิจกรรมชมรมค่อนข้างน้อย ไม่หลากหลายและไม่ เน้นการร่วมมือสานสัมพันธ์กับคนอื่น 4. ขั้นตอนการส่งเสริมกิจกรรมถูกกำหนดจากกรรมการชมรม		

จากเนื้อหาการสังเคราะห์การศึกษาชมรมผู้สูงอายุที่เป็นเลิศทั้ง 3 ชมรม ต้นแบบที่ได้รับการยอมรับในระดับประเทศ และมีรางวัลการรับรองมากมายนั้น ผู้วิจัยได้สรุปและวิเคราะห์กระบวนการสำคัญจากการสัมภาษณ์เชิงลึกและศึกษาเปรียบเทียบทั้งจากสามชมรมต้นแบบ และชมรมผู้สูงอายุทั่วไป

โดยรายละเอียดการสังเคราะห์เพิ่มเติม ประเด็นขั้นตอนสำคัญในการส่งเสริม ภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย ดังเนื้อหาจากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เกี่ยวข้องในการศึกษาวิจัย อันได้แก่

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย

กล่าวไว้ว่า

“การวางกิจกรรมชมรมทุกงานที่จัดมา ต้องร่วมกันกับคนในชุมชน ให้คนในชุมชนเสนอกันได้ หากจุดเน้น จุดดีของงาน กิจกรรมความต้องการ มันเริ่มตั้งแต่เอามาวางแผนคุยกันก่อน” (นายจรูญ คงสัจย์, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย)

กล่าวไว้ว่า

“กิจกรรมชมรมไม่ใช่แค่จัดกันเองในแกนนำ แต่ต้องเอาเข้าที่ประชุมทุกครั้ง สมาชิกบอกถึงความต้องการ กิจกรรมที่อยากทำ บางท่านเสนอกิจกรรมที่ได้ไปศึกษาดูงานว่าควรนำมาจัดที่ชมรม เตรียมการช่วยกัน ทุกคนร่วมกันทำ ในมุมมองของแกนนำ สมาชิกต้องอยากจะทำ อยากจะมีส่วนร่วมไม่ใช่แค่ทำตามเท่านั้น” (นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์, รองประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย)

และกล่าวว่า

“มีการเตรียมงาน วางแผนการทำงาน และกรอบการพัฒนากิจกรรมใหม่ที่ปรับเปลี่ยนเพื่อความเหมาะสม โดยงานการดูแลส่วนใหญ่ ประสานกับแกนนำจะตกลงให้ เป็นไปตามกรอบวัตถุประสงค์และแนวทางที่วางกันไว้แล้ว” (นายศิระ จันทวร, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย)

2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลรังสิต

กล่าวไว้ว่า

“ข้อมูลผู้สูงอายุได้จัดเก็บเป็นฐานข้อมูล จะมีการรวบรวมข้อมูลพื้นฐาน ความสนใจกิจกรรม ความถนัดในงาน ประสบการณ์ที่ผ่านมา ทางชมรมมีการจัดเตรียมความพร้อมสมาชิกร่วมกันบอกถึงปัญหา อุปสรรคของแต่ละแห่ง ทำให้การจัดการเป็นแนวทางเดียวกัน” (นายไพโรจน์ อินทร์เนื่อง, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต)

กล่าวว่า

“ผู้สูงอายุต้องถามตัวเองได้ว่าอยากทำอะไร ต้องการให้ชมรมผู้สูงอายุมีงานอะไร สมาชิกบอกได้ พร้อมจะช่วยกันทำให้ชมรมไปด้วยกัน ก้าวไปพร้อมกัน ทุกคน

สำคัญ ผู้สูงอายุมีความสุขในชมรมกัน” (นางวนิดา ละม้ายศรี, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต)

กล่าวไว้ว่า

“กรอบงานการพัฒนาเป็นแนวทางที่สมาชิกกำหนดร่วมกัน ต้องสร้างแผนงาน กำหนดการดำเนินงาน ตัวกิจกรรม เวลา สถานที่ โครงการ และประสานงานต่าง ๆ ทุกขั้นตอน สมาชิกร่วมกันทำ” (คุณตุ้ (สงวนนาม), สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต)

กล่าวไว้ว่า

“แกนนำชมรมและกรรมการจะมาเตรียมงาน จัดสถานที่กันเอง ในทุกเดือนจะจัดกิจกรรมเวียนตามแต่ละชมรมขอมา มีทั้งกิจกรรมตรวจสอบสุขภาพ ให้ความรู้เรื่องต่าง ๆ สันทนาการ ร้องเพลง เล่นเกมส์กันเองในหมู่ผู้สูงอายุ อยากมีกิจกรรมอะไรก็นำเสนอกันในชมรม สมาชิกพร้อมกันก็เขียนโครงการ กิจกรรมอบรมที่สมาชิกสนใจต่าง ๆ ที่ผ่านมาอย่าง เรียนร้องเพลงไทยสากล ก็เขียนโครงการเชิญวิทยากรภายนอก ท่านเป็นครูเพลงไทยและเคยเชิญวิทยากรมาอบรมอาชีพอีกเยอะมาก ทางแกนนำจะร่วมกับสมาชิกในการคิดว่าแต่ละเดือน ในช่วงสองสามเดือนที่ผ่านมาจะมีกิจกรรมอะไรมาให้ความรู้สมาชิกบ้าง ทำเป็นโครงการทุก 4 เดือน เสนอขอชิงบการดูแลจากเทศบาลในการสนับสนุน ในรอบ 1 ปี ทางแกนนำจะพัฒนาโครงการต่อไปกับเทศบาลด้วย” (นางรำไพ อุดมศรี, คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตหมู่)

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

กล่าวไว้ว่า

“ชมรมผู้สูงอายุ นครศรี มีโครงการในการปรับปรุงพัฒนาชมรมอยู่ตลอดเวลา เราเห็นอะไรที่ชมรมเพื่อนดีเราก็จะกลับมาคุยกันก่อน ตกลงกันว่าจะทำอะไรก็วางงานกันว่าใครจะทำอะไรบ้าง ใครถนัดส่วนไหน แบ่งกลุ่มทำงานตามความชอบ มีความสามารถอะไรก็ช่วยกันหมด” (นายหนูกิจ รูปสะอาด, ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช)

กล่าวว่า

“ป่าพิมให้ทุกคนออกความเห็นในกิจกรรมใหม่ ๆ ต้องให้ทุกคนมีข้อตกลงกัน คิดว่ากิจกรรมอะไรที่ดีกับสมาชิก ร่วมมือกันทำงาน กิจกรรม อันนี้ต้องทำกันเริ่มงานก็ต้องช่วยกันเลยทุกโครงการ” (นางพิมพา กาญจนามย์, รองประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช)

จากการสังเคราะห์ในการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่า ขั้นตอนสำคัญประการหนึ่งของการจะส่งเสริมภาวะพลีพลังของชมรมผู้สูงอายุให้เกิดขึ้นนั้น การเตรียมการวางแผนงานถือว่าเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำเนินกิจกรรมทุกด้านของชมรมผู้สูงอายุ โดยผู้วิจัยสรุปได้ว่า ก่อนการ

ดำเนินการโตสมาชิกผู้สูงอายุต้องเริ่มจากขั้นแรกที่ต้องเกิดการตระหนักและเตรียมการวางแผน ในทุกกิจกรรมของชมรม นั่นคือ ขั้นตอนที่เรียกว่า การเตรียมการ (P : Preparing)

ต่อมาขั้นที่ 2 ประเด็นขั้นตอนสำคัญในการส่งเสริมภาวะพลัมพลังของ ชมรมผู้สูงอายุไทย ดังเนื้อหาการสัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้องในการศึกษาวิจัย อันได้แก่

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย

กล่าวไว้ว่า

“กิจกรรมของชมรมเน้นให้ผู้สูงอายุ ลุง ๆ ป้าๆมาเจอกันมาร่วม กิจกรรม ไม่ได้เน้นพิธีอะไรมาก ใครถนัดด้านไหนก็ช่วยเป็นหลักเป็นคนสอนคนอื่น ๆ คนไหน ทำไม่เป็นก็นั่งดูเพื่อน ๆ เล่นกิจกรรมไป อย่างน้อยนั่งไปฟังเพื่อนเล่าไปบ้างก็เพลิดเพลินได้ ส่วนใครทำได้ก็ยิ่งดี ทุกคนต้องเรียนรู้ด้วยตนเอง ตามความถนัดเลย” (นายบุญอ่อน การค้า, รองประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย)

กล่าวว่า

“ผู้สูงอายุมาออกกำลังกาย มานั่งร้องเพลง ทำงานฝีมือกัน มากก็อยาก มาอยากทำ ไม่ใช่ว่าชมรมบังคับ เราชอบมาอยู่ที่นี่ อยากสุขภาพดีก็ต้องทำกันเอง ไม่รู้ไม่ เข้าใจอะไรต้องถาม ถ้าจะคุยบอก เวลาอย่างตอนเจ็บป่วย ก็ต้องดูแลตัวเองได้พอสมควร ฟัง ลูกพี่หลานให้น้อย เอาพอเท่าที่จำเป็น” (นางยุพิน หาญพิยธ, สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาล ตำบลพิมาย)

2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลรังสิต

กล่าวไว้ว่า

“ชมรมมีวิธีการดึงคนรุ่นใหม่ให้มาร่วม สนใจในกิจกรรม อาศัยความร่วมมือคนในชุมชน ดึงคนรุ่นนี้มาช่วยแลกเปลี่ยนความรู้เพื่อสมาชิกชมรมได้มีอะไรใหม่ๆ เสมอ ทันโลกทันสังคม ส่วนฟังตนเอง เป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุในชมรมต้องทำเอง พร้อมเปิดใจกับการต้องทำอะไรใหม่ๆด้วย” (นางสมควร แก้วกาโก, คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุเทศบาล นครรังสิต)

และกล่าวว่า

“เรื่องในชมรมย่อย ๆ อย่างกิจกรรม การแสดงต่าง ๆ ทางชมรมเรามี จุดเด่น ได้แก่ สมาชิกชอบเรียน ชอบลงมือทำทุกอย่าง หลังงานก็มานั่งคุยว่างานไหนน่าจะ ทำกันต่อของชมรม งานอะไรที่เสียเวลาหรือสมาชิกไม่ค่อยร่วมมือ ส่วนใหญ่จะชอบลงมือทำ เกือบทุกงาน” (นางปราณี สว่างนพ, สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต)

กล่าวไว้ว่า

“แกนนำชมรมและกรรมการจะมาเตรียมงาน จัดสถานที่กันเองในทุก เดือนจะจัดกิจกรรมหมุนเวียนแต่ละชมรมขอมา มีทั้งกิจกรรมตรวจสอบสุขภาพ ให้ความรู้ต่าง ๆ

สันทนากการ ร้องเพลง เล่นเกมส่กัตนเองในหมู่ผู้สูงอายุ อยากรมีกิจกรรมอะไรก็นำเสนอกันใ
ชมรม สมาชิกพร้อมกันก็เขียนโครงการ กิจกรรมอบรมที่สมาชิกสนใจต่าง ๆ ที่ผ่านมาอย่าง
เรียนร้องเพลงไทยสากล ก็เขียนโครงการมา เชิญวิทยากรภายนอกท่านเป็นครูเพลงไทย และ
เคยได้เชิญวิทยากรมาอบรมอาชีพอีกเยอะมาก ทางแกนนำจะร่วมกับสมาชิกในการคิดแต่ละ
เดือนกัน” (นางรำไพ อุดมศรี, คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิตหมู่ 3)

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

กล่าวไว้ว่า

“ผู้สูงอายุที่นี้ม่ใจในการร่วมกิจกรรมทุกอย่าง เวลาว่างทุกคนจะ
เสนอตัวมาทำ ยิ่งกิจกรรมร่วมกับชมรมอื่นก็ชอบแสดงออก สนใจจะทำเอง อย่างงานอาสา
บำเพ็ญประโยชน์ ก็จะเสนอตัวมาช่วยเหลือ ไปเยี่ยมสมาชิกกัน” (นายธำรง แรกคำนวน,
ที่ปรึกษาชมรมเทศบาลนครศรีธรรมราช)

กล่าวไว้ว่า

“จุดดีของชมรมผู้สูงอายุนครศรีฯ คือความตั้งใจของสมาชิกมีมาก ส่วน
ใหญ่กระตือรือร้นชอบเรียนรู้กิจกรรมใหม่ มีงานชอบแสดงออก ส่วนคนที่ทำไม่ได้ก็ให้
กำลังใจสมาชิกที่เก่งที่ทำได้อยู่แล้ว” (นายหนูกิจ รูประดา, ประธานชมรมเทศบาล
นครศรีธรรมราช)

กล่าวไว้ว่า

“ผู้สูงอายุดูแลตัวเองได้ดี สามารถพึ่งตัวเองได้พอควร ส่วนมากงาน
ชมรมไม่หนักไป จะมีการประชุมกันตลอดว่ากิจกรรมที่เหมาะสม สมาชิกสนใจและอยากให้มี
ก็จะจัดกันบ่อย สมาชิกดูแลตัวเองและยังสามารถไปดูแลบอกความรู้ต่าง ๆ กับที่บ้านได้ด้วย
และสมาชิกที่อายุเยอะไม่ใช่ต้องพึ่งผู้สูงอายุที่อายุน้อยกว่าด้วย” (นางรัชณีพรรณ ณ นคร,
ที่ปรึกษาชมรมเทศบาลนครศรีธรรมราช)

กล่าวไว้ว่า

“ชมรมมุ่งเปิดพื้นที่และโอกาสให้ทุกคน ผู้สูงอายุได้คิดเอง ลงมือเอง
ทำงานปฏิบัติต่าง ๆ ทุกคนมีสิทธิเสนอได้ หาข้อมูลมานำเสนอกับชมรมได้ตลอด ใครจะอยาก
ให้ชมรมมีอะไรทัดเทียมกับที่อื่นก็มาแลกเปลี่ยนกันได้” (นางรัตนา แยมศรี, รองประธาน
ชมรมเทศบาลนครศรีธรรมราช)

จากการสังเคราะห์ในการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่า ขั้นตอนสำคัญประการ
หนึ่งของการจะส่งเสริมภาวะพลัมพลังของชมรมผู้สูงอายุให้เกิดขึ้นนั้น การให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ในทุก
สิ่งและพึ่งพาตนเองให้ได้มากที่สุด พอประมาณ พอเหมาะสมกับผู้สูงอายุแต่ละท่านจะทำได้ด้วย
ตัวเอง ตามความต้องการของผู้สูงอายุ เป็นสิ่งจะก่อให้เกิดแรงพลัมพลังอย่างมากต่อผู้สูงอายุ และสร้าง

การเป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลาต่อไปอีกด้วย ในชั้นกระบวนนี้เป็นขั้นต่อมาจากขั้นแรก นั่นคือ ขั้นตอนที่สองเรียกว่า การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง L : Learning Person

ขั้นที่ 3 ขั้นตอนสุดท้าย ประเด็นขั้นตอนสำคัญในการส่งเสริมภาวะ
 พหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย ดังเนื้อหาการสัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้องในการศึกษาวิจัย อันได้แก่

1. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย

กล่าวไว้ว่า

“อย่างลุงประจวบ หมอก็เป็น ถือเป็นคนที่เป็ผู้นำ เป็นปราชญ์
 ชาวบ้านที่ทำงานให้ชมรมอย่างต่อเนื่อง ถือว่าเป็นคนเสียสละอย่างมาก สมาชิกเห็นท่านก็ชื่น
 ชมในความตั้งใจ ความสม่ำเสมอในการทำงานทุกอย่าง คือทุกอย่าง ทุกงานเราต้องทำมัน
 ตลอดเวลา ไม่ใช่มีตำแหน่งแล้วทำ ไม่มีตำแหน่งไม่ทำ อันนี้ความเข้มแข็งชมรมไม่สามารถจะ
 อยู่ยั่งยืนได้ ทำลงมือทุกงานอย่างความรักความตั้งใจ พร้อมเสียสละอันนี้สำคัญมาก ”
 (นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์, ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย)

กล่าวว่า

“ในทุกปีงานประเพณีชมรมผู้สูงอายุไปร่วมงานไม่เคยขาดนะ งานนี้มี
 ตั้งแต่ก่อนจะมารวมตัวเปิดชมรม สีบสานประเพณี เรื่องราวต่าง ๆ เราผูกพันเป็นเรื่อง
 วัฒนธรรมทางอีสาน กิจกรรมพวกนี้เป็นเรื่องของชุมชนด้วย สมาชิกช่วยกันมาตลอด ทุกงาน
 จะร่วมกันเป็นชีวิตจิตใจ ขาดไม่ได้ต้องทำกัน” (นายศิระ จันถาวร, ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุ
 เทศบาลตำบลพิมาย)

2. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต

กล่าวไว้ว่า

“สมาชิกบางคนหายไปนาน เราติดตามกันไม่ทอดทิ้ง ทำเป็นเรื่องปกติ
 ทำประจำบางคนหายไปเลยก็มี จะจัดกลุ่มคนในชมรมเยี่ยมกันตลอด เดี่ยวฝากของกินกัน
 บ้าง ข้าวสาร ของใช้จำเป็นพวกยาอะไรก็ฝากร่วมมาได้ คนในชมรมช่วยกันไม่ห่าง ส่วนใหญ่
 เป็นโรคคนแก่ มีอยู่แล้วทั้งเบาหวาน ความดัน หัวใจ เราไปเยี่ยมที่บ้านได้ให้กำลังใจกัน
 พูดคุยกันส่งเสียงรอยยิ้ม อันนี้พอแล้วในกลุ่ม” (นางรำไพ อุดมศรี, คณะกรรมการชมรม
 ผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต)

กล่าวไว้ว่า

“กิจกรรมส่งเสริมสมาชิกมีหลากหลาย ทั้งเสริมทักษะจำเป็น มีงบ
 พัฒนางานสำคัญๆให้ชมรมและสมาชิกมีความพร้อมใจ ร่วมกันทุกครั้งที่ได้จัดกิจกรรม
 มาช่วยกันเสมอในงานทั้งจัดภายในชมรมหรืองานที่จัดข้างนอกก็ตาม” คุณตุ้ (สงวนนาม),
 ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต

3. ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

กล่าวไว้ว่า

“ช่วงที่ชมรมจากที่อื่นมาเยี่ยมชมชมรมเรา ป้าภูมิใจมากเลย ชมรมเรา ทำกิจกรรมด้วยความสามัคคีกัน ไม่แบ่งพวกกัน มีจัดกลุ่มตามความชอบ ประสบการณ์ที่เคยทำ มันทำกันตลอดจนเคยชิน เราตั้งใจงานกิจกรรมแล้ว เวลานั้นก็มากันอย่างไม่ค่อยหายหน้า เฉพาะเวลาป่วยหนักที่บางท่านอาจจะหายไปบ้าง ยิ่งชมรมอื่นชื่นชมว่าชมรมเราเก่ง เราทำกันได้ดีเรายิ่งพัฒนาตัวเองกัน” (นางพิมพ์ กาญจนามัย, รองประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช)

กล่าวว่า

“กิจกรรมจิตอาสาเพื่อสมาชิกได้เห็นค่าตนเอง เห็นว่าถึงจะสูงวัยแต่มีประโยชน์ต่อชุมชน ต้องมีใจเสียสละ พร้อมในการดูแลตนเองอย่างมากเป็นประจำสม่ำเสมอ ทั้งออกกำลังกาย เดินบ้าง ไปฝึกการพัฒนาตัวเองเพิ่มเติมอยู่ตลอด อันนี้กลับมาบ้านก็ต้องทำต่อด้วย” (นางวิลาศ หนูสุข, เลขาธิการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช)

กล่าวไว้ว่า

“ป้าเริ่มชอบงานประดิษฐ์ พอชมรมอยากได้คนฝึกสอนสมาชิก ป้าอยากช่วยเป็นสิ่งที่ป้าชอบ งานถนัดทำมาก่อนจะเข้าชมรม พอได้เข้ามาเป็นวิทยากรสอนบ้าง มาเป็นชิ้นงานโชว์คนมาเยี่ยมชมบ้าง ป้ามีกำลังใจขึ้นเยอะ ทุกอย่างต้องฝึกฝนตัวเอง หยุคทำไม่ได้ มันจะเบื่อจะเฉาได้ว๊ายเราต้องทำอะไรก็ได้ฝึกตัวเอง งานที่ชอบด้วย” (นางปราณี นวลหนู, สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช)

จากการสังเคราะห์ในการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่า ขั้นตอนสำคัญประการหนึ่งของการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุให้เกิดขึ้นนั้น การที่สมาชิกชมรมต้องฝึกลงมือปฏิบัติตัวอย่างสม่ำเสมอ ลงมือทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ไม่ทำ ๆ หยุค ๆ แม้ว่ากิจกรรมนั้นไม่ถนัด การให้ผู้สูงอายุได้ลงมือทำด้วยตนเองบ่อย ๆ จะเป็นสิ่งที่สร้างและปรับเป็นพฤติกรรมทางสังคมที่คุ้นชินสามารถทำมันในทุกกิจกรรมได้เองและมีความภูมิใจในตนเอง ซึ่งในขั้นกระบวนการนี้เป็นขั้นสุดท้าย นั่นคือ ขั้นตอนที่สามารถเรียกว่า กระบวนการลงมือทำซ้ำ (S : Social behavior)

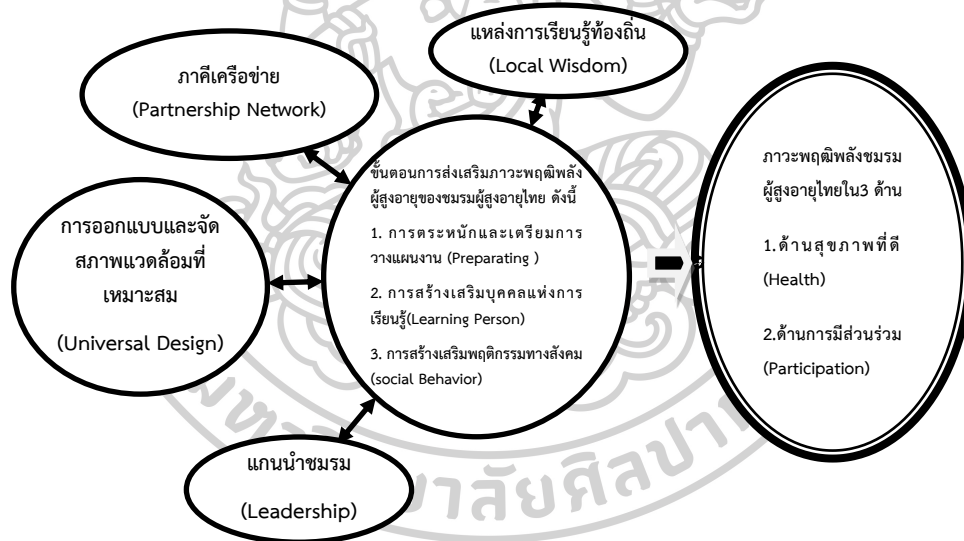
โดยสรุปผลการสังเคราะห์วิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศชมรมต้นแบบ พบว่าขั้นตอนสำคัญในการส่งเสริมภาวะพลัดพลังชมรมผู้สูงอายุไทยครั้งนี้ ดังต่อไปนี้

1. การเตรียมการ P : Preparing
2. การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง L : Learning Person
3. การลงมือทำซ้ำ S : Social behavior

ซึ่งขั้นตอน PLS นำไปสู่การดำเนินการผ่านกิจกรรมสำคัญในการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยทั้งสามด้าน กล่าวคือ

1. ขั้นตอนการเตรียมการ P : Preparing
คือ ขั้นตอนสำคัญที่ผู้สูงอายุต้องตระหนักและเตรียมการวางแผนในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุพลังเป็นขั้นตอนแรก
2. ขั้นตอนการเรียนรู้พึ่งพาตนเอง L : Learning Person
คือ ขั้นตอนสำคัญที่ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ สามารถพึ่งพาตนเองได้ในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุพลังขั้นต่อมา
3. ขั้นตอนลงมือทำซ้ำ S : Social behavior
คือ ขั้นตอนสำคัญที่ผู้สูงอายุต้องลงมือทำซ้ำ ๆ ในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุพลังเป็นขั้นสุดท้าย

ผังกรอบแผนที่ความคิด (Mind map) การสังเคราะห์การส่งเสริมภาวะพหุพลังชมรมผู้สูงอายุไทยในสามด้านสำคัญ จากการเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศของชมรมต้นแบบทั้งสามกับชมรมผู้สูงอายุทั่วไป



แผนภาพที่ 8 กรอบแผนที่ความคิด

ดังที่ได้กล่าวมาข้างต้นในการสรุปผลตอนที่ 1 จากการวิเคราะห์ระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในส่วนใหญ่ที่พบว่าอยู่ในภาวะพหุพลังปานกลาง และในด้านสุขภาพสูงที่สุด แม้ว่าในด้านสุขภาพผู้สูงอายุจะมีสุขภาพที่ดี ในทางปฏิบัติจากการสัมภาษณ์และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมนั้นผู้สูงอายุให้ความสำคัญด้านสุขภาพ และเป็นด้านที่ผู้สูงอายุต้องการการแก้ปัญหาทั้งระยะสั้นและระยะยาว รวมทั้งมุ่งในการส่งเสริมการจัดกิจกรรมที่ตอบสนองในด้านสุขภาพองค์รวมอย่างยิ่ง รวมทั้งสนใจกิจกรรมด้านสุขภาพที่หลากหลาย ดังนั้นการจัดกิจกรรมส่งเสริมในด้านสุขภาพที่ดีจึงมีเนื้อหา

เพื่อตอบสนองความต้องการดังกล่าวด้วย รวมทั้งผลการวิเคราะห์วิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศจากสามชมรมต้นแบบและชมรมทั่วไปนั้น ซึ่งสะท้อนแผนการจัดการส่งเสริมกิจกรรมในด้านทั้งสามตามกรอบแนวทางขององค์การอนามัยโลก และจากการศึกษาแนวความคิดพัฒนารูปแบบ แนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ เอกสารและข้อมูลเพิ่มเติมผู้วิจัยได้สร้างแผนการจัดตามการวิเคราะห์ข้างต้นออกมาเป็นองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ ด้านหลักการและเหตุผล ด้านวัตถุประสงค์ ด้านการจัดกิจกรรมและกิจกรรมสำคัญ ด้านเงื่อนไขการจัดรูปแบบ และด้านการติดตามประเมินผล

ตอนที่ 3 ผลการนำเสนอการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

ผลการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย ประกอบด้วย 2 ขั้นตอนหลักสำคัญ คือ

3.1 ผลการสร้างรูปแบบ

3.2 ผลการทดลองใช้และปรับปรุงรูปแบบ

ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย โดยมีรายละเอียดผลการศึกษาแต่ละขั้นตอน ดังต่อไปนี้

3.1 ผลการสร้างพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย มีรายละเอียดองค์ประกอบของโปรแกรม ประกอบด้วย 1.หลักการและเหตุผล 2.วัตถุประสงค์ 3.การจัดกิจกรรมและกิจกรรมสำคัญ 4.เงื่อนไขการจัดรูปแบบ และ 5.การติดตามประเมินผล

มีรายละเอียดในประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

องค์ประกอบที่ 1 หลักการและเหตุผล

มีรายละเอียด คือ กระบวนการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลาของผู้สูงอายุไทยเป็นสิ่งสำคัญต่อตัวผู้สูงอายุ และการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยที่มุ่งพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุชมรมให้เป็นผู้สูงอายุอันพึงประสงค์อันเป็นเป้าหมายขององค์การอนามัยโลก รวมทั้งถือเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุและสมาชิกผู้สูงอายุ กล่าวคือ ชมรมผู้สูงอายุถือเป็นองค์กรทางสังคมที่มีความใกล้ชิดกับผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาศักยภาพในหลายมิติจากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมในทุกด้านของชมรมผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุขับเคลื่อนการสร้างเสริมภาวะพหุพลังอันถือเป็นภาวะผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีพร้อมกับการมีพลังในตนเอง การมีศักยภาพในการพึ่งพาตนเองอย่างแท้จริง การตระหนักในคุณค่า มีศักดิ์ศรี มีความสามารถที่จะร่วมพัฒนาทั้งตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้เป็นอย่างดี ในการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยต้องผ่านขั้นตอนสำคัญจากการศึกษา ได้แก่ การตระหนักและเตรียมการ การสร้างเสริมผู้สูงอายุเป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยเป็นผู้สูงอายุที่มีความกระฉับกระเฉง กระตือรือร้นในการเรียนรู้พึ่งพาตนเองได้ และการสร้างเสริมพฤติกรรมทางสังคมโดยการมีลงมือทำกิจกรรมอย่าง

ต่อเนื่องสม่ำเสมอ เห็นความสำคัญของการลงมือปฏิบัติในส่วนต่าง ๆ ร่วมกัน โดยกระบวนการที่สำคัญเหล่านั้นต้องได้รับการสนับสนุนและการเชื่อมโยงการปฏิสัมพันธ์กับปัจจัยภายนอกได้แก่ การร่วมสนับสนุนจากภาคีเครือข่าย แกนนำชมรม แนวทางการจัดการและออกแบบสภาพแวดล้อมเพื่อผู้สูงอายุ และแหล่งเรียนรู้ท้องถิ่น ในส่วนต่าง ๆ ล้วนมีความสำคัญในการสร้างเสริมภาวะพหุพลังที่มุ่งให้ผู้สูงอายุเป็นผู้สูงอายุที่มีพลังในด้านการมีสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงในชีวิต อันเป็นเป้าหมายสำคัญยิ่งของการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตามกรอบขององค์การอนามัยโลกที่ได้เสนอแนวทางเหล่านี้ไว้ดังกล่าวข้างต้น ชมรมผู้สูงอายุไทยจึงเป็นองค์กรที่มีความสำคัญอย่างมากในการสร้างรูปแบบการดำเนินการในการส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุ การเชื่อมโยงและบูรณาการองค์ความรู้ของผู้สูงอายุชุมชนท้องถิ่น รวมทั้งเพื่อสร้างสังคมที่เห็นความสำคัญ การเคารพและเห็นคุณค่าแห่งศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุไทยอย่างยั่งยืนได้

โดยมีรายละเอียดของนิยามเชิงปฏิบัติการในการสร้างความเข้าใจ ได้แก่

รูปแบบ (Model) หมายถึง โครงสร้างเชิงแนวคิด (Conceptual Model) ขององค์ประกอบและความสัมพันธ์ในส่วนสำคัญต่าง ๆ ในการนำมาใช้สร้างเสริมภาวะพหุพลังชมรมผู้สูงอายุไทย

ภาวะพหุพลัง (Active Aging) หมายถึง ผู้สูงอายุไทยที่มีลักษณะเป็นผู้มีศักยภาพครบทั้ง3องค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ การมีสุขภาพดี การมีส่วนร่วมทางสังคมและการมีความมั่นคงตามกรอบมนทัศน์ขององค์การอนามัยโลก

ผู้สูงอายุ (Aging) หมายถึง บุคคลเพศหญิงและเพศชายที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปและมีสัญชาติไทยโดยนิยามผู้สูงอายุอย่างเป็นทางการตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546

ผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพลัง (Active Aging) หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในการพึ่งตนเองได้ มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีการเรียนรู้ที่จะดูแลตนเองให้สมบูรณ์พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีส่วนร่วมในสังคม ไม่เป็นภาระแก่สังคม และรวมถึงการได้ช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมได้อีกด้วย

ชมรมผู้สูงอายุ (Elder club) หมายถึง องค์กรที่เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ โดยมารวมกลุ่มด้วยความสมัครใจในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันเพื่อพัฒนาผู้สูงอายุในเรื่องสุขภาพกาย จิตใจและสังคม

แกนนำผู้สูงอายุ (Leadership) หมายถึง บุคคลที่เป็นผู้นำในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เป็นผู้ที่สามารถสร้างความน่าเชื่อถือให้แก่สมาชิกชมรมได้เป็นอย่างดี

ภาคีเครือข่าย (Partnership Network) หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีศักยภาพในการจัดการ ประสานงานในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ กับชมรมอย่างครอบคลุมและมีประสิทธิภาพ

แหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น (Local Wisdom) หมายถึง แหล่งข้อมูลท้องถิ่น ชาวสารสารสนเทศ และประสบการณ์ ที่สนับสนุนส่งเสริมให้สมาชิกใฝ่เรียน ใฝ่รู้แสวงหาความรู้และเรียนรู้ด้วยตนเองตามอัธยาศัย เพื่อเสริมสร้างให้สมาชิกเกิดกระบวนการเรียนรู้

แนวคิดการออกแบบและจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม (Universal Design) หมายถึง แนวความคิดในการออกแบบ (universal design) ให้ทุกคนในสังคมสามารถใช้งานได้โดยอิสระร่วมกันโดยไม่มีกลุ่มใดถูกแบ่งแยกและกีดกันออกไป หลักเกณฑ์สำคัญต่อผู้สูงอายุอยู่ที่การสร้างความปลอดภัย (safety) การอำนวยความสะดวกต่อผู้สูงอายุ (accessibility) การใช้งาน (usability) และความเหมาะสมด้านการลงทุน (affordability) เป็นสำคัญ

การตระหนักและเตรียมการ P (Preparing) หมายถึง ขั้นตอนแรกที่ผู้สูงอายุต้องตระหนักและเตรียมการวางแผนในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุพลัง

การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง L (Learning Person) หมายถึง ขั้นตอนต่อมาที่ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ สามารถพึ่งพาตนเองได้ในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุพลัง

การสร้างพฤติกรรมทางสังคม S (Social behavior) หมายถึง ขั้นตอนสุดท้ายที่ผู้สูงอายุต้องลงมือทำซ้ำในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุพลัง

และรายละเอียดส่วนกรอบแนวคิดการส่งเสริมการจัดกิจกรรม

แนวคิดในการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยในงานวิจัย คือ แนวคิดภาวะพหุพลังขององค์การอนามัยโลก ซึ่งเป็นเป้าหมายที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ โดยต้องมีด้านสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม การมีคุณลักษณะพหุพลังของผู้สูงอายุนั้นในสามด้านสำคัญดังกล่าวข้างต้น การส่งเสริมในการจัดกิจกรรมจึงพัฒนาตามกรอบสามด้านสำคัญ และแนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) โดยมุ่งเน้นการให้ความสำคัญกับการสนใจปัญหาที่ผู้สูงอายุเผชิญในด้านต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกระบวนการดำเนินกิจกรรม มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เนื้อหากิจกรรมการส่งเสริมเพื่อมุ่งตามความต้องการและแก้ปัญหาในด้านนั้นแก่ผู้สูงอายุได้รวมทั้งแนวคิดการพัฒนาแบบการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามแนวทางของ Boyle (1981) และแนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ Knowles (1984) มาเป็นแนวทางการกำหนดเนื้อหา กิจกรรม การกำหนดกลุ่มผู้เรียน การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การร่วมลงมือปฏิบัติกิจกรรมและการประเมินผล

องค์ประกอบที่ 2 วัตถุประสงค์

มีรายละเอียด คือ เพื่อสร้างเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยในสามด้าน ได้แก่

1. เพื่อสร้างเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุด้านสุขภาพที่ดี
2. เพื่อสร้างเสริมภาวะพหุพลังผู้สูงอายุด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม

3. เพื่อสร้างเสริมภาวะพลัมพลังผู้สูงอายุด้านความมั่นคงและหลักประกันในชีวิต องค์ประกอบที่ 3 การจัดการกิจกรรมและกิจกรรมสำคัญ

ในการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพลัมพลังในสามด้านตามกรอบองค์การอนามัยโลก ผู้วิจัยได้นำขั้นตอนในการส่งเสริมภาวะพลัมพลังสำหรับการเรียนรู้ของผู้สูงอายุที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริงเพื่อให้ผู้เข้าอบรมเกิดพลัมพลัง 3 ด้านและมีคุณลักษณะตามแนวทางนั้น จึงจัดการกิจกรรมที่ส่งเสริม การร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในระหว่างการอบรมที่มีทั้งการอบรมให้ความรู้จากวิทยากร การฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง การร่วมกันกับสมาชิกผู้สูงอายุ และการนำการปฏิบัติกิจกรรมไปลงมือฝึกด้วยตนเองต่อที่บ้านเพื่อให้ผู้สูงอายุจะได้มีการฝึกฝนปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ กิจกรรมการส่งเสริมของรูปแบบที่ได้พัฒนาขึ้นประกอบด้วยกระบวนการส่งเสริมการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง มาจากความต้องการและประสบการณ์ของผู้สูงอายุในสภาพจริง และเหมาะสมกับการจัดการส่งเสริมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีพลัมพลัง ในการจัดการกิจกรรมส่งเสริมประกอบด้วย 3 ขั้นตอน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การตระหนักและเตรียมการ

ในขั้นตอนนี้ผู้สอน หรือวิทยากรได้จัดการกิจกรรม โดยเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความสนใจในความรู้ต่าง ๆ ความต้องการที่อยากจะทำกิจกรรม และร่วมกันเห็นความสำคัญ ตระหนักและร่วมวางแผนการในการมีส่วนร่วมมือกันลงมือทำกิจกรรมด้วยตนเอง ผู้สอนเป็นเพียงคนเปิดพื้นที่ให้ร่วมแลกเปลี่ยน คอยร่วมเสนอแนะและสรุปการวางแผนกิจกรรมนั้น ๆ รวมทั้งคอยจัดหาอุปกรณ์ ทรัพยากร วิทยากรอื่น ๆ ที่ผู้สูงอายุต้องการในการจัดการกิจกรรม โดยแบ่งกิจกรรมออกเป็นกลุ่มขนาดเล็ก กลุ่มย่อยประมาณจำนวน 5-6 คน และกิจกรรมมีความหลากหลาย อันได้แก่ การฟังบรรยายจากปราชญ์ชาวบ้านและผู้เชี่ยวชาญในด้านสำคัญ การร่วมเล่นเกม การลงมือปลูกพืชสมุนไพร การแลกเปลี่ยนเล่าเรื่องราวประสบการณ์ชีวิต การไปชมและร่วมให้ความรู้กับแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น ซึ่งการในการจัดการกิจกรรมส่งเสริมมุ่งเนื้อหากิจกรรมเพื่อส่งเสริมพลัมพลังแต่ละด้าน ในขั้นตอนนี้ให้ผู้สูงอายุได้ร่วมแสดงความคิดเห็น ความรู้และความสำคัญระหว่างกันโดยกำหนดเวลาไว้พอประมาณและให้ตัวแทนกลุ่มแต่ละกลุ่มมาสรุปกิจกรรมที่สนใจและการวางแผนงานร่วมกัน

ขั้นตอนที่ 2 การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง

ขั้นตอนต่อมา เมื่อให้ทุกกลุ่มย่อยได้ร่วมสรุปและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้ ความต้องการแล้วนั้น นำไปสู่การร่วมกันหาข้อสรุป ร่วมกันเรียนรู้การวางแผนจัดการกิจกรรมร่วมกันและให้ทุกคนได้ร่วมกันเสนอข้อคิดเห็น การนำเสนอกิจกรรมที่จะส่งเสริมหรือสอดคล้องกับการเรียนรู้ที่ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาด้วยตนเองได้ โดยเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้สำคัญได้สรุป การแบ่งเนื้อหา กิจกรรมออกเป็น กลุ่มกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านสุขภาพ กลุ่มกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางสังคม

และกลุ่มกิจกรรมที่ส่งเสริมความมั่นคงในชีวิต จำนวน 20 กิจกรรมสำคัญ ได้แก่ กิจกรรมออกกำลังกาย กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับการเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุพลังกิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับการดูแลสุขภาพตนเองในชีวิตประจำวันกิจกรรมอบรมเรื่องผู้สูงอายุกับอาหารและโภชนาการที่เหมาะสมวัยกิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับความรู้ทางการแพทย์ทางเลือก กิจกรรมอบรมในเรื่องการใช้สมุนไพรที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ กิจกรรมอบรมในเรื่องการปลูกพืชสวนครัวและสมุนไพรในครัวเรือนกิจกรรมการฝึกจิตใจและทำสมาธิกิจกรรมการพัฒนาจิตใจร่วมกับชุมชน กิจกรรมการสร้างความมั่นใจและคุณค่าแห่งตนกับการเดินทางท่องเที่ยวชุมชนกิจกรรมการร่วมเป็นอาสาสมัครชุมชน กิจกรรมอบรมการให้ความรู้เกี่ยวกับกฎหมายและสิทธิประโยชน์ที่ผู้สูงอายุควรค่า กิจกรรมอบรมการให้ความรู้ในเรื่องเกี่ยวกับการจัดการรายได้ บันทึกรายจ่ายและการออมครัวเรือน กิจกรรมอบรมการให้ความรู้และนำไปใช้ในการจัดการสภาพแวดล้อมครัวเรือนที่มั่นคงปลอดภัยเหมาะสมกับผู้สูงอายุ กิจกรรมการฝึกอบรมสร้างอาชีพฝึกทักษะและงานอดิเรกเสริมรายได้ กิจกรรมอบรมการฝึกทักษะการใช้เทคโนโลยีและการสื่อสารในชีวิตประจำวันกิจกรรมการร่วมมือสร้างความบันเทิงและสันตนาการผู้สูงอายุกับพหุวัย กิจกรรมอบรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการศึกษาตามอัธยาศัย ภาษาและความรู้สมัยใหม่ กิจกรรมการร่วมมือกันสืบสานและอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นและกิจกรรมสร้างความสามัคคีกีฬาสหุวัย

ขั้นตอนที่ 3 การลงมือทำซ้ำและประยุกต์ใช้

หลังจากได้ร่วมมือกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้จนสรุปเนื้อหากิจกรรมสำคัญที่ทุกคนได้ร่วมกันเสนอความต้องการ ความสนใจและปัญหาที่ต้องการแก้ไขไปแล้วนั้น ผู้สอนหรือวิทยากรนำข้อสรุป วิธีการส่งเสริมกิจกรรมไปให้ผู้สูงอายุได้ไปฝึกที่บ้านและติดตามสอบถามความคิดเห็นระหว่างกันทั้งผู้สอน เพื่อนสมาชิกและผู้สูงอายุ ในการประยุกต์นำไปปฏิบัติที่บ้านผู้สูงอายุได้ลงมือทำซ้ำ มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและทบทวนการทำกิจกรรม รวมทั้งได้ฝึกปฏิบัติด้วยตนเองต่อเนื่องต่อไป

องค์ประกอบที่ 4 เงื่อนไขการจัดรูปแบบ

สำหรับเงื่อนไขการจัดรูปแบบให้เกิดประสิทธิภาพและนำไปใช้ประสบผลสำเร็จนั้น ผู้วิจัยได้พัฒนาสรุปมาจากการทบทวนแนวคิดทฤษฎี คำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ ข้อมูลจากการลงพื้นที่สนาม มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

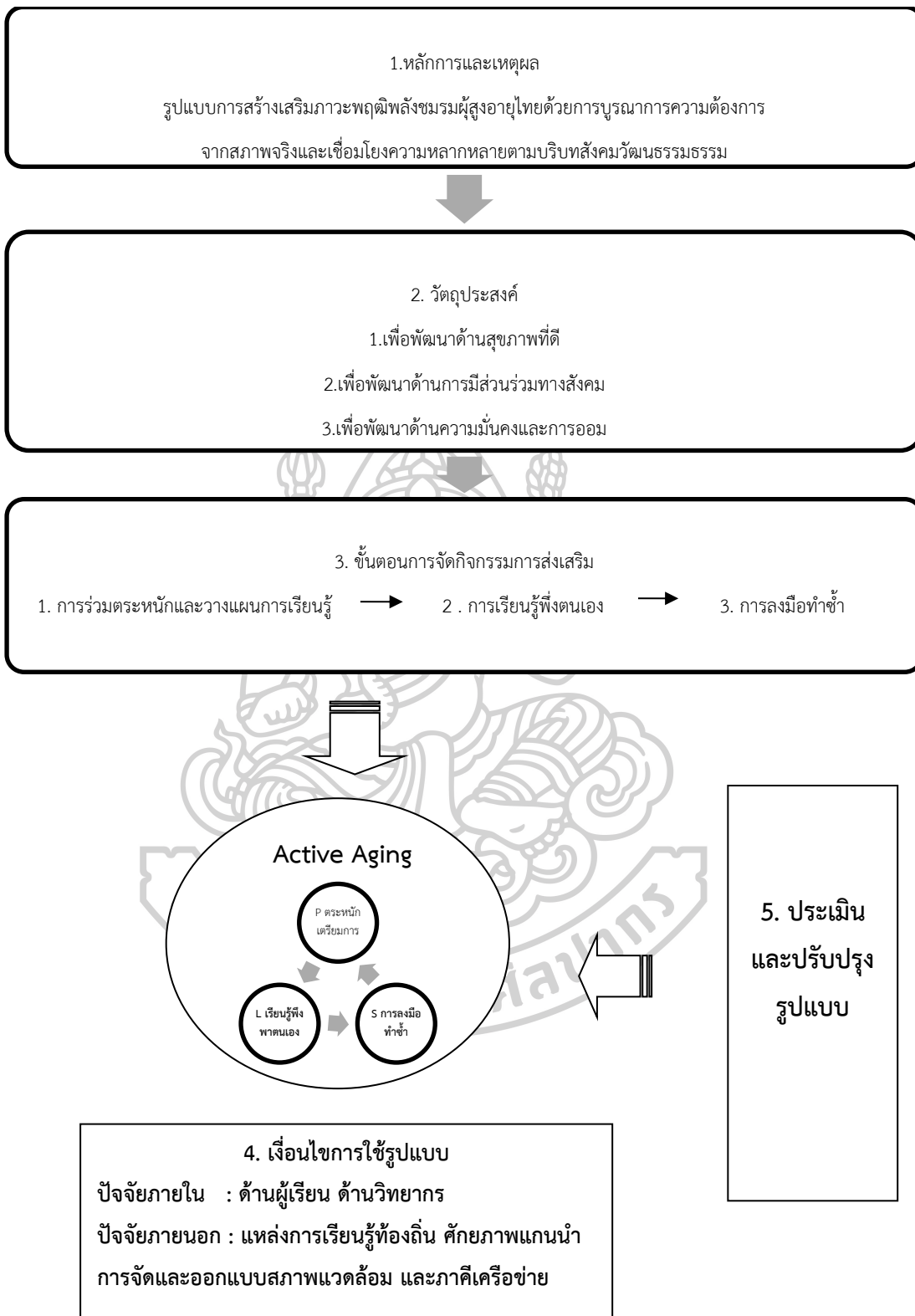
ในด้านเงื่อนไขภายนอกที่มีส่วนในการสนับสนุนการส่งเสริมการจัดกิจกรรม ได้แก่ ด้านศักยภาพแกนนำ ด้านภาคีเครือข่ายเข้มแข็ง ด้านการจัดและปรับสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และด้านร่วมมือแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น กล่าวคือ ในด้านเงื่อนไขภายนอกที่สนับสนุนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ของผู้สูงอายุนั้น 1. ด้านศักยภาพแกนนำ มีความสำคัญต่อการกระตุ้นและสร้างแรงจูงใจแก่ผู้สูงอายุในการร่วมมือการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เนื่องจากชมรมผู้สูงอายุมีสมาชิกที่แตกต่างกัน

กัน บทบาทของแกนนำจึงมีผลต่อการร่วมมือร่วมใจในการร่วมกันในกิจกรรมชมรมอย่างยิ่ง ดังนั้นการพัฒนาความรู้และศักยภาพการจัดการให้แก่แกนนำจึงเป็นสิ่งที่ต้องทำอย่างต่อเนื่อง 2.ด้านภาคีเครือข่ายเข้มแข็ง ถือเป็น การสนับสนุนทั้งส่วนทรัพยากร องค์ความรู้ เจ้าหน้าที่บุคลากรและงบประมาณเพิ่มเติมที่สำคัญให้การจัดกิจกรรมเป็นไปอย่างสมบูรณ์และสร้างความเข้าใจอันดีต่อกันในชุมชน 3.ด้านการจัดและปรับสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ในด้านการให้ชมรมมีการจัดและปรับสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ทั้งโครงสร้างอาคารสถานที่ อุปกรณ์การจัดกิจกรรม ทางลาด ราวจับทางเดิน พื้นทางเดิน ห้องน้ำที่เหมาะสมปลอดภัยแก่ผู้สูงอายุ ถือเป็น ส่วนสำคัญที่ทำให้การจัดกิจกรรมสามารถดำเนินไปอย่างราบรื่นและสร้างความมั่นคงปลอดภัยแก่ผู้สูงอายุอย่างมากและ 4.ด้านร่วมมือแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น ในการจัดกิจกรรมชมรมการได้รับการสนับสนุนและร่วมมือจากแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่นที่จะเป็นการสร้างความยั่งยืนในการพัฒนาชมรมร่วมกัน โดยแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่นจะช่วยเป็นแหล่งการสนับสนุนการถ่ายทอดทางภูมิปัญญา การผูกพัน ความรักความสามัคคีในเกิดกับสมาชิกผู้สูงอายุ รวมทั้งความสัมพันธ์ที่ดีกับวัยต่าง ๆ ในชุมชน การจัดกิจกรรมจึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือเชื่อมโยงแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่นชุมชนที่มีความหลากหลายในด้านเงื่อนไขภายในของด้านผู้สูงอายุเอง จึงเป็นเงื่อนไขที่สำคัญอีกอย่างหนึ่ง กล่าวคือ ผู้เรียนหรือผู้สูงอายุ มีประสบการณ์ ความรู้ และวิถีชีวิตสังคมนวัตกรรมแตกต่างกัน การจะนำรูปแบบไปใช้จึงจำเป็นต้องมีการปรับเนื้อหากิจกรรม การสร้างความเข้าใจร่วมกันก่อน ความยากง่ายของเนื้อหา ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมและการปรับรูปแบบกิจกรรมให้สอดคล้องเป็นไปตามบริบทสังคมนวัตกรรมที่ต่างกันไปของแต่ละชมรม

องค์ประกอบที่ 5 การติดตามประเมินผล

มีรายละเอียด การประเมินผลการส่งเสริมภาวะพหุพิพลัง ได้แก่ แบบประเมินวัดภาวะพหุพิพลังผู้สูงอายุก่อน-หลังการจัดรูปแบบ และแบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นผู้เข้าร่วมอบรมเกี่ยวกับรูปแบบที่พัฒนาขึ้น

ภาพแสดงรูปแบบการจัดกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพหุพิพลังชมรมผู้สูงอายุไทย
ในสามด้านตามกรอบองค์การอนามัยโลก : PLS Model



แผนภาพที่ 9 รูปแบบการจัดกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพหุฒิปลังขมรมผู้สูงอายุไทย ในสามด้านตามกรอบองค์การอนามัยโลก : PLS Model

รูปแบบ (PLS Model) ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นนั้นนำไปตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือจากการวิเคราะห์ค่า IOC. ค่าดัชนีความสอดคล้องในด้านความเหมาะสมและความสอดคล้องขององค์ประกอบรูปแบบที่พัฒนาขึ้นโดยให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ตรวจสอบ ซึ่งมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.50-1.00 สรุปได้ว่า รูปแบบดังกล่าวมีความเหมาะสมและสอดคล้องสามารถนำไปใช้ได้

โดยผู้วิจัยนำข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงรูปแบบที่สร้างขึ้นนั้น และเมื่อปรับปรุงรูปแบบตามคำแนะนำเรียบร้อยแล้วได้นำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุกลุ่มทดลองที่สมัครใจร่วมการทดลองรูปแบบดังกล่าวในขั้นต่อไป

3.2 ผลการทดลองใช้และปรับปรุงรูปแบบ

ผู้วิจัยได้ทำการทดลองใช้แผนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพลัดพลังที่ได้พัฒนาขึ้นทดลองกับผู้สูงอายุทั้งสิ้น 30 คน ระยะเวลาในการเข้าร่วมอบรม 8 สัปดาห์ 128 ชั่วโมง จัดกิจกรรมในวันจันทร์กับวันพุธของแต่ละสัปดาห์ (เริ่มตั้งแต่ช่วงเดือนธันวาคม 2559 - มีนาคม 2560) โดยมีผลการประเมินวัดระดับพลัดพลังทดสอบก่อนและหลังเรียน มีผลการทดสอบตามตารางดังนี้

ตารางที่ 12 ผลการเปรียบเทียบคะแนนการทดสอบวัดระดับพลัดพลังก่อน-หลังของกลุ่มทดลอง

(n=30)

เรื่อง	การทดสอบรูปแบบ	\bar{X}	S.D	df	t	sig
ภาวะพลัดพลังด้าน สุขภาพ	ก่อนใช้	3.89	0.51	29	-6.62	0.00*
	หลังใช้	4.36	0.27			
ภาวะพลัดพลังด้านการมี ส่วนร่วมทางสังคม	ก่อนใช้	3.31	0.70	29	-4.66	0.00*
	หลังใช้	3.71	0.35			
ภาวะพลัดพลังด้านความ มั่นคงและการออม	ก่อนใช้	3.46	0.55	29	-5.76	0.00*
	หลังใช้	3.74	0.42			
รวม	ก่อนใช้	3.55	0.51	29	-7.13	0.00*
	หลังใช้	3.94	0.28			

จากตารางข้างต้นแสดงให้เห็นว่าหลังการทดลองผู้สูงอายุจำนวน 30 ท่านมีระดับพลัดพลังหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ค่าเฉลี่ยก่อนทดลองเท่ากับ 3.55 ค่าเฉลี่ยหลังทดลองเท่ากับ 3.94)

จากการสรุปผลการสัมภาษณ์ความคิดเห็นผู้สูงอายุเกี่ยวกับรูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีรายละเอียดความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบ ดังนี้

ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับองค์ประกอบของการจัดกิจกรรมการส่งเสริม พฤติพลังที่จัดขึ้น โดยสรุปพบว่า กลุ่มทดลองผู้สูงอายุที่เข้าอบรมมีความเห็นว่ากิจกรรมการส่งเสริม ของรูปแบบนั้นสามารถทำให้เกิดพฤติกรรมในสามด้านได้ ได้แก่ การร่วมคิดตระหนักและวางแผน กิจกรรมด้วยตนเอง การแลกเปลี่ยนพูดคุยเรียนรู้ร่วมกัน การลงมือทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง การร่วม ปฏิบัติงานกิจกรรมด้วยตนเอง ดังที่ผลการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญได้กล่าวไว้ ได้แก่

“ชอบกิจกรรมออกกำลังกาย ได้เอาท่ารำของทางใต้มาใช้ อันนี้เราได้ร่วมคิดด้วย ช่วยกันเสนอออกมามีเอกลักษณ์ดีด้วย ก่อนอบรมไม่ค่อยชอบออกกำลัง พอมีแบบนี้เลย อยากรองทำเองบ่อย ๆ”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 1 สอดคล้องกับคนที่ 2 ได้กล่าวว่า

“กิจกรรมที่ให้ทำมาอยากจะทำให้เพิ่มกิจกรรมพวสุขภาพอีก ที่ให้ร่วมคิด ร่วมลงมือ กันเองก่อนอบรมก็ดี ถ้าเพิ่มกิจกรรมสุขภาพจะทำให้ผู้สูงอายุแข็งแรงมากขึ้น และส่งผลให้ ต่อไปทำอะไรก็ทำด้วยตนเอง เห็นคุณค่าในวัยเราได้ดี เนื้อหาด้านอื่นก็เยอะและทำไปก็สนุก ดี ได้มาร่วมกับคนวัยเดียวกัน ได้พูดคุยกันทำอะไรก็เพลิน มีความสุขเพิ่มขึ้น”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 2 สอดคล้องกับคนที่ 3 ได้กล่าวว่า

“ป่าไม่ค่อยแข็งแรง ได้เข้าร่วมอบรมกิจกรรมมีมาก หลากหลายด้วย มีวิทยากรช่วยให้ ความรู้ เริ่มจากเราได้คิดเอง ทำเองร่วมกันหมดทุกคน ป่าคิดว่าการแบ่งกลุ่มที่ให้ทุกคนได้ คุยกัน ใครคิดอะไรได้บอกกันไป ชอบกิจกรรมแบบไหน อยากรทำอะไรบ้าง คือแบบนี้มันดีนะ กิจกรรมพวกออกกำลังกาย ฝึกสมาธิ ปลูกผักได้เรียนรู้ด้วยตนเอง โดยรวมทุกอย่างมีบทสรุป ให้ทำให้ทุกคนกล้าพูดกล้าเสนอความคิดเห็นกันตลอด ทำไปบ่นกันไปนะ”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 3 สอดคล้องกับคนที่ 4 กล่าวว่า

“เข้าอบรมครั้งนี้รู้สึกว่าได้ประโยชน์มากนะ ตัวเราเห็นว่ากิจกรรมอะไรที่ทำแล้ว ส่งเสริมคุณภาพชีวิตของวัยนี้ ความรู้ที่ได้จากวิทยากรก็มีข้อมูลเป็นประโยชน์ ใช้เวลาแต่ละ กิจกรรมไม่มาก มีเวลาพักบ้าง กิจกรรมส่วนใหญ่คิดว่าผู้สูงอายุชอบกัน ได้คุยแล้วทุกคนคิด ตรงว่า ที่ให้คนวัยนี้ร่วมคิดกิจกรรม ได้คุยบอกสิ่งที่อยากทำ อยากรจะพัฒนาตนเองกัน ยกตัวอย่างเช่นเนื้อหาให้ความรู้พวกการเก็บเงิน ออมเงินไว้ อันนี้ก็ได้อคิด ถ้าบอกว่าทำ บัญชีเป็นรายวัน คนรุ่นนี้ไม่อยากทำทุกวันเอาว่าเป็นอาทิตย์ดีกว่าแบบนี้ และอย่างอบรม เรื่องดูแลตนเองที่บ้าน อันนี้ดีเลยเอาความรู้ไปปรับได้เลย แบบนี้อยากให้ทุกชมรม คิดว่า ชมรมผู้สูงอายุจุดแข็งมาจากคนวัยนี้มาร่วมกันสร้าง ร่วมกันพัฒนาเห็นความสำคัญของเรา กันเองมากกว่า”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 4 สอดคล้องกับคนที่ 5 กล่าวว่า

“หลังเข้าอบรมคิดว่าได้เรื่องเห็นความสำคัญของปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุ กิจกรรม พวกนี้ได้ทำให้เข้าใจว่าเราต้องปรับตัวเองอยู่ตลอด ดูแลสุขภาพมากขึ้น ได้ความรู้ในเรื่อง

อื่น ๆ มากขึ้น ได้ทำงานกิจกรรมกับเพื่อนสมาชิกมากขึ้น ได้ฝึกหัดทำอะไรด้วยตัวเองมากขึ้น สิ่ง que คิดว่าทำไม่ได้พอได้ลองทำก็ทำได้มากขึ้น และถามว่าอยากให้มีอะไรเพิ่ม คงเป็นเรื่องอยากให้อัดอีก มีกิจกรรมอบรบบ่อย ๆ ทุกคนได้มารวมตัวกันทำให้ตัวเองมีความสุข ได้ผ่อนคลาย มีอะไรใหม่ ๆ กับชีวิตดี”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 5 สอดคล้องกับคนที่ 6 กล่าวว่า

“กิจกรรมให้เพื่อน ๆ ได้แบ่งกลุ่มจัดงานกัน ร่วมด้วยช่วยกัน โดยรวมทั้งหมดก็ดี ได้ความรู้เยอะเลย ชมรมเราต้องดึงเอาทุกอย่างมาใช้ คนในชุมชนร่วมด้วยช่วยกันมันสร้างความรัก ผูกพันกันในกลุ่มในชุมชนมาก”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 6 สอดคล้องกับคนที่ 7 กล่าวว่า

“ชมรมต้องพึ่งพาตนเองได้ดีที่สุด เริ่มจากสมาชิกที่ต้องกล้าคิด กล้าทำ ร่วมมือกันวางแผน จะจัดกิจกรรม เนื้อหาแบบไหนจะดี จะเหมาะกับสังคมทุกวันนี้ ชมรมมีสมาชิกเก่งหลายด้านมารวมตัวกัน การได้เปิดให้ทุกคนเห็นคุณค่าร่วมกันจะทำให้ชมรมพัฒนาได้มาก ส่วนเนื้อหารวมๆมีแบ่งกลุ่มเน้นเป็นด้าน บางคนมุ่งสุขภาพ บางคนชอบฝึกทักษะเสริมอาชีพ อย่างนี้ก็ตามถนัดกันไป”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 7 สอดคล้องกับคนที่ 8 กล่าวว่า

“คิดว่าได้การได้รู้ว่าจะไร้ทำได้แล้วแก้ปัญหาตนเองได้บางอย่าง เหมือนอย่างตอนนี้มีโรคประจำตัว เนื้อหากิจกรรมที่ได้ร่วมแลกเปลี่ยน ประสบการณ์โรคกันก็มาหาทางแก้กัน จะเริ่มดูแลสุขภาพมากขึ้น ออกกำลังกายที่บ้าน และหันมาปลูกพืชสวนครัวรั้วกินได้ คืออะไรที่รู้ว่าจะทำให้ตนเองดีขึ้นจะทำดีกว่าต้องไปหาหมอบ่อย ๆ”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 8 สอดคล้องกับคนที่ 9 กล่าวว่า

“ชมรมที่นี้อยู่ใกล้วัด การเน้นกิจกรรมทางประเพณีให้ผู้สูงอายุถ่ายทอด บอกเล่าความรู้ที่มี ไม่ใช่ไม่สนใจเลย กิจกรรมอย่างการร่วมกันฟังเทศน์ฟังธรรมก่อนไปอบรมพัฒนาตัวเองด้านอื่น อันนี้เสนอนะ อย่างอื่นดีแล้วให้ผู้สูงอายุได้คิดมากขึ้น ลงเสนอความเห็น แ่ยังกันนิดหน่อยแต่ก็ลงตัวสรุปได้ ฝึกทำเองต่ออีก ในระยะต่อไปช่วยชมรมได้มากเลย”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 9 สอดคล้องกับคนที่ 10 กล่าวว่า

“วิทยากรให้ความรู้ตรงใจที่อยากเรียนมาก แล้วชอบที่ส่วนใหญ่ไม่บอกอย่างเดียว ให้เราช่วยคิด ลงมือกันเองแบบนี้ กิจกรรมมีมาก แต่เวลาบางช่วงก็เยอะหน่อยสรุปดีหมดใช้ได้ถ้าเอาเรื่องให้ผู้สูงอายุสนใจมาให้ความรู้”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 10 สอดคล้องกับคนที่ 11 กล่าวว่า

“คิดว่าสนใจอยากเข้าร่วมกิจกรรมชมรมมากขึ้นถ้ามีจัดแบบนี้ตลอด ปกติที่ต้องไปตรวจสุขภาพอยู่ กินยาหลายตัว หลังอบรมดีขึ้นที่เห็นชัดอย่างหันมาปลูกยาพื้นบ้าน ปลูกแล้วกินเสริม ร่างกายดีขึ้นมาเรื่อย ๆ ความรู้จากครูชาวบ้านได้ประโยชน์มาก เราได้ความรู้

เพิ่มเติมขึ้น เราได้แลกเปลี่ยนกับคนอื่น เราเรียนรู้เอง อย่างสิทธิหากสว.ตายจะได้อะไรบ้าง ใครจะเข้ามาช่วยเหลือตรงนี้ ไปอนามัยสว.มีสิทธิอะไรบ้าง เรื่องกฎหมายอีกอยากให้อัดอบรมต่อเรื่อย ๆ”

ผู้เข้าอบรมคนที่ 11 สอดคล้องกับคนที่ 12 กล่าวว่า

“โดยส่วนตัวเคยเป็นแกนนำชมรมมาจากอสม.ด้วย ในเนื้อหาค่อนข้างมาก หลากหลายอย่าง ชอบตรงที่ให้ทุกคนลงมือร่วมกัน ใครอยากคิดทำอะไรเสนอมาก่อน มาคุยกันจะทำอะไร กิจกรรมแบบไหนที่กลุ่มอยากทำ ใครมีประสบการณ์จะเล่าจะบอกกัน ได้รู้ร่วมคิดร่วมแก้ปัญหา คิดว่ามาทางการส่งเสริมแบบนี้ถูกต้องและไม่อยากเอามาแค่เจ้าหน้าที่ มาบอกให้ทำ แต่ผู้สูงอายุไม่ชอบแบบนี้ก็ไม่มีค่าอะไร ต้องให้คนอยากทำ อยากปรับปรุงตัวเอง และส่วนตัวอยากให้อัดให้ชมรมมีทุกอย่างที่ปลอดภัยให้ผู้สูงอายุ เช่น ทางเดิน ทางลาด มีไม้เท้าให้ พวกเก้าอี้ ห้องน้ำที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ต้องปรับปรุงทุกแห่งจะทำให้ผู้สูงอายุสะดวกสบายขึ้นมากด้วย”

โดยจากผลการสัมภาษณ์ผู้เข้าอบรมนั้นจะเห็นว่าส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการจัดกิจกรรมส่งเสริมภาวะพหุพิสัยเป็นกิจกรรมที่มีความหลากหลาย มีขั้นตอนการสร้างความคิดระดมความคิดวางแผนร่วมมือกันกับกลุ่ม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ต่างกันไป สามารถร่วมกันเรียนรู้ด้วยตนเอง ได้ลองทำกิจกรรมด้วยตนเองและลงมือทำต่อเนื่อง ผู้สูงอายุนำขั้นตอนไปปฏิบัติด้วยตนเองต่อที่บ้านได้ รวมทั้งตอบสนองปัญหาและความต้องการที่ผู้สูงอายุสนใจในกิจกรรมด้านสำคัญของแนวทางการพัฒนาภาวะพหุพิสัย

ในขั้นตอนต่อมาหลังจากได้ผลการสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบที่พัฒนาขึ้น ผู้วิจัยได้สรุปประเด็นสำคัญ ได้ดังต่อไปนี้

ประเด็นที่ 1 คุณประโยชน์จากการจัดอบรมทดลองใช้รูปแบบ

1. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดเห็นว่าการจัดสามารถทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีขึ้น
2. เนื้อหากิจกรรมมีความหลากหลายและสามารถแก้ปัญหาในด้านสุขภาพ จิตใจ

และสังคม

3. ขั้นตอนแต่ละขั้นมุ่งทำให้ผู้สูงอายุได้คิด วางแผน ร่วมแลกเปลี่ยนกันและปฏิบัติด้วยตนเองสามารถทำให้ลงมือทำกิจกรรมต่อเองที่บ้านได้

4. ทุกคนสามารถนำเสนอความคิดเห็นต่าง ๆ ได้และสร้างความเข้าใจกัน ความรักสามัคคีกันมากขึ้นในกลุ่ม

5. ผู้สูงอายุได้ฝึกความกล้าแสดงออกในกิจกรรมต่าง ๆ ความมั่นใจและพัฒนาตัวเองได้

6. ผู้สูงอายุได้ร่วมถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ที่ตนภูมิใจกับคนรุ่นอื่นการจัดกิจกรรมได้สร้างความรู้สึกร่วมกันระหว่างวัย

ประเด็นที่ 2 ปัญหาและอุปสรรค

1. ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมที่บางช่วงมากเกินไป ควรตั้งค่านึงถึงวัยและความเหมาะสมของผู้สูงอายุแต่ละคน
2. เนื้อหากิจกรรมควรปรับให้เหมาะสมกับความต้องการตามสภาพจริงของผู้สูงอายุแต่ละสังคมวัฒนธรรม
3. การให้ความรู้จากวิทยากรในบางกิจกรรมเนื้อหาที่มีความยากและรายละเอียดค่อนข้างมากส่งผลกระทบต่อความสนใจของผู้สูงอายุ จึงต้องปรับเนื้อหา การยกตัวอย่างและสอดแทรกความบันเทิง รวมทั้งปรับมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในเรื่องนั้น ๆ ในบางช่วง

ประเด็นที่ 3 สิ่งที่ต้องปรับปรุงแก้ไขของรูปแบบ

1. ควรสร้างความเข้าใจในเนื้อหากิจกรรมให้ดีก่อนการทดลองใช้
2. เพิ่มการร่วมมือจากส่วนภายนอกในการร่วมจัดกิจกรรมและสนับสนุนองค์ความรู้ที่สอดคล้องกับบริบทท้องถิ่น
3. ควรเพิ่มเรื่องสื่อประกอบกิจกรรมให้ความรู้บรรยายที่ทันสมัยและหลากหลายขึ้น โดยส่วนการปรับปรุงรูปแบบหลังทดลองใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้น ผู้วิจัยได้สรุปเป็นประเด็นในการปรับปรุงรูปแบบหลังทดลองใช้มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

ผู้วิจัยได้นำข้อเสนอแนะจากอาจารย์ที่ปรึกษา ผู้เชี่ยวชาญและข้อสรุปความคิดเห็นจากกลุ่มทดลองทำให้ผู้วิจัยได้ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ ได้แก่ 1. รายละเอียดของหลักการและเหตุผล ผู้วิจัยได้ปรับปรุงข้อความ การให้ความหมายในบางประโยคให้ชัดเจนถูกต้อง 2. ผู้วิจัยได้ปรับกรอบการแสดงรูปแบบที่พัฒนาขึ้น (PLS) ให้การเชื่อมโยงและการแสดงความสัมพันธ์ได้ปรับปรุงให้ครอบคลุมยิ่งขึ้น 3. เนื้อหาการจัดกิจกรรมในส่วนกลุ่มกิจกรรมด้านสุขภาพมีจำนวนค่อนข้างมาก ผู้เชี่ยวชาญเสนอการปรับกิจกรรมโดยลดเนื้อหาบางส่วนให้เหมาะสมกับเวลาการทดลองรูปแบบ 4. เงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ ด้านศักยภาพแกนนำ ควรเพิ่มเติมบทบาทการสนับสนุนการจัดกิจกรรมให้เพิ่มขึ้นและ 5. การจัดกิจกรรมมีเนื้อหาค่อนข้างมากทำให้ในการจัดอบรมต้องใช้ทรัพยากรอย่างด้านงบประมาณ ด้านอุปกรณ์ประกอบการอบรมอาจจะไม่เพียงพอ จึงต้องหาแนวทางการปรับเนื้อหาและการดึงเอาทรัพยากรที่มีมาใช้เพิ่มขึ้น

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องการพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยในการศึกษารุ่นนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods) โดยการนำเสนอการดำเนินการวิจัยตามวัตถุประสงค์แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน มีขั้นตอนรายละเอียดต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบันเป็นการศึกษาเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการนำไปพัฒนารูปแบบ โดยใช้วิธีการเชิงปริมาณ ได้แก่ การศึกษาเอกสาร และการวิจัยเชิงสำรวจโดยใช้แบบสอบถามวัดระดับพหุพลัง

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุไทยในการส่งเสริมภาวะพหุพลังผู้วิจัยได้ใช้วิธีเชิงคุณภาพ ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึกโดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม และการสอบถามความคิดเห็นการจัดกิจกรรมการส่งเสริมพหุพลังจากผู้ให้ข้อมูลหลักของชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ เพื่อนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนารูปแบบต่อไป

ขั้นตอนที่ 3 การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย การดำเนินการวิจัยผู้วิจัยแบ่งขั้นตอนออกเป็น 2 ขั้นตอน คือขั้นตอนการสร้างรูปแบบ และขั้นตอนการทดลองใช้และปรับปรุงรูปแบบ มีรายละเอียดดังนี้

ขั้นตอนที่ 3.1 การสร้างพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยผู้วิจัยได้พัฒนา (PLS Model) ที่มาจากการวิเคราะห์ผลการศึกษาระดับพหุพลังและผลการศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ รวมทั้งข้อแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญมาสร้างรูปแบบขึ้น จากนั้นนำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบคุณภาพความสอดคล้องและความเหมาะสมของรูปแบบ

ขั้นตอนที่ 3.2 การทดลองใช้รูปแบบและปรับปรุง จากการนำรูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ ที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 30 ท่าน โดยดำเนินการกิจกรรมตามแผน เนื้อหากิจกรรมและวิธีการหลากหลาย ซึ่งได้ทำการทดสอบก่อนและหลังการอบรม โดยใช้การประเมินวัดระดับภาวะพหุพลังผู้สูงอายุ และการสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบหลังการทดลอง เพื่อสะท้อนความคิดเห็นแผนการจัดกิจกรรมและเนื้อหากิจกรรมที่ผู้สูงอายุได้รับจากการอบรมทดลองใช้รูปแบบดังกล่าว และ

ผู้วิจัยได้นำผลการประเมินข้างต้นหลังทดลองใช้รูปแบบมาปรับปรุงรูปแบบและจัดทำข้อเสนอแนะตามประเด็นสำคัญเพื่อปรับปรุงรูปแบบต่อไป

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาระดับพหุพลังของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน พบว่าจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sample) กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 410 คน ในปี พ.ศ. 2558 ในภาพรวมของข้อมูลส่วนบุคคล ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีเพศหญิงมากกว่าเพศชาย มีจำนวนใกล้เคียงกันในอายุระหว่าง 66-70 ปี ร้อยละ 25.6 อายุระหว่าง 71-75 ปี ร้อยละ 17.6 ในส่วนสถานภาพสมรสยังสมรส(คู่) ร้อยละ 71.0 มีระดับการจบการศึกษาประถมศึกษา ร้อยละ 52.2 รองลงมาระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 27.6 และมีการประกอบอาชีพอื่น ๆ คือเกษตรกรกรรม ร้อยละ 55.9 รองลงมาประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 24.4 และในส่วนการวิเคราะห์จำแนกภาวะพหุพลังในสามด้านตามกรอบแนวทางองค์รอนามย์โลก พบว่า ผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่มีระดับภาวะพหุพลังอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.54 ในส่วนรายละเอียดแต่ละด้าน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาวะพหุพลังด้านสุขภาพในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.81) ในส่วนระดับภาวะพหุพลังด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออมนั้นมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.39 กับ 3.42 ตามลำดับ

2. ผลการการศึกษาแนวทางวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) พบว่า โดยภาพรวมประเด็นสำคัญดังนี้ขั้นตอนที่สำคัญในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยต้นแบบ ประกอบด้วย ขั้นตอนแรก การตระหนักและวางแผนการ (Preparating) เป็นการที่ผู้สูงอายุร่วมกันคิด การตระหนักในความสำคัญของกิจกรรมร่วมกัน ขั้นตอนที่สอง การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง (Learning Person) เป็นขั้นตอนต่อมาให้ผู้สูงอายุได้เปิดใจเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน และร่วมเรียนรู้พึ่งพาตนเองได้ เป็นการเปิดโอกาสให้ทุกคนได้เรียนรู้ลองผิดลองถูกในกิจกรรม และขั้นตอนสุดท้าย การลงมือทำซ้ำในกิจกรรมชมรม (Social Behavior) เป็นขั้นตอนในท้ายสุดที่ให้ผู้สูงอายุลงมือทำกิจกรรมซ้ำและต่อเนื่อง ไม่ล้มเลิก เป็นขั้นที่ปรับปรุงพฤติกรรมให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาตนเองจากขั้นตอนการส่งเสริมทั้งสามขั้นตอน และนำไปปฏิบัติต่อบ้านอีกด้วย โดยมีกิจกรรมที่โดดเด่น ได้แก่ กิจกรรมออกกำลังกายประยุกต์ท่าทางการรำของท้องถิ่น กิจกรรมฝึกจิตใจด้วยสมาธิ กิจกรรมกีฬาสามัคคี กิจกรรมร่วมใจพหุวัย กิจกรรมความรู้พืชสมุนไพรท้องถิ่น กิจกรรมความรู้สิทธิ์ศักดิ์ศรีผู้สูงวัย กิจกรรมการออมและเสริมรายได้ เป็นต้น โดยปัจจัยหรือเงื่อนไขภายนอกที่ส่งเสริมการดำเนินกิจกรรมให้ประสบความสำเร็จ ได้แก่ 1.ภาคีเครือข่าย ถือเป็นส่วนที่สำคัญในการสนับสนุนและสร้างความร่วมมือให้ชุมชนได้มาร่วมกิจกรรมกับชมรม รวมทั้งสนับสนุนทรัพยากรทั้ง งบประมาณเพิ่มเติม วัสดุอุปกรณ์ องค์ความรู้และเจ้าหน้าที่บุคลากรวิชาชีพ

ต่าง ๆ 2.การจัดการและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ในส่วนการนำแนวทางและการจัดการมาปรับปรุงทั้งในส่วนภายในชมรมผู้สูงอายุและสถานที่ภายนอกชมรมที่อำนวยความสะดวกและความปลอดภัยให้กับผู้สูงอายุ อย่างเช่น การมีทางลาด ราวจับทางเดินและภายในห้องน้ำ ห้องอเนกประสงค์ที่มีอุปกรณ์ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ป้ายสัญลักษณ์บอกการใช้งานห้อง หรือสถานที่ เป็นต้น 3.แกนนำ บทบาทของแกนนำถือว่าเป็นผู้นำและกระตุ้นให้ผู้สูงอายุลงมือกระทำสิ่งต่าง ๆ โดยแกนนำเป็นผู้ที่มีลักษณะเสียสละ กระตือรือร้น มีความรับผิดชอบและพร้อมกับการเปิดรับการเรียนรู้ในสิ่งใหม่อยู่ตลอดเวลา และ 4.แหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น ในส่วนนี้ถือเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่มีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ ทุกชมรมล้วนมีแหล่งเรียนรู้ชุมชนที่มีความใกล้ชิดและเป็นสถานที่ถ่ายทอดความรู้ การเรียนรู้ทางภูมิปัญญาที่แตกต่างกันออกไปตามบริบทท้องถิ่น ซึ่งผู้สูงอายุได้มีการแลกเปลี่ยนระหว่างกันถือเป็นส่วนที่ส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุอย่างดี

3. ผลการพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย พบว่า จากผลการศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยและจากผลการศึกษาวิถีปฏิบัติที่เป็นเลิศนั้น ผู้วิจัยได้ออกแบบรูปแบบที่พัฒนาขึ้นจากการศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในส่วนใหญ่ที่อยู่ในระดับปานกลางและในด้านสุขภาพเป็นด้านที่ผู้สูงอายุมีระดับพหุพลังมากที่สุด แต่เป็นด้านที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญมากที่สุด จากการสัมภาษณ์เชิงลึกในการลงพื้นที่ชมรมต้นแบบ โดยกิจกรรมที่ส่งเสริมมุ่งพัฒนาศักยภาพด้านการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจค่อนข้างมาก รวมทั้งประยุกต์กิจกรรมการส่งเสริมด้านสุขภาพตามบริบทในท้องถิ่นนั้น ๆ เป็นสำคัญ โดยผลพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย แบ่งเป็น 3 ส่วน คือ ในส่วนแรกผลการพัฒนาารูปแบบผู้วิจัยได้พัฒนาารูปแบบเรียกว่า PLS Model (ซึ่งมาจาก Preparing - Learning Person - Social Behavior Model) โดยรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนี้ ประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญดังนี้ 1. หลักการและเหตุผล 2. วัตถุประสงค์ 3. การดำเนินกิจกรรมและกิจกรรมสำคัญโดยผู้วิจัยออกแบบกิจกรรมเป็นเวลา 128 ชม. (8 สัปดาห์) มีกิจกรรมสำคัญ 20 กิจกรรม ซึ่งแบ่งกลุ่มการจัดกิจกรรมส่งเสริมในสามด้าน คือด้านกิจกรรมเพื่อสุขภาพที่ดี ด้านกิจกรรมเพื่อการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านกิจกรรมเพื่อความมั่นคงในชีวิตและการออมแก่ผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมการออกกำลังกายประยุกต์ท่าทางรำท้องถิ่น กิจกรรมฝึกจิตใจด้วยสมาธิ กิจกรรมกีฬาสามัคคี กิจกรรมร่วมใจพหุวัย กิจกรรมความรู้พืชสมุนไพรท้องถิ่น กิจกรรมความรู้สิทธิศักดิ์ศรีผู้สูงวัยกิจกรรมท่องเที่ยวชุมชนกิจกรรมการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น เป็นต้น 4. เงื่อนไขการจัดรูปแบบ โดยข้อกำหนดที่จะส่งเสริมให้รูปแบบประสบความสำเร็จและมีประสิทธิภาพ เงื่อนไขปัจจัยภายนอกได้แก่ ด้านภาคีเครือข่าย ด้านแกนนำด้านการจัดการออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ด้านแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น และเงื่อนไขภายในปัจจัยในด้านผู้สูงอายุ 5. การติดตามและการประเมินผล ซึ่งผลการพัฒนาารูปแบบดังกล่าวในการ

ตรวจสอบค่าความสอดคล้องและความเหมาะสมของรูปแบบโดยผู้ทรงคุณวุฒิในแต่ละองค์ประกอบมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.50-1.00

ในส่วนที่สอง ผลการทดลองใช้รูปแบบกับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นกลุ่มทดลองเป็นผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าช้างจำนวน 30 คน ที่สมัครใจเข้าร่วมทดลองรูปแบบ พบว่า จากการประเมินวัดระดับภาวะพลัดพลังมีค่าเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองรูปแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ค่าเฉลี่ยก่อนทดลองเท่ากับ 3.55 ค่าเฉลี่ยหลังทดลองเท่ากับ 3.94) โดยผลการสัมภาษณ์ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบนั้นกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า จากสภาพร่างกายที่เปลี่ยนแปลง มีความอ่อนแอตามวัย การทำอะไรช้าลงในวัยนี้และการมีโรคเรื้อรังเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุกังวล ตระหนักและให้ความสำคัญอย่างมาก ผู้สูงอายุต้องการการส่งเสริมในด้านการทำกิจกรรมที่สร้างเสริมด้านสุขภาพให้แข็งแรงโดยสามารถพึ่งพาตนเองได้ การให้ความรู้เรื่องอาหารหรือสมุนไพรท้องถิ่น และการดูแลตนเองในชีวิตประจำวัน รวมทั้งมุ่งกิจกรรมที่สอดแทรกความบันเทิงสนุกสนานให้ผู้สูงอายุได้ผ่อนคลาย มีความสุขเมื่อได้มาร่วมกิจกรรมชมรม ในด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า การได้เข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนที่สร้างความสัมพันธ์ของคนหลายวัย (ลักษณะพหุวัย) ทั้งในสำนักงานประเพณีท้องถิ่น การร่วมงานกิจกรรมของชุมชนที่เน้นเสริมงานทางภูมิปัญญา การเป็นจิตอาสาที่ได้ร่วมกันช่วยเหลือชุมชนโดยลงพื้นที่ทั้งส่วนโรงพยาบาลอนามัยและวัดในชุมชนด้วย ซึ่งการได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมอยู่ตลอดนั้นทำให้ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจและรู้สึกถึงคุณค่าที่ตนสามารถทำงานเพื่อชุมชนได้ดี ในท้ายที่สุดด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าปัญหาในเรื่องรายได้ที่ไม่มากพอ การมีรายจ่ายค่อนข้างมากซึ่งส่วนใหญ่จะกังวลในเรื่องค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ โรคเรื้อรัง ในการส่งเสริมกิจกรรมเสริมรายได้ของชมรม และกิจกรรมให้ความรู้เรื่องการปลูกพืชสวนครัว การฝึกทำงานประดิษฐ์ที่ผู้สูงอายุได้ลงมือทำกิจกรรม การได้นำความรู้ไปฝึกปฏิบัติต่อบ้านได้ด้วย เช่น การทำหมอน งานกระเป๋าจากกระดาษ งานเหรียญโปรยทาน เป็นต้น ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่เน้นกิจกรรมที่มีรายได้เสริม และกิจกรรมการมีความรู้ในการดูแลตนเองได้ที่สามารถประหยัดค่าใช้จ่ายในเรื่องการรักษาสุขภาพตนเอง รวมทั้งกิจกรรมที่นำเอาความรู้การปรับปรุงสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุไปปรับใช้กับที่อยู่อาศัยของตนเอง ผู้สูงอายุกลุ่มทดลองส่วนใหญ่เห็นว่ากิจกรรมที่ออกแบบในรูปแบบที่พัฒนาขึ้นสามารถส่งเสริมและพัฒนาให้ผู้สูงอายุได้มีความรู้ เพิ่มทักษะการฝึกฝนตนเอง การร่วมกิจกรรมกับชุมชน และการเรียนรู้ทั้งตนเองนำความรู้ไปปรับใช้ที่บ้านของตน นอกเหนือจากการได้ทดลองปฏิบัติในชมรมผู้สูงอายุด้วย

และในส่วนการปรับปรุงรูปแบบ หลังจากผู้วิจัยได้ทดลองรูปแบบที่ได้พัฒนาขึ้น (PLS Model) ผู้วิจัยได้นำข้อเสนอแนะจากอาจารย์ที่ปรึกษา ผู้เชี่ยวชาญและข้อสรุปความคิดเห็นจากกลุ่มทดลองทำให้ผู้วิจัยได้ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะให้มีความเหมาะสม ได้แก่รายละเอียดของหลักการ

และเหตุผล ผู้วิจัยได้ปรับปรุงการใช้คำ การให้ความหมายในบางประโยคให้ชัดเจนถูกต้องและปรับกรอบการแสดงรูปแบบที่พัฒนาขึ้น (PLS) ให้มีการเชื่อมโยงและการแสดงความสัมพันธ์ชัดเจนครอบคลุมยิ่งขึ้น รวมทั้งในเรื่องความหลากหลายของเนื้อหากิจกรรมและระยะเวลาที่ใช้แต่ละกิจกรรมให้เหมาะสมกับความต้องการของผู้สูงอายุ รวมทั้งการติดตามสอบถามเมื่อนำกิจกรรมไปปรับใช้ที่บ้านของผู้สูงอายุเพิ่มเติม

อภิปรายผล

การพัฒนาแบบการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย มีประเด็นสำคัญที่นำมาอภิปรายผลการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ผลการศึกษาระดับภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบันศึกษาในช่วงปี พ.ศ. 2558 พบว่า ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่มีภาวะพลัดพลังอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีระดับภาวะพลัดพลังในด้านสุขภาพดีที่สุด รองลงมาคือด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม ในผลการศึกษาในช่วง พ.ศ.2545 และพ.ศ.2550 รวมทั้งในการศึกษาในช่วงพ.ศ.2554 สอดคล้องกับการศึกษากุศล สุนทรธาดาและ กมลชนก ขำสุวรรณ (2553) และสุภจักษ์ แสงประจักษ์สกุล (2558) ที่พบว่าระดับและแนวโน้มความมีพลัดพลังของผู้สูงอายุไทยที่ได้ศึกษาในช่วงดังกล่าวส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีภาวะพลัดพลังด้านสุขภาพดีที่สุด ซึ่งจากการศึกษาย้อนหลังกลับไปผลการศึกษาในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาระดับภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง และในด้านสุขภาพเป็นด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าด้านอื่น สะท้อนการวางแผนในระดับนโยบายของภาครัฐที่มีการกำหนดการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุไทยตามเป้าหมายขององค์การอนามัยโลก ที่มุ่งเป็นผู้สูงอายุที่มีพลัดพลังเป็นเป้าหมายของผู้สูงอายุทั่วโลกในอนาคตร่วมกัน โดยกรอบการพัฒนาของไทยจากแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) นั้นมุ่งให้ความสำคัญและส่งเสริมผู้สูงอายุให้ได้รับข้อมูลข่าวสารและการเน้นสุขภาพที่ดี รวมทั้งในระดับการทำงานในภาคส่วนต่าง ๆ และชมรมผู้สูงอายุที่มุ่งสนใจในปัญหาสุขภาพ ความต้องการจากผู้สูงอายุ ดังนั้นด้านสุขภาพให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีนั้นจึงเป็นด้านที่มีการส่งเสริมและสนับสนุนมาเป็นระยะเวลานาน อย่างไรก็ตามในระดับพลัดพลังผู้สูงอายุในด้านสุขภาพดีที่สุดนั้น ถือเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่ให้ความสำคัญอย่างยิ่งและมุ่งพัฒนาให้ด้านสุขภาพดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในการส่งเสริมด้านสุขภาพเป็นการตอบสนองความต้องการและปัญหาที่เกิดขึ้นของผู้สูงอายุตามสภาพวัย กล่าวคือ การสร้างเสริมสุขภาพมีความจำเป็นต่อวัยผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นวัยที่อวัยวะทุกส่วนของร่างกายมีความเสื่อมสภาพอย่างชัดเจน ความชรานั้นเป็นสภาวะการที่มีอายุสูงขึ้น ความอ่อนแอของร่างกายและจิตใจ ตลอดจนการมีความเจ็บป่วย และมีแนวโน้มการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังหลายโรค ได้แก่ โรคความดันโลหิต โรคเบาหวาน โรคหัวใจและอัมพาต (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2556) สอดคล้องกับการศึกษาขนิษฐา

นันทบุตร และคณะ (2555) โดยด้านสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุแม้ว่าจะเป็นด้านที่ดีที่สุด แต่ก็ก็เป็นด้านที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญและต้องการการส่งเสริมและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งเน้นการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุที่จะสร้างเสริมและป้องกันสุขภาพ โดยผ่านกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่หลากหลาย และสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองได้มากกว่าการต้องรักษาสุขภาพในระยะยาวอีกด้วย

2. ผลการศึกษาแนวทางวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุต้นแบบเป็นการศึกษาแบบเทศะกรณีพบว่า ขั้นตอนสำคัญในการส่งเสริมการจัดกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีศักยภาพและพฤติกรรมที่ดีขึ้น ได้แก่ ขั้นตอนการตระหนักและวางแผน (Preparing) เป็นขั้นตอนที่ผู้สูงอายุมีการตระหนักในความสำคัญและความต้องการในกิจกรรมและร่วมกันคิด วางแผนงานเป็นขั้นเป็นตอนร่วมกัน สรุปจุดเด่นจุดด้อย ปัญหาหรืออุปสรรค และประโยชน์ที่สมาชิกผู้สูงอายุจะได้รับจากกิจกรรมนั้น ๆ ของชมรมผู้สูงอายุ ขั้นตอนการเรียนรู้พึ่งพาตนเอง (Learning Person) ขั้นต่อมาที่ผู้สูงอายุเรียนรู้ด้วยตนเองในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้คิดสร้างสรรค์ขึ้นร่วมกัน และได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ฝึกพึ่งพาตนเองและการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้นจะทำให้ผู้สูงอายุมีความกระตือรือร้น พร้อมจะเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา และขั้นตอนการลงมือทำซ้ำ (Social Behavior) เป็นขั้นสุดท้ายที่ส่งเสริมการจัดกิจกรรมชมรม สำหรับการลงมือทำในกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและทำซ้ำ โดยหลังจบกิจกรรมเมื่อกลับไปบ้านผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมด้วยตนเองสม่ำเสมอ ซึ่งผลวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศของชมรมผู้สูงอายุที่มีขั้นตอนสำคัญดังกล่าวนี้ โดยเป็นการพัฒนาพฤติกรรมผู้สูงอายุให้มีการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา อย่างเป็นขั้นเป็นตอนในสามขั้นตอนสำคัญนั้นสอดคล้องกับการศึกษาสุทธิชัย จิตะพันธ์กุล และคณะ (2545) และ อุษา โพนทอง (2557) พบว่า ในลักษณะทางพฤติกรรมพัฒนาภาวะพฤติกรรมต้องการพัฒนาส่งเสริมใน 4 ด้านได้แก่ ด้านตระหนักและรับที่จะทำ ด้านพึ่งพาตนเอง ด้านทุกคนและทำเพื่อทุกคน และด้านทำอย่างต่อเนื่อง และสำหรับกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุที่จะประสบความสำเร็จสมาชิกต้องทำกิจกรรมต่อเนื่อง ได้แก่ กิจกรรมในด้านสุขภาพ การออกกำลังกายประจำวัน การดูแลตัวเองในเรื่องอาหาร อนามัยประจำวัน การฝึกสมาธิ การทำจิตใจและอารมณ์เบิกบาน การตรวจสุขภาพ และการลงแข่งกีฬาที่ถนัด การได้อบรมให้ความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพ โภชนาการและอื่น ๆ ในด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม อย่างการเป็นอาสาสมัครชุมชนต่าง ๆ และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออมนั้นกิจกรรมจะเป็นเรื่องการอบรมให้ความรู้การออมรายเดือนและการอบรมฝึกอาชีพเสริม โดยเงื่อนไขในการสนับสนุนการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุให้ประสบผลสำเร็จ ประกอบด้วย ปัจจัยภายนอก ได้แก่ การร่วมมือของเครือข่ายภาคีศักยภาพแกนนำ การจัดและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่นหลากหลาย รวมทั้งปัจจัยภายในของด้านผู้สูงอายุ

3. ผลการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย : PLS Model ในส่วนแรก ผลการพัฒนารูปแบบที่พัฒนาขึ้นที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นนั้นมีความแตกต่างจากรูปแบบการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุอื่น ๆ โดยมุ่งเน้นเป้าหมายและกิจกรรมการส่งเสริมภาวะพหุพลังที่สะท้อนถึงลักษณะการพัฒนาผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุแบบบูรณาการที่เชื่อมโยงการพัฒนาในทุกด้านตามกรอบแนวทางขององค์การอนามัยโลก ซึ่งมีเป้าหมายให้ผู้สูงอายุมีพหุพลัง (Active Aging) ในสามด้านสำคัญ ได้แก่ ด้านการมีสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม รวมทั้งเงื่อนไขการส่งเสริมที่มีปัจจัยทั้งภายในและภายนอกตามบริบทสังคมและวัฒนธรรม โดยรูปแบบที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น (PLS Model) เป็นการพัฒนารูปแบบในลักษณะรูปแบบเชิงเหตุผล (Causal Model) ตามแนวคิดของ Keeves (1988: 561-565) ซึ่งผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดพฤติกรรมภาวะพหุพลังในสามด้านสำคัญ ในการจัดกิจกรรมจึงเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้แนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Andragogy) ตามแนวทางของ Malcolm Knowles (1984) ซึ่งพื้นฐานจากแนวทางการเรียนรู้ที่ตีนั้น ผู้ใหญ่สามารถเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต มนุษย์เรียนรู้อยู่ตลอดเวลาตั้งแต่เกิดจนตาย ดังนั้นการเรียนรู้ของมนุษย์จึงเกิดขึ้นอย่างตลอดเวลาและต่อเนื่อง โดยในการเรียนรู้้นั้นมาจากความต้องการ ปัญหาและการพัฒนาตนเอง เพื่อให้กิจกรรมนั้นตอบสนองตรงกับความต้องการ สามารถนำไปใช้ประโยชน์ และนำไปใช้แก้ปัญหาได้จริง Knowles (1984) และ อมรรกรณ์ หนีปาน (2552) ได้กล่าวว่าในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยจึงเป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามสภาพที่เป็นจริง ซึ่งเป็นการให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกันคิด ปัญหาที่ต้องการแก้ไข ได้ทดลองและฝึกฝนแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นโดยการจัดกิจกรรมที่ผู้สอน (วิทยากรอบรม) มีบทบาทเพียงผู้อำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ (Learning Facilitator) หรือเป็นเพียงผู้ร่วมกิจกรรม (Member) นั่นคือเป็นผู้ช่วยให้ผู้ใหญ่ เกิดการเรียนรู้ในกระบวนการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ รวมทั้งทักษะ พฤติกรรม ค่านิยมและทัศนคติด้วย ดังนั้นแนวคิด Andragogy จึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ในการช่วยให้ผู้ใหญ่เรียนรู้ (อาชัญญา รัตนอุบล, 2551) และนำแนวคิดในเรื่องการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) ที่เป็นแนวทางการเน้นให้ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักในศักยภาพที่ตนมี และดึงศักยภาพนั้นออกมาใช้อย่างเต็มที่และเต็มใจ เพื่อปรับปรุงพัฒนาวิถีชีวิตวิธีการทำงานรวมกลุ่มให้บรรลุผลสำเร็จ ซึ่งผลสำเร็จที่เกิดขึ้นนี้จะมีความต่อเนื่องและยั่งยืน เป็นแนวทางที่มุ่งสร้างพลังในทุกมิติของชีวิต ทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคมอย่างเป็นองค์รวม โดยแนวคิดที่ได้กล่าวมาข้างต้นล้วนเป็นแนวทางที่มุ่งการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ ผู้ที่ต้องการเรียนรู้ มีประสบการณ์ และนำเอาความรู้นั้นไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันของตนเองได้ ในส่วนองค์ประกอบของรูปแบบ PLS Model ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ ดังนี้ 1.หลักการและเหตุผล 2.วัตถุประสงค์ 3.ขั้นตอนการจัดกิจกรรมและกิจกรรมสำคัญ 4.เงื่อนไขการนำรูปแบบไปใช้ และ 5.การประเมินผล ผู้วิจัยได้พัฒนาขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมภาวะพหุพลังโดยการวางแผนงาน

ความสำคัญจึงอยู่ที่การเลือกเนื้อหาทางวิชาการที่เหมาะสมและการจัดให้มีความต่อเนื่องการเรียงลำดับและการผสมผสานความหลากหลายของเนื้อหา ตามแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเชิงสถาบันของ Boyle (1981) มาเป็นกรอบแนวคิดและดำเนินการพัฒนาตามขั้นตอนของการพัฒนาโปรแกรมซึ่งแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมนี้ริเริ่มด้วยการวิเคราะห์ความต้องการและมีวัตถุประสงค์ของการพัฒนาโปรแกรมเพื่อต้องการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวบุคคลและพัฒนาความสามารถของปัจเจกบุคคลจากแนวคิดนี้ผู้วิจัยจึงได้นำผลการศึกษาระดับภาวะพหุผลของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยที่สะท้อนปัญหาในด้านสุขภาพที่แม้ว่าจะจะเป็นด้านที่มีพหุผลสูง แต่ผู้สูงอายุกลับให้ความสำคัญต่อการสร้างเสริมสุขภาพอย่างมาก และความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองในองค์กรรวม การร่วมทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มสมาชิกผู้สูงอายุมาเป็นข้อมูลในการพัฒนาเป็นโปรแกรมซึ่งสอดคล้องกับการศึกษานี้ที่ได้นำแนวคิดการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนของ Boyle (1981) สอดคล้องกับการศึกษา อุษา โพนทอง (2554) ที่พบว่า เนื้อหาในการกำหนดเป็นกรอบเนื้อหาความรู้ควรจัดกิจกรรมคนวัยใกล้เกษียณที่สนใจตามขั้นตอนมาใช้ในการพัฒนาโปรแกรมเช่นกันและจะเห็นได้ว่าการดำเนินการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานี้ได้ดำเนินการอย่างเป็นขั้นตอนโดยมีการนำผลจากการศึกษาความต้องการ ปัญหาในแต่ละด้านทั้งด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมและด้านความมั่นคงในชีวิตที่เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองสภาพในการทำกิจกรรมในองค์กรรวมของชมรมผู้สูงอายุจากการศึกษาวิธีการปฏิบัติที่เป็นเลิศรวมถึงได้มีการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาใช้เป็นข้อมูลและกรอบในการพัฒนาโปรแกรมรวมทั้งได้นำแนวทางการคุณลักษณะของการเป็นผู้สูงอายุที่มีพหุผลตามกรอบองค์การอนามัยโลก (WHO, 2002) ที่มีลักษณะสำคัญมาใช้โดยขั้นตอนในการพัฒนา ประกอบด้วย 1.การตระหนักและวางแผน 2.การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง และ 3. การลงมือทำซ้ำ โดยเป็นลักษณะขั้นตอนเพื่อเป็นผู้มีพหุผลที่พึงประสงค์ในอนาคต ซึ่งนำแนวทางและแนวคิดดังกล่าวมากำหนดกรอบเนื้อหาในเชิงวิชาการซึ่งเนื้อหาสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kattika Thanakwang (2006) และอุษา โพนทอง (2554) ที่พบว่า การจัดกิจกรรมตามขั้นตอนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณลักษณะพหุผลในด้านสำคัญได้แก่ ตระหนักและรับทำพึ่งพาตนเอง ทุกคนทำและทำเพื่อทุกคน และทำอย่างต่อเนื่อง อันจะนำไปสู่การมีภาวะพหุผลทั้งในสามด้าน โดยผู้วิจัยได้นำแนวคิดข้างต้นมาบูรณาการความรู้และเนื้อหาในรูปแบบ และปรับการดำเนินการให้สอดคล้องกับบริบทชมรมผู้สูงอายุ ในส่วนผลการพัฒนารูปแบบดังกล่าวในการตรวจสอบค่าความสอดคล้องและความเหมาะสมของรูปแบบโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ในแต่ละองค์ประกอบมีค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.50-1.00 สามารถนำไปใช้ได้

ในส่วนที่สอง ผลการทดลองใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้น สำหรับผลการประเมินการทดลองก่อนและหลังการอบรม พบว่า ผลการประเมินระดับพหุผลของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยหลังอบรมสูงกว่าก่อนการทดลองรูปแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และผลการสัมภาษณ์สอบถาม

ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบหลังการทดลอง พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มทดลองความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบมีความเหมาะสม เนื้อหากิจกรรมมีความหลากหลาย มีขั้นตอนให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วม แลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน กิจกรรมร่วมกันหลากหลายวัยและลงมือทำด้วยตนเองที่บ้าน รวมทั้งมีการส่งเสริมและพัฒนาให้ผู้สูงอายุที่ได้อบรมมีการปรับพฤติกรรมที่จะสามารถนำไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพตามแนวทางผู้สูงอายุพลัดพรกัที่เป็นเป้าหมายได้

จากผลการทดลองรูปแบบสะท้อนว่าการพัฒนารูปแบบ (PLS Model) ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนั้นสามารถช่วยพัฒนาภาวะพลัดพรกัสามด้านสำคัญให้ผู้สูงอายุได้ โดยขั้นตอนการจัดกิจกรรมการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุไปสู่การปรับเปลี่ยนการมีพลัดพรกั กล่าวคือ ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุไทยเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่มาจากกรรวมตัวกัน สร้างและดำเนินกิจกรรมโดยผู้สูงอายุนั้นเป็นสิ่งที่ชมรมผู้สูงอายุใกล้ชิดและมีความสัมพันธ์อันดีในการส่งเสริมและพัฒนา

และจากผลการศึกษากลุ่มทดลองได้เข้าร่วมอบรมรูปแบบที่พัฒนา จำนวน 2 วันต่อสัปดาห์ เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ รวมเวลาทั้งสิ้น 128 ชั่วโมง สอดคล้องกับ Martin (1990) และ Sisco (1991) กล่าวว่าการเรียนรู้เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ยั่งยืนและถาวร ควรต้องใช้เวลาการจัดกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันทั้งสิ้นไม่ต่ำกว่า 100 ชั่วโมง และช่วงระยะเวลาในการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมโดยคำนึงถึงความสะดวกของผู้เรียนเป็นหลัก

ซึ่งการดำเนินการขั้นตอนการจัดกิจกรรมส่งเสริมพลัดพรกัของรูปแบบที่พัฒนาขึ้นสามารถฝึกให้ผู้สูงอายุที่ร่วมอบรมพัฒนาเป็นผู้สูงอายุที่มีพลัดพรกัสามด้าน ดังรายละเอียดขั้นตอนต่อไปนี้

1. ขั้นตอนการตระหนักและวางแผน (Preparating) จากผลการทดลองพบว่า เป็นขั้นตอนที่ให้ผู้สอน (วิทยากร) ปรับบทบาทจากการสอนและการบรรยายให้ความรู้อย่างเดียวมาเป็นผู้คอยให้คำแนะนำ จัดหาสื่ออุปกรณ์เสริมที่หลากหลาย และมุ่งกระตุ้นการตระหนักให้ผู้เข้าอบรมได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์กัน สอดคล้องกับแนวคิด Weil and McGill (1989) พบว่า การมีความตระหนักในการชี้นำตนเองและก้าวหน้าของคนมีผลต่อความสำเร็จในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านประสบการณ์ซึ่งสอดคล้องกับ Rogers (1993) กล่าวว่า การเรียนรู้ที่เป็นการริเริ่มจากตนเอง จะเป็นการเรียนรู้ที่ส่งผลให้ตัวผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริง และสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์มากที่สุดโดยการมุ่งให้ผู้สูงอายุเกิดการตระหนักและเห็นความสำคัญในเนื้อหากิจกรรม และร่วมวางแผนในการจัดกิจกรรม ร่วมมือกันคิด การแบ่งกลุ่มงานและร่วมนำเสนอความคิดในกิจกรรม ได้แก่ การร่วมวางแผนนำทำร้ำต้องถินมาประยุกต์ใช้กิจกรรมออกกำลังกายประจำวัน การวางแผนออมเงินรายเดือน ปรับปรุงที่พักอาศัยจากการร่วมวางแผนให้เหมาะสมกับตนเองได้ ดังนั้นการดำเนินการจัดกิจกรรมด้วยการให้ผู้สูงอายุตระหนักและวางแผนด้วยตนเองจึงเป็นขั้นตอนจะส่งเสริมให้ผู้เข้าอบรมเกิดภาวะพลัดพรกัได้ดี

2. ขั้นตอนการเรียนรู้พึ่งพาตนเอง (Learning Person) ผลการทดลองพบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมอบรมได้เกิดลักษณะการเปลี่ยนแปลงให้มีพลังและศักยภาพในการทำกิจกรรมชมรมหลังเข้าร่วมกิจกรรมทดลอง กล่าวคือ ในขั้นตอนการส่งเสริมการเรียนรู้พึ่งพาตนเอง เป็นขั้นที่ให้ผู้สูงอายุได้เกิดการเรียนรู้ในสิ่งใหม่ และสามารถนำประสบการณ์ที่มีนำมาปรับใช้กับการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ได้ รวมทั้งได้เรียนรู้ร่วมกับคนวัยอื่นที่ต่างประสบการณ์กันมาร่วมทำกิจกรรม เช่น กิจกรรมกีฬาสันทนาการ กิจกรรมร่วมเสริมทักษะอาชีพ โดยเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ของต่างวัยมาร่วมกันทำกิจกรรม ซึ่งผู้สูงอายุได้ฝึกขั้นตอนการเรียนรู้จนสามารถเกิดลักษณะภาวะพลัดหลังจากการเรียนรู้พึ่งพาตนเอง โดยหลังการอบรมผู้สูงอายุสามารถนำความรู้ ประสบการณ์ที่ได้ร่วมเรียนรู้กับวัยอื่นไปลงมือปฏิบัติได้ด้วยตนเอง ในการเรียนรู้ด้วยตนเองจึงเป็นขั้นตอนสำคัญ จากการได้เรียนรู้และร่วมแลกเปลี่ยนกับบุคคลอื่น ๆ สอดคล้องกับ Sutherland (1997) ได้มองว่าการเรียนรู้ด้วยการทำด้วยตนเองจากประสบการณ์ของผู้ใหญ่เป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องและส่งผลแก่ผู้เรียนเองมีการเปลี่ยนแปลง และสำนักงานการศึกษานอกโรงเรียน (2555) การร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของคนต่างประสบการณ์นั้นสามารถทำให้เกิดมุมมองใหม่และส่งผลทางพฤติกรรมบุคคล

3. ขั้นตอนการลงมือทำซ้ำ (Social Behavior) ผลจากการทดลองพบว่า ผู้สูงอายุหลังเข้าร่วมกิจกรรมได้มีการพัฒนาทักษะพลัด กล่าวคือ ผู้สูงอายุได้ลงมือทำกิจกรรมด้วยตนเองในทุกกลุ่มกิจกรรมที่ส่งเสริมทั้งด้านสุขภาพ กิจกรรมด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมและกิจกรรมด้านความมั่นคงและการออม โดยหลังจากอบรมผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพตนเองต่อที่บ้าน สนใจในการไปตรวจสุขภาพ การเพิ่มการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง และอย่างไรในด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม ผู้สูงอายุสนใจงานอาสาชุมชนตามกำลังและความถนัดตนเอง และการนำความรู้ที่ได้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การฝึกฝนทำงานเสริมทักษะต่าง ๆ มาฝึกปฏิบัติต่อที่บ้านกับครอบครัว ในด้านความมั่นคงและการออมผู้สูงอายุได้ทำบันทึกการใช้จ่ายได้เองต่อที่บ้าน ทั้งนี้ในการส่งเสริมแต่ละขั้นตอนจากขั้นแรกมาจนถึงขั้นการลงมือทำซ้ำล้วนเป็นขั้นตอนการส่งเสริมที่เป็นขั้นเป็นตอน โดยขั้นการลงมือทำซ้ำตัวผู้สูงอายุเองต้องอยากทำและประสบการณ์การเรียนรู้ของผู้สูงอายุแต่ละคนจะส่งเสริมการปฏิบัติกิจกรรมให้มีความต่อเนื่องและทำอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับอาชัญญา รัตนอุบล และคณะ (2554) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ได้สัมผัสด้วยตนเอง และได้มีโอกาสฝึกทำซ้ำ ๆ จนเกิดเป็นทักษะและความชำนาญของตนเอง ดังนั้นขั้นตอนการลงมือทำซ้ำอย่างสม่ำเสมอส่งผลให้กลุ่มทดลองที่เข้าอบรมมีลักษณะพลัดพลังได้

และจากผลการสัมภาษณ์กลุ่มทดลองหลังการอบรมพบว่า ส่วนใหญ่มีความเห็นว่าขั้นตอนการพัฒนาศักยภาพตั้งแต่การเริ่มให้เห็นความสำคัญของการตระหนักและวางแผนการจัดกิจกรรม ร่วมกันการเรียนรู้พึ่งพาตนเอง และการลงมือทำซ้ำ ถือว่าเป็นเรื่อง que ผู้สูงอายุได้ประโยชน์จากการทำตามขั้นตอนดังกล่าว ผู้สูงอายุสามารถนำขั้นตอนที่ได้ฝึกปฏิบัติมาปรับใช้ต่อที่บ้าน มีความรู้ใหม่ ๆ ที่

เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตประจำวันเพิ่มขึ้น และขั้นตอนในการส่งเสริมในระยยะยาวผู้สูงอายุสามารถปรับเปลี่ยนตัวเองให้มีศักยภาพทั้งด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วมทางสังคมและความมั่นคงได้ด้วยตนเอง จากที่กล่าวรายละเอียดขั้นตอนการส่งเสริมข้างต้น กล่าวได้ว่าผู้สูงอายุที่เข้าร่วมอบรมในการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังขมรมผู้สูงอายุไทย ได้ดำเนินการแต่ละขั้นตอนในการจัดกิจกรรมส่งเสริมจึงส่งผลให้ผู้สูงอายุกลุ่มทดลองมีลักษณะการพัฒนาพหุพลังเพิ่มขึ้น

ในส่วนรายละเอียดเงื่อนไขในการใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้นนั้นเป็นข้อกำหนดในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมพหุพลังให้ประสบผลสำเร็จและมีประสิทธิภาพ โดยมีเงื่อนไขภายใน ได้แก่ด้านผู้เรียน ผู้สอน และเงื่อนไขปัจจัยภายนอกได้แก่ ด้านศักยภาพแกนนำ ด้านการร่วมมือภาคีเครือข่าย ด้านการจัดและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และด้านการเชื่อมโยงแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่นมีรายละเอียดดังนี้

1. ด้านผู้เรียน

ผู้สูงอายุควรเป็นผู้สูงอายุที่สามารถดูแลตัวเองได้ รวมทั้งการกำหนดให้ผู้เข้ารับการอบรมอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งทำให้ผู้เข้ารับการอบรมในแต่ละกลุ่มผู้สูงอายุมีอายุที่แตกต่างกันหลากหลาย สามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการทำกิจกรรมตามที่ตนต้องการ และเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ในการอบรมมีการแบ่งเป็นกลุ่มย่อยซึ่งทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะทำงานร่วมกัน การแลกเปลี่ยนและถ่ายทอดประสบการณ์ซึ่งกันและกัน เกิดเป็นความสามัคคีและการช่วยเหลือเกื้อกูลกันขึ้นภายในกลุ่ม และจำนวนผู้เรียนที่มีความเหมาะสม ไม่มากหรือน้อยจนเกินไปสอดคล้องกับ Mitchell (January 1993) ที่กล่าวว่า รูปแบบของกิจกรรมมีผลต่อจำนวนผู้เรียน หากเป็นกิจกรรมที่ต้องมีการฝึกปฏิบัติ ก็ควรจะมีผู้เรียนจำนวนไม่มากและจัดแบ่งเป็นกลุ่มย่อยเพื่อสามารถฝึกปฏิบัติได้ทุกคน เนื่องจากผู้สูงอายุมีความแตกต่างกันในการจัดกิจกรรมจึงให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์อันดีต่อกันด้วยขนาดกลุ่มที่เหมาะสม และสอดคล้องกับสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (2551) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมสำหรับผู้เรียนจะต้องคำนึงถึงธรรมชาติของผู้เรียน โดยในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้เรียน ควรจะเป็นกิจกรรมที่จัดประสบการณ์และทักษะชีวิตให้ใกล้เคียงกับวัฒนธรรมที่มีอยู่ในตัวผู้เรียน สร้างบรรยากาศและความหลากหลายในการเรียนรู้ ส่งเสริมผู้เรียนให้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม เน้นการอภิปรายกลุ่ม และภาษาที่ใช้ควรเป็นภาษาที่ผู้เรียนเข้าใจง่าย จัดกิจกรรมให้มีลักษณะยืดหยุ่นตรงกับความต้องการของผู้เรียนและเน้นด้านการนำประสบการณ์มาใช้ในการเรียน เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้และประสบการณ์เดิมมาใช้ร่วมกับเนื้อหาวิชาเรียนเพื่อที่จะสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตจริงได้อย่างเหมาะสม

2. ด้านผู้สอน

สำหรับผู้สอนหรือวิทยากรที่มาเป็นผู้จัดการเรียนรู้และถ่ายทอดความรู้ต่อผู้สูงอายุ นั้น ในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมในสามด้าน บทบาทผู้สอนจึงต้องเป็นทั้งผู้บรรยายเนื้อหาที่ตนมีความรู้ ความเข้าใจในสาระเนื้อหาของพฤติกรรมอย่างดี และช่วยเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้แสดงความคิดเห็น การร่วมมือกันทำกิจกรรม รวมทั้งสิ่งสำคัญในการเป็นผู้จัดการมีส่วนร่วมทางกิจกรรมด้วย สอดคล้องกับ Lieb (1991) ที่กล่าวว่า ผู้เรียนที่เป็นผู้ใหญ่ที่มีอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ดังนั้นในการจัดการเรียนรู้ต้องช่วยกำหนดกรอบและแนวทางให้ผู้เรียนได้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ได้วางแผนไว้ โดยที่ต้องเป็นผู้คอยทำหน้าที่อำนวยความสะดวกในกระบวนการเรียนรู้ และสอดคล้องกับอาชญา รัตน์อุบล (2551) ที่กล่าวว่า โดยในทางปฏิบัติแล้ว การสอนในความหมายนี้ควรจะไม่ใช่ผู้สอนหรือผู้แสดงฝ่ายเดียว แต่จะมีบทบาทเป็นผู้อำนวยความสะดวกในการเรียน (Learning Facilitator) หรือเป็น ผู้ร่วมกิจกรรม (Member) นั่นคือ ครูเป็นผู้ช่วยให้ผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้ในกระบวนการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ รวมไปถึงทักษะพฤติกรรม ค่านิยมและทัศนคติด้วย ซึ่งครูจะไม่สอนผู้ใหญ่โดยตรงในสิ่งต่าง ๆ แต่ครูจะช่วยเหลือให้ผู้ใหญ่เรียนรู้และตกผลึกเองดังกล่าว

3. ด้านศักยภาพแกนนำ

แกนนำต้องมีความสามารถในการประสานความร่วมมือกับผู้สูงอายุ ควรจะมีบทบาทเป็นผู้รู้ หรือปราชญ์ชาวบ้านที่สามารถเป็นหลักสำคัญที่กระตุ้นความร่วมมือและการสร้างแรงจูงใจ และการเป็นผู้ได้รับความเคารพจากผู้สูงอายุ ในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมศักยภาพการเรียนรู้จะสามารถทำให้ผู้สูงอายุมีความสนใจ และพร้อมเปิดใจการปฏิบัติในขั้นตอนต่าง ๆ ได้อย่างดี

ในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมพฤติกรรม กล่าวได้ว่าแกนนำชมรมมีบทบาทในการส่งเสริมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุอย่างยิ่งในที่นี้แกนนำอาจจะเป็นกรรมการชมรม ประธานชมรม อสม. ครู ผู้นำชุมชนซึ่ง เป็นบุคคลในพื้นที่ที่ใกล้ชิดกับสมาชิก สามารถทำงานประสานประโยชน์ต่าง ๆ แก่ชมรม รวมทั้งความพร้อมที่จะรับฟังปัญหาสมาชิกและแก้ไขปัญหาตามเหมาะสม จากความเป็นคนวัยเดียวกัน ดังนั้นแกนนำชมรมจึงเป็นส่วนสำคัญในการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุในบทบาทการชี้นำและสร้างความร่วมมือดังกล่าว สอดคล้องกับผลงานวิจัยของคณะสังคมสงเคราะห์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (2554) ที่พบว่า ปัจจัยบุคคลที่เป็นบุคคลแกนนำสำคัญหลัก ผู้นำชุมชน ครู อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน แพทย์ พยาบาล รวมถึงอาสาสมัครจิตอาสาต่าง ๆ ในชุมชนนั้น ถือเป็นทุนทางสังคมที่สำคัญต่อการพัฒนาภาวะพฤติกรรมของผู้สูงอายุในชุมชนได้อย่างดี

4. ด้านการร่วมมือภาคีเครือข่าย

การร่วมมือของภาคีเครือข่ายชุมชนต้องสามารถเชื่อมโยงและจัดสรรทรัพยากรต่าง ๆ ทั้งองค์ความรู้ แนวทางข้อมูล บุคลากรที่มีความรู้ทางการพัฒนาผู้สูงอายุ สื่อการเรียนการสอนใหม่ ๆ และงบประมาณ ในส่วนภาคีเครือข่ายเป็นพลังทางสังคมที่จะส่งเสริมการจัดกิจกรรมได้อย่างสำเร็จผล

สอดคล้องกับกระทรวงศึกษาธิการ (2553) มองว่าในการดำเนินกิจกรรมของผู้สูงอายุต้องอาศัยความร่วมมือของภาคีเครือข่ายทั้งระดับท้องถิ่นและจังหวัดในการทำงานร่วมกันในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2557) ได้กล่าวว่า พลังเครือข่ายหรือหุ้นส่วน มีประโยชน์ในการทำงาน การระดมความเห็นชุมชนที่เป็นประโยชน์อย่างหลากหลายและเกิดพหุปัญญา ทำให้งานมีประสิทธิภาพและประสบผลสำเร็จ และเป็นพลังในการต่อรอง เกิดพลังที่เข้มแข็งในการดำเนินกิจกรรมและงานผลักดันการยอมรับจากสังคม ในการร่วมมือภาคีเครือข่ายชุมชนกับการจัดกิจกรรมส่งเสริมจึงเป็นพลังที่สำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุ ตั้งแต่ระดับชุมชนไปสู่สังคม

5. ด้านการจัดและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

ด้านการจัดการและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุเป็นสิ่งที่เป็นเรื่องสำคัญต่อการจัดกิจกรรมการส่งเสริมให้เกิดความสะดวกและปลอดภัยแก่ผู้สูงอายุ โดยจะต้องมีการร่วมกันของทุกคนทั้งผู้จัดการเรียนรู้และผู้เรียนในการร่วมด้วยช่วยกันจัดและปรับสภาพแวดล้อมทั้งในส่วนภายในชมรมผู้สูงอายุ และในสวนการจัดกิจกรรมนอกชมรมตามสถานที่แหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ ซึ่งการจัดการที่เหมาะสมสามารถสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมชมรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ Kidd (1973) กล่าวว่า ข้อเสนอแนะในการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่ต้องพยายามจัดและลดองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ที่จะก่อให้เกิดความไม่สบายไม่มีความสุข ความเหนื่อยล้า ความเครียด เนื่องจากผู้สูงอายุต้องเผชิญกับสภาวะความเสื่อมถอยของร่างกายและการทำงานส่วนต่าง ๆ ในร่างกายข้างลงส่งผลในการใช้ชีวิตประจำวันเป็นอย่างมาก และในการจัดการและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุทั้งที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมทางสังคม ในส่วนสถานที่ในชุมชนต่าง ๆ นั้น การเอื้อให้มีการจัดการดังกล่าวจะส่งผลให้การใช้ชีวิตของผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ในที่นี้แนวทางดังกล่าวเน้นการออกแบบและจัดการสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่เป็นมิตรหรือเหมาะสมกับผู้สูงอายุ และเพื่อคนทุกวัยเรียกว่า Universal Design เป็นแนวทางที่ทุกคน ทุกวัย เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการและออกแบบสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ โดยพื้นฐานอย่างอาคารและสถานที่ต่าง ๆ ได้แก่ ที่จอดรถ ทางลาด ป้ายสัญลักษณ์ ห้องส้วม พื้นผิวที่ทางเดินไม่ลื่น ราวจับ สื่ออุปกรณ์ที่เหมาะสมและสภาพแวดล้อมอื่น ๆ สอดคล้องกับงานวิจัยของฉัตรพล ฉัตรธนาอนันต์ (2549) และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2556) กล่าวว่า ควรมีการดำเนินการพัฒนาและให้ความสำคัญกับการจัดบริการด้านความสะดวกและปลอดภัย การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ และปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกทั้งด้านโครงสร้างพื้นฐานหรืออุปกรณ์ต่าง ๆ เป็นส่วนสำคัญในการจัดการสนับสนุนในการดำเนินงานกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุเป็นไปอย่างราบรื่น ผู้สูงอายุมีความสุข สะดวกสบายและปลอดภัย รวมทั้งเป็นการลดปัญหาด้านการเกิดอุบัติเหตุทางร่างกายและการพิการของผู้สูงอายุได้ทางหนึ่ง

6. ด้านการเชื่อมโยงแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น

แหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่นในการเป็นฐานการแลกเปลี่ยนทางภูมิปัญญาต้องมีความหลากหลายและพัฒนาเป็นแหล่งการถ่ายทอดภูมิปัญญาและการดำรงอยู่อย่างมีความหมาย กล่าวคือ แหล่งการเรียนรู้ควรเชื่อมโยงชุมชนและผู้สูงอายุเข้ามาร่วมกัน ในการสร้างความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าแห่งตนในการดึงเอาประสบการณ์ ความรู้ ภูมิปัญญาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุแต่ละคนมาร่วมกัน ในการส่งเสริมพัฒนาพลัง ในการจัดกิจกรรมการส่งเสริมพัฒนาพลัง ซึ่งความสำคัญของแหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่นที่มีในชุมชนที่มีความหลากหลายต้องนำมาใช้ในการเป็นฐานการพัฒนาทางภูมิปัญญาที่สำคัญ ร่วมกันในชุมชน สอดคล้องกับอาชัญญา รัตนอุบล (2545) ที่กล่าวว่าการเรียนรู้ที่สำคัญ คือการเรียนรู้จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนเกิดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการสร้างเจตคติ การปรับพฤติกรรมได้ โดยแหล่งการเรียนรู้ที่มีความหลากหลายได้แก่ ศูนย์การเรียนรู้ชุมชน ห้องสมุดชุมชน วัดหรือศาสนสถาน สวนสมุนไพรท้องถิ่น ศูนย์กีฬาชุมชนและแหล่งธรรมชาติต่าง ๆ และสอดคล้องกับแนวคิด Klob (1984) กล่าวว่า การเรียนรู้จากประสบการณ์ที่คำนึงถึงทรัพยากรทั้ง 4 ด้าน คือเวลา สถานที่ ภูมิปัญญาท้องถิ่นและสื่อการสอนต่าง ๆ มีความยืดหยุ่นเรื่องเวลา และในเรื่องของการใช้สถานที่ไม่มีความจำเป็นที่ต่อเรียนในชั้นเรียนหรือห้องเรียนเท่านั้น ผู้สอนอาจใช้บริเวณในสวน รอบ ๆ ชุมชนหรือใช้เทคโนโลยีมาเชื่อมโยงไปสู่โลกรอบตัว

ในส่วนที่สาม การปรับปรุงรูปแบบ ผู้วิจัยได้ปรับปรุงรูปแบบการสร้างเสริมภาวะพัฒนาพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS Model) โดยภายหลังจากการนำรูปแบบไปทดลองใช้ ได้มีการปรับปรุงตามคำแนะนำจากกลุ่มทดลองและผู้เชี่ยวชาญ ได้แก่ การปรับปรุงการเขียนหลักการและเหตุผลให้มีความกระชับมากขึ้น เพื่อเติมในเนื้อหากิจกรรมให้เหมาะสม ปรับปรุงการเรียบเรียงในส่วนกรอกรูปแบบแสดงความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่าง ๆ เพิ่มเติม การเพิ่มเติมในส่วนการนิยามเชิงปฏิบัติการเพื่อให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจศัพท์เฉพาะยิ่งขึ้น และการปรับปรุงรูปแบบให้มีความชัดเจนและเหมาะสมสอดคล้องกับการดำเนินการจัดกิจกรรมการส่งเสริมพัฒนาพลังชมรมผู้สูงอายุไทยมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. ควรมีการส่งเสริมการจัดการศึกษาเกี่ยวกับความสูงวัยอย่างต่อเนื่อง ทั้งระดับการศึกษาในระบบ หรือนอกระบบโรงเรียน ขยายการศึกษาเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้ทุกกลุ่มได้มีความรู้และสร้างความเข้าใจต่อวัยผู้สูงอายุ โดยมีชมรมผู้สูงอายุเป็นฐานในการร่วมมือและจัดกิจกรรมการส่งเสริมกับชุมชน

2. ควรมีการส่งเสริมและสนับสนุนชมรมผู้สูงอายุที่มีอยู่ในท้องถิ่น และภาคีเครือข่ายโดยการเน้นการจัดและออกแบบสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ มีความปลอดภัยและเหมาะสมกับผู้สูงอายุในการใช้ชีวิตประจำวัน

3. ชมรมผู้สูงอายุควรเพิ่มความร่วมมือกับองค์กรภาคีเครือข่ายท้องถิ่นในลักษณะการแลกเปลี่ยนความรู้ และการทำงานในเชิงรุกในการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ

4. การส่งเสริมและพัฒนาความรู้แก่แกนนำชมรมผู้สูงอายุ เพื่อให้เป็นกำลังสำคัญในการส่งเสริมกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับความสูงวัย รวมทั้งบทบาทการสนับสนุนสำคัญในการเป็นผู้อำนวยการความสะอาด ในการจัดกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุต่อไปด้วย

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. จากการศึกษาภาวะพหุพลังสามารถเป็นแนวทางในการพัฒนาของคนทุกวัย ดังนั้น การศึกษาเชิงควมศึกษาในลักษณะพหุวัยกับคนวัยอื่น ๆ เพื่อหาแนวทางในการส่งเสริมพหุพลังและมีคุณภาพชีวิตที่ดีเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

2. ควรมีการวิจัยเพื่อศึกษาในส่วนของ การนำความรู้ ภูมิปัญญา สมรรถนะแห่งตนของผู้สูงอายุเพื่อจัดระบบองค์ความรู้ของผู้สูงอายุไปใช้ในการพัฒนาการศึกษาและพัฒนาสังคมต่อไป

3. สนับสนุนให้สถานศึกษาในท้องถิ่นดำเนินการวิจัยการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ โดยการใช้วิธีการดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาข้อมูลเชิงลึกตามบริบทสังคมวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน



รายการอ้างอิง

- Argyle, & Martin. (1991). The psychological causes of happiness. Oxford: Pergamon Press.
- Bardo, & Hartman. (1982). Urban sociology : A systematic introduction. New York: F.E.Peacock.
- Bennis, & Goldsmith. (1994). Learning To Lead: A Workbook On Becoming A Leader. New York: HarperCollins College Publishers.
- Bloom, B. (1959). Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals. Handbook Cognitive domain. New York: David Mckay company.
- Boone, E. J. (1992). Developing programs in adult education. Prospect Heights: Waveland Press.
- Boyle, P. G. (1981). Planning better programs. New York: Mc Graw-Hill.
- Caffarella, R. S. (1994). Planning Programs for Adult Learner. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Clifford, & Chandler. (1992). The myth of empowerment. Nursing Administration Quarterly, 16(3), 1-5.
- Conger, & Kanungo. (1988). The Empowerment Process: Integrating Theory and Practice. McGill University.
- Ebersole. (1998). Aging: Human Needs and Nursing Response: Patricia press.
- Friedman. (1981). This study develops and estimates an econometric model of choice among residential communities. Urban Studies,18(3), 347-358.
- Getzels, & Guba. (1957). Social Behavior and the Administrative Process: The University of Chicago Press.
- Gibson, C. H. (1991). A concept analysis of Empowerment. Journal of Advanced Nursing.
- Grandall, R. C. (1980). Gerontology: A Behavioral Science Approach. London: Addison-Wesley Publishing Company.
- Greasley, & King. (2005). Employee perceptions of empowerment. Employee Relations, 27(4), 354-368.

- Gutierrez, Parson, & Cox. (1998). *Empowerment in Social Work Practice. A Sourcebook*. RIE. Publication.
- Hardy, & Conway. (1988). *Role theory: perspectives for health professionals*. Oxford: Appleton & Lange.
- Kanter. (1983). *The Change Masters: Innovation for Productivity in the American*. New York: Simon & Schuster.
- Kattika Thanakwang. (2006). A Thesis Submitted in Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Philosophy in Nursing.
- Kattika Thanakwang, & other. (2006). Factors Related to Health Promoting Behaviors Among Older Adults: A Meta-Analysis. *The Journal of Nurs Science*, 28(3).
- Keeves. (1988). "Models and Model Building," In Keeves, John P. (ed.), *Educational Research, Methodology, and Measurement: And International Handbook*. Oxford: Pergamon Press.
- Keiffer. (1984). Citizen empowerment: a developmental perspective. 3(2-3).
- Kidd, J. R. (1973). *How adults learn*. New York: Association Press.
- Klein, S. B. (1991). *Learning*. New York: McGraw-Hill.
- Knowles, M. (1980). *The Modern Practice of Adult Education*. New York: Association Press.
- Knowles, M. (1984). *Andragogy in Action*. New York: Jossey-Bass Press.
- Laschinger, Finegan, & Shamine. (2001). The change process towards 'the new way of working' for organizational units within the Dutch central government: *Human Resource Management* Date of publication.
- Lieb, S. (1991). *Principle of adult learning*. Phoenix, AZ: Vision-South Mountain Community college.
- M.M. Baltes, & Carstensen. (1996). *Handbook of Theories of Aging* (2 ed.): Dixon & Backman press.
- Mitchell, R. S. (January 1993). Problem-Based Learning: A Review of Literature on Its Outcomes and Implementation Issue. *Academic Medicine*(68), 52-81.
- Page, & Czuba. (1999). The Process of empowerment, by enabling people to articulate and assert by words and deeds their urges and thinking, is a core dimension of social development. Oxford: Berg.

- Palmore, E. B. (1977). The facts on aging quiz. *The Gerontologist*(17), 310-320.
- Phuanjai rattakorn. (2007). Way of thinking of elderly and image of successful aging. Mahidol university.
- Ping-Kwong Kam. (2549). Social work: Reviving the social work profession's contribution to the promotion of social justice. Published October 5, 2012.
- Rachel A. Pruchno, Maureen Wilson-Genderson, & Francine Cartwright. (2553). early middle ages :Miriam; Cartwright.
- Rappaport. (1984). Studies in empowerment: Introduction to the issue. *Prevention in Human Services*.
- Rogers, C. R. (1993). Freedom to learn for the 80s. Columbus. OH: Charles, E. Merrill.
- Ronald. (2000). Making a Difference: Leadership and Academic Libraries. New York: Random House.
- Runkawatt. (2007). Advanced Practice Nursing: Core Concepts for Professional Role. *Development and Change*, 34(4).
- Smith, & other. (1980). Educational leadership: culture and diversity. Gateshead: Athenaeum Press.
- Spreitzer. (1995). Study on Work Place Behaviour: Role of Person-Organization Fit, Person-Job Fit & Empowerment. *Journal of Business and Management Sciences*, 1(4), 47-54.
- Steiner. (1988). Individual Behavior and Group Achievement. New York: Oxford University Press.
- Stewart. (1994). Accompanied by the principal captain of the Jamajabs. University of Houston.
- Sutherland. (1997). Curriculum Evaluation for Lifelong Education. New York: Pergamon Press.
- Swati Varshney. (2007). Predictors of successful aging : associations between social network patterns, life satisfaction, depression, subjective health and leisure time activity for older adults in india University of north texas.
- Tebbitt. (1993). Demystifying organizational empowerment. *Journal of Nursing Administration*, 23, 18-23.

- Thanakwang, K., & Soonthorndhada, K. (2006). Attributes of active ageing among older persons in Thailand: Evidence from the 2002 Survey. *Asia-Pacific Population Journal*, 21(3), 113-139.
- Thomas, & Velhouse. (1990). Motivation theories such as goal setting theory. SDT suggests four.
- Tosi, & Canoll. (1982). *Management* (2ed.). New York: John Wiley and Sons.
- Tyler, R. W. (1986). *Basic principles of curriculum and instruction*. Chicago: The University of Chicago.
- United Nations Development Program (UNDP). (2005). *Human Development Report 2005*. New York: United Nations Development Program.
- Vaillant, & Vaillant. (1990). *Promoting Health Through Creativity: For professionals in health*. New York: Poulth Press.
- Wannipa Bunrayong. (2007). *Building Potentials of the Aging Center Committee in Management of Learning Activities Through Participatory Action Research*. Chiang Mai University.
- Weil, & Mcgill. (1989). *The manual of learning styles*. Maidenhead. UK: Peter Honey.
- WHO. (2002). *Active Ageing A Policy Framework*. Retrieved from <http://who.int/hpr/ageing/discussion.pdf>.
- Willer. (1967). *Leader and leadership process*. Boston: Irwin/McGraw-Hill.
- Wilson. (1996). Models in information behaviour research. *Journal of the Association for Information Science*, 6.
- Zerwekh. (1992). *Community Health Nurses □ A Population at Risk*. Oxfam UK publication history.
- Zimmerman M., & Rappaport J. (1988). Citizen Participation, Perceived control and Psychological empowerment. *American Journal of Community*.
- กชกร สังขชาติ. (2538). *ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- กรมการศึกษานอกโรงเรียน. (2541). *หลักการพื้นฐานการศึกษานอกโรงเรียน พ.ศ. 2541*. กรุงเทพมหานคร: มิตรภาพการพิมพ์.
- กรมประชาสัมพันธ์. (2530). *รวมบทความ บทสัมภาษณ์ของอธิบดีกรมประชาสัมพันธ์ เกี่ยวกับ ฌาปนกิจสงเคราะห์*. กรุงเทพมหานคร: กองความมั่นคงแห่งสังคม กรมประชาสัมพันธ์.

- กอบกุล พันธุ์เจริญวรกุล. (2539). การพัฒนารูปแบบการจัดการรายกรณีทางการพยาบาลผู้ป่วย
กล้ามเนื้อหัวใจตาย. วารสารวิจัยทางการพยาบาล, 10.
- กาญจนา วัชรสุนทร. (2550). “การออกแบบวิจัยเพื่อพัฒนาโมเดล” ใน เอกสารการสอนชุดระเบียบวิธี
วิจัยขั้นสูง. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช สาขาศึกษาศาสตร์.
- กิตติภักดิ์ วิทยาภรณ์. (2553). การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดปัญหา
ศึกษาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กุลยา ตันติผลาชีวะ. (2528). การรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: อรุณการพิมพ์.
- กุลศล สุนทรธาดา และ กมลชนก ขำสุวรรณ. (2553). ระดับและแนวโน้มควมมีพฤติพลังของผู้สูงอายุ
ไทย. การประชุมวิชาการประชากรศาสตร์แห่งชาติ 2553 ณ โรงแรมเดอะทวินทาวเวอร์
กรุงเทพฯ (25-26 พ.ย.).
- เกสร สำเภาทอง. (2553). ครอบครัวกับการดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร:
ธรรมศาสตร์เวชสาร.
- เกื้อ วงศ์บุญสิน. (2549). ประชากรกับการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- โกศล มีคุณ. (2542). การบริหารงานวิชาการ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: เมธีทีปส์. กรมสามัญ
ศึกษา.
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ สำนักงานกฤษฎมมนตรี. (2545). แผนผู้สูงอายุ
แห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- คณิต เขียววิชัย. (2551). การเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับคณบดีคณะครุศาสตร์/ศึกษาศาสตร์.
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริบุญ จงวุฒิเวศย์. (2553). การเรียนรู้เพื่อการจัดการวาระสุดท้ายของชีวิต. วารสารศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร, 11(1-2).
- จำรูญ บริสุทธิ์ และคณะ (2552). รูปแบบการจัดการความรู้เพื่อพัฒนาพฤติกรรม : กรณีศึกษา เทศบาล
ตำบลปากแพรก จังหวัดกาญจนบุรี. สาขาวิชาการจัดการเพื่อการพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏ
ราชนครินทร์.
- จิราพร เกศพิชญวัฒนา และคณะ. (2549). รายงานการวิจัย โครงการพัฒนาพลัง:กรณีศึกษาจากผู้สูงอายุ
ที่ได้รับการยอมรับในสังคม. นนทบุรี: สำนักงานกองทุนและสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- ฉลาด จันทสมบัติ. (2550). การพัฒนารูปแบบการจัดการความรู้ คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัย
ราชธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารและพัฒนาการศึกษา
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ฉันทนา กาญจนพัฒน์. (2540). ความสัมพันธ์ระหว่างความร่วมมือกิจกรรมกับอัตมโนทัศน์ของผู้สูงอายุใน
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรบัณฑิต ภาควิชาการพยาบาลศึกษา.

- เอก ธนะสิริ. (2547). ทำอย่างไรชีวิตจะยืนยาวและมีความสุข. กรุงเทพมหานคร: แพลนพับลิชชิง.
- ณัฐพล ฉัตรธนาอนันต์. (2549). แนวทางการบริหารจัดการและออกแบบการใช้พื้นที่สถานสงเคราะห์ผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ทศนา แคมมณี. (2545). ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อจัดกระบวนการเรียนรู้. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นรินทร์ สังข์รักษา. (2555). การวิจัยและพัฒนาทางการศึกษา. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากรวิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2542). ผู้สูงอายุไทย ผู้สูงอายุเป็นทรัพยากรของสังคม. กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน.
- เบญจพร แก้วมีศรี. (2545). การนำเสนอรูปแบบการพัฒนาคุณลักษณะภาวะผู้นำของผู้บริหาร. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาบริหารการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประนอม โอทกานนท์. (2554). ชีวิตที่สุขสมบูรณ์ของผู้สูงอายุไทย : หลักการ งานวิจัยและบทเรียนจากประสบการณ์. กรุงเทพมหานคร.
- ประไพ ศิวะสิริวิลาศ. (1978). การพัฒนารูปแบบการศึกษาโดยใช้ชุมชนเป็นฐานเพื่อพัฒนาทุนทางสังคม. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คณะครุศาสตร์.
- ประเวศ วะสี. (2542). วิสัยทัศน์ของกระบวนการเรียนรู้ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- ปราโมทย์ ประสาทกุล. (2552). ประเทศไทยควรมีพลเมืองเท่าไรจึงจะดี. กรุงเทพมหานคร: แพลนพริ้นท์ติ้ง.
- ปาริชาติ ญาตินิยม. (2547). ลักษณะภาวะพลัดพราก: กรณีศึกษาผู้สูงอายุไทยที่มีชื่อเสียง. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฝน แสงสิงแก้ว. (2526). ข้อคิดบางประการในเรื่องสุขภาพจิตผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: บ้านบางแค.
- เพ็ญแข ประจันปัจฉนิก. (2550). รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์เรื่องการจัดการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อเตรียมความพร้อมในการพัฒนาภาวะพลัดพรากในผู้สูงอายุไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- เพ็ญแข ประจันปัจฉนิก และคณะ. (2544). รายงานการวิจัยประกอบร่างพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ประเด็นบทบาทหน่วยงานอื่นของรัฐกับการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- มาลินี วงษ์สิทธิ์. (2540). การมีส่วนร่วมของชุมชนในการให้การดูแลให้บริการและกิจกรรมต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.

- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2551). กรอบยุทธศาสตร์การเตรียมความพร้อมสังคมไทยสู่สังคมผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2554). รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทยปีพ.ศ. 2554. กรุงเทพมหานคร: วารสารสารสุขผู้สูงอายุ.
- ยรรยงค์ มณีวงษ์. (2554). ภาวะสูงอายุ. Retrieved from <http://sasi-jommie.blogspot.com/2010/09/blog-post.html>
- เยาวลักษณ์ จิตตะโคตร. (2549). สถานการณ์พลฒพลังในนักศึกษาระดับอุดมศึกษาของประเทศไทย. วารสารพญาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ, 7(1).
- ระวี สัจจโสภณ. (2555). อนาคตภาพรูปแบบเมืองแห่งการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาภาวะพลฒพลังของผู้สูงอายุไทย. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุคคส์ พับลิเคชันส์.
- เล็ก สมบัติ, ศศิพัฒน์ ยอดเพชร และ ธนิกานต์ ศักดาพร. (2554). ตัวแบบการดูแลผู้สูงอายุที่ดีของครอบครัวและชุมชนในชนบทไทย. วารสารพญาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ, 10(3).
- วันดี โภคะกุล. (2549). การดูแลรักษาโรคผู้สูงอายุแบบสหสาขาวิชา. กรุงเทพมหานคร: ชุมชมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- วันเพ็ญ วงศ์จันทร์. (2539). แบบแผนสุขภาพของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์จังหวัดเชียงใหม่. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- วิไลพร วงศ์คินี และคณะ. (2556). ปัจจัยทำนายพลฒพลังของประชากรเขตเมืองจังหวัดเชียงใหม่ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. พยาบาลสาร, 40(4).
- วิสุทธิ์ วิจิตรพัชรภรณ์. (2547). การพัฒนารูปแบบการจัดการศึกษาแบบกระจายอำนาจในสถานศึกษาขั้นพื้นฐานตามแนวพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร และคณะ. (2549). สวัสดิการผู้สูงอายุ แนวคิดและวิธีการปฏิบัติงานสังคมสงเคราะห์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: มิสเตอร์ก๊อปปี (ประเทศไทย).
- สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร. (2553). การบูรณาการภูมิปัญญาสู่นวัตกรรมและการพัฒนาอย่างยั่งยืน. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, 6.
- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. (2540). รวมบทคัดย่องานวิจัยและวิทยานิพนธ์เกี่ยวกับสุขภาพผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2530-2540. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข.
- สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. (2539). สังคมวิทยาภาวะสูงอายุ: ความเป็นจริงและการคาดการณ์ในสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2545). รายงานสถิติประชากรและสังคม. Retrieved from <http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/population.html>
- สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2554). รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย ปีพ.ศ.2554. กรุงเทพมหานคร: สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล และคณะ. (2545). ผู้สูงอายุในประเทศไทย : รายงานการทบทวนองค์ความรู้ และสถานการณ์ในปัจจุบัน ตลอดจนข้อเสนอแนะทางนโยบายและการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุธรรม นันทมงคลชัย และคณะ. (2552). สภาวะ สุขภาพและการปฏิบัติด้านสุขอนามัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนา การจิตสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุแห่งหนึ่ง กรุงเทพมหานคร. วารสาร สาธารณสุขศาสตร์ 2554, ฉบับพิเศษ, 76-86.
- สุปราณี แดงวงษ์, ศากุล ช่างไม้, ลัดดาวรรณ เสียงอ่อน, & วาริศา เพชรธีรานนท์. (2552). โครงการวิจัย เรื่อง ปัจจัยทำนายพฤติกรรมของผู้สูงอายุในจังหวัดนครปฐม. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยคริสเตียน.
- สุภจักษ์ แสงประจักษ์สกุล. (2558). ปัจจัยกำหนดระดับความรู้ของผู้สูงอายุไทย. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรกุล เจนอบรม. (2541). วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุและการศึกษานอกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย. กรุงเทพมหานคร: นิซินแอดเวอร์ไทซิงกรุ๊ป.
- องค์การแรงงานระหว่างประเทศ. (2554). ข้อเสนอการปฏิรูประบบแรงงานในแนวทางการปฏิรูปประเทศไทย : ข้อเสนอต่อพรรคการเมืองและผู้มีสิทธิเลือกตั้ง. กรุงเทพมหานคร: คณะกรรมการปฏิรูป (คปร.).
- อมราภรณ์ หมี่ปาน. (2552). การพัฒนารูปแบบการจัดการศึกษาต่อเนื่องทางวิชาชีพแบบเล็กทรอนิกส์ เพื่อส่งเสริมมาตรฐานวิชาชีพพยาบาลกองทัพบก. วารสารพยาบาลทหารบก, 10(2), 47-57.
- อวยพร ตันมุขกุล. (2540). กระบวนการพัฒนาเจตคติและค่านิยมในการประกอบวิชาชีพการพยาบาลกรณีศึกษา : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- อ่อนนุช อิสราพานิชย์. (2552). แบบความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อบริการของศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกริก.
- อาชัญญา รัตน์อุบล. (2551). พัฒนาการ การเรียนรู้ และการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ใหญ่. กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาชัญญา รัตน์อุบล และคณะ. (2553). อนาคตภาพรูปแบบมหาวิทยาลัยวัยที่สาม. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อาชัญญา รัตน์อุบล และคณะ. (2554). การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุไทย.

กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.

อุษา โพนทอง. (2553). การพัฒนาโปรแกรมพัฒนาภาวะพลัมพลังของข้าราชการกองทัพไทยตามแนวคิดวิทยาการผู้สูงอายุด้านการศึกษาและการเรียนรู้. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.





ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุติพลัง

ของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS)

มหาวิทยาลัยศิลปากร

รูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS)

สารบัญ

ส่วนที่ 1

ความนำ

นิยามเชิงปฏิบัติการ

ส่วนที่ 2

กรอบแนวคิด

Mind Map

วัตถุประสงค์

องค์ประกอบ

ส่วนที่ 3

ขั้นตอนการดำเนินการ

คุณสมบัติสมาชิก

คุณสมบัติชมรมผู้สูงอายุ

ระยะเวลา

ส่วนที่ 4

กิจกรรมสำคัญ

รายละเอียดการดำเนินกิจกรรม

การประเมินผล



รูปแบบการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS)

ส่วนที่ 1 ความนำ

หลักการและเหตุผล

กระบวนการการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาชมรมผู้สูงอายุและสมาชิกผู้สูงอายุ กล่าวคือ ชมรมผู้สูงอายุถือเป็นองค์กรทางสังคมที่มีความใกล้ชิดกับผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาศักยภาพในหลายมิติจากการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมในทุกด้านของชมรมผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุขับเคลื่อนการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังอันถือเป็นภาวะผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีพร้อมกับการมีพลังในตนเอง การมีศักยภาพในการพึ่งพาตนเองอย่างแท้จริง การตระหนักในคุณค่า มีศักดิ์ศรี มีความสามารถที่จะร่วมพัฒนาทั้งตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้เป็นอย่างดี ในการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยต้องผ่านกระบวนการสำคัญอันเป็นองค์ประกอบหลักจากการศึกษา ได้แก่ การตระหนักและเตรียมการ การสร้างเสริมผู้สูงอายุเป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยเป็นผู้สูงอายุที่มีความกระฉับกระเฉง กระตือรือร้นในการเรียนรู้พึ่งพาตนเองได้ และการสร้างเสริมพฤติกรรมทางสังคมโดยการมีลงมือทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เห็นความสำคัญของการลงมือปฏิบัติในส่วนต่าง ๆ ร่วมกัน โดยกระบวนการที่สำคัญเหล่านั้นต้องได้รับการสนับสนุนและการเชื่อมโยงการปฏิสัมพันธ์กับองค์ประกอบคือ การร่วมสนับสนุนจากภาคีเครือข่าย แกนนำชมรม แนวทางการจัดการและออกแบบสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ และแหล่งเรียนรู้ท้องถิ่น ในส่วนต่าง ๆ ล้วนมีความสำคัญในการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังที่มุ่งให้ผู้สูงอายุเป็นผู้สูงอายุที่มีพลังในด้านกรมีสุขภาพที่ดี ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงในชีวิต อันเป็นเป้าหมายสำคัญยิ่งของการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตามกรอบขององค์กรอนามัยโลกที่ได้เสนอแนวทางเหล่านี้ไว้ ชมรมผู้สูงอายุไทยจึงเป็นองค์กรที่มีความสำคัญอย่างมากในการสร้างรูปแบบการดำเนินการในการส่งเสริมภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุ รวมทั้งเพื่อสร้างสังคมที่เห็นความสำคัญ การเคารพและเห็นคุณค่าแห่งศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุไทยต่อไป

นิยามเชิงปฏิบัติการ

รูปแบบ (Model) หมายถึง โครงสร้างเชิงแนวคิด (Conceptual Model) ขององค์ประกอบและความสัมพันธ์ในส่วนสำคัญต่าง ๆ ในการนำมาใช้สร้างเสริมภาวะพหุฒิปลังขมรมผู้สูงอายุไทย

ภาวะพหุฒิปลัง (Active Aging) หมายถึง ผู้สูงอายุไทยที่มีลักษณะเป็นผู้มีศักยภาพครบทั้ง 3 องค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ การมีสุขภาพดี การมีส่วนร่วมทางสังคมและการมีความมั่นคงตามกรอบมโนทัศน์ขององค์การอนามัยโลก

ผู้สูงอายุ (Aging) หมายถึง บุคคลเพศหญิงและเพศชายที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปและมีสัญชาติไทยโดยนิยามผู้สูงอายุอย่างเป็นทางการตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546

ผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุฒิปลัง (Active Aging) หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในการพึ่งตนเองได้ มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีการเรียนรู้ที่จะดูแลตนเองให้สมบูรณ์พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีส่วนร่วมในสังคม ไม่เป็นภาระแก่สังคมและรวมถึงการได้ช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมได้อีกด้วย

ชมรมผู้สูงอายุ (Elder club) หมายถึง องค์กรที่เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ โดยมารวมกลุ่มด้วยความสมัครใจในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันเพื่อพัฒนาผู้สูงอายุในเรื่องสุขภาพกาย จิตใจและสังคม

แกนนำผู้สูงอายุ (Leadership) หมายถึง บุคคลที่เป็นผู้นำในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เป็นผู้ที่สามารถสร้างความน่าเชื่อถือให้แก่สมาชิกชมรมได้เป็นอย่างดี

ภาคีเครือข่าย (Partnership Network) หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีศักยภาพในการจัดการประสานงานในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ กับชมรมอย่างครอบคลุมและมีประสิทธิภาพ

แหล่งการเรียนรู้ท้องถิ่น (Local Wisdom) หมายถึง แหล่งข้อมูลท้องถิ่น ข่าวสารสารสนเทศ และประสบการณ์ ที่สนับสนุนส่งเสริมให้สมาชิกใฝ่เรียน ใฝ่รู้แสวงหาความรู้และเรียนรู้ด้วยตนเองตามอัธยาศัย เพื่อเสริมสร้างให้สมาชิกเกิดกระบวนการเรียนรู้

แนวคิดการออกแบบและจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม (Universal Design) หมายถึง แนวความคิดในการออกแบบ (universal design) ให้ทุกคนในสังคมสามารถใช้งานได้อย่างอิสระร่วมกันโดยไม่มีกลุ่มใดถูกแบ่งแยกและกีดกันออกไป หลักเกณฑ์สำคัญต่อผู้สูงอายุอยู่ที่การสร้างความปลอดภัย (safety) การอำนวยความสะดวกต่อผู้สูงอายุ (accessibility) การใช้งาน (usability) และความเหมาะสมด้านการลงทุน (affordability) เป็นสำคัญ

การตระหนักรู้และเตรียมการ P (Preparing) หมายถึง ขั้นตอนที่ผู้สูงอายุต้องตระหนักรู้และเตรียมการวางแผนในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุฒิปลัง

การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง L (Leaning Person) หมายถึง ขั้นตอนที่ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ สามารถพึ่งพาตนเองได้ในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุฒิปลัง

การสร้างพฤติกรรมทางสังคม S (Social behavior) หมายถึง ขั้นตอนที่สูงอายุต้องลงมือทำซ้ำในการดำเนินกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพลัดพลัง

ส่วนที่ 2 กรอบแนวคิดการส่งเสริม

แนวคิด

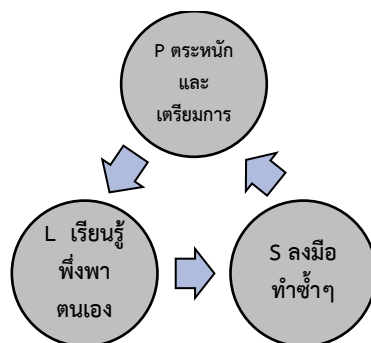
แนวคิดในการสร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยในงานวิจัย คือแนวคิดภาวะพลัดพลังขององค์การอนามัยโลก แนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Em Powerment) และแนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่(Andragogy) นำกรอบแนวทางการส่งเสริมภาวะพลัดพลังใน 3 ด้าน ได้แก่ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมและด้านความมั่นคงและหลักประกันในชีวิต โดยสามารถพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุผ่านขั้นตอนสำคัญ คือ กระบวนการตระหนักและเตรียมการ P (Preparating) กระบวนการเรียนรู้พึ่งพาตนเอง L (Leaning Person) และกระบวนการสร้างพฤติกรรมทางสังคม S (Social behavior) ในการดำเนินกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย

- วัตถุประสงค์**
1. เพื่อสร้างเสริมภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุด้านสุขภาพที่ดี
 2. เพื่อสร้างเสริมภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม
 3. เพื่อสร้างเสริมภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุด้านความมั่นคงและหลักประกันในชีวิต

ขั้นตอนการพัฒนา

1. การตระหนักและเตรียมการ P (Preparating) เป็นขั้นตอนที่สูงอายุต้องตระหนักและเตรียมการวางแผนในการดำเนินกิจกรรมทุกอย่างของชมรม เป็นกระบวนการขั้นต้น
2. การเรียนรู้พึ่งพาตนเอง L (Leaning Person) เป็นขั้นตอนการที่สูงอายุต้องเรียนรู้พึ่งพาตนเองได้ในการดำเนินกิจกรรมทุกอย่างของชมรมเป็นกระบวนการขั้นต่อมาจากขั้นแรก
3. การสร้างพฤติกรรมทางสังคม S (Social behavior) เป็นขั้นตอนการที่สูงอายุต้องลงมือทำซ้ำในการดำเนินกิจกรรมทุกอย่างของชมรมเป็นกระบวนการขั้นท้ายสุด

ดังกรอบกระบวนการ ดังนี้



โดยกระบวนการจะเริ่มจากการตระหนักและเตรียมการวางแผนในการดำเนินกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุไทย และขั้นตอนการเรียนรู้ฟังพาตนเองได้อยู่ตลอดเวลาแล้วทำสุดขั้นที่สามการลงมือทำซ้ำจนเป็นแบบแผนพฤติกรรมของผู้สูงอายุ แล้วตั้งต้นเริ่มขั้นตอนที่ 1-3 ในทุกกิจกรรมในการส่งเสริมภาวะพหุพลังทั้งสามด้าน

ส่วนที่ 3 การดำเนินการ

แบ่งระยะการดำเนินการออกเป็น 3 ระยะ

1. ระยะก่อนการดำเนินการ : การเตรียมการและการสร้างความเข้าใจกับสมาชิกชมรมผู้สูงอายุจำนวน 30 ท่านและใช้แบบประเมินในการวัดระดับภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (Pre) ก่อนการเริ่มโครงการจัดอบรมรูปแบบการพัฒนาสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS)

2. ระยะการดำเนินการ : รูปแบบที่พัฒนาขึ้นใช้เวลาดำเนินการ 8 สัปดาห์ โดยจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 2 วัน (วันจันทร์ กับวันพุธ) รวมจำนวนเวลาทั้งสิ้น 128 ชม. โดยจัดอบรมการให้ความรู้จากวิทยากร ผู้ทรงคุณวุฒิและการฝึกปฏิบัติตามตารางโครงการโดยแบ่งขั้นตอนในส่วนการดำเนินกิจกรรมออกเป็นขั้นตอนการทดลองการปฏิบัติตามรูปแบบ และขั้นตอนการนำไปฝึกด้วยตนเองที่บ้าน

3. ระยะหลังการดำเนินการและการประเมินผล : หลังการดำเนินโครงการจัดอบรมรูปแบบที่พัฒนาขึ้นในการพัฒนาสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) 8 สัปดาห์ ผู้วิจัยทำการติดตามและการประเมินผลจากการจัดโครงการโดยการสัมภาษณ์และใช้แบบประเมินวัดระดับภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยหลังจากร่วมโครงการอบรม

คุณสมบัติสมาชิก

ร่างรูปแบบเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ที่พัฒนาขึ้นผู้วิจัยได้พัฒนาให้เหมาะสมกับสมาชิกชมรมผู้สูงอายุที่ควรมีอายุช่วง 60-80 ปี มีภูมิลำเนาหรือที่อยู่อาศัยใกล้เคียงกับชมรมผู้สูงอายุเพื่อสะดวกในการเดินทางมาร่วมกิจกรรม ผู้สูงอายุเพศชายและหญิงที่มีความกระตือรือร้นและมีความสนใจเข้าร่วมการพัฒนาโปรแกรม

คุณสมบัติชมรมผู้สูงอายุ

รูปแบบเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ที่พัฒนาขึ้นผู้วิจัยได้พัฒนาให้เหมาะสมกับชมรมผู้สูงอายุที่มีการดำเนินการงานไม่ต่ำกว่า 1 ปี มีสมาชิกชมรมไม่ต่ำกว่า 50 คน และจำนวนสมาชิกชมรมไม่เกิน 300 คน และสภาพแวดล้อมชมรมควรมีสถานที่ในการจัดอบรม มีพื้นที่กว้างขวาง มีอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมพอสมควร รวมทั้งการได้รับความร่วมมือกับเครือข่ายในชุมชนพอสมควร

สถานที่

ในการทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ผู้วิจัยได้ขอความร่วมมือในการทดลองใช้กับชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าช้าง จังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งมีคุณสมบัติชมรมตามกรอบที่วางไว้

ระยะเวลา

ระยะเวลาในการทดลองใช้ร่างรูปแบบการพัฒนาสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ระยะเวลา 8 สัปดาห์ จำนวน 128 ชม. รวมหลังการทดลองรูปแบบทั้งสิ้นเวลา 4 เดือน

ส่วนที่ 4 การดำเนินการจัดกิจกรรมการส่งเสริมพหุพลังผู้สูงอายุ

กิจกรรมในโครงการอบรมรูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) มีกิจกรรมจัดเป็น 3 กลุ่มกิจกรรมเพื่อส่งเสริมภาวะพหุพลังแต่ละด้าน ได้แก่ กลุ่มกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านกรมีสุขภาพที่ดี กิจกรรมที่ส่งเสริมด้านกรมีส่วนร่วมทางสังคม และกิจกรรมที่ส่งเสริมด้านหลักประกันความมั่นคงในชีวิตและการออม ดังตารางสรุปกิจกรรมต่อไปนี้

เป้าหมาย	กิจกรรมสำคัญ (1-20)
1. เพื่อส่งเสริมด้านสุขภาพที่ดี	1. กิจกรรมออกกำลังกาย/ประยุกต์การรำท้องถิ้น 2. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับการเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ 3. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับการดูแลสุขภาพตนเองในชีวิตประจำวัน 4. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับอาหารและโภชนาการที่เหมาะสมวัย 5. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับความรู้ทางการแพทย์ทางเลือก / การใช้สมุนไพรที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ 6. กิจกรรมอบรมให้ความรู้และฝึกปฏิบัติเรื่องการปลูกพืชสวนครัวและสมุนไพรในครัวเรือน 7. กิจกรรมการฝึกจิตใจและทำสมาธิ 8. กิจกรรมการพัฒนาจิตใจร่วมกับพหุวัยชุมชน 9. กิจกรรมอบรมการสร้างความมั่นใจและคุณค่าแห่งตนกับการเดินทางท่องเที่ยวชุมชน 16. กิจกรรมการร่วมมือสร้างความเป็นกันเองและสันติภาพของผู้สูงอายุ 18. กิจกรรมการร่วมมือกันสืบสานและอนุรักษ์ 19. กิจกรรมสร้างความสามัคคีกีฬาสุขภาพ 20. กิจกรรมเยี่ยมเยียนบ้านสมาชิกผู้สูงอายุ
2. เพื่อส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	2. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับการเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ 8. กิจกรรมการพัฒนาจิตใจร่วมกับพหุวัยชุมชน 9. กิจกรรมอบรมการสร้างความมั่นใจและคุณค่าแห่งตนกับการเดินทางท่องเที่ยวชุมชน 10. กิจกรรมการฝึกอบรมการร่วมเป็นอาสาสมัครชุมชน 16. กิจกรรมการร่วมมือสร้างความเป็นกันเองและสันติภาพของผู้สูงอายุ 18. กิจกรรมการร่วมมือกันสืบสานและอนุรักษ์ 19. กิจกรรมสร้างความสามัคคีกีฬาสุขภาพ 20. กิจกรรมเยี่ยมเยียนบ้านสมาชิกผู้สูงอายุ
3. เพื่อส่งเสริมด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม	2. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับการเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ 11. กิจกรรมอบรมการให้ความรู้เกี่ยวกับกฎหมายและสิทธิประโยชน์ที่ผู้สูงอายุควรศึกษา 12. กิจกรรมอบรมการให้ความรู้ในเรื่องเกี่ยวกับการจัดการรายได้ บันทึกรายจ่าย และการออมครัวเรือน 13. กิจกรรมอบรมการให้ความรู้และนำไปใช้ในการจัดการสภาพแวดล้อมครัวเรือนที่มั่นคงปลอดภัยเหมาะสมกับผู้สูงอายุ 14. กิจกรรมการฝึกอบรมสร้างอาชีพฝึกทักษะและงานอดิเรกเสริมรายได้ 15. กิจกรรมอบรมการฝึกทักษะการใช้เทคโนโลยีและการสื่อสารในชีวิตประจำวัน 17. กิจกรรมอบรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการศึกษาตามอัธยาศัย ภาษาและความรู้สมัยใหม่

กำหนดการโครงการอบรมการทดลองใช้รูปแบบเพื่อพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ

รูปแบบการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS)

ณ ชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าช้าง จ.นครศรีธรรมราช (8 สัปดาห์)

ช่วงเวลา	กิจกรรม
8.00น.	ลงทะเบียน
9.00น.-10.00น.	บรรยายเรื่อง “ความสำคัญของการพัฒนาภาวะพลัดพลังของผู้สูงอายุไทย” /การเตรียมการและทำความเข้าใจโครงการพัฒนารูปแบบโดยคณะผู้วิจัย
10.00น.-11.30น.	นำเสนอรูปแบบและร่วมกันแสดงความคิดเห็น
11.30น.-13.00น.	พักรับประทานอาหาร
13.00น.-14.00น.	พิจารณารูปแบบ (ต่อ)
14.00น.-14.30น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.30น.-15.30น.	สรุปรูปแบบและกำหนดการดำเนินจัดกิจกรรม
15.30น.-16.00น.	ร่วมกิจกรรมสั้นทนาการ/ ปิดการประชุมเตรียมโครงการพัฒนารูปแบบ

โดยการจัดกิจกรรมโครงการในทุกวันจันทร์กับวันพุธ ในแต่ละสัปดาห์ เป็นเวลา 8 สัปดาห์ เริ่มงานกิจกรรมเมื่อ 1 ธันวาคม 2559 – 30 มีนาคม 2560 และประเมินผลติดตามหลังโครงการ 1 เดือน ใช้เวลาในการทดลองรูปแบบการส่งเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ณ ชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าช้าง จ.นครศรีธรรมราช รวมเป็นเวลา 4 เดือน (ธันวาคม 2559 - เมษายน 2560)

ตารางแสดงแผนการจัดกิจกรรมการสร้างเสริมภาวะพฤฒพลังชมรมผู้สูงอายุไทย PLS

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้า หมาย	ข้อเสนอ แนะ
1. กิจกรรมออกกำลังกายประจำวัน	1 ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	<p>- ก่อนเริ่มกิจกรรมหลัก ในการทดลองรูปแบบ คณะผู้วิจัยได้วัดระดับภาวะพฤฒพลังของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุตำบลท่าช้างจำนวน 30 ท่าน โดยใช้แบบประเมินการวัดระดับภาวะพฤฒพลัง(Pre) ที่ได้สร้างขึ้น และหลังทดลองรูปแบบในกิจกรรมจบโครงการแล้วจะทำการวัดระดับภาวะพฤฒพลัง(Post) ในขั้นสุดท้ายเพื่อเปรียบเทียบก่อนและหลังการทดลองร่างรูปแบบเพื่อปรับปรุงต่อไป</p> <p>- สำหรับเริ่มกิจกรรมการออกกำลังกายประจำวันถือเป็นกิจกรรมหลักสำคัญที่ส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้กับผู้สูงอายุ โดยการออกกำลังกายต้องเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และสามารถนำไปฝึกปฏิบัติเองได้ที่บ้าน</p> <p>โดยในการออกกำลังกายต้องคำนึงถึงปัจจัยที่จะส่งผลต่อผู้สูงอายุทั้งในเรื่องชนิด รูปแบบ ปริมาณและการพักระหว่างกิจกรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่เกิดอันตราย หรือผลข้างเคียงต่อร่างกาย ในขณะที่การออกกำลังกายจะลดความเครียด หัวใจปอดทำงานได้ดีขึ้น ระบบต่าง ๆ กล้ามเนื้อและข้อแข็งแรง ยืดหยุ่นๆได้ดี มีความทนทาน (Karper,1993)</p> <p>- เริ่มต้นด้วยการให้คำแนะนำและบรรยายการฝึกอบรมในเรื่อง การออกกำลังกายประจำวันที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุได้แก่</p> <p>กิจกรรมสร้างความยืดหยุ่นให้กับกล้ามเนื้อและข้อต่อ กิจกรรมแอโรบิค กิจกรรมไทเก๊ก กิจกรรมไม้พลอง และกิจกรรมฝึกโยคะ และในโครงการได้สลับกิจกรรมออกกำลังกายตามช่วงเวลาที่กำหนด (จันทร์ กับ พฤหัสบดี) ในช่วงกิจกรรมเช้า (9.00น.-10.00น.) และบางวันในช่วงบ่ายก่อนเลิกโครงการ</p> <p>ดังรายละเอียดกิจกรรม ดังนี้</p> <p>โดยเริ่มการอุ่นเครื่องร่างกาย ก่อนและหลังจากกิจกรรมออกกำลังกายเพื่อให้ร่างกายได้ปรับสภาพ เตรียมการอุ่นเครื่องประมาณ 5-10 นาที ทำโดยให้ผู้สูงอายุยกแขนทั้งซ้ายขวาขึ้นลงและขยับตัวไปมา สลับกันไปแล้วจึงเริ่มกิจกรรมหลักต่อไป</p>	1.ด้านสุขภาพที่ดี	<p>- สถานที่ควรมีความเหมาะสม อาคารปลอดภัย กว้างขวาง</p> <p>-ควรแนะนำผู้สูงอายุใช้รองเท้าที่เหมาะสมกับการออกกำลังกาย</p> <p>-ควรสอบถามโรคประจำตัว และข้อจำกัดอื่น ๆ ก่อนการดำเนินงานกิจกรรม</p>
1.1 กิจกรรมสร้างความยืดหยุ่นให้กับกล้ามเนื้อและข้อต่อผู้สูงอายุ	30-40 นาที		<p>-กิจกรรมเริ่มด้วยท่าลุก ยืนจากเก้าอี้เป็นการสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อผู้สูงอายุ โดยให้ผู้สูงอายุนั่งหลังตรง เท้าทั้งสองข้างติดพื้น มือทั้งสองข้างประสานไว้ที่หน้าอก แล้วลุกยืนขึ้นตรงจากเก้าอี้ แล้วให้นับจำนวนครั้งที่พอจะทำได้ (ประมาณ 5-10 นาที) และต่อมาให้ผู้สูงอายุย่อเท้ายกขึ้นไปมา เป็นการให้ผู้สูงอายุได้ยืดเส้นยืดสายที่ตั้งให้ผ่อนคลาย เริ่มจากยกเข่าตอนย่อให้สูงเท่าที่ผู้สูงอายุจะทำได้แล้วนับจำนวนครั้งที่พอทำได้ (ประมาณ 5-10นาที)</p>		-ควรสอบถามสุขภาพของผู้สูงอายุแต่ละท่านก่อนการอบรม

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
1.2 กิจกรรมแอโรบิค	30นาที		<p>-จากนั้นให้ผู้สูงอายุยกแขนเหยียดไปให้มากที่สุด ทำให้นานที่สุดเป็นการสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อไหล่ แล้วยกสลับขึ้นลงด้วย (ประมาณ 5-10นาที)</p> <p>-และให้ผู้สูงอายุทำท่าหมุนศีรษะเบาๆ สลับไปมา ซ้ายขวาไม่หมุนเร็วเกินไป นับจำนวนครั้งในการหมุนที่พอจะทำได้ และเอียงไปมา เป็นการเพิ่มความแข็งแรงให้กับข้อต่อศีรษะผู้สูงอายุ (ประมาณ 5 นาที)</p> <p>-กิจกรรมการเดินตามจังหวะเพลง เริ่มจากการเตรียมการหาเพลงที่ผู้สูงอายุสนใจฟังเป็นจังหวะที่ไม่เร็วเกินไป พุดคุยเลือกเพลงในการเดิน โดยการเดินตามจังหวะเพลงเป็นการออกกำลังกายที่กระตุ้นการทำงานทั้งกล้ามเนื้อ ในการแกว่งแขนไปมา การทำงานระบบหัวใจและการใช้ออกซิเจนในการหายใจให้มากขึ้น เป็นการออกกำลังกายที่มุ่งความสนุกสนานเพลิดเพลินในกิจกรรมควบคู่ไปกับการออกกำลังกาย</p>		-ผู้สูงอายุควรเลือกเพลงที่ชอบมาร่วมกิจกรรมและร่วมกัน
1.3 กิจกรรมไทเก๊ก	30นาที		<p>-กิจกรรมนี้มีความเหมาะสมในการออกกำลังกายอีกประเภทหนึ่ง ถือเป็นออกกำลังกายที่มุ่งการหายใจควบคู่กับการออกกำลังกายทางการเคลื่อนไหวที่ช้า หนักแน่นและค่อย ๆ ทำอย่างต่อเนื่อง เป็นการออกกำลังกายที่สร้างความสมดุลทั้งระบบ ช่วยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ระบบการหายใจ หัวใจ การหมุนเวียนเลือด ระบบประสาทการฝึกเพ่งมองตามการเคลื่อนไหว</p> <p>-กิจกรรมเริ่มโดยให้ผู้สูงอายุเคลื่อนไหวลำตัวไปมาอย่างนุ่มนวลและต่อเนื่อง เป็นการออกกำลังกายที่ช่วยลดความเครียด เป็นการบริหารลมปราณเพื่อสุขภาพ บางท่ามีการยกขาสลับแกว่งแขนไปมา โดยมีสมาชิกที่รำไทเก๊กได้ดีเป็นผู้ฝึกสอนท่าทางให้เหมาะสมกับกลุ่มสมาชิก</p>		
1.4 กิจกรรมรำไม้พลอง	30นาที		<p>-กิจกรรมนี้มีอุปกรณ์ประกอบคือไม้กระบอง หรือไม้พลอง มีขนาดเล็ก น้ำหนักเบา และใช้สำหรับการเพิ่มความสนุกสนาน เพลิดเพลินไปกับการใช้อุปกรณ์ประกอบในการออกกำลังกาย โดยเริ่มจากกานำไม้พลองมาใช้ในการให้การเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น ขนาดไม้ต้องพอดีกับรูปร่างของผู้สูงอายุ โดยการออกกำลังกายนี้สามารถเปิดเพลงประกอบการเคลื่อนไหวไปมา หรือไม้ใช้เพลงประกอบก็ได้ การใช้ไม้พลองมาช่วยในการสร้างสมดุลให้การออกกำลังกายเป็นไปได้อย่างดี และใช้การนับจำนวนครั้งในการเคลื่อนไหวท่าทาง</p>		- ควรเตรียมขนาดไม้ที่พอเหมาะและจำนวนไม้ให้พอเพียงต่อสมาชิกชมรม

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
1.5 กิจกรรมการฝึกโยคะ	30 นาที		<p>-วิทยากรนำคือผู้สูงอายุที่ได้ฝึกการรำไม้พลองมาเป็นผู้นำการออกกำลังกาย</p> <p>-กิจกรรมการฝึกโยคะสำหรับผู้สูงอายุ เน้นไปที่การบริหารกายและจิตใจให้เกิดความสมดุลทางความรู้สึก เกิดความสุขสงบ โดยท่าทางการเคลื่อนไหวได้บริหารผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ข้อต่อและเอ็นต่าง ๆ ซึ่งวิธีการออกกำลังกายนี้เป็นการฝึกร่างกายและการหายใจควบคู่กันไป</p> <p>-กิจกรรมการฝึกโยคะ เน้นว่าประโยชน์สูงสุดของโยคะควรฝึกหัดท่าทางร่วมกับด้านอื่น ๆ เช่น การกินอาหารสุขภาพหรือการนั่งสมาธิฝึกจิตใจควบคู่กันไป (มานพ ประภาษานนท์, 2542: 178)</p> <p>-โดยเริ่มจากการให้ผู้สูงอายุเดินช้า ๆ ค่อย ๆ ก้าวเดินลงสันเท้าก่อน และเริ่มเปลี่ยนไปเดินเร็วขึ้นควบคู่ไปกับการฝึกการหายใจ ให้ผ่อนลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ให้ผู้สูงอายุรับรู้ในการผ่อนลมมีสติกำกับ และฝึกหัดโยคะด้วย 9 ท่าทางสำคัญในการฝึกโยคะที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ</p> <p>ได้แก่ ท่าการนั่งขัดสมาธิ แล้วหายใจเต็มปอดเข้า-ออก นับ10ครั้งและทำซ้ำ ,ท่าการยืนเหยียดตรง เท้าชิดกันมือแนบลำตัว จะพนมมือก็ได้ไว้ที่หน้าอก หายใจเข้า-ออกนับครึ่งเช่นกัน, ท่าการยืนตรงมือทั้งสองประสานกันแบบนมัสการ แล้วยกเท้าขวาขึ้น เท้าซ้ายรับน้ำหนักยึดตัวขึ้น เหยียดมือขึ้นเหนือศีรษะ ทำค้างไว้ นับลมหายใจเข้า-ออกตามความเหมาะสม , ท่าคล้ายกับท่าที่สอง แยกเท้าออก กางแขนออกขนานกับพื้น หมุนเท้าเฉียงเล็กน้อย เหยียดแขนทั้งสองข้าง แขนซ้ายไปทางซ้าย แขนขวาไปทางขวา แขนทั้งสองขนานกับพื้นหันหน้าไปทางซ้ายมองที่ปลายนิ้ว ยึดให้ได้มากที่สุด นับลมหายใจเข้า-ออก แล้วคลายตัว , ท่านอนขัดสมาธิ นับลมหายใจเข้า-ออกแล้วคลายพอสสมควร, ท่านั่งบิดเอว นั่งเหยียดเท้าซ้ายตั้งฝ่าเท้า เท้าขวาวางคร่อมเข้าซ้าย หลังตรง หายใจเข้า-ออกยกแขนขึ้นเหนือศีรษะ แล้วหายใจออก แขนซ้ายขัดเข้าขวา แล้วอ้อมมาจับฝ่าเท้าด้านนอก หายใจเข้า-ออกพร้อมบิดตัว คลายตัว ทำเริ่มต้นอีกนับครึ่งตามความเหมาะสม, ท่าก้มหน้า เริ่มจากท่าคานาน ขาและเข่ากางเท่าสะโพก เอามือดันพื้น แล้วยกเข้าขึ้นขาตรง เลื่อนมือไปข้างหน้า เกร็งขาตรงให้เท้าติดพื้น หายใจเข้า-ออก นับครึ่งพอสสมควร, ทำยืนก้มตัว เป็นท่ายืนตรงแล้วก้มตัวให้ได้มากที่สุด ให้มือจับเข้าแล้วค่อย ๆ เลื่อนไปจับขาทั้งสอง หายใจเข้า-ออกนับครึ่งพอสสมควร, ท่าศพ เป็นท่าที่ช่วยผ่อนคลายมาก โดยการนอนหงายราบพื้น เหยียดขาแขน ให้ผ่อนคลายเหมือนนอนแบบศพ แล้วหายใจเข้า-ออกอย่างมีสติ ผ่อนคลายจิตใจนับครึ่งตามความเหมาะสม</p>		<p>-กิจกรรมโยคะควรเน้นท่าการฝึกที่ผู้สูงอายุไม่เจ็บปวดหรือใช้ระยะเวลาไม่มาก และการฝึกโยคะเน้นการได้ฝึกการหายใจให้ถูกต้องเพื่อสุขภาพที่ดี</p>

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
2. กิจกรรมการให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับการเป็นผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรม	1-2 ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ: P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง: L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-วิทยากรนำการออกกำลังกายโยคะคณะวิทยากรอสม.ชุมชน ร่วมกับคณะผู้วิจัย -กิจกรรมการอบรมและให้ความรู้จากวิทยากรภายนอก ในเรื่องความสำคัญของการเป็นผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมดี อันประกอบด้วย การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดี การส่งเสริมด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และการส่งเสริมด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม ทั้ง3 ด้านสำคัญตามกรอบแนวคิดที่องค์การอนามัยโลกได้วางกรอบไว้ให้ทั่วโลกได้ส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ เห็นคุณค่าแห่งตน มีศักดิ์ศรีแห่งวัยและพึ่งพาตนเองได้ในประเด็นความรู้รวมทั้งปัญหาที่ผ่านมาของผู้สูงอายุไทยในอดีต การสร้างความเข้าใจและท้ายสุดภาวะพฤติกรรมดีจะเป็นพลังสูงวัยที่จะพัฒนาร่วมกันในสังคมไทยอย่างยั่งยืนต่อไปอย่างไร -ร่วมแลกเปลี่ยนพูดคุยหลังการให้ความรู้ในประเด็นสำคัญและเพื่อปรับปรุงการจัดอบรมต่อไป -วิทยากรเป็นคณะผู้วิจัย	1. ด้านสุขภาพที่ดี 2. ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม และ3. ด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม	
3.กิจกรรมการให้ความรู้ในเรื่องผู้สูงอายุกับการดูแลสุขภาพตนเองในชีวิตประจำวันและกิจกรรมตรวจสุขภาพ	1-2 ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง: L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-กิจกรรมการอบรมและให้ความรู้จากวิทยากรภายนอก ในเรื่องผู้สูงอายุกับการดูแลสุขภาพตนเองในชีวิตประจำวัน โดยประเด็นสำคัญเพื่อให้ผู้สูงอายุตระหนักในความสำคัญในการดูแลตนเองตั้งแต่ตื่นนอน ทำกิจวัตรประจำวัน การเข้าร่วมกิจกรรม การบำรุงรักษาตนเอง จนกระทั่งช่วงเข้านอนในเวลากลางคืน ในเวลาชีวิตประจำวันผู้สูงอายุควรจะมีการแบ่งเวลาในการดูแลตนเองทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจอย่างไรบ้าง -ร่วมแลกเปลี่ยนพูดคุยหลังการให้ความรู้ในประเด็นสำคัญ -วิทยากรเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านการส่งเสริมสุขภาพ (คณะอาสาสมัครสาธารณสุขประจำตำบล) -กิจกรรมการตรวจสุขภาพให้ผู้สูงอายุ โดยการชั่งน้ำหนัก-วัดส่วนสูง,วัดความดัน-ค่าชีพจร ชักถามสุขภาพทั่วไป	1. ด้านสุขภาพที่ดี	-ควรเน้นการให้ได้แลกเปลี่ยนพูดคุยและตอบคำถามในเรื่องปัญหาและความต้องการในการดูแลตัวเอง

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
4.กิจกรรมการให้ความรู้ในเรื่องอาหารสุขภาพและโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1-2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-กิจกรรมการอบรมและให้ความรู้จากวิทยากรภายนอก ในเรื่อง อาหาร สุขภาพและหลักโภชนาการที่เหมาะสมวัยผู้สูงอายุ ในประเด็นสำคัญ ได้แก่ ผู้สูงอายุกับอาหารสุขภาพ หลักการดูแลในเรื่องการเลือกบริโภค หลักโภชนาการกับคุณภาพชีวิต โดยนำความรู้ที่ได้จากการอบรมไปใช้ในการเลือกบริโภคอาหาร การดูแลตนเองในการรับประทานอย่างถูกหลักโภชนาการได้เองที่บ้าน -ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในเรื่องการทานอาหาร อาหารแต่ละประเภท หลักโภชนาการที่เหมาะสม เป็นต้น -วิทยากรเป็นผู้ทรงคุณวุฒิด้านการส่งเสริมสุขภาพ (คณะอาสาสมัครสาธารณสุขประจำตำบล) และคณะผู้วิจัย	1. ด้านสุขภาพที่ดี	-ควรมีตัวอย่างอาหารหรือผักผลไม้ในการอบรมเพื่อให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจร่วมกันในความรู้ของกิจกรรมนี้
5.กิจกรรมการให้ความรู้ทางการแพทย์ทางเลือก และการใช้สมุนไพรไทยที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1-2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-กิจกรรมการอบรมและให้ความรู้จากวิทยากรภายนอกหรือ ปรากฏชาวบ้าน ในเรื่อง ความรู้ในการดูแลตนเองจากการแพทย์ทางเลือกที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ได้แก่ ความรู้จากกรนวดไทย การประคบ การฝังเข็ม หมอพื้นบ้าน ตำรับยาพื้นบ้าน โดยการให้ความรู้และอบรมวิธีการดูแลตนเองเบื้องต้น ทั้งในส่วนการรักษาพยาบาลตนเอง การนวดผ่อนคลาย การใช้สมุนไพรพื้นบ้านในครัวเรือน เป็นต้น -วิทยากรเป็นสมาชิกผู้สูงอายุที่เป็นปรากฏชาวบ้านมีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน ได้แก่ ด้านสมุนไพรพื้นบ้าน ด้านการนวดไทย และด้านการฝังเข็ม -หลังกิจกรรมพูดคุยสอบถามการให้ความรู้และอบรมเพื่อปรับปรุงต่อไป	1. ด้านสุขภาพที่ดี 2. ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	-ควรเน้นสมุนไพรที่ใกล้ตัวมีอยู่ในท้องถิ่น และสามารถให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ด้วยตนเองได้
6.กิจกรรมการให้ความรู้และฝึกทักษะในการปลูกพืชสวนครัว และสมุนไพร		1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ	-เริ่มจากกิจกรรมการอบรมและให้ความรู้จากวิทยากรภายนอก ซึ่งในกิจกรรมนี้วิทยากรมาจากส่วนเครือข่ายองค์การการศึกษาท้องถิ่นที่มีความรู้ในด้านพืช การเกษตรกรรม สรรพคุณทางยาของสมุนไพร เมนูอาหารที่ทำทานเองได้ในครัวเรือนและร่วมกันปลูกพืชหลังการอบรมด้วย -ร่วมแลกเปลี่ยนความรู้การปลูกพืชชนิดต่าง ๆ และพืชที่เหมาะสมกับการดูแลรักษาสุขภาพผู้สูงอายุได้ดี สรรพคุณของสมุนไพรแต่ละชนิด อาหารที่ดีต่อสุขภาพด้วย	1.ด้านสุขภาพที่ดี	1.เตรียมอุปกรณ์ในการปลูกพืชและร่วมกับชุมชนท้องถิ่นได้ทำกิจกรรมร่วมกัน

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
7.กิจกรรมการฝึกอบรมจิตใจและการฝึกสมาธิ	2 ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	<p>-โดยสมุนไพรมะขามที่มีไว้ในครัวเรือน ได้แก่ ฟ้าทะลายโจร ขมิ้นชัน น้ำมันเหลือง เป็นต้น</p> <p>-พืชผักสวนครัว ได้แก่ ปลูกมะนาว พริกขี้หนู โหระพา ตะไคร้ ชะพลู เป็นต้น</p> <p>-วิทยากรเป็นคณบดีศึกษาสาขาการเกษตร จากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช (เครือข่ายท้องถิ่น) ร่วมกับปราชญ์ชาวบ้านในการให้ความรู้และฝึกปฏิบัติร่วมกัน</p> <p>-หลังกิจกรรมพูดคุยสอบถามการให้ความรู้และอบรมเพื่อปรับปรุงต่อไป</p> <p>-เริ่มจากการเตรียมตัวให้ผู้สูงอายุผ่อนคลายในกิจกรรมอบรมครั้งนี้ การฝึกอบรมจิตใจถือเป็นกิจกรรมการอบรมที่พัฒนาสุขภาพจิตในระยะยาว ผู้สูงอายุสามารถนำหลักการไปฝึกปฏิบัติได้ทั้งที่บ้านและในชีวิตประจำวัน ก่อให้เกิดความสุขใจ สดชื่นแจ่มใส ผ่อนคลายสมองและระบบต่าง ๆ ในร่างกาย โดยตั้งแต่การฝึกสมาธิ ดูลมหายใจเข้าออก ผู้สูงอายุบางคน จะใช้การฝึกตามความถนัดหรือสนใจควบคุมไปก็ได้ เช่น การเดินช้า ๆ ย่างเท้าไปมา การบริกรรมนึกคำต่าง ๆ ขณะลมหายใจเข้าออก การเคลื่อนไหวมืออย่างช้า ๆ ยกขึ้นยกลง เป็นต้น คุณประโยชน์ของสมาธิที่มีต่อผู้สูงอายุนั้นมีคุณค่ามาก ด้วยวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงไป เร็วแรงก็อาจจะน้อยลง การฝึกสมาธิจะเป็นการให้ผู้สูงอายุได้รู้สึกตัวมีสติ และส่งผลให้ระบบต่าง ๆ ในร่างกายมีความสมดุล รวมทั้งส่งเสริมการคิด ความสุขและพลังใจเห็นคุณค่าในตนเอง การรู้สึกมีความหมาย หลังจากการอบรมให้ผู้สูงอายุได้ไปฝึกปฏิบัติที่บ้านอย่างสม่ำเสมอ โดยคณะวิจัยติดตามผลหลังจากนั้นด้วยการสอบถามพูดคุยอีกด้วย</p> <p>-วิธีการฝึกอบรมสมาธิ ได้แก่ การนั่งสมาธิดูลมหายใจเข้าออกอย่างมีจังหวะและไม่เร่งรีบ (20-30นาที) ,การนั่งสมาธิแล้วยกมือเคลื่อนไหวช้า ๆ อย่างมีสติรู้ตัว นับจำนวนการยกขึ้นลงของมือ (แนวทางสมาธิเคลื่อนไหว) ใช้เวลา (20-30นาที) , การฝึกเดินจงกรม เป็นการเดินอย่างมีสติ การก้าวอย่างไม่ช้าไม่เร็วเกินไป จะนับครึ่งหรือเดินก้าวตามสะดวก เดินได้ระยะก็เดินกลับไปมา(20-30นาที),การนั่งสมาธิโดยมีการใช้คำบริกรรมกำกับตามความสนใจ เวลา(20-30นาที เป็นต้น</p> <p>-โดยหลังจากจบการอบรมกิจกรรมการฝึกจิตใจและทำสมาธิแล้ว ทำการติดตามหลังจากให้ผู้สูงอายุไปฝึกปฏิบัติที่บ้าน และให้กำหนดเป็นตารางของการฝึกฝนว่าหนึ่งวันได้ทำหรือไม่ หรือใน1สัปดาห์ได้ลงมือฝึกฝนกี่วัน เป็นต้น แล้วมาพูดคุยรายงานผลที่ได้จากการฝึกฝนว่าส่งเสริมสุขภาพจิต หรือความสุขในชีวิต</p>	1.ด้านสุขภาพที่ดี	2.จัดสถานที่นอกอาคารให้เหมาะสมกับกิจกรรมการฝึกทักษะการปลูกพืชต่าง ๆ

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
8.กิจกรรมร่วมใจถึงใจกับพหุวัยท้องถิ่น	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-วิทยากรเป็นคณะผู้วิจัยกับอาจารย์อาสาสมัครจากวัดในจังหวัดนครศรีธรรมราชได้ร่วมกันฝึกอบรมเพื่อพัฒนาจิตใจผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุ โดยเน้นกิจกรรมตามความสนใจ ความถนัดในการฝึกอบรม และการแบ่งเวลากิจกรรมตามช่วงเวลามีการพักผ่อนให้ผู้สูงอายุเป็นระยะเพื่อไม่ให้ผู้สูงอายุมีความอึดอัด หรือเหนื่อยจนเกินไปสำหรับกิจกรรมฝึกอบรมจิตใจดังกล่าว -ในกิจกรรมนี้ได้มุ่งจัดกิจกรรมฝึกจิตใจร่วมกันระหว่างผู้สูงอายุกับคนวัยต่าง ๆ ในชุมชน เป็นการให้ทุกวัยได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาจิตใจร่วมกับผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมกับทางวัดในท้องถิ่น การไปฟังธรรมเทศนาตามกาล การถวายภัตตาหารพระภิกษุร่วมกัน การร่วมกันตักบาตร และการจัดงานตามประเพณีร่วมกัน โดยจัดกิจกรรมกับทางวัด ไปร่วมงานกันที่วัด และในบางกิจกรรมนิมนต์พระสงฆ์มาแสดงธรรมในประเด็นเรื่องเกี่ยวกับการเตรียมตัวตาย การอยู่อย่างมีความสุข และการเผชิญกับโรคภัยอย่างมีสติ -โดยกิจกรรมนี้มุ่งการมีส่วนร่วมกันของคนในชุมชนมาพร้อมกับผู้สูงอายุเพื่อให้เกิดความรัก สามัคคีและทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่ากับคนในชุมชน -วิทยากร พระสงฆ์วัดท้องถิ่นในจังหวัดนครศรีธรรมราช ร่วมกับชาวบ้านทั้งส่วนเด็กนักเรียน ผู้ปกครองนักเรียน ผู้ใหญ่บ้าน อบต. เจ้าหน้าที่ อาสาสมัครต่าง ๆ เพื่อร่วมกิจกรรมกับผู้สูงอายุตามประเพณีท้องถิ่น และบางช่วงจัดในชมรมผู้สูงอายุ	1.ด้านสุขภาพที่ดี 2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	
9.กิจกรรมผู้สูงอายุคุณค่ากับการเดินทางท่องเที่ยวชุมชน	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-กิจกรรมนี้เป็นการสร้างกำลังใจให้สมาชิกชมรมได้ร่วมกันออกเดินทางทัศนศึกษาในท้องถิ่นชุมชน โดยเป็นการจัดแบ่งหน้าที่ในการจัดกิจกรรมออกเป็นกลุ่มๆให้ทุกคนได้มีส่วนร่วมในการไปศึกษาและร่วมกันท่องเที่ยวกัน ทำให้เกิดความรักและสามัคคีกันในกลุ่มสมาชิก การรู้จักกันและกัน และฝึกการทำงานตามที่พอสมควร เริ่มจากการจัดกลุ่มวางแผนเตรียมการ การลงมือหาข้อมูลแผนท่องเที่ยวชุมชน ส่งตัวแทนเล่าสถานที่ความเป็นมา จัดกิจกรรมบันเทิงระหว่างเดินทาง และการจัดกลุ่มบริการอาหาร น้ำดื่ม ฝ่ายพยาบาลระหว่างการเดินทางด้วย รวมทั้งการบันทึกกิจกรรมการเดินทางและร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การท่องเที่ยวชุมชนหลังจัดกิจกรรมแล้ว	1.ด้านสุขภาพที่ดี 2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	1.กิจกรรมนี้เป็นลักษณะเน้นการร่วมมือของคนในชุมชนโดยกรณีผู้สูงอายุในชมรมนับถือศาสนาอื่น ๆ ก็เชิญนักบวชและผู้นำ

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
10.กิจกรรมการฝึกอบรมอาสาสมัครชุมชน	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-กิจกรรมการฝึกอบรมที่เป็นการสร้างผู้สูงอายุในชมรมให้เป็นผู้ที่พร้อมจะเสียสละความสามารถของตนเองและความสนใจในกิจกรรมสาธารณะเพื่อช่วยเหลือ พัฒนาชุมชนท้องถิ่นที่อยู่ร่วมกัน อันได้แก่ -การบรรยายและอบรมการให้ความรู้จิตอาสาในการช่วยเหลือผู้ป่วยในโรงพยาบาล -การบรรยายและอบรมการให้ความรู้กิจกรรมอาสาเลี้ยงเด็กศูนย์พัฒนาเด็กเล็กประจำอบต. -การบรรยายและอบรมการให้ความรู้กรณีการดูแลผู้ป่วยติดเตียง -การบรรยายและอบรมการให้ความรู้การสนองงานอดิเรกแก่บุคคลทั่วไปตามสถานที่ราชการ ชมรม องค์กรต่าง ๆ ในชุมชน -การให้ความรู้และร่วมแลกเปลี่ยนกับอาสาสมัครเป็นการสร้างความมั่นใจและการเห็นคุณค่าตนเองแก่ผู้สูงอายุ รวมทั้งกิจกรรมนี้ยังส่งเสริมการมีส่วนร่วมกันแบบ “จพห่วย” -วิทยากรเป็นคณะอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน ผู้สูงอายุในชมรมที่มีความสามารถ และคณะผู้วิจัย -หลังกิจกรรมติดตามผลประเมินความคิดเห็นจากการร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนหลังงานกิจกรรม	1.ด้านสุขภาพที่ดี 2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	ผู้นำศาสนามาร่วมกันแลกเปลี่ยนและจัดกิจกรรมตามศาสนาที่นับถือร่วมกัน
11.กิจกรรมการอบรมและให้ความรู้เกี่ยวกับกฎหมาย และสิทธิประโยชน์ที่ผู้สูงอายุควรรู้			-กิจกรรมการฟังการบรรยายในด้านเนื้อหาเกี่ยวกับกฎหมายและสิทธิของผู้สูงอายุในสาระเกี่ยวข้องกับคุณค่าแห่งความเป็นมนุษย์ สิทธิและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุ ปณิญาแห่งผู้สูงอายุไทย กฎหมายในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุควรรู้และในเรื่องกฎหมายสิทธิประโยชน์ที่ผู้สูงอายุได้รับต่าง ๆ โดยการบรรยายจากวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ (คณาจารย์สาขากฎหมายจากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช) /เจ้าหน้าที่ภาครัฐ -มีการจัดประกวดใจอาสาดีเด่นให้รางวัลแก่ผู้สูงอายุที่มีใจอาสา -ติดตามประเมินผลความรู้ความคิดเห็นหลังกิจกรรมจากการพูดคุยแลกเปลี่ยน		-ควรเน้นสาระที่เป็นปัญหาใกล้ตัวของผู้สูงอายุและให้ทุกคนได้ร่วมกันแลกเปลี่ยนประสบการณ์

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
12.กิจกรรมการบรรยายความรู้เกี่ยวกับการจัดการรายได้และการออมเงินในวัยสูงอายุ	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-กิจกรรมการร่วมฟังบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับเนื้อหาการจัดการทางการเงินที่เหมาะสม และการร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการหารายได้เสริม และการออมของผู้สูงอายุ ร่วมกันจัดทำบันทึกการใช้จ่ายของตนเองในแต่ละวัน ใน1สัปดาห์ เพื่อเป็นข้อมูลร่วมกันรวมทั้งการจัดระเบียบการออมเงินในระดับที่เหมาะสม -วิทยากรบรรยายจากเจ้าหน้าที่ธนาคารภาครัฐและเอกชน -จัดทำบันทึกรายรับ-รายจ่ายของผู้สูงอายุ -ติดตามผลจากการบรรยายหลังกิจกรรมโดยการพูดคุยสอบถามความคิดเห็น	3.ความมั่นคงในชีวิตและการออม	
13.กิจกรรมการบรรยายความรู้เกี่ยวกับการจัดการสภาพแวดล้อมที่มั่นคงปลอดภัยเหมาะสมกับผู้สูงอายุ	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-สาระในการบรรยายในกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการจัดการสภาพแวดล้อมที่มั่นคงปลอดภัยเหมาะสมกับผู้สูงอายุที่จำเป็นอย่างยั้งที่ต้องมีการจัดองค์ประกอบทั้ง อาคาร ห้องกิจกรรม ห้องน้ำ ห้องอเนกประสงค์ ตู้ขึ้นเก็บของใช้ส่วนตัว พื้น ราวจับ บันได ความลาดชันของพื้นที่ สัดส่วนการจัดการ สภาพโดยทั่วไป เป็นต้น สภาพการจัดการที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุนั้นเป็นการให้ความรู้ตามแนวคิด Universal Design (UD) ที่เป็นแนวทางการออกแบบและการจัดการให้มีความเหมาะสมกับทุกกลุ่มทุกวัย ถือเป็นแนวทางที่ส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก ซึ่งการบรรยายให้ความรู้สามารถนำไปปรับปรุงสภาพบ้านเรือนที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุได้ด้วย -วิทยากรการบรรยายจากคณะชมรมผู้สูงอายุดีเด่น และคณะผู้วิจัย -ติดตามผลการนำความรู้มาปรับปรุงที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในครัวเรือนโดยการพูดคุยสอบถามร่วมแลกเปลี่ยน รวมทั้งการติดตามเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุหลังการจัดโครงการ	3.ด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม	-ควรให้ผู้สูงอายุได้ร่วมจัดหรือลงมือปรับสภาพแวดล้อมตามกำลังและเน้นตามความต้องการของผู้สูงอายุเป็นหลัก
14. กิจกรรมการบรรยายและฝึกอบรมสร้างอาชีพและฝึกทักษะที่เหมาะสม	4ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-เป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นการสร้างอาชีพที่จะก่อให้เกิดรายได้ ฝึกทักษะงานและเป็นงานอดิเรกสร้างคุณค่าตนเอง โดยกิจกรรมอบรมและให้ความรู้มีสาระกิจกรรมเริ่มจากกรฟังบรรยายจากวิทยากรที่มีความสามารถ ความถนัดในกิจกรรมเสริมอาชีพ งานอดิเรกหลากหลายสาขาซึ่งเป็นวิทยากรท้องถิ่น ปราชญ์ชาวบ้าน คุณครูโรงเรียนชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุขที่มีใจอาสาสามารถบรรยายและฝึกอบรมอาชีพและทักษะเสริมที่ก่อคุณประโยชน์แก่ผู้สูงอายุในการนำไปเสริมรายได้และทำให้เกิดคุณค่าของตนเองรู้สึกเพลิดเพลินรวมทั้งเป็นเกิดการมีส่วนร่วมแบบ “พหุวัย” ด้วยให้ทุกวัยได้เข้าร่วมกัน	2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม 3.ด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม	-การเตรียมอุปกรณ์ในการฝึกทักษะอาชีพให้ครบถ้วน

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
15.กิจกรรมการฝึกอบรมการใช้เทคโนโลยีและการสื่อสารในชีวิตประจำวันที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	<p>โดยในกิจกรรมนี้ ประกอบด้วย</p> <ul style="list-style-type: none"> -ได้แก่ กิจกรรมการทำงานประดิษฐ์ การทำดอกไม้จันทน์ หมอนมงคล ยาหม่องยามคม ตะกร้าสาน ของชำร่วยงานมงคล กิจกรรมฝึกฝนการจัดดอกไม้ กิจกรรมการวาดรูปและงานปัก -ติดตามผลการประเมินกิจกรรมโดยการแลกเปลี่ยนสอบถามประโยชน์และรายได้หลังจบกิจกรรม -รวมทั้งในระหว่างการฝึกอบรมมีการประกวดผลงานดีเด่น มีการมอบรางวัลให้กับผู้สูงอายุที่มีความโดดเด่นจากผลงานนั้น ๆ <p>-เป็นกิจกรรมที่มุ่งให้ผู้สูงอายุได้ทำความเข้าใจในเรื่องการใช้เทคโนโลยีและการสื่อสารในชีวิตประจำวัน โดยการได้รับความรู้จากวิทยากรภาครัฐ องค์กรส่วนท้องถิ่นในการเข้ามาให้ความรู้ การใช้เครื่องมือ อุปกรณ์ เช่น คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์ ซึ่งการบรรยายเป็นการร่วมมือระหว่างกันเพื่อลดช่องว่างระหว่างวัย เพื่อสร้างทักษะการเข้าถึงเทคโนโลยีแก่ผู้สูงอายุ และเกิดการพัฒนาตนเองอยู่เสมอจากการได้รับข่าวสารต่าง ๆ ความรู้ใหม่ๆในเรื่องสุขภาพ การดูแลตนเอง การสื่อสาร การพัฒนาตนเองอื่น ๆ</p> <p>-วิทยากรการบรรยายจากคณะเจ้าหน้าที่อบต. ท้องถิ่นและคณะอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชน</p> <p>-ติดตามผลการประเมินกิจกรรมโดยการแลกเปลี่ยนสอบถามประโยชน์ และทักษะการใช้เทคโนโลยีหลังจบกิจกรรม</p>	2. ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม 3.ด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม	- การเตรียมอุปกรณ์ที่เหมาะสมและวิทยากรควรให้ผู้สูงอายุได้ฝึกฝนด้วยตนเอง
16.กิจกรรมการสร้างความบันเทิงและสันทนาการแก่ผู้สูงอายุ	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ	<p>-กิจกรรมในการสร้างเสริมความสุข ความบันเทิง และกิจกรรมสันทนาการให้แก่ผู้สูงอายุเป็นการร่วมมือการร่วมกิจกรรมกับเครือข่ายท้องถิ่นชุมชน โดยมีการแบ่งกลุ่ม แบ่งการจัดหน้าที่ในแต่ละกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งกิจกรรมสันทนาการทุกท้องถิ่นชมรมจะมีกิจกรรมด้านนี้ โดยกิจกรรมสันทนาการสามารถนำไปสอดแทรกในกิจกรรมการให้สาระความรู้ด้านต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุผ่อนคลาย และสามารถกระตุ้นความสนใจเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ได้ด้วย</p> <p>โดยกิจกรรมสำคัญ มีรายละเอียด ดังนี้</p>	1.ด้านสุขภาพที่ดี 2. ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	-ควรเตรียมเครื่องดนตรีและอุปกรณ์เพิ่มเติมสำหรับสันทนาการที่หลากหลาย

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
17.กิจกรรมการบรรยายเกี่ยวกับการศึกษาด้านภาษาและความรู้สมัยใหม่ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	อันได้แก่ -กิจกรรมร้องรำทำเพลง การร่วมกันฝึกร้องเพลงประจำชมรมผู้สูงอายุ รวมทั้งการร่วมกันเลือกเพลงมาร้องต่อเพลงกัน -กิจกรรมดนตรีเสริมสุข ให้ผู้สูงอายุเล่นดนตรีตามความสนใจร่วมกับวัยอื่น ๆ เป็นลักษณะกิจกรรมพหุวัย -กิจกรรมเกมส์ปาร์ตี้วันเกิด จัดกิจกรรมในแต่ละเดือนแก่ผู้สูงอายุที่มีวันเกิดเดือนนั้น ๆ เพื่อสร้างความรู้สึที่ดี ๆ ร่วมกัน ให้สมาชิกมีความรักและสามัคคี ร่วมอวยพรให้กัน -กิจกรรมเล่นหมากรุก -กิจกรรมเล่นไพ่เพื่อเสริมพัฒนาความจำ เป็นการเล่นไพ่เพื่อสุขภาพ การให้ผู้สูงอายุได้ฝึกทักษะความจำ ให้สมองได้มีการพัฒนาเป็นกิจกรรมสันตนาการที่ได้รับการยอมรับในงานวิจัยต่างประเทศ และเหมาะสมกับการเป็นกิจกรรมชมรมในช่วงเวลาพักผ่อนประจำวันด้วย -กิจกรรมการศึกษาดูงานชมรมต่างถิ่นต้นแบบ เป็นกิจกรรมที่เพื่อเสริมผู้สูงอายุให้เกิดความกระตือรือร้นในการพัฒนาตนเองจากประสบการณ์เยี่ยมชมชมรมต้นแบบที่มีการจัดการตนเองที่ดีต้น สามารถนำมาปรับใช้พัฒนาทั้งผู้สูงอายุและชมรมได้อีกด้วย -ติดตามผลการประเมินกิจกรรมโดยการแลกเปลี่ยนสอบถามประโยชน์ และทักษะกิจกรรม ประสบการณ์ร่วมกันหลังจบกิจกรรม -สาระกิจกรรมมุ่งการให้ความรู้เกี่ยวกับการศึกษา ภาษาและความรู้สมัยใหม่ที่ทันสมัยที่ทันสมัยทันสมัย เป็นการมีส่วนร่วมแบบพหุวัยที่เปิดให้ทุกวัยได้ร่วมกิจกรรมกับผู้สูงอายุ รวมทั้งแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็น ประสบการณ์ต่าง ๆ ร่วมกันอีกด้วย -วิทยากรจากคณะครูต่างประเทศโรงเรียนในชุมชน -ติดตามผลการประเมินกิจกรรมโดยการแลกเปลี่ยนสอบถามประโยชน์ และทักษะกิจกรรม ประสบการณ์ร่วมกันหลังจบกิจกรรม	1.ด้านสุขภาพที่ดี 2. ด้านการมีส่วนร่วม ร่วมทางสังคม	-ควรมีการสอดแทรกกิจกรรมบันเทิงหรือการให้ผู้สูงอายุแลกเปลี่ยนความเห็นในกิจกรรม รวมทั้งเปิดโอกาสให้ลองนำเสนอจากการเรียนรู้กิจกรรมภาษา

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
18. กิจกรรมการสืบสานและอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่น	2 ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-เป็นกิจกรรมที่มีสาระกิจกรรมที่มุ่งให้ผู้สูงอายุได้ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในกิจกรรมทางวัฒนธรรมต่าง ๆ ประเพณีผ่านการแต่งกาย การเล่าเรื่อง รวมทั้งการร่วมกิจกรรมร่วมกัน เพื่อเป็นการรักษา สืบสานประเพณีวัฒนธรรมท้องถิ่นอันภาคภูมิใจของแต่ละชุมชน -โดยการให้ผู้สูงอายุร่วมกิจกรรมประเพณีท้องถิ่นแล้วมาเล่าเรื่องราว ถ่ายทอดประสบการณ์ให้แก่กัน -การเปิดให้เครือข่ายท้องถิ่นจากภายนอกได้เข้าร่วมกิจกรรมและจัดการประกวดงานประจำปีร่วมกัน เกิดลักษณะแบบพหุวัยที่ทุกวัยได้เข้าร่วมกิจกรรม ร่วมแลกเปลี่ยนกัน เป็นการจัดประกวดที่ชมรมผู้สูงอายุได้ให้ทุกส่วนทางชุมชนมาร่วมกันจัดงาน ปีละ1-2ครั้งตามความเหมาะสม -มีการมอบรางวัลเพื่อการสร้างความภาคภูมิใจ -ติดตามผลการประเมินกิจกรรมโดยการแลกเปลี่ยนสอบถามประโยชน์ และทักษะกิจกรรม ประสบการณ์ร่วมกันหลังจบกิจกรรม และการเปิดให้เครือข่ายท้องถิ่นจากภายนอกได้เข้าร่วมกิจกรรมและจัดการประกวดงานประจำปีร่วมกัน เกิดลักษณะแบบพหุวัยที่ทุกวัยได้เข้าร่วมกิจกรรม ร่วมแลกเปลี่ยนกัน เป็นการจัดประกวดที่ชมรมผู้สูงอายุได้ให้ทุกส่วนทางชุมชนมาร่วมกันจัดงาน ปีละ1-2ครั้งตามความเหมาะสม -มีการมอบรางวัลเพื่อการสร้างความภาคภูมิใจ -ติดตามผลการประเมินกิจกรรมโดยการแลกเปลี่ยนสอบถามประโยชน์ และทักษะกิจกรรม ประสบการณ์ร่วมกันหลังจบกิจกรรม	1.ด้านสุขภาพที่ดี 2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	-ควรเน้นให้แต่ละชมรมได้ถ่ายทอดเชิงวัฒนธรรมและจัดกิจกรรมการร่วมมือกับคนหลายวัยด้วย และเน้นการให้ทุกคนได้ร่วมกันจัดกิจกรรม
19.กิจกรรมกีฬาสี่พหุวัย	2 ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	-กิจกรรมการจัดแข่งกีฬาสี่พหุวัยเป็นการจัดเพื่อความรักและความสามัคคีแก่คนทุกวัยร่วมกันในชุมชน โดยทำการคัดเลือกประเภทกีฬาและผู้เล่นที่เหมาะสม มีสุขภาพดี มีความถนัดในกีฬามาเป็นตัวแทนของกลุ่มต่าง ๆ ซึ่งจัดขึ้นเป็นโครงการกิจกรรมขอความร่วมมือกับเครือข่ายท้องถิ่นถือเป็นกิจกรรมที่ร่วมกันส่งเสริมความเข้มแข็งในชุมชนด้วย รวมทั้งก่อให้เกิดกำลังใจ คุณค่าตนเองของผู้สูงอายุในระยะสั้น และระยะยาว กำหนดเป็นกีฬาประจำชมรม ได้แก่ เปตอง เดิน-วิ่ง ปั่นจักรยาน ชกกระเฮอร์ และหมากรูก --มีการมอบรางวัลเพื่อการสร้างความภาคภูมิใจ และติดตามผลการประเมินกิจกรรมโดยการแลกเปลี่ยนสอบถามประโยชน์ และทักษะกิจกรรม ประสบการณ์ร่วมกันหลังจบกิจกรรม	1.ด้านสุขภาพที่ดี 2. ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	-กิจกรรมกีฬาควรให้ทุกคนได้เสนอกิจกรรมที่อยากทำ และร่วมกับภาคีเครือข่ายในการจัดกิจกรรมสานสัมพันธ์ในชุมชน

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลา	กระบวนการ	รายละเอียด	เป้าหมาย	ข้อเสนอแนะ
20.กิจกรรมเยี่ยมเยียนบ้านสมาชิกผู้สูงอายุ	2ชม.	1.ตระหนักและเตรียมการ:P 2.เรียนรู้ด้วยตนเอง:L 3.ลงมือทำซ้ำ ๆ ต่อเนื่อง:S	และ ติดตามผลการประเมินกิจกรรมโดยการแลกเปลี่ยนสอบถามประโยชน์ และทักษะกิจกรรม ประสพการณ์ร่วมกัน หลังจบกิจกรรม -เป็นกิจกรรมที่มุ่งการเยี่ยมเยียนสมาชิกที่ห่างหายไปจากชมรม การเจ็บป่วย โรคเรื้อรังต่าง ๆ โดยการจัดคณะสมาชิกในชมรมสลับหมุนเวียนให้ทุกคนได้มีส่วนร่วมในการไปพูดคุย ให้กำลังใจและการช่วยเหลือสมาชิก เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการตระหนักในเรื่องสุขภาพ การใช้ชีวิตประจำวัน และความรักและสามัคคีของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ -จัดสิ่งของจำเป็น ยารักษาโรคประจำตัวเรื้อรัง สมุนไพร อาหารแห้งและน้ำดื่มเยี่ยมเยียนสมาชิก -ติดตามการเยี่ยมเยียนและผลการมีส่วนร่วมในกิจกรรมหลังจบโครงการ	1.ด้านสุขภาพที่ดี 2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	-ควรแบ่งกลุ่มในการเยี่ยมเยียนและจัดเป็นกิจกรรมประจำชมรมผู้สูงอายุ

การประเมินผล

สมาชิกผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุมิชอบจำกัดในการร่วมกิจกรรม ได้แก่ ด้านสุขภาพการเป็นโรคเรื้อรังอาจจะส่งผลในการร่วมกิจกรรมบางกิจกรรม การเดินทางมาร่วมกิจกรรมอาจจะเป็นข้อจำกัดสำหรับบางท่าน รวมทั้งกิจกรรมบางส่วนต้องปรับเวลาในการร่วมกิจกรรมให้เหมาะสมกับความสนใจ และอื่น ๆ และรูปแบบที่พัฒนาขึ้นสามารถปรับเวลากิจกรรม การดำเนินงานตามสภาพบริบทของแต่ละท้องถิ่นนั้น ๆ ซึ่งแตกต่างกันไป ดังนั้นในการประเมินหลังกิจกรรมที่จัดเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมในสามด้านสำคัญ จึงเน้นการแลกเปลี่ยนพูดคุย สัมภาษณ์สอบถามผลจากการเข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งเมื่อนำไปปฏิบัติด้วยตนเองที่บ้านผู้สูงอายุได้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและการสนใจดูแลตนเองทั้งด้านสุขภาพ การเข้าร่วมกิจกรรมสังคมและการจัดการเรื่องรายได้ รายจ่ายและการออมเพิ่มขึ้น รวมทั้งการสนใจการลงมือฝึกฝนตนเองในกิจกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่องด้วย



ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

1. อาจารย์ ดร.เจนจิรา เจนจิตรวาณิช อาจารย์ประจำภาควิชาฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ
วิทยาลัยราชสุดา มหาวิทยาลัยมหิดล
2. อาจารย์ ผศ.ดร.ยุวรี ผลพันธิน อาจารย์ประจำภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร
3. อาจารย์ ผศ.ดร.เต็มเพชร สุขคณาภิบาล หัวหน้าภาควิชามนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์
ประยุกต์ มหาวิทยาลัยพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
4. อาจารย์ ศรีสุวรรณ น้อยพิทักษ์ รองคณบดีฝ่ายกิจกรรมนักศึกษาและกิจการพิเศษ
มหาวิทยาลัยพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
5. อาจารย์ ดร.นนทิรัตน์ พัฒนภักดี อาจารย์ประจำภาควิชามนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์
ประยุกต์ มหาวิทยาลัยพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
6. อาจารย์ ดร.นิรุทธ์ วัฒนภาส อาจารย์ประจำภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร
7. อาจารย์ ดร.ณัฐรุตสา สุภาพจน์ อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม



รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ
รับรองรูปแบบการสร้างเสริมภาวะปกติพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

1. อาจารย์ ดร.ธีระพงศ์ สมเขาใหญ่ ผู้อำนวยการหลักสูตรการบริหารการศึกษา
มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย
2. อาจารย์ ดร.นนทิรัตน์ พัฒนภักดี อาจารย์ประจำภาควิชามนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์
ประยุกต์ มหาวิทยาลัยพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
3. ท่านอุ้ยตั๊ย๊ะ พิศสุวรรณ อุเซ็ง อดีตเลขาธิการรัฐมนตรีกระทรวงการพัฒนาสังคมและความ
มั่นคงของมนุษย์ และสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร
จังหวัดนครศรีธรรมราช



รายนามผู้ให้ข้อมูล

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลพิมาย

นายจรูญ คงสัตย์	ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
นางเยาวลักษณ์ ทิมวัฒน์	รองประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
นายศิระ จันทวร	ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
สุพจน์ ศรีญญามาศ	ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
นางบุญผ่อง การค้า	รองประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
นายสมพร ศิวะโรจน์จินดา	เลขานุการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
นายประจวบ หมอแก้วเป็น	สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย
นางถวิล ทองศรี	สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลพิมาย

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต

นายชั้น รักสูงเนิน	ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต
คุณตุ้ (สงวนนาม)	ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต
นางวนิดา ละม้ายศรี	ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต
นายไพโรจน์ อินทร์เนื่อง	ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต
นางรำไพ อุดมศรี	คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุหมู่ 3
นายประคอง ผลพิบูลย์	ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ 1
นางวันทนีย์ สมจิตร์	คณะกรรมการชมรมหมู่ 4
นายสุรชัย บรรลือวงศ์	ประธานชมรมผู้สูงอายุบ้านเอื้ออาทร
นางปราณี สว่างนพ	สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต
ปราณี ทวีสุข	สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครรังสิต

ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

นายหนูกิจ รูปสะอาด	ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช
นางรัตนา แยมศรี	รองประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช
นางพิมพ์ภา กาญจนามัย	รองประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช
นางวิลาศ หนูสุข	เลขานุการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช
นายธำรง แรกก้านวน	ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

นางอุทัยดิษฐ์ พิศสุวรรณ ฐูเซ็ง

นายประจักษ์ ทองบัว

รัชนีพรรณ ณ นคร

นางประนอม ช่วยชู

นายคำรน วงศ์พิศาล

จุฑารัตน์ เพ็ชรไทยพงศ์

ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

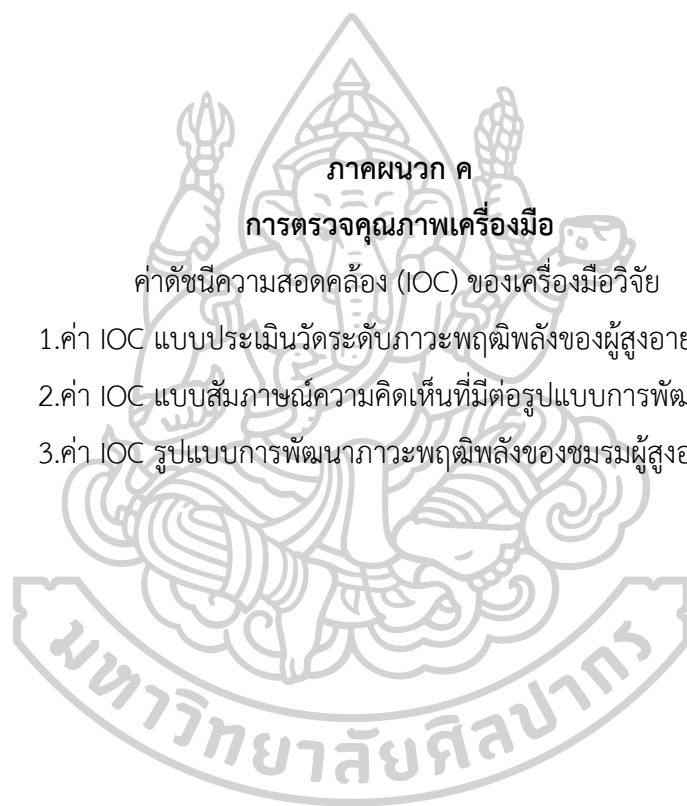
ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

สมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช

ที่ปรึกษาชมรมผู้สูงอายุเทศบาลนครศรีธรรมราช





ภาคผนวก ค

การตรวจคุณภาพเครื่องมือ

ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของเครื่องมือวิจัย

- 1.ค่า IOC แบบประเมินวัดระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย
- 2.ค่า IOC แบบสัมภาษณ์ความคิดเห็นที่มีต่อรูปแบบการพัฒนาภาวะพหุพลัง
- 3.ค่า IOC รูปแบบการพัฒนาภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

ค่า IOC แบบประเมินการส่งเสริมภาวะพลัดพียง

ข้อ	ผลการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ					รวม	เฉลี่ย	ความหมาย
	คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5			
1	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
2	1	0	1	1	0	3	0.60	สอดคล้อง
3	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
4	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
5	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
6	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
7	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
8	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
9	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
10	1	1	0	0	1	3	0.60	สอดคล้อง
11	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
12	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
13	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
14	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง
15	1	1	1	1	1	5	1.00	สอดคล้อง

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

ประกอบด้วย

- ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 : ดร.นนทิรต์น์ พัฒนภักดี
 ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 : ดร.เจนจิรา เจนจิตรวานิช
 ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 : ดร.ณัฐชุตตา สุภาพจน์
 ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 : ดร.นิรุจน์ วัฒนโอภาส
 ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 : ผศ.ดร.ยุวรี ผลพันธิน

การหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง (Index of Item – Objective Congruence : IOC) โดยใช้สูตรของ โรวินेलลี และแฮมเบิลตัน (Rovineli and Hambleton, 1977: 49-60)

มีสูตรการคำนวณดังนี้

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC คือ ความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์กับแบบทดสอบ
 $\sum R$ คือ ผลรวมของคะแนนจากผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด
 N คือ จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

โดยกำหนดเกณฑ์การพิจารณาระดับค่าดัชนีความสอดคล้องของค่าคำถามที่ได้จากการคำนวณจากสูตรที่จะมีค่าอยู่ระหว่าง 0.00 ถึง 1.00 มีรายละเอียดของเกณฑ์การพิจารณา ดังนี้มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปคัดเลือกข้อคำถามข้อนั้นไว้ใช้ได้ แต่ถ้าได้ค่า IOC ต่ำกว่า 0.5 ควรพิจารณาแก้ไขปรับปรุง หรือตัดทิ้ง ซึ่งจากการคำนวณตามสูตรพบว่าเท่ากับ 0.8 ค่าคะแนนอยู่ระหว่าง 0.00-1.00 มีความสอดคล้อง สามารถนำข้อคำถามนั้นไว้ใช้ได้

ค่า IOC แบบสัมภาษณ์การส่งเสริมภาวะพฤติกรรม

ประเด็นการตรวจสอบ	ผลการตรวจสอบ			รวม	เฉลี่ย	ความหมาย
	ผู้เชี่ยวชาญ					
	1	2	3			
1.แบบสัมภาษณ์มีความชัดเจนและเหมาะสม	1	1	1	3	1.00	สอดคล้อง
2.คำอธิบายในแบบสัมภาษณ์มีความเหมาะสม	1	0	1	2	0.8	สอดคล้อง
3.เนื้อหาสาระในแบบสัมภาษณ์มีความน่าสนใจและเข้าใจง่าย	0	1	1	2	0.8	สอดคล้อง
4.แบบสัมภาษณ์มีความเหมาะสมในการนำไปใช้ฝึกปฏิบัติจริงกับชมรมผู้สูงอายุไทย	1	1	1	3	1.00	สอดคล้อง

1. รายนามผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วย

ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 : ดร.เต็มเพชร สุขคณาภิบาล

ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 : อาจารย์ศรีสุวรรณ น้อยพิทักษ์

ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 : ดร.หทัยรัตน์ อ่วมน้อย

การหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง (Index of Item – Objective Congruence : IOC) โดยใช้สูตรของ โรวินเนลลี และแฮมเบิลตัน (Rovinely and Hambleton, 1977: 49-60)

มีสูตรการคำนวณดังนี้
$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC คือ ความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์กับแบบทดสอบ

$\sum R$ คือ ผลรวมของคะแนนจากผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

N คือ จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

โดยกำหนดเกณฑ์การพิจารณาระดับค่าดัชนีความสอดคล้องของค่าคำถามที่ได้จากการคำนวณจากสูตรที่จะมีค่าอยู่ระหว่าง 0.00 ถึง 1.00 มีรายละเอียดของเกณฑ์การพิจารณา ดังนี้มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปคัดเลือกข้อคำถามข้อนั้นไว้ใช้ได้ แต่ถ้าได้ค่า IOC ต่ำกว่า 0.5 ควรพิจารณาแก้ไขปรับปรุง หรือตัดทิ้ง ซึ่งจากการคำนวณตามสูตรพบว่าค่าคะแนนอยู่ระหว่าง 0.00-1.00 คือมีค่า 0.8 มีความสอดคล้อง สามารถนำข้อคำถามนั้นไว้ใช้ได้

ค่า IOC รูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุติพลัง

ประเด็นการตรวจสอบ	ผลการตรวจสอบ ผู้เชี่ยวชาญ			รวม	เฉลี่ย	ความหมาย
	1	2	3			
1.รูปแบบมีความชัดเจนและเหมาะสม	1	1	1	3	1.00	สอดคล้อง
2.คำอธิบายในรูปแบบมีความเหมาะสม	1	0	0	1	0.6	สอดคล้อง
3.เนื้อหาสาระในรูปแบบมีความน่าสนใจและเข้าใจง่าย	1	1	1	3	1.00	สอดคล้อง
4.รูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมในการนำไปใช้ฝึกปฏิบัติจริงกับชมรมผู้สูงอายุไทย	1	1	1	3	1.00	สอดคล้อง

1. รายนามผู้เชี่ยวชาญ ประกอบด้วย

ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 : อาจารย์ศุวดียะ อุเชิง

ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 : ดร.นนทิรัตน์ พัฒนภักดี

ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 : ดร.ธีระพงษ์ สมเขาใหญ่

การหาค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง (Index of Item – Objective Congruence : IOC)

โดยใช้สูตรของ โรวินเนลลี และแฮมเบิลตัน (Rovine and Hambleton, 1977: 49-60)

มีสูตรการคำนวณดังนี้

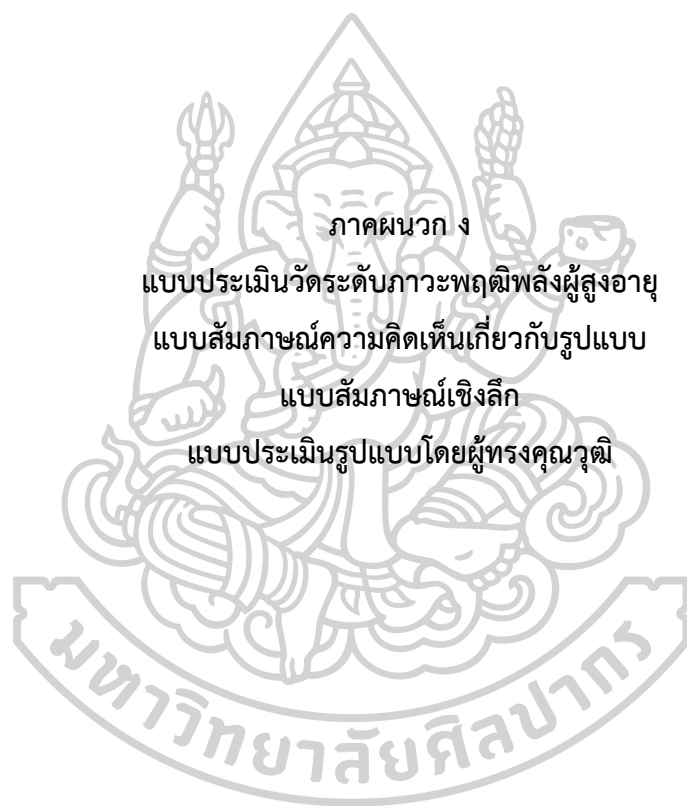
$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC คือ ความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์กับแบบทดสอบ

$\sum R$ คือ ผลรวมของคะแนนจากผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

N คือ จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

โดยกำหนดเกณฑ์การพิจารณาระดับค่าดัชนีความสอดคล้องของค่าคำถามที่ได้จากการคำนวณจากสูตรที่จะมีค่าอยู่ระหว่าง 0.00 ถึง 1.00 มีรายละเอียดของเกณฑ์การพิจารณา ดังนี้มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปคัดเลือกข้อคำถามข้อนั้นไว้ใช้ได้ แต่ถ้าได้ค่า IOC ต่ำกว่า 0.5 ควรพิจารณาแก้ไขปรับปรุง หรือตัดทิ้ง ซึ่งจากการคำนวณตามสูตรพบว่าค่าคะแนนอยู่ระหว่าง 0.00-1.00 คือมีค่า 0.8 มีความสอดคล้อง สามารถนำข้อคำถามนั้นไว้ใช้ได้





แบบประเมินวัดระดับภาวะพหุพลังผู้สูงอายุ
เรื่อง การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

ข้อมูลผู้วิจัย

นางสาวธัญญา สมภู
 นักศึกษาปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา
 บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร
 E-mail : Thanaya.eucy@gmail.com

อาจารย์ที่ปรึกษางานวิจัย

รองศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย
 สาขาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน
2. เพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย

วัตถุประสงค์ของการสอบถามความคิดเห็น

เพื่อศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบันในการส่งเสริมภาวะพหุพลังชมรมผู้สูงอายุไทยและ เพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย

แบบวัดภาวะพหุพิพจน์ผู้สูงอายุไทย

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานที่เกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

โดยใส่เครื่องหมาย (√) ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด ดังนี้

1. เพศ () ชาย () หญิง
2. อายุ () 60-65 ปี () 66-70 ปี () 71-75 ปี () 77-80 ปี
 () 81 ปีขึ้นไป
3. สถานภาพสมรส () โสด () สมรส () หม้าย () หย่าร้าง
4. ระดับการศึกษา () จบระดับประถมศึกษา () จบระดับมัธยมศึกษา
 () จบระดับปริญญาตรี () จบระดับปริญญาตรีขึ้นไป
5. อาชีพ () รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ () ค้าขาย/อาชีพอิสระ
 () รับจ้าง อื่น ๆ.....

ตอนที่ 2 แบบประเมิน

คำชี้แจง ท่านมีความคิดเห็นในเรื่องเกี่ยวกับระดับภาวะพหุพิพจน์ในการพัฒนาภาวะพหุพิพจน์ผู้สูงอายุไทยอย่างไร ขอให้แสดงความคิดเห็นว่าท่านมีความเห็นด้วยกับข้อความในแต่ละข้อมากน้อยเพียงใด โดยใส่เครื่องหมาย (√) ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด ดังนี้

- 5 หมายความว่า เห็นด้วยมากที่สุด
- 4 หมายความว่า เห็นด้วยมาก
- 3 หมายความว่า เห็นด้วยปานกลาง
- 2 หมายความว่า เห็นด้วยน้อย
- 1 หมายความว่า เห็นด้วยน้อยที่สุด

นิยามศัพท์

ภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุ (Active Ageing) หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพดูแลตนเองได้ตามกรอบที่องค์การอนามัยโลกได้ให้แนวทางไว้ประกอบด้วย การมีสุขภาพที่ดี การมีส่วนร่วม และการมีหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต โดยแต่ละด้านมีนิยามสำคัญ ดังนี้

ด้านสุขภาพ (Health) หมายถึงผู้สูงอายุมีศักยภาพดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจตนเองได้ไม่จำเป็นการออกกำลังกาย กิจกรรมประจำวัน และฝึกฝนจิตใจมองโลกในแง่ดี

ด้านการมีส่วนร่วม (Participation) หมายถึงผู้สูงอายุมีศักยภาพดูแลตนเอง มีทักษะในการเข้าร่วมกิจกรรมกับกลุ่มต่าง ๆ ในสังคม ไม่ว่าจะเป็ครอบครัว กลุ่มเพื่อน องค์กรศาสนา ชมรม สมาคมบำเพ็ญประโยชน์รวมทั้งองค์กรที่สร้างรายได้ด้วย

ด้านหลักประกันและความมั่นคง (Security) หมายถึงผู้สูงอายุมีศักยภาพดูแลตนเองได้เกี่ยวกับเรื่องรายได้ การออม ที่อยู่อาศัย ความปลอดภัยในชีวิต การเข้าถึงเทคโนโลยีรวมถึงการจัดการที่เกี่ยวข้องกับภาครัฐ

ตารางที่ 1 ความคิดเห็นต่อภาวะพลัดพลังผู้สูงอายุ

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น (เห็นด้วย)				
		5 มากที่สุด	4 มาก	3 ปานกลาง	2 น้อย	1 น้อยที่สุด
1	ด้านสุขภาพ ท่านมีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์					
2	ท่านรับรู้ว่าคุณมีสุขภาพจิตดี					
3	ท่านมีพฤติกรรมการออกกำลังกายสม่ำเสมอ					
4	ท่านสามารถดูแลตนเองในกิจวัตรประจำวันได้ดี เช่น การอาบน้ำ ทานอาหาร และการเข้าห้องน้ำ					
5	ท่านสามารถฝึกฝนจิตใจให้เบิกบานและมองโลกในแง่ดี					

ลำดับ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น (เห็นด้วย)				
		5 มาก ที่สุด	4 มาก	3 ปาน กลาง	2 น้อย	1 น้อยที่สุด
6	ด้านการมีส่วนร่วม ท่านมีส่วนร่วมในกิจกรรมกับสมาชิก ในครอบครัว					
7	ท่านมีส่วนร่วมในกิจกรรมกับเพื่อนวัย เดียวกัน					
8	ท่านมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา ที่ตนนับถือ					
9	ท่านมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม เช่น การเข้าร่วมสมาชิกชมรมต่าง ๆ และอาสาสมัครบำเพ็ญประโยชน์ สาธารณะ					
10	ท่านมีส่วนร่วมในการทำงานกับ องค์กรที่สร้างรายได้พอควร					
11	ด้านหลักประกันและความมั่นคง ท่านมีรายได้เลี้ยงดูตนเองพอเพียง					
12	ท่านมีการวางแผนออมเงินอย่างดี					
13	ท่านสามารถดูแลที่อยู่อาศัยให้มีความ เป็นระเบียบและปลอดภัยอย่าง เหมาะสม					
14	ท่านมีเทคโนโลยีอำนวยความสะดวก ในชีวิตประจำวันพอเพียง เช่น โทรศัพท์มือถือ คอมพิวเตอร์ เป็นต้น					
15	ท่านสามารถเข้าถึงบริการภาครัฐได้ อย่างเหมาะสม เช่น การ รักษาพยาบาล เบี้ยผู้สูงอายุ เป็นต้น					

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

1. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพิปลัง (Active Ageing) มีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

.....

2. ท่านคิดว่าการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุไทยมีภาวะพหุพิปลัง (Active Ageing) ควรทำอย่างไร

2.1 ด้านสุขภาพ

.....

.....

.....

.....

2.2 ด้านการมีส่วนร่วม

.....

.....

.....

.....

2.3 ด้านการมีหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต

.....

.....

.....

.....

ขอขอบพระคุณ

ผู้วิจัย



แบบสัมภาษณ์การวิจัย

เรื่อง การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุศักยภาพของผู้สูงอายุไทย

ข้อมูลผู้วิจัย

นางสาวธัญญา สมภู
 นักศึกษาปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา
 บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร
 E-mail : Thanaya.eucy@gmail.com

อาจารย์ที่ปรึกษาการวิจัย

รองศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย
 สาขาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับภาวะพหุศักยภาพของผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน
2. เพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุศักยภาพของผู้สูงอายุไทย
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุศักยภาพของผู้สูงอายุไทย

วัตถุประสงค์ของการสอบถามความคิดเห็น

เพื่อศึกษาประเด็นคำถามการสัมภาษณ์ความเหมาะสมของการใช้รูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุศักยภาพของผู้สูงอายุไทย (PLS) หลังจากทดลองรูปแบบกับกลุ่มผู้สูงอายุแล้ว

คำชี้แจง : การสัมภาษณ์หลังการฝึกอบรมโครงการกิจกรรมร่ำรูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) เพื่อหาข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ นำข้อมูลมาวิเคราะห์ในประเด็นคำถามที่เกี่ยวข้องกับการนำรูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ไปใช้ต่อไป

1. ความเหมาะสมของรูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ที่พัฒนาขึ้นในภาพรวม โดยมุ่งให้รูปแบบนี้สามารถนำไปปรับใช้ได้จริงกับชมรมผู้สูงอายุไทย

ประเด็นคำถาม

- รูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) มีความเหมาะสมและเนื้อหาครบถ้วนสมบูรณ์หรือไม่ ควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไรบ้าง

2. ความเหมาะสมของกระบวนการสำคัญในกิจกรรมที่ส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย(PLS) ที่พัฒนาขึ้นนั้นสามารถส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยได้จริง

ดังต่อไปนี้ P (Preparating) หมายถึง เป็นกระบวนการที่ผู้สูงอายุต้องตระหนักและเตรียมการวางแผนในการดำเนินกิจกรรมทุกอย่างของชมรม เป็นกระบวนการขั้นต้น

L (Learning Person) หมายถึง เป็นกระบวนการที่ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้พึ่งพาตนเองได้ในการดำเนินกิจกรรมทุกอย่างของชมรมเป็นกระบวนการขั้นต่อมาจากขั้นแรก

S (Social behavior) หมายถึง เป็นกระบวนการที่ผู้สูงอายุต้องลงมือทำซ้ำ ๆ ในการดำเนินกิจกรรมทุกอย่างของชมรมเป็นกระบวนการขั้นท้ายสุด

ประเด็นคำถาม

- กระบวนการสำคัญ (PLS) นั้นสามารถจะส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย มีความเหมาะสมและชัดเจนหรือไม่ ควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไรบ้าง

3. ความเหมาะสมของแต่ละองค์ประกอบของการมุ่งพัฒนาภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ที่พัฒนาขึ้นนั้นสามารถส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยได้จริง

ประเด็นคำถาม

- วัตถุประสงค์ของรูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) มีความเหมาะสมหรือไม่ และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

4. ความเหมาะสมของเนื้อหาสาระ ประเด็นการดำเนินการต่าง ๆ นั้นเป็นการส่งเสริมเพื่อพัฒนาภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ที่พัฒนาขึ้นนั้นมีประโยชน์ต่อการดำเนินงาน และมีความร่วมสมัยในการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย

ประเด็นคำถาม

- เนื้อหาสาระ และประเด็นการดำเนินการต่าง ๆ มีความเหมาะสมหรือไม่ มีประโยชน์ต่อการดำเนินงาน และควรปรับปรุงแก้ไขอย่างไร

5. ความเหมาะสมของกิจกรรมที่จะส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย (PLS) ที่พัฒนาขึ้นนั้นสามารถส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยได้จริง

ประเด็นคำถาม

- กิจกรรมสำคัญมีความเหมาะสมและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ระยะเวลา และการดำเนินการ และสามารถนำกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ในการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยได้หรือไม่ควรแก้ไขปรับปรุงอย่างไรบ้าง

6. ความเหมาะสมของประเด็นอื่น ๆ ที่ควรจะมีในการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุ
พลังของชมรมผู้สูงอายุไทย(PLS)

ประเด็นคำถาม

- ประเด็นอื่น ๆ ที่ควรจะพัฒนาเพื่อให้รูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรม
ผู้สูงอายุไทย (PLS) ที่ได้พัฒนาขึ้นมีความสมบูรณ์และมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ควรเพิ่มเติมในประเด็น
ใดบ้าง





แบบสัมภาษณ์เชิงลึก
การลงภาคสนามชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ

ประเด็นในการสัมภาษณ์เชิงลึก สรุประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

1. บริบททั่วไป
2. เป้าหมาย โครงสร้างการบริหารและแนวทางการพัฒนาชมรม
3. การดำเนินกิจกรรมของชมรม
4. สภาพชีวิตสมาชิกชมรม
5. รูปแบบกิจกรรมสำคัญ
6. รายละเอียดเนื้อหากิจกรรม
7. ปัจจัยแห่งความสำเร็จ
8. ปัญหาและอุปสรรค
9. แนวทางการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ
10. การร่วมมือกับองค์กรภาคส่วนต่าง ๆ
11. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ขอขอบพระคุณ
ผู้วิจัย

แบบประเมินรูปแบบโดยผู้ทรงคุณวุฒิ
ในการวิจัย เรื่อง การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลัง
ของชมรมผู้สูงอายุไทย

ข้อมูลผู้วิจัย

นางสาวธัญญา สมภู
นักศึกษาปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร

อาจารย์ที่ปรึกษางานวิจัย

รองศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย
สาขาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทยในสภาพปัจจุบัน
2. เพื่อศึกษาวิธีปฏิบัติที่เป็นเลิศ (Best Practice) ของชมรมผู้สูงอายุในการส่งเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย

วัตถุประสงค์ของการสอบถามความคิดเห็น

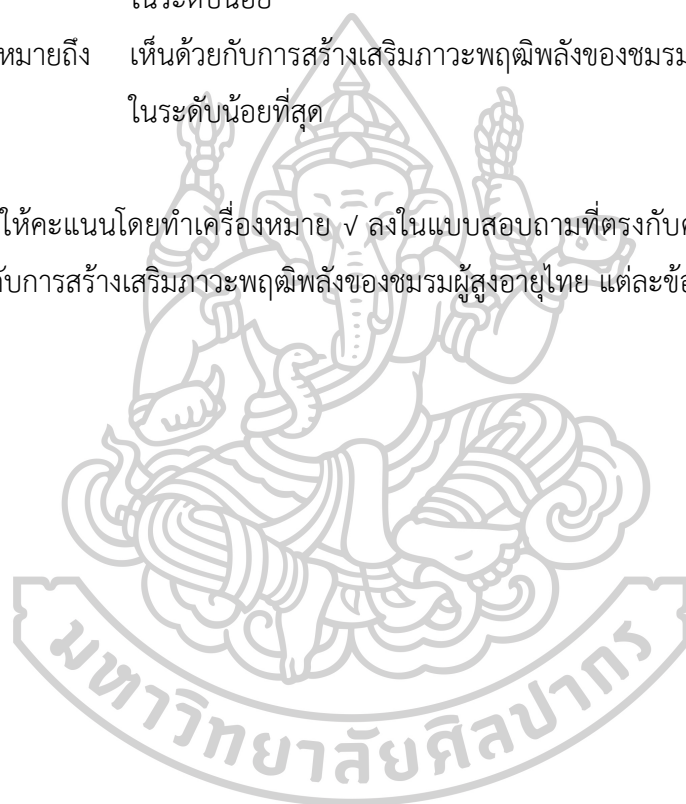
เพื่อพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของผู้สูงอายุไทย

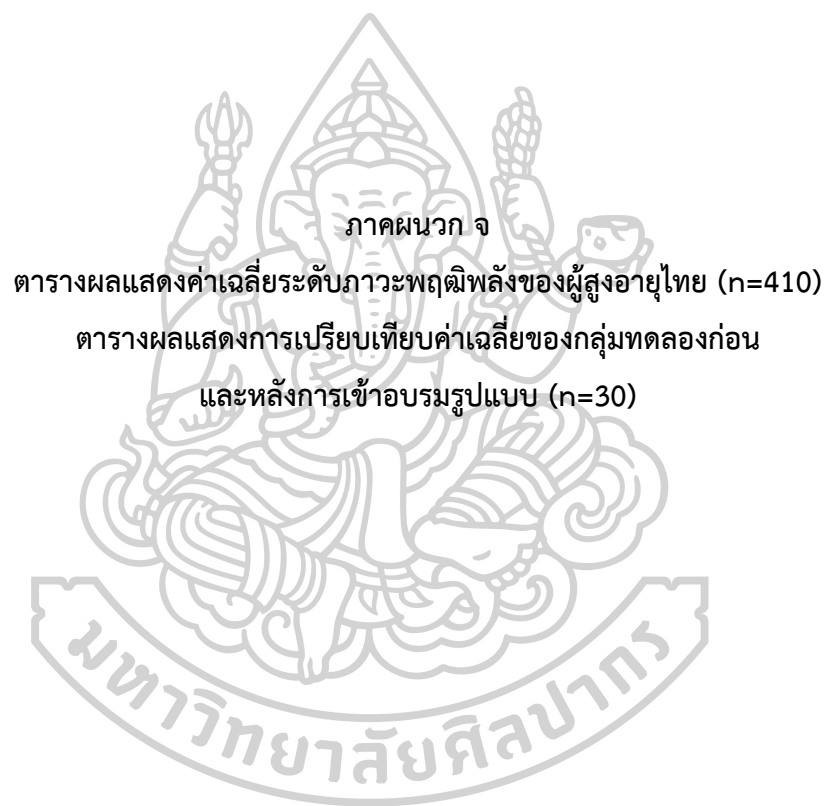
ข้อมูลการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิด้านการพัฒนาผู้สูงอายุ เพื่อประเมินรูปแบบการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย ซึ่งเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) โดยกำหนดค่าของคะแนนแต่ละระดับไว้ดังนี้

- 5 หมายถึง เห็นด้วยกับการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยชื่อดังกล่าว
ในระดับมากที่สุด
- 4 หมายถึง เห็นด้วยกับการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยชื่อดังกล่าว
ในระดับมาก
- 3 หมายถึง เห็นด้วยกับการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยชื่อดังกล่าว
ในระดับปานกลาง
- 2 หมายถึง เห็นด้วยกับการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยชื่อดังกล่าว
ในระดับน้อย
- 1 หมายถึง เห็นด้วยกับการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทยชื่อดังกล่าว
ในระดับน้อยที่สุด

โปรดให้คะแนนโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในแบบสอบถามที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านว่า
ท่านเห็นด้วยกับการสร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย แต่ละข้อในระดับใด





ตารางที่ 1 แสดงผลค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของผลภาวะพฤติกรรมผู้สูงอายุไทย

(n=410)

รายการประเมิน	\bar{X}	S.D	ระดับภาวะพฤติกรรม
1.ด้านสุขภาพที่ดี	3.81	0.56	สูง
2.ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	3.39	0.68	ปานกลาง
3.ด้านความมั่นคงในชีวิตและการออม	3.42	0.58	ปานกลาง
รวมทั้งสามด้าน	3.54	0.52	ปานกลาง

ตารางที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบคะแนนการทดสอบวัดระดับพฤติกรรมก่อน-หลังของกลุ่มทดลอง

(n=30)

เรื่อง	การทดสอบ	\bar{X}	S.D	Df	t	sig
ภาวะพฤติกรรมด้านสุขภาพ	ก่อนเรียน	3.89	0.51	29	-6.62	0.00*
	หลังเรียน	4.36	0.27			
ภาวะพฤติกรรมด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม	ก่อนเรียน	3.31	0.70	29	-4.66	0.00*
	หลังเรียน	3.71	0.35			
ภาวะพฤติกรรมด้านความมั่นคงและการออม	ก่อนเรียน	3.46	0.55	29	-5.76	0.00*
	หลังเรียน	3.74	0.42			
รวม	ก่อนเรียน	3.55	0.51	29	-7.13	0.00*
	หลังเรียน	3.94	0.28			





ที่ ศธ 0520.107(นฐ)/ ๖๑๑๒

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

9 พฤศจิกายน 2558

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.เจนจิรา เจนจิตรวณิช

ด้วย นางสาวฐานญา สมภู รหัสประจำตัว 55260805 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชา พัฒนศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการ สร้างเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย "

มีความประสงค์ ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย เพื่อประกอบ การทำวิทยานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ตรวจคุณภาพ เครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไชยยศ ไพวิทยศิริธรรม)
รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ฝ่ายวิชาการและวิจัย
รักษาราชการแทน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย

นครปฐม โทร.034-218788 ต่อ 11-12



ที่ ศธ 0520.107(นฐ)/ 6991

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร
พระราชวังสนามจันทร์
อ.เมือง จ.นครปฐม 73000

9 พฤศจิกายน 2558

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.ณัฐชูดา สุภาพจน์

ด้วย นางสาวฐานญา สมภู รหัสประจำตัว 55260805 นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชา พัฒนศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง " การพัฒนารูปแบบการ สร้างเสริมภาวะพลัดพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย "

มีความประสงค์ ขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย เพื่อประกอบการ ทำวิทยานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ตรวจคุณภาพ เครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไชยยศ ไพวิทยศิริธรรม)
รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ฝ่ายวิชาการและวิจัย
รักษาราชการแทน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย

นครปฐม โทร.034-218788 ต่อ 11-12



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร โทร.ภายใน 22530
 ที่ ศธ 0520.107(นฐ) / 5596 วันที่ 20 สิงหาคม 2558
 เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร. ยური ผลพันธ์

ด้วย นางสาวฐานญา สมภู นักศึกษาระดับปริญญาตรีบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชา
 พื้นฐานทางการศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร กำลังทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมภาวะ
 พหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย” มีความประสงค์จะขอเรียนเชิญท่านในฐานะผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจเครื่องมือ
 วิจัย เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ในกรณีนี้บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร จึงขอความอนุเคราะห์
 จากท่านโปรดเป็นผู้ตรวจเครื่องมือวิจัยให้กับนักศึกษาดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดอนุเคราะห์ตามที่เรียนมาข้างต้นนี้ จักเป็นพระคุณยิ่ง

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไชยยศ ไพวิทยศิริธรรม)
 รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ฝ่ายวิชาการและวิจัย
 รักษาการแทน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ภาพกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ



ภาพกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ(ต่อ)



ภาพกิจกรรมการอบรมทดลองใช้
รูปแบบการส่งเสริมภาวะพหุพลังของชมรมผู้สูงอายุไทย



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	ฐานญา สมภู
วัน เดือน ปี เกิด	12 มิถุนายน 2524
สถานที่เกิด	นครศรีธรรมราช
วุฒิการศึกษา	พ.ศ. 2542 สำเร็จการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนกัลยาณีศรีธรรมราช อำเภอเมืองนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช
	พ.ศ. 2546 สำเร็จการศึกษาปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับหนึ่ง) สาขาวิชาสังคมวิทยา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
	พ.ศ. 2551 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาสังคมวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
	พ.ศ. 2560 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร
ที่อยู่ปัจจุบัน	171/605 ลุมพินีเพลสสะพานควาย ตึก B ถ.ประดิพัทธ์ แขวงสามเสนใน เขต พญาไท จังหวัดกรุงเทพมหานคร 10400