

## การพัฒนาเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพในการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุ ตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

### THE DEVELOPMENT OF HEALTH ORGANIZATIONAL NETWORK FOR STRENGTHENING OF ELDERLY CAPACITY IN PLAI CHOOM POL SUB- DISTRICT, MUAENG DISTRICT, PHITSANULOK PROVINCE

พัฒนภาณู ทูลธรรม และคณะ\*

Pattanaphanu Tooltham And Others

Received: 2021-07-28

Revised: 2021-08-13

Accepted: 2021-08-31

#### บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพในการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล” มีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อ 1) เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคการดำเนินงานขององค์กรสุขภาพตำบลผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก และ 2) เพื่อบริหารการออกแบบกิจกรรมส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุโดยเครือข่ายองค์กรสุขภาพในพื้นที่ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยใช้เทคนิคการวิจัยเชิงคุณภาพ เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายด้วยวิธีการแบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือในการดำเนินงานวิจัยที่สำคัญคือ แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง ใช้วิธีการการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์โดยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา

การวิจัยนี้มีข้อค้นพบที่สำคัญ คือ เครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลเผชิญกับปัญหา อุปสรรค และความท้าทายในการดำเนินงานคือ การเดินทางของผู้สูงอายุ การทำงาน การระดมเงินช่วยเหลือกลุ่ม ปัญหาสุขภาพ ส่งผลต่อการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุโดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มที่ติดบ้าน การขาดการประเมินความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุในบางกิจกรรม ทั้งนี้กิจกรรมครอบคลุมผู้สูงอายุเพียงร้อยละ 7 ของจำนวนผู้สูงอายุทั้งหมดของตำบล ยังขาดการมีส่วนร่วมทำให้ไม่สามารถส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้านและติดเตียงได้ อย่างไรก็ตาม การดำเนินงานบูรณาการกิจกรรมต่อยอดสู่การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุอย่างยั่งยืนประจำปีงบประมาณ 2563 ได้ชุดกิจกรรมกว่า 30 กิจกรรม ครอบคลุมมิติสุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพทางสังคม สุขภาพทางจิตวิญญาณ สุขภาพทางเศรษฐกิจและภูมิปัญญา และสุขภาพทางสิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยี ภายใต้การดำเนินงานของเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพทั้งภายในและภายนอกชุมชน ข้อเสนอแนะในการออกแบบกิจกรรมคือ ควรมีกิจกรรมลักษณะที่ออกแบบเพื่อทุกคน

\* อาจารย์ประจำหลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม, เบอร์โทร: 062-5932595, E-mail: [pattanaphanu.tooltham@yahoo.com](mailto:pattanaphanu.tooltham@yahoo.com)

สุเทพ คำเมฆ อาจารย์ประจำหลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม

ชัยพร อุโฆษจันทร์ อาจารย์ประจำคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

จิระภา จันทน์บัว อาจารย์ประจำหลักสูตรบริหารธุรกิจ สาขาวิชาการจัดการ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม

(Universal Design) ทั้งด้านภาษา การสื่อสาร เทคโนโลยี การค้นหาเอกลักษณ์หรืออัตลักษณ์ทางภูมิปัญญาท้องถิ่น ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมอย่างแท้จริงเพื่อให้เกิดการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลอย่างยั่งยืน

**คำสำคัญ:** เครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพ, ผู้สูงอายุ, ตำบลพลายชุมพล

## ABSTRACT

The research "Development of Health Organization Network for Strengthening of Elderly Capacity in Plai Choom Pol Sub-district, Muaeng District, Phitsanulok Province" aimed to: 1) Study problems and obstacles of health organization network operation with elders and 2) Design activities to support elders' potentiality action research with qualitative approach was used to collect data including focus group discussions and interviews. Semi-structure interview guideline was also employed during the process of data gathering. Moreover, content analysis was used to interpret the data. The main results found that obstacles of health organization network were transportation the elders, their working condition, and health problems of elders. These might result in the lack of participation at home-ridden elders and the lack of participation of elders in designing activities based on their needs. The activities actually cover only 7 percent of total elder population in Plai Choom Pol sub-district. However, health organization network had been working to design the total 30 activities in order to develop elders' capacity covering all aspects including physical, psychological, social, spiritual, economical and wisdom, environmental and technological aspects with the collaboration both internal and external organizations. Eventually, the study suggested that the activities should be designed based on the needs of elders and the process of participation in community, for example communication and technological skills activities and local wisdom identity exploration activities to develop the community sustainably.

**Keywords:** Health Organizational Network, Elderly, Plai Choom Pol Sub-district

## 1. บทนำ

ปัจจุบันประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (aging society) โดยในพ.ศ. 2558 มีผู้สูงอายุร้อยละ 14.2 อีกไม่กี่ปีข้างหน้าคาดว่าในพ.ศ. 2568 จะมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นร้อยละ 19.8 และคาดว่าในอีก 20 ปีข้างหน้า หรือ พ.ศ. 2578 จะมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 25<sup>1</sup> ซึ่งจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเต็มขั้น โดยวัยผู้สูงอายุร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาในระบบต่าง ๆ มีศักยภาพทางกายและการทำงานของระบบประสาทลดลง มีผลต่อการช่วยเหลือตัวเองของผู้สูงอายุลดลง รวมถึงมีปัญหาด้านมา เช่น โรคไม่ติดต่อเรื้อรังต่าง ๆ สังคมจึงควรให้ความสนใจต่อกลุ่มประชากรผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในฐานะทรพยากรบุคคล

---

<sup>1</sup> สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, ลักษณะทางสุขภาพและสังคมของผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข, 2553)

อันทรงคุณค่าของประเทศให้ดีขึ้น เป็นการรองรับสังคมผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากรัฐบาลไม่มีมาตรการในการจัดการและเตรียมความพร้อมในขณะนี้ในอนาคตจะก่อให้เกิดปัญหาตามมา อาทิ ด้านเศรษฐกิจ สังคม และความมั่นคง เพราะผู้สูงอายุเหล่านี้จะเป็นภาระที่สังคมและรัฐบาลต้องให้การดูแลและช่วยเหลือ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้

การจะเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีสามารถทำได้หลายวิธี แต่วิธีการที่เหมาะสมวิธีการหนึ่ง คือ การเสริมสร้างสุขภาพด้วยการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและออกกำลังกาย ซึ่งการออกกำลังกายถือเป็นวิธีการสำคัญในการป้องกันการเกิดโรคโดยเป็นการเสริมสร้างศักยภาพทางกายรวมถึงจิตใจกับผู้สูงอายุ แต่หากผู้สูงอายุไม่มีข้อมูลและองค์ความรู้ที่ถูกต้องในการออกกำลังกายอาจนำไปสู่การบาดเจ็บ หรือเป็นสาเหตุสำคัญของการเสียชีวิตได้เช่นกัน ดังนั้น เพื่อเป็นการส่งเสริม และสนับสนุนการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและเพื่อเป็นการเสริมสร้างศักยภาพของผู้สูงอายุที่ต้องการ จำเป็นต้องมีเครื่องมือหรืออุปกรณ์ ซึ่งต้องมีการพัฒนานวัตกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โดยที่ผ่านมามาภาครัฐให้การสนับสนุนและส่งเสริมการผลิตนวัตกรรมดังกล่าว เพื่อเป็นการลดการนำเข้านวัตกรรมในอนาคต การดำเนินการเช่นนี้จะนำไปสู่การสร้างความมั่นคงและความเจริญก้าวหน้าด้านเศรษฐกิจและอุตสาหกรรมที่เกี่ยวข้องให้กับประเทศในระยะยาวได้ แต่ทั้งนี้เนื่องจากผู้สูงอายุมีหลายประเภท และแต่ละคนก็ต่างมีสุขภาพร่างกายที่แตกต่างกัน ดังนั้น การจะพัฒนาสุขภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมจึงต้องดำเนินการแตกต่างกันไปด้วย โดยควรออกแบบการจัดการและบริการและเครื่องมือหรืออุปกรณ์ให้เหมาะสม เพื่อให้ผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุมีสุขภาพที่แข็งแรงอย่างยั่งยืนและเป็นประชากรของประเทศที่มีศักยภาพและคุณภาพของสังคม

ในการลดอัตราความเสี่ยงของปัญหาทางสุขภาพที่เป็นสาเหตุมาจากการขาดการออกกำลังกาย คือ การสร้างความสมบูรณ์และแข็งแรงของร่างกายในการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายได้อย่างหลากหลาย บุคคลที่มีสมรรถภาพทางกายดี ก็จะสามารถปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา และการแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ศักยภาพทางกายแบ่งออกได้เป็น 2 ชนิด คือ ศักยภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ (health-related physical fitness) และศักยภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะ (skill-related physical fitness)<sup>2</sup> ศักยภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ (health-related physical fitness) หมายถึง ศักยภาพทางกายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนา สุขภาพและเพิ่มความสามารถในการทำงานของร่างกาย ซึ่งจะมีส่วนช่วยในการลดปัจจัยเสี่ยงใน การเกิดโรคต่าง ๆ ได้ เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจ อุดตัน โรคความดันโลหิตสูง โรคปวดหลัง ตลอดจนปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากการขาดการออกกำลังกาย ศักยภาพทางกายที่สัมพันธ์กับทักษะ (skill-related physical fitness) เป็นศักยภาพทางกายที่เกี่ยวข้องในการสนับสนุนให้เกิดระดับความสามารถและทักษะในการแสดงออกของการเคลื่อนไหว และการเล่นกีฬามีประสิทธิภาพมากขึ้น

การเสริมสร้างสุขภาพในระดับชุมชน นับว่าเป็นการสร้างวิธีการทางสังคมที่สำคัญในระบบสุขภาพของประเทศที่เกิดจากความร่วมมือภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชน โดยมุ่งหวังให้เกิดการส่งเสริมการดูแลสุขภาพของประชาชนพื้นที่รับผิดชอบของหน่วยงาน ให้มีบทบาทในการบูรณาการดำเนินงานร่วมกันโดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชนและองค์กรภาคี เกิดการผลักดันนวัตกรรมการออกกำลังกายและการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุในระดับพื้นที่ ทั้งนี้ ยังส่งเสริมให้ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องเกิดความตระหนักต่อการ

<sup>2</sup> สุพิตร สมชาติ และคณะ, แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานศักยภาพทางกายสำหรับผู้สูงอายุ 60-89 ปี. กรุงเทพมหานคร: สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556.

ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน สามารถดูแลสุขภาพได้ด้วยตนเอง และสร้างกลไกในระดับพื้นที่ ไม่ว่าจะเป็นการเสริมสร้างสุขภาพ การป้องกันโรค การฟื้นฟูศักยภาพที่จำเป็นต่อสุขภาพและการดำรงชีวิต เพื่อให้เกิดการสนับสนุนด้านสุขภาพในทุกพื้นที่อย่างต่อเนื่อง โดยกระบวนการสนับสนุนกิจกรรมการเสริมสร้างสุขภาพถือเป็นปัจจัยขั้นพื้นฐานและปัจจัยสำคัญของทุกกลุ่มอายุ โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นในชุมชนท้องถิ่น

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาได้ให้ความสำคัญในการรณรงค์ป้องกัน และส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ โดยการศึกษารูปแบบการดำรงชีวิตที่เหมาะสมของผู้สูงอายุในแต่ละกลุ่มตามความสามารถในการช่วยเหลือตนเองได้ ปัญหาสุขภาพ โรคประจำตัว และความเสื่อมของร่างกายของผู้สูงอายุแต่ละกลุ่มในชุมชน นโยบายการป้องกันและส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ที่มีผลต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในแต่ละกลุ่มในชุมชน และจัดทำแนวทางการดูแลผู้สูงอายุกับผู้ดูแลใกล้ชิดเพื่อเข้าใจธรรมชาติของผู้สูงอายุและสามารถดูแลผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อการควบคุมไม่ให้โรคเรื้อรังต่าง ๆ ลุกกลามได้ง่าย อาศัยการจัดการด้านโภชนาการ การออกกำลังกาย กิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวัน เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพ รวมทั้งผู้ดูแลใกล้ชิดก็เข้าใจหลักการ ขั้นตอนในการดูแลผู้สูงอายุ และสามารถดูแลผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพเหมาะสมกับผู้สูงอายุในแต่ละกลุ่ม

ดังนั้น ในพ.ศ. 2562 หลักสูตรสาขาวิชาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์สงครามเล็งเห็นถึงความสำคัญของการบูรณาการงานของเครือข่ายองค์กรที่เกี่ยวข้องเพื่อให้เกิดการผลักดันเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุในระดับพื้นที่โดยเฉพาะตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลกเพื่อผลักดันสร้างเครือข่ายองค์กรที่ส่งเสริมและสนับสนุนแนวทางการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุด้วยการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและพื้นที่สุขภาพในระดับชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุครอบคลุมผู้สูงอายุโดยการเชื่อมโยงและบูรณาการงานระหว่างเครือข่ายและองค์กรต่างๆที่เกี่ยวข้อง ทั้งส่วนกลางและระดับพื้นที่ ผลักดันให้เกิดการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

## 2. วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคการดำเนินงานขององค์กรสุขภาพด้านผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

2.2 เพื่อบูรณาการออกแบบกิจกรรมส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุโดยเครือข่ายองค์กรสุขภาพในพื้นที่

## 3. วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่องนี้เป็นการศึกษาเชิงปฏิบัติการ (action research) โดยใช้เทคนิคการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) โดยแบ่งขั้นตอนการวิจัยเชิงคุณภาพออกเป็น 2 ขั้นตอนคือ 1) การวิจัยเชิงเอกสาร (documentary research) ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องขององค์กรทั้ง

ภาครัฐ เอกชน และภาคประชาชนถึงวิสัยทัศน์ พันธกิจ และยุทธศาสตร์ขององค์กรว่าด้วยการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนโดยเฉพาะอย่างยิ่งสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุเพื่อเป็นข้อมูลทุติยภูมิ (secondary data) สู่การวิเคราะห์เชิงเนื้อหาและเป็นประเด็นในเวทีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างองค์กรเครือข่าย 2) การ

วิจัยภาคสนาม (field research) โดยการลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ (primary data) กับองค์กรเครือข่ายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

### 3.1 การเข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย

ใช้วิธีการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายแบบเฉพาะเจาะจง (purposive) ซึ่งพิจารณาว่าตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลกมีศักยภาพเป็นตำบลสุขภาวะในการดูแลผู้สูงอายุ มีลักษณะเป็นชุมชนกึ่งเมือง กึ่งชนบทโดยใกล้ชิดมหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงครามอยู่เสมือนผ่านโครงการบริการวิชาการ ดังนั้นจำเป็นต้องถอดบทเรียนความร่วมมือระหว่างองค์กรทั้งภาครัฐ เอกชน และประชาชนในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ พัฒนาแนวทางการดำเนินงานให้เกิดความยั่งยืนรองรับสังคมผู้สูงอายุต่อไป นอกจากนี้ยังเป็นการบูรณาการงานบริการวิชาการและการวิจัยที่สร้างเครือข่ายการดำเนินงานที่ดี (good practice) ในพื้นที่ด้วย

### 3.2 ผู้ให้ข้อมูล

3.2.1 ผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

3.2.2 บุคคลที่ทำหน้าที่ในเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพที่ดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

### 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.3.1 นักวิจัยเป็นเครื่องมือในการวิจัย (researchers as the research instrument) โดยตรวจสอบข้อมูลสามเส้า (triangulation) ซึ่งกันและกันเพื่อสร้างความน่าเชื่อถือ (reliability) รวมทั้งมีกระบวนการตรวจสอบข้อมูลจากองค์กรเครือข่ายที่เกี่ยวข้องและคืนข้อมูลการวิจัยสู่การกำหนดนโยบายระดับองค์กรเพื่อใช้วางแผนการดำเนินงานกับชุมชนพื้นที่ตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลกต่อไป

3.3.2 แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-Structure Interview Guideline)

### 3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.4.1 การวิจัยเชิงเอกสาร โดยเก็บรวบรวมจากเอกสารข้อมูลขององค์กรที่ทราบถึง วิสัยทัศน์ พันธกิจ และยุทธศาสตร์ ตลอดจนโครงการและกิจกรรมต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ

3.4.2 การวิจัยภาคสนาม โดยใช้เทคนิคดังนี้

1) การสนทนากลุ่มระดมสมอง (focus group discussion) โดยเชิญตัวแทนองค์กรผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ เช่น พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดพิษณุโลก โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพลายชุมพล เทศบาลตำบลพลายชุมพล โรงเรียนผู้สูงอายุพลายชุมพลเข้าสู่กระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อประกอบสร้างแนวทางการดำเนินงานขององค์กรเครือข่าย จำนวน 20 คน

2) การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) ซึ่งสัมภาษณ์ผู้มีบทบาทในการดำเนินงานที่สำคัญ (key informants) จากองค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชน จำนวน 15 คน

### 3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้วิธีการลงรหัสข้อมูลที่ได้จากการสนทนากลุ่มและสัมภาษณ์เชิงลึก ถอดเทป วิเคราะห์เชิงเนื้อหา (content analysis) กำหนดประเด็นการวิเคราะห์ข้อมูลจากทั้งข้อมูลปฐมภูมิและข้อมูลภาคสนามที่เป็นทฤษฎีฐานราก (grounded theory)

## 4. ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพในการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก” สามารถสรุปผลการศึกษาดังต่อไปนี้

ในด้านความเป็นมาของการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุโดยองค์กรเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพ จริง ๆ แล้วเป็นการต่อยอดจากศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุและคนพิการที่ได้จัดตั้งมาก่อนหน้านี้แล้วกว่า 10 ปี และ พ.ศ. 2558 ได้จัดตั้งศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ จนกระทั่ง พ.ศ. 2559 ได้จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุภายใต้การทำงานที่ความร่วมมือ (MOU) ระหว่างภาคีเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการกว่า 20 เครือข่าย ทั้งนี้เป้าประสงค์ของการก่อตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุนี้ก็เพื่อให้ผู้สูงอายุติดสังคมได้มีกิจกรรมร่วมกันในทุกด้าน ทั้งกายภาพ จิตใจ สังคม จิตวิญญาณ เศรษฐกิจและภูมิปัญญา และสิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยี อันนำไปสู่การเสริมสร้างความภูมิใจในตนเอง ตระหนักเห็นถึงคุณค่าของตนเอง เกิดสุขภาวะในการดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนได้อย่างเสมอภาคและสมศักดิ์ศรี ทั้งยังเป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตระหว่างผู้สูงอายุและเครือข่ายภาคีองค์กรส่งเสริมสุขภาพทั้งภายในชุมชนและภายนอกชุมชน ผสานช่องว่างระหว่างวัยทั้งวัยผู้สูงอายุ วัยเด็ก-เยาวชน และวัยกลางคน จนกระทั่งเป็นกระบวนการหนึ่งสู่การเสริมสร้างความเข้มแข็งกับชุมชนตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

ทั้งนี้ ในการประสานงานระหว่างเครือข่ายภาคี พบว่า มีเครือข่ายมากกว่า 20 องค์กรสังกัดที่เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งในกิจกรรมเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุพลายชุมพล ประกอบด้วยองค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาชน ภาคธุรกิจ มหาวิทยาลัย โรงเรียน สถาบันศาสนาคือวัด โดยการดำเนินกิจกรรมพิจารณาตามความชำนาญเฉพาะด้าน กล่าวคือ สถาบันศาสนาคือวัดมุ่งเน้นการพัฒนาผู้สูงอายุด้านจิตวิญญาณ องค์กรภาครัฐและภาคประชาชนมุ่งเน้นการเสริมสร้างทักษะทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขทั้งในมหาวิทยาลัยและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเน้นด้านการรักษาสุขภาพกาย องค์กรธุรกิจสนับสนุนทุนในการดำเนินงาน เทศบาลตำบลพลายชุมพลเปรียบเสมือนเจ้าภาพหรือตัวกลาง (Broker) ในการประสานงานระหว่างเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพและผู้สูงอายุ ขณะเดียวกันสถาบันการศึกษา เช่น มหาวิทยาลัยก็มีความชำนาญเฉพาะด้าน (Specialization) ที่หลากหลายแตกต่างกันไปในแต่ละคณะทั้งด้านสังคม ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจและภูมิปัญญา ตลอดจนด้านสิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยี มีกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้สูงอายุ นักศึกษา คณาจารย์ บุคลากรในหน่วยงานท้องถิ่น ขณะที่โรงเรียนในชุมชนก็สนับสนุนให้นักเรียนได้ศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นจากผู้สูงอายุ ทั้งยังเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างวัย

ขณะเดียวกัน ในด้านจุดเด่นหรือความเข้มแข็งของการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลนั้น พบว่า มีเครือข่ายภาคีจำนวนมาก หลากหลาย เครือข่ายมีความเหนียวแน่นสามารถผลิตเปลี่ยนหมุนเวียนเข้ามาร่วมบูรณาการจัดกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุได้อย่างต่อเนื่อง ครอบคลุมทุกมิติ

ส่งผลให้กิจกรรมมีความหลากหลายด้วย ผู้สูงอายุพึงพอใจที่ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่หลากหลาย พร้อมกันนั้นหน่วยงานที่เป็นตัวกลางประสานงานก็มีกระบวนการจัดการอย่างเป็นระบบในหลายประเด็น เช่น สถานที่ การประสานวิทยากร รูปแบบกิจกรรม การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ระบบสนับสนุนกิจกรรม อาทิงบประมาณ และบุคลากร จนกระทั่งเป็นหนึ่งในตำบลต้นแบบด้านการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ (Good Practices) ที่รองรับการดูงานจากในประเทศและต่างประเทศจำนวนมาก

อย่างไรก็ตามภายใต้ความเข้มแข็งแล้ว เครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลก็ยังคงเผชิญปัญหา อุปสรรค และความท้าทายในการดำเนินงาน อาทิ การเดินทางของผู้สูงอายุ เพราะส่งผลต่อการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุของทั้งตำบลโดยตรง โดยเฉพาะกลุ่มที่ติดบ้าน เผชิญกับข้อจำกัดทางการเคลื่อนไหวและโรคประจำตัว ซึ่งเป็นข้อจำกัดด้านสุขภาพและการเดินทาง ขณะเดียวกันคือ ในด้านการจัดกิจกรรมพัฒนาศักยภาพ บางกิจกรรมจำเป็นต้องหวนกลับมาขบคิดใหม่ว่ายังจำเป็นหรือตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุหรือไม่ เช่น ภาษาอังกฤษ เพราะบริบทการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุแต่ละท่านแตกต่างกันออกไป พร้อมกันนั้น การจัดกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ของหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุได้ทั้งหมด อาจมีกิจกรรมบางอย่างที่ทั้งชอบและไม่ชอบ ประสงค์อยากเข้าร่วมและไม่เข้าร่วม ด้วยเงื่อนไขการพิจารณาว่าเชื่อมโยงกับบริบทในชีวิตของเขาหรือไม่ ยิ่งไปกว่านั้น กิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุไม่สามารถเข้าถึงประชากรผู้สูงอายุทั้งหมดของตำบลพลายชุมพลได้ คิดเป็นเพียงแค่ร้อยละ 7 ของประชากรผู้สูงอายุทั้งหมด ขณะที่ร้อยละ 93 ที่เป็นผู้สูงอายุติดบ้านและติดเตียงไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ด้วยเงื่อนไขด้านการเดินทาง สุขภาพ การทำงาน ตลอดจนภาระการดูแลลูกหลาน รวมทั้งการให้ความหมายต่อคุณค่าในตนเองหรือความภูมิใจในตนเองที่ไม่จำเป็นต้องเข้าร่วมสังคมในรูปแบบของโรงเรียนผู้สูงอายุ

ทั้งนี้ ด้านแนวทางการบูรณาการกิจกรรมและการต่อยอดสู่การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน ปีงบประมาณ 2563 โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลดำเนินงานเข้าปีที่ 4 ของการจัดตั้ง ซึ่งมีชุดกิจกรรมกว่า 30 กิจกรรม ครอบคลุมมิติสุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพทางสังคม สุขภาพทางจิตวิญญาณ สุขภาพทางเศรษฐกิจและภูมิปัญญา และสุขภาพทางสิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยี โดยองค์กรเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพทั้งภายในและภายนอกชุมชนร่วมดำเนินงาน กระนั้นก็ตาม ภายใต้การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา ทำให้กิจกรรมการรวมกลุ่มต้องหยุดชะงักเพื่อปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันโรคตั้งแต่เดือนมีนาคม-สิงหาคม อาจทำให้บางกิจกรรมไม่ได้ดำเนินจนบรรลุวัตถุประสงค์ ทั้งนี้แนวทางในการบูรณาการกิจกรรมเพื่อส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลกอย่างยั่งยืนนั้น ผู้ให้ข้อมูลคิดเห็นว่าควรมีแนวทางการส่งเสริม ได้แก่ การพัฒนาสถานที่เรียนที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในลักษณะการออกแบบเพื่อทุกคน (Universal Design) การมีกิจกรรมพัฒนาทักษะด้านภาษา การสื่อสาร และเทคโนโลยี การมีกิจกรรมด้านการค้นหาเอกลักษณ์หรืออัตลักษณ์ทางภูมิปัญญาท้องถิ่น การมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง มีกิจกรรมที่หลากหลายมากขึ้นตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุที่หลากหลาย รวมทั้งส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่เป็นผู้มีส่วนได้เสียโดยตรงทั้งการคิด วางแผนดำเนินการ และประเมินผล อันก่อให้เกิดการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลอย่างยั่งยืนต่อไป

## 5. อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพในการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก” มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องสามารถสังเคราะห์การอภิปรายผลการศึกษาได้ดังนี้

วีรณัฐ โรจนประภา<sup>3</sup> ศึกษาการจัดกิจกรรมเพื่อสุขภาพของผู้สูงอายุตามแนวทางไทยแลนด์ 4.0 เมื่อวิเคราะห์จากผลของระดับความสัมพันธ์ระหว่างประเภทของกิจกรรมกับระดับสุขภาพจิตแล้วนั้น ในแต่ละประเภทกิจกรรมที่ส่งผลนั้นมีระดับการส่งผลแตกต่างกันซึ่งสามารถเรียงลำดับระดับการส่งผลจากค่า มากไปน้อยได้ 1) ภาษา 22.159 2) โภชนาการ 19.280 3) สุขภาพ 17.752 4) ออกกำลังกาย 16.414 5) ศิลปะ 15.905 6) ธรรมะ 15.655 และ 7) เศรษฐกิจพอเพียง 15.590 พบว่า กิจกรรมศิลปะทำให้จิตใจเปลือยเปลือย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษากิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลที่ให้ความสำคัญกับศิลปะ เพลงพื้นฐาน การเต้นรำมาลำดับต้น ๆ เพราะเป็นกิจกรรมคลายจากความวิตกกังวลได้ เช่นเดียวกับธรรมะที่ก็ช่วยให้จิตใจปลอดโปร่งจากความเครียด หรือความกลัว เป็นการตอบสนองความต้องการหาที่พึ่งของผู้สูงอายุให้มีที่ยึดเหนี่ยวไม่ฟุ้งซ่าน อย่างไรก็ตามการศึกษาของวีรณัฐ โรจนประภาพบว่าการศึกษาด้านภาษามีผลทำให้สุขภาพจิตดี ซึ่งอาจเป็นเพราะศึกษาในชุมชนเมืองโดยขัดแย้งกับบริบทชุมชนตำบลพลายชุมพลที่เป็นกิ่งเมืองกิ่งชนบท ทั้งยังจำเป็นต้องพิจารณาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมและสุขภาพจิตด้วย เช่น ระดับการศึกษาและอาชีพของผู้สูงอายุมีผลต่อความรู้สึกพึงพอใจในกิจกรรมด้วย อย่างไรก็ตามจากงานวิจัย พบว่า กิจกรรมการเรียนรู้ภาษานั้นช่วยให้ผู้เรียนมีความจำที่ดีขึ้นตามงานวิจัยของ แนวทางการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครตามแนวทางประเทศไทย 4.0 ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ภาษาที่ไม่คุ้นเคยจะมีผลต่อการทำงานของสมอง ทำให้สมองเสื่อมช้าลง ทำให้ความคิดมีประสิทธิภาพมากขึ้น ผู้สูงอายุที่ได้เรียนรู้ภาษาที่ 2 นี้จึงทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองว่าตนยังเป็นสมาชิกของสังคมยุคเสรีนี้อยู่จึงนำมาซึ่งความมั่นใจจนส่งผลถึงความสุขด้านอื่น ๆ

การศึกษาของมณฑนา จริยรัตน์ไพศาล<sup>4</sup> ศึกษาปัญหาและความต้องการการจัด กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดกำแพงเพชร พบว่า ปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ คือ ปัญหาด้านสุขภาพร่างกาย ปัญหาด้านการมีภาระที่ต้องรับผิดชอบ และปัญหาจากการเดินทาง ความ ต้องการผู้สูงอายุต้องการเข้าร่วมกิจกรรมที่สนุกสนาน กิจกรรมการตรวจสุขภาพกิจกรรมการให้ความรู้ด้าน สุขภาพ กิจกรรมที่สามารถเป็นอาชีพและส่งเสริมรายได้ และกิจกรรมที่มีลักษณะพักผ่อนท่องเที่ยว ซึ่งสอดคล้องกับเป็นอย่างไรกับการศึกษากิจกรรมส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล

ขณะเดียวกัน พบว่า ปัจจัยที่ขัดขวางการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลในการเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมนันทนาการนั้นเพราะปัญหาด้านสุขภาพ

<sup>3</sup> วีรณัฐ โรจนประภา, “แนวทางการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครตามแนวทางประเทศไทย 4.0”, วารสารมจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์, 2560 6(2-03), หน้า 765-778.

<sup>4</sup> มณฑนา จริยรัตน์ไพศาล, “รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในจังหวัดกำแพงเพชร”, วารสารสักทอง คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร, 2558 21(3), หน้า 86-96.

สอดคล้องกับการศึกษาของศรุตดา ศรีสว่าง<sup>5</sup> ที่ศึกษา การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุต่อกิจกรรมนันทนาการในชุมชน พบว่า ปัญหาสำคัญของการไม่เข้าร่วมกิจกรรมเกิดขึ้นจากปัญหาด้านสุขภาพ เพราะกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว และติดปัญหาเรื่องการเดินทางที่สะดวก

ขณะเดียวกันการศึกษาของ พระณัฐพงษ์ สิริสุวณฺโณ (จันทร์โร)<sup>6</sup> ศึกษาการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ 5 ตำบลน้ำน้อย อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาพบว่า เพศ อายุ และระดับการศึกษาที่ต่างกัน จะมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ได้ตั้งไว้ มีนัยยะเช่นเดียวกับการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลว่าจริง ๆ แล้วภายในกลุ่มผู้สูงอายุนอกจากจะมีความหลากหลายทางสถานะทางสุขภาพและสังคมแล้ว ยังแตกต่างกันด้านเพศ อายุ และระดับการศึกษา ส่งผลต่อความพึงพอใจและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพที่ไม่อาจตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุที่หลากหลายได้ทั้งหมดทั้งสิ้น หากแต่เป็นรายกรณีไป ด้วยเหตุนี้จึงมีผู้เสนอว่าควรมีวิชาหรือกิจกรรมทางเลือกหรือตัวเลือกตามอิสระสำหรับผู้สูงอายุ ไม่ใช่เป็นกิจกรรมหลักสูตรแบบบังคับทุกคน

พร้อมกันนั้น กิจกรรมหนึ่งที่น่าสนใจในการนำมาประยุกต์ใช้กับการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลคือ กิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรมที่สะท้อนอัตลักษณ์ของชุมชนท้องถิ่น อันก่อให้เกิดคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเองของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับการศึกษาของชลาลัย วงศ์อารีย์<sup>7</sup> ได้ศึกษา แนวทางการจัดกิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ พบว่า กิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรมและชุดการแสดงนาฏยประดิษฐ์พื้นบ้าน ชุด ฟ้อนบูชาหลวงปู่ขาวเป็นผลสำเร็จของกระบวนการวิจัยที่ใช้ในการแสวงหาแนวทางเพื่อสร้างกิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้าน และเป็นส่วนสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ด้านกาย จิตใจ และสังคม กล่าวคือ ด้านกาย ผ่านการออกกำลังกายสามารถเคลื่อนไหวได้คล่องแคล่ว อารมณ์ดีหัวเราะอย่างสนุกสนาน ผีการทรงตัว ทำให้กระฉับกระเฉง ไม่ป่วยง่าย กล้ามเนื้อหัวใจสูบฉีดดี ลดความเครียด ควบคุมน้ำหนักตัว กล้ามเนื้อทำงานสอดประสานอย่างดีด้านจิตใจ เกิดความภูมิใจ มีที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ คือหลวงปู่ขาว ชิมชับความงดงามทางสุนทรียศาสตร์ ผีสมาริต้านสังคม ได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนบ้าน เข้าสังคม ลดความเบื่อหน่าย มีแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้นจากการรวมกลุ่ม เช่นเดียวกับกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ที่ภูมิปัญญาเพลงพื้นบ้านและรางวัลย้อนยุคนอกจากจะเป็นการสนับสนุนผู้สูงอายุออกกำลังกายเพื่อพัฒนาศักยภาพทางกายทัดทานกับความเสื่อมถอยทางสรีรวิทยา ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดีขึ้นเมื่อประชาชนภายนอกเห็นความสำคัญเช่น เรียนเชิญคณะเพลงพื้นบ้านและรางวัลย้อนยุคไปแสดงต่อหน้าสาธารณชนภายนอก

<sup>5</sup> ศรุตดา ศรีสว่าง, “แนวทางการมีส่วนร่วมของชุมชนในการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุตำบลหลักหก อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี”, รายงานการประชุมวิชาการและนำเสนอผลการวิจัยระดับชาติและนานาชาติ กลุ่มระดับชาติด้านการศึกษา, 2558 3(6), หน้า 418-427.

<sup>6</sup> พระณัฐพงษ์ สิริสุวณฺโณ (จันทร์โร), พระณัฐพงษ์ ญาณเมธี (ไกรเทพ), กันตภณ หนูทองแก้ว, พระธีรวัฒน์ อนาวิน (ทองบุญชู) และพระมหาศักดิ์ ดาสิริเมธี (หารเทศ), การจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ 5 ตำบลน้ำน้อย อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา, *Journal of MCU Nakhondhat*, 2561 6(8), หน้า 3788-3804.

<sup>7</sup> ชลาลัย วงศ์อารีย์, “แนวทางการจัดกิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ”, *วารสารชุมชนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา*, 2561 12(พิเศษ), หน้า 169-184.

ก่อให้เกิดคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเองของผู้สูงอายุ นอกจากนั้นคือ การได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนผู้สูงอายุ เป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอันเป็นคุณูปการด้านสังคมประการหนึ่ง

ทั้งนี้ การส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลในมิติสุขภาพก็มีความสำคัญเช่นกัน เพราะผู้สูงอายุและคณะที่ปรึกษาองค์กรเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพได้สะท้อนประเด็นนี้เป็นแนวทางการบูรณาการกิจกรรมที่จำเป็นต้องมีกระบวนการให้คำปรึกษา (Counseling) และการมีกลุ่มเพื่อนช่วยเหลือ (Self-help Group) ที่แก้ไขปัญหาภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุในปัจจุบัน เพราะพบว่า ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งให้ดำรงชีวิตอย่างโดดเดี่ยวโดยลูกหลาน มีการละเลยเพิกเฉยจากครอบครัว แนวทางหนึ่งที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการบูรณาการกิจกรรมคือ แนวคิดมอนเตสซอรี ดังเช่นการศึกษาของ จินวัตร จันครา และจิราพร เกศพิชญพัฒนา<sup>8</sup> มีข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไปว่าควรมีการศึกษาผลของการจัดกิจกรรมตามแนวคิดมอนเตสซอรีต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชุมชนหรือในสถานดูแลผู้สูงอายุอื่น ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน ควรมีการศึกษาเพื่อพัฒนาโปรแกรมการจัดกิจกรรมตามแนวคิดมอนเตสซอรีในผู้สูงอายุกลุ่มอื่น ๆ เพื่อช่วยบำบัดรักษา และฟื้นฟูสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุให้สามารถกระทำหน้าที่ของตนเองได้ตามปกติ (Social Functioning) และพึงพาผู้อื่นน้อยที่สุด สามารถจัดภาวะซึมเศร้าได้ เพราะอธิบายถึงหลักการจัดกิจกรรมต่อสภาวะทางอารมณ์ของผู้ร่วมกิจกรรมกล่าวคือ การจัดกิจกรรมตามแนวคิดมอนเตสซอรีประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่มประสบการณ์ชีวิต กิจกรรมกลุ่มประสาทสัมผัส และกิจกรรมกลุ่มวิชาการ จะช่วยให้ผู้ร่วมกิจกรรมรู้สึกผ่อนคลายและช่วยลดภาวะซึมเศร้าได้ ทั้งนี้ เนื่องจากการจัดกิจกรรมช่วยเพิ่มระดับสารเคมีในสมอง เช่น serotonin ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกเป็นการเสริมสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์ อีกทั้งในการทำกิจกรรม มีการส่งเสริมให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้ทำกิจกรรมกลุ่มส่งผลให้ได้พูดคุยกัน มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการทำกิจกรรมร่วมกันอันเป็นการส่งเสริมสัมพันธภาพถึงแม้ว่าบางครั้งผู้ร่วมกิจกรรมอาจเลือกทำกิจกรรมเป็นรายบุคคล แต่ก็ได้นั่งรวมกลุ่มกับผู้อื่นที่เลือกกิจกรรมชนิดเดียวกัน ก่อให้เกิดการช่วยเหลือแบ่งปันกิจกรรมตามแนวคิดมอนเตสซอรีช่วยให้ผู้ร่วมกิจกรรมมีสมาธิจดจ่อกับกิจกรรมที่ทำได้ทบทวนความจำเกี่ยวกับกิจกรรมที่เคยทำในอดีต และทำให้มีการใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เมื่อทำกิจกรรมสำเร็จ จะก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่ยังมีศักยภาพในการทำประโยชน์ เกิดเป็นผลงานที่มีคุณค่าทางจิตใจ เป็นการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-esteem) ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าแนวทางการจัดกิจกรรมแบบมอนเตสซอรีสามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุได้หลายมิติทั้งความจำ ด้านจิตใจ ด้านสังคม และก่อให้เกิดคุณค่าในตนเองด้วย

อย่างไรก็ตาม การศึกษากิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลครั้งนี้ ผู้ร่วมวิจัยมิได้สะท้อนปัญหาด้านการประชาสัมพันธ์ข่าวสารเกี่ยวกับโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อดึงดูดให้ผู้สูงอายุทั้งภายในและภายนอกชุมชน และที่ติดบ้านเข้าร่วม แต่การศึกษาของนิตยา ทวีชีพ<sup>9</sup> ที่ศึกษา ความต้องการการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในตำบลบ้านเหล่า อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น พบว่า การดำเนินกิจกรรมยังเผชิญกับอุปสรรคหรือความท้าทายคือ การประชาสัมพันธ์ยังไม่ทั่วถึงก็อาจเป็นไปได้ว่าที่ตำบล

<sup>8</sup> จินวัตร จันครา และ จิราพร เกศพิชญพัฒนา, “ผลของโปรแกรมการจัดกิจกรรมตาม แนวคิดมอนเตสซอรีต่อภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ”, วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี, 2559 27(1).

<sup>9</sup> นิตยา ทวีชีพ, “ความต้องการการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในตำบลบ้านเหล่า อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น”, วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2562 16(2), หน้า 213-222.

พลายชุมพลยังขาดแนวทางการประชาสัมพันธ์กิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุอย่างทั่วถึงเพื่อดึงดูดผู้สูงอายุที่อยู่ภายในและภายนอกชุมชน และที่ติดบ้าน เนื่องจากพบว่า มีเพียงผู้สูงอายุร้อยละ 7 ของผู้สูงอายุทั้งหมดเท่านั้นที่เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพภายใต้การดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุ นอกจากนี้ การศึกษาของนิตยา ทวีชีพยังพบว่า กิจกรรมบางอย่างในระยะเวลาที่ผ่านมาผู้สูงอายุไม่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน สอดคล้องกับที่ตำบลพลายชุมพลเช่น กิจกรรมการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษ ทักษะการสื่อสาร และทักษะทางเทคโนโลยี ผู้สูงอายุยังไม่สามารถนำกิจกรรมเหล่านี้ไปบูรณาการในชีวิตประจำวันได้ ทว่ากิจกรรมที่ตำบลพลายชุมพลนั้นยังคงซ้ำรังไว้ซึ่งจุดแข็งที่หน่วยงานภาครัฐและเอกชนเข้ามาสนับสนุนการจัดกิจกรรมนั้นแทนที่การสำหรับผู้สูงอายุจำนวนมากซึ่งแตกต่างจากการศึกษาที่ตำบลบ้านเหล่า อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

นอกจากนี้ ด้วยการศึกษาครั้งนี้มุ่งเน้นที่องค์กรเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพที่เข้ามามีบทบาทในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล พบงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จำนวน 2 ชิ้น ของ Whangmahaporn, P., Phromsathit, S., Wangtepanukroh, N., Siriburana, S., Kijmanawat, Y., & Wachum, W.<sup>10</sup> ที่ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินงานศูนย์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในประเทศไทย พบว่ามีปัจจัย 5 ด้าน ได้แก่ ด้านงบประมาณที่เพียงพอ โดยอาจได้รับการสนับสนุนจากภาครัฐและเอกชนด้านบุคลากรที่เข้าร่วมดำเนินกิจกรรม ด้านสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยเงื่อนไขของผู้สูงอายุเอง ด้านการเมือง ไม่มีความขัดแย้งระหว่างผู้นำท้องที่ ผู้นำท้องถิ่นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และด้านการสื่อสาร หมายถึง การประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึงและงานวิจัยของ Suthamchai, B., Keskpichayawattana, J., & Kaeowichian, N.<sup>11</sup> ที่สังเคราะห์รูปแบบบริการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการ พบว่า มีปัจจัย 4 ด้านในการจัดระบบบริการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการ ได้แก่ด้านนโยบาย (policy) ว่าด้วยการขับเคลื่อนทุกภาคส่วนอย่างชัดเจน นำไปปฏิบัติผ่านความร่วมมือในพื้นที่ ด้านคน (people) ประกอบด้วยผู้สูงอายุ ผู้ดูแลครอบครัว อาสาสมัคร ผู้นำชุมชน พระ ครู ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ด้านระบบ (system) ระบบการคัดกรอง ระบบฐานข้อมูลผู้สูงอายุ ระบบส่งต่อดูแลต่อเนื่อง ระบบบริการที่เชื่อมโยงระบบประเมินผล ระบบบริการที่ตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ด้านชุมชน (community) ความเข้มแข็งของชุมชน ทูทางสังคมวัฒนธรรม ประเพณี การเตรียมความพร้อม การมีส่วนร่วม การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อโดยกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลนี้ต่างปรากฏเงื่อนไข/ปัจจัยแห่งความสำเร็จดังกล่าวนี้ทั้งสิ้น

ท้ายที่สุดนี้ในแนวทางการบริหารจัดการเครือข่ายในการบูรณาการกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุนั้น จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการดำเนินงานอย่างเป็นขั้นตอนดังการศึกษาของปาจารย์ ผลประเสริฐ, พฐุ ราไพ ประภัสสร และวรางคณา จันทร์คง<sup>12</sup> ที่ศึกษารูปแบบการบริหารจัดการเครือข่ายชุมชนในการจัดกิจกรรม

<sup>10</sup> Whangmahaporn, P., Phromsathit, S., Wangtepanukroh, N., Siriburana, S., Kijmanawat, Y., & Wachum, W, "Factors Affecting the Operation of Center for Quality of Life Development and Career Promotion for the Elderly in Thailand", *Journal of Interdisciplinary Research: Graduate Studies*, 2019 8(1).

<sup>11</sup> Suthamchai, B., Keskpichayawattana, J., & Kaeowichian, N, "A Synthesis of Integrated Care Service Model for Thai Elderly", *Journal of Health Science*, 2015: 1017-1029.

<sup>12</sup> ปาจารย์ ผลประเสริฐ, พฐุ ราไพประภัสสร และวรางคณา จันทร์คง, "รูปแบบการบริหารจัดการเครือข่ายชุมชนในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ", *วารสารสังคมศาสตร์วิชาการ*, 2560 10(พิเศษ), หน้า 179-199.

สำหรับผู้สูงอายุ พบวิธีการดำเนินการวิจัยที่น่าสนใจคือ แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอนได้แก่ ศึกษาปัญหาของผู้สูงอายุและปัญหาในการเข้าร่วมกิจกรรม การแสวงหารูปแบบการบริหารเครือข่ายชุมชนในการจัดกิจกรรมผ่านผู้มีส่วนร่วมทั้ง อาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน ผู้นำชุมชน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เทศบาล ผู้สูงอายุ นักวิชาการด้วยวิธีการประชุมเชิงปฏิบัติการ (workshop) และสนทนากลุ่ม และขั้นตอนสุดท้ายคือการนำรูปแบบกิจกรรมไปใช้ และประเมินการบริหารจัดการ ซึ่งการศึกษาของปริญญ์ ผลประเสริฐและคณะนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสานโดยเน้นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม นอกจากนี้ยังพบว่า ควรสร้างเครือข่ายชุมชนระดับตำบลขึ้น อันประกอบด้วย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทำหน้าที่จัดการฐานข้อมูลประชากรทั้งเศรษฐกิจ สังคม เชื่อมโยงข้อมูลด้านสุขภาพกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จัดทำงบประมาณ ดำเนินกิจกรรมเชิงรุก ส่งเสริมการรวมกลุ่ม จัดหาพื้นที่ทำกิจกรรม จัดหาอาสาสมัครประชาสัมพันธ์กิจกรรม ส่วนชมรม/กลุ่มผู้สูงอายุทำหน้าที่จัดหาสมาชิก ทำข้อมูลประวัติ ประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ส่งเสริมกิจกรรม จัดโครงสร้างชมรมและโรงเรียน เขียนโครงการของงบประมาณ ครอบคลุม ส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ ให้กำลังใจ เคารพการตัดสินใจของผู้สูงอายุ ขณะที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทำหน้าที่จัดทำข้อมูลด้านสุขภาพ จัดทำงบประมาณในการทำกิจกรรมกับผู้สูงอายุด้านสุขภาพ เป็นพี่เลี้ยงอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน วางแผนการทำงานร่วมกับผู้สูงอายุตรวจสอบสุขภาพผู้นำชุมชน ทำหน้าที่ประสานผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรม ส่งเสริมอาสาสมัครและแกนนำ ประชาสัมพันธ์ให้ทั่วถึง นอกจากนี้อาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้านทำหน้าที่จัดเก็บข้อมูลผู้สูงอายุร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เป็นตัวกลางในการประสานงานทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง สถาบันศาสนาหรือวัด ทำหน้าที่เป็นแหล่งเรียนรู้ด้านศาสนาและจิตใจ และการให้สถานที่สถาบันการศึกษา ทำหน้าที่เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้สูงอายุในชุมชน เป็นที่ปรึกษาการทำกิจกรรม ส่งเสริมศึกษาลงพื้นที่วิจัยและจัดทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในชุมชน โดยที่กล่าวไปดังกล่าวข้างต้นนี้เป็นกระบวนการที่องค์กรเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพตำบลหลายชุมพลได้ดำเนินการแล้วจนกระทั่งเป็นแนวปฏิบัติที่ดี แต่ยังมีได้สรุปเป็นกระบวนการที่ชัดเจน

โดยสรุปพบว่า งานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้ยกระดับความเข้าใจจากข้อค้นพบของการศึกษาที่ประกอบด้วยเงื่อนไข ปัจจัย อุปสรรค และแนวทางในการบูรณาการกิจกรรมส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุที่จะประสบผลสำเร็จ ทั้งนี้ อาจแตกต่างกันไปในแต่ละพื้นที่ด้วยเงื่อนไขลักษณะขององค์กรเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพ จำนวน บทบาทหน้าที่ ลักษณะทางสุขภาพและสังคมของผู้สูงอายุ ความเป็นพื้นที่เมืองหรือชนบท มีทั้งที่สอดคล้องและแตกต่างกันเป็นคุณูปการสู่การตั้งคำถามอภิปรายและพัฒนาโจทย์ในการวิจัยครั้งต่อไป

## 6. สรุปผลการวิจัย

ท่ามกลางการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย ชุมชนต่าง ๆ ทั้งภาคเมือง ชนบท กึ่งเมืองกึ่งชนบทต่างดำเนินโครงการ กิจกรรม หรือมีแผนงานปรับตัวเข้าสู่กับสภาวะดังกล่าวเพื่อเตรียมความพร้อมกับผู้สูงอายุในชุมชนท้องถิ่นให้มีสุขภาพดีในทุกด้าน ตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลกก็เช่นเดียวกัน ภายใต้การบูรณาการของหน่วยงานและเครือข่ายต่าง ๆ ได้เข้ามาร่วมส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุอย่างเป็นรูปธรรมเป็นเวลากว่า 4 ปี ทั้งนี้ การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพในการเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก” มีข้อค้นพบที่สำคัญคือ

ในด้านความเป็นมาของการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุโดยองค์กรเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพ จริง ๆ แล้วเป็นการต่อยอดจากศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุและคนพิการที่ได้จัดตั้งมาก่อนหน้านี้แล้วกว่า 10 ปี และ พ.ศ. 2558 ได้จัดตั้งศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ จนกระทั่ง พ.ศ. 2559 ได้จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุภายใต้การทำบันทึกความร่วมมือ (MOU) ระหว่างภาคีเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการกว่า 20 เครือข่าย ทั้งนี้เป้าประสงค์ของการก่อตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุนี้ก็เพื่อให้ผู้สูงอายุติดสังคมได้มีกิจกรรมร่วมกันในทุกด้าน ทั้งกายภาพ จิตใจ สังคม จิตวิญญาณ เศรษฐกิจและภูมิปัญญา และสิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยี อันนำไปสู่การเสริมสร้างความภูมิใจในตนเอง ตระหนักเห็นถึงคุณค่าของตนเอง เกิดสุขภาวะในการดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนได้อย่างเสมอภาคและสมศักดิ์ศรี ทั้งยังเป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตระหว่างผู้สูงอายุและเครือข่ายภาคีองค์กรส่งเสริมสุขภาพทั้งภายในชุมชนและภายนอกชุมชน ผสานช่องว่างระหว่างวัยทั้งวัยผู้สูงอายุ วัยเด็ก-เยาวชน และวัยกลางคน จนกระทั่งเป็นกระบวนการหนึ่งสู่การเสริมสร้างความเข้มแข็งกับชุมชนตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก

ทั้งนี้ ในการประสานงานระหว่างเครือข่ายภาคี พบว่า มีเครือข่ายมากกว่า 20 องค์กรสังกัดที่เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งในกิจกรรมเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุหลายชุมพล ประกอบด้วยองค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาชน ภาคธุรกิจ มหาวิทยาลัย โรงเรียน สถาบันศาสนา คือ วัด โดยการดำเนินกิจกรรมพิจารณาตามความชำนาญเฉพาะด้าน กล่าวคือ สถาบันศาสนาคือวัดมุ่งเน้นการพัฒนาผู้สูงอายุด้านจิตวิญญาณ องค์กรภาครัฐและภาคประชาชนมุ่งเน้นการเสริมสร้างทักษะทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขทั้งในมหาวิทยาลัยและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเน้นด้านการรักษาสุขภาพกาย องค์กรธุรกิจสนับสนุนทุนในการดำเนินงาน เทศบาลตำบลพลายชุมพลเปรียบเสมือนเจ้าภาพหรือตัวกลาง (Broker) ในการประสานงานระหว่างเครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพและผู้สูงอายุ ขณะเดียวกันสถาบันการศึกษา เช่น มหาวิทยาลัยก็มีความชำนาญเฉพาะด้าน (Specialization) ที่หลากหลายแตกต่างกันไปในแต่ละคณะทั้งด้านสังคม ด้านสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจและภูมิปัญญา ตลอดจนด้านสิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยี มีกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้สูงอายุ นักศึกษา คณาจารย์ บุคลากรในหน่วยงานท้องถิ่น ขณะที่โรงเรียนในชุมชนก็สนับสนุนให้นักเรียนได้ศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นจากผู้สูงอายุ ทั้งยังเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างวัย

ขณะเดียวกัน ในด้านจุดเด่นหรือความเข้มแข็งของการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลนั้น พบว่า มีเครือข่ายภาคีจำนวนมาก หลากหลาย เครือข่ายมีความเหนียวแน่นสามารถผลิตเปลี่ยนหมุนเวียนเข้ามาร่วมบูรณาการจัดกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุได้อย่างต่อเนื่อง ครอบคลุมทุกมิติ ส่งผลให้กิจกรรมมีความหลากหลายด้วย ผู้สูงอายุพึงพอใจที่ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่หลากหลาย พร้อมกันนั้นหน่วยงานที่เป็นตัวกลางประสานงานก็มีกระบวนการจัดการอย่างเป็นระบบในหลายประเด็น เช่น สถานที่ การประสานวิทยากร รูปแบบกิจกรรม การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ระบบสนับสนุนกิจกรรม อาทิ งบประมาณ และบุคลากร จนกระทั่งเป็นหนึ่งในตำบลต้นแบบด้านการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ (Good Practices) ที่รองรับการดูงานจากในประเทศและต่างประเทศจำนวนมาก

อย่างไรก็ตามภายใต้ความเข้มแข็งแล้ว เครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลก็ยังคงเผชิญปัญหา อุปสรรค และความท้าทายในการดำเนินงาน อาทิ การเดินทางของผู้สูงอายุ เพราะส่งผลต่อการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุของทั้งตำบลโดยตรง โดยเฉพาะกลุ่มที่ติดบ้าน เผชิญกับข้อจำกัดทางการเคลื่อนไหวและโรคประจำตัว ซึ่งเป็นข้อจำกัดด้านสุขภาพและการเดินทาง ขณะเดียวกันคือ ในด้านการจัด

กิจกรรมพัฒนาศักยภาพ บางกิจกรรมจำเป็นต้องหวนกลับมาขบคิดใหม่ว่ายังจำเป็นหรือตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุอยู่หรือไม่ เช่น ภาษาอังกฤษ เพราะบริบทการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุแต่ละท่านแตกต่างกันออกไป พร้อมกันนั้น การจัดกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ของหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุไม่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุได้ทั้งหมด อาจมีกิจกรรมบางอย่างที่ทั้งชอบและไม่ชอบ ประสงค์อยากเข้าร่วมและไม่เข้าร่วม ด้วยเงื่อนไขการพิจารณาว่าเชื่อมโยงกับบริบทในชีวิตของเขาหรือไม่ ยิ่งไปกว่านั้น กิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุไม่สามารถเข้าถึงประชากรผู้สูงอายุทั้งหมดของตำบลพลายชุมพลได้ คิดเป็นเพียงแค่ร้อยละ 7 ของประชากรผู้สูงอายุทั้งหมด ขณะที่ร้อยละ 93 ที่เป็นผู้สูงอายุติดบ้านและติดเตียงไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ด้วยเงื่อนไขด้านการเดินทาง สุขภาพ การทำงาน ตลอดจนภาระการดูแลลูกหลาน รวมทั้งการให้ความหมายต่อคุณค่าในตนเองหรือความภูมิใจในตนเองที่ไม่จำเป็นต้องเข้าร่วมสังคมในรูปแบบของโรงเรียนผู้สูงอายุ

ทั้งนี้ ด้านแนวทางการบูรณาการกิจกรรมและการต่อยอดสู่การส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน ปีงบประมาณ 2563 โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลดำเนินงานเข้าปีที่ 4 ของการจัดตั้ง ซึ่งมีชุดกิจกรรมกว่า 30 กิจกรรม ครอบคลุมมิติสุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพทางสังคม สุขภาพทางจิตวิญญาณ สุขภาพทางเศรษฐกิจและภูมิปัญญา และสุขภาพทางสิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยี โดยองค์กรเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพทั้งภายในและภายนอกชุมชนร่วมดำเนินงาน กระนั้นก็ตาม ภายใต้การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา ทำให้กิจกรรมการรวมกลุ่มต้องหยุดชะงักเพื่อปฏิบัติตามมาตรการการป้องกันโรคตั้งแต่เดือนมีนาคม-สิงหาคม อาจทำให้บางกิจกรรมไม่ได้ดำเนินจนบรรลุวัตถุประสงค์ ทั้งนี้แนวทางในการบูรณาการกิจกรรมเพื่อส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลกอย่างยั่งยืนนั้น ผู้ให้ข้อมูลคิดเห็นว่าควรมีแนวทางการส่งเสริม ได้แก่ การพัฒนาสถานที่เรียนที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในลักษณะการออกแบบเพื่อทุกคน (Universal Design) การมีกิจกรรมพัฒนาทักษะด้านภาษา การสื่อสาร และเทคโนโลยี การมีกิจกรรมด้านการค้นหาเอกลักษณ์หรืออัตลักษณ์ทางภูมิปัญญาท้องถิ่น การมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง มีกิจกรรมที่หลากหลายมากขึ้นตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุที่หลากหลาย รวมทั้งส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่เป็นผู้มีส่วนได้เสียโดยตรงทั้งการคิด วางแผน ดำเนินการ และประเมินผล อันก่อให้เกิดการส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลอย่างยั่งยืนต่อไป

## 7. ข้อเสนอแนะ

### 7.1 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการในพื้นที่

7.1.1 เสริมสร้างทักษะการดูแลผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลกับประชาชนในชุมชนทั้งติดเตียง ติดบ้าน และติดสังคม โดยเฉพาะกลุ่มที่ติดบ้านที่ต้องการผู้ดูแล (Caregiver) ให้มีทักษะเบื้องต้นในการดูแลผู้สูงอายุโดยผ่านการมีส่วนร่วมของหน่วยปฏิบัติงาน อาทิ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และหน่วยวิชาการอย่างพยาบาลศาสตร์และกายภาพบำบัด ขณะเดียวกันการสร้างกิจกรรมที่ดึงดูดการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่ติดบ้าน เพราะจากจำนวนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมมีเพียงร้อยละ 7 จากประชากรผู้สูงอายุทั้งหมดในตำบลเท่านั้น

7.1.2 สสำรวจและประเมินผลสะท้อนจากผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลที่มีส่วนได้ส่วนเสียโดยตรงในการกำหนดชุดกิจกรรมที่ตอบสนองกับความต้องการของผู้สูงอายุ จนกระทั่งผู้สูงอายุสามารถประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน

7.1.3 แสวงหาเครือข่ายภาคีองค์กรส่งเสริมสุขภาพเพิ่มขึ้นเพื่อเพิ่มความหลากหลายของชุดกิจกรรมให้ครอบคลุมทุกด้าน ทุกภาคส่วน และธำรงรักษาเครือข่ายภาคีที่มีอยู่แล้วให้เข้มแข็งยิ่งขึ้น

## 7.2 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

7.2.1 บูรณาการการดำเนินงานระหว่างกระทรวงทั้งกระทรวงมหาดไทย กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และกระทรวงสาธารณสุขในเขตพื้นที่เพื่อเสริมสร้างศักยภาพผู้สูงอายุในทุกมิติ

7.2.2 จัดตั้งหน่วยงานระดับท้องถิ่นด้านสวัสดิการสังคมที่ใหญ่ขึ้นรองรับกับสังคมผู้สูงอายุ เนื่องจากจำนวนบุคลากรไม่เพียงพอต่อการดูแลและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในชุมชนเพื่อดูแลผู้สูงอายุในมิติทางสังคมที่นอกเหนือจากด้านสุขภาพอนามัย

7.2.3 นำนโยบายด้านการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว (Long-term Care) และการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative Care) มาประยุกต์ใช้ในตำบลโดยการบูรณาการของหน่วยงานทั้งเทศบาลตำบล พลายชุมพลและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโดยไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลังทั้งติดบ้านและติดเตียง อบรมประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะและความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวและการดูแลแบบประคับประคอง

## 7.3 ข้อเสนอแนะทางวิชาการเพื่อการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

7.3.1 ศึกษาวิจัยเพื่อประเมินผลกิจกรรมและชุดกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพลอย่างเป็นรูปธรรมแบบมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ

7.3.2 ศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ระหว่างวัย ต่อยอดสืบสานภูมิปัญญาท้องถิ่นจากผู้สูงอายุเพื่อเสริมสร้างคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเองของผู้สูงอายุตำบลพลายชุมพล ทั้งยังนำอัตลักษณ์ท้องถิ่นและภูมิปัญญาสร้างมูลค่าเชิงพาณิชย์ของชุมชนตำบลพลายชุมพลผ่านมีส่วนร่วมและเป็นการสร้างความรู้เพื่อเพิ่มมูลค่าด้วย

## 8. กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากนักวิจัยโครงการที่ให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์ยิ่งต่อความสมบูรณ์ของงานวิจัย ขอขอบพระคุณคณาจารย์สาขาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ วิทยาลัยการจัดการและพัฒนาท้องถิ่นที่ให้ความช่วยเหลือและกำลังใจที่ดีมาตลอด ขอขอบพระคุณพื้นที่ตำบลพลายชุมพล กองสวัสดิการสังคม เทศบาลตำบลพลายชุมพล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพลายชุมพล อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ที่เป็นพื้นที่ศึกษาและขอขอบคุณสมาชิกทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี กลุ่มผู้สูงอายุ เครือข่ายองค์กรส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาชน และนักวิชาการ และขอขอบพระคุณสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม เป็นหน่วยงานที่สนับสนุนทุนวิจัยในครั้งนี้

## เอกสารอ้างอิง

จิณวัตร จันครา และจิราพร เกศพิชญวัฒนา. “ผลของโปรแกรมการจัดกิจกรรมตาม แนวคิดมอนเตสซอรีต่อ

- ภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ”. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี, 2559 27(1).
- ชลาลัย วงศ์อารีย์. “แนวทางการจัดกิจกรรมด้านศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้านเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ”, วารสารชุมชนวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา. 2561 12 (พิเศษ). หน้า 169-184.
- นิตยา ทวีชีพ. “ความต้องการการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในตำบลบ้านเหล่า อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น”. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. 2562 16(2). หน้า 213-222.
- ปาจารย์ ผลประเสริฐ. พฐุ ราไพประภัสสร และวรางคณา จันทร์คง. “รูปแบบการบริหารจัดการเครือข่ายชุมชนในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ”. วารสารสังคมศาสตร์วิชาการ, 2560 10 (พิเศษ). หน้า 179-199.
- พระณัฐพงษ์ สิริสุวรรณโณ (จันทร์โร), พระณัฐพงษ์ ญาณเมธี (ไกรเทพ). กันตภณ หนูทองแก้ว. พระธีรวัฒน์ อนาวีโล (ทองบุญชู) และ พระมหาศักดิ์ ดาสิริเมธี (หารเทศ). การจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ 5 ตำบลน้ำน้อย อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. **Journal of MCU**, 2561 6(8). หน้า 3788-3804.
- มัทธนา จริยรัตน์ไพศาล. “รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในจังหวัดกำแพงเพชร”. วารสารสักทอง คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร. 2558 21(3). หน้า 86-96.
- วีรณัฐ โรจนประภา. “แนวทางการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครตามแนวทางประเทศไทย 4.0”. วารสารมจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์, 2560 6(2-03). หน้า 765-778
- ศรุดา ศรีสว่าง. “แนวทางการมีส่วนร่วมของชุมชนในการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุตำบลหลักหก อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี”. รายงานการประชุมวิชาการและนำเสนอผลการวิจัยระดับชาติและนานาชาติ กลุ่มระดับชาติด้านการศึกษา, 2558 3(6). หน้า 418-427
- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. ลักษณะทางสุขภาพและสังคมของผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข, 2553
- สุพิตร สมานีโต และคณะ. แบบทดสอบและเกณฑ์มาตรฐานศักยภาพทางกายสำหรับผู้สูงอายุ 60-89 ปี. กรุงเทพมหานคร: สำนักวิทยาศาสตร์การกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2556
- Suthamchai, B., Keskipichayawattana, J., & Kaeowichian, N, “A Synthesis of Integrated Care Service Model for Thai Elderly”, **Journal of Health Science**, 2015. Pp. 1017-1029.
- Whangmahaporn, P., Phromsathit, S., Wangtepanukroh, N., Siriburana, S., Kijmanawat, Y., & Wachum, W, “Factors Affecting the Operation of Center for Quality of Life Development and Career Promotion for the Elderly in Thailand”, **Journal of Interdisciplinary Research: Graduate Studies**, 2019 8(1)