

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร
QUALITY OF LIFE DEVELOPMENT OF THE ELDERLY,
AMPHOE KHO WANG, YASOTHON PROVINCE

วิจิตรา ศรีสอน¹ สันฐาน ชยนนท์² ทิฆัมพร พันลึกเดช³ องค์กร สงวนญาติ⁴

Wijittra Srisorn, Sunthan Chayanon, Tikhamporn Punluekdej,

Ongorn Snguanayat

บทคัดย่อ (Abstract)

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาลักษณะโดยทั่วไปของผู้สูงอายุในอำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร 2. เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร 3. เพื่อหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร งานวิจัยชิ้นนี้เป็นงานวิจัยแบบผสมผสานเชิงปริมาณประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน ใช้สถิติเชิงพรรณนาประกอบด้วย ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เชิงคุณภาพประกอบด้วยผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 17 คน สัมภาษณ์เชิงลึก โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง และการสนทนากลุ่ม จำนวน 8 คน วิเคราะห์เนื้อหาและตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า ผลวิจัยพบว่า 1) ลักษณะประชากรผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 230 คน หรือร้อยละ 57.50 เป็นเพศชายจำนวน 170 คน หรือร้อยละ 42.50 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 66-70 ปี จำนวน 170 คน หรือร้อยละ 42.50 ระดับการศึกษาพบว่าส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาระดับประถม 4-6 จำนวน 320 คน หรือร้อยละ 80.00 มีสถานภาพสมรสจำนวน 330 คน หรือร้อยละ 82.50 2) การเพื่อพัฒนา

Received: 2020-08-18 Revised: 2021-02-10 Accepted: 2021-02-11

¹ วิทยาลัยการเมืองและการปกครอง มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา College of Politics and Government, Suan Sunandha Rajabhat University. e-mail address: wijittra.sr@ssru.ac.th

² วิทยาลัยการเมืองและการปกครอง มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา College of Politics and Government, Suan Sunandha Rajabhat University. e-mail address: sunthan.ch@ssru.ac.th

³ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์ Graduate School, Southeast Asia University. e-mail address: tikhamporn.pu@gmail.com

⁴ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสวนดุสิต, Graduate School, Suan Dusit University. e-mail address: ongorns@hotmail.com

คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอคว้ง จังหวัดยโสธร ประกอบไปด้วย 1. องค์ประกอบด้านสังคม 2. องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม 3. องค์ประกอบด้านสุขภาพ 4. องค์ประกอบด้านจิตใจ และ 5. อารมณ์ของผู้สูงอายุ และ 3) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอคว้ง จังหวัดยโสธร ประกอบด้วย 1. แนวทางด้านสุขภาพกาย 2. แนวทางด้านสุขภาพจิตใจ 3. แนวทางด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และ 4. แนวทางด้านเศรษฐกิจสิ่งแวดล้อม

คำสำคัญ (Keywords) : การพัฒนาคุณภาพชีวิต; ผู้สูงอายุ; แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

Abstract

This research has objectives to: 1) study the general characteristics of the older people in Kho Wang district, Yasothon province, 2) develop the quality of life of the older people in Kho Wang district, Yasothon province, and 3) discover guidelines to develop quality of life of the senior people in Kho Wang district, Yasothon province. This is a mixed methods research. The quantitative research utilizes a sample size of 400 individuals. The descriptive statistical data include frequency, percentage, mean, and standard deviation. The qualitative method uses an in-depth interview of 17 key informants selected based on a purposive sampling method and a focus group of 8 individuals. The content analysis and triangulation are performed. The results showed that: 1. most of the respondents are female at the total number of 230 persons (57.50 percent), they are aged between 66-70 years old (42.50 percent), having a primary education of 320 persons (80 percent), and 330 persons (82.50 percent) are married. 2. The development of quality of life of the senior people in Kho Wang district, Yasothon province composed of 5 components that were 1) social component, 2) environmental component, 3) health component, 4) mental component, and 5) emotional component. 3. The guidelines to develop quality of life of older people in Kho Wang district, Yasothon province included 1) physical health guidelines, 2) mental health guidelines, 3) social relations guidelines, and 4) environmental economy guidelines.

Keywords: Quality of life development; The elderly; Guidelines for quality of life development

บทนำ (Introduction)

ในทศวรรษที่ผ่านมา ผู้สูงอายุไทยเพิ่มจำนวนขึ้นเรื่อยๆ จากประมาณการแนวโน้มประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2543-2568 เปรียบเทียบกับประชากรโลก ของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2554) พบว่ามีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางเดียวกัน คือประชากรโลกเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ประชากรสูงอายุก็มีอัตราเพิ่มสูงขึ้นเช่นกัน และแนวโน้มในปี พ.ศ.2563 ประชากรรวมของโลกจะเพิ่มขึ้นเป็น 7,540 ล้านคน ผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 13.6 และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นอีกเป็นร้อยละ 15 ในปี พ.ศ. 2568 ในขณะที่โครงสร้างประชากรของประเทศไทยได้เปลี่ยนแปลงไปเช่นกัน และแนวโน้มในปี พ.ศ. 2563 ประชากรรวมจะเพิ่มขึ้นเป็น 70 ล้านคน ผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 16.8 และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นอีกเป็นร้อยละ 20 ในปี พ.ศ. 2568 ซึ่งถือได้ว่าเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ (รติมา คชนันท์, 2561)

ปัญหาสำคัญที่สังคมไทยจะต้องเผชิญในอนาคต คือการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็นการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางเศรษฐกิจและสังคมด้วย กล่าวคือ เกิดผลกระทบอย่างกว้างขวางทางเศรษฐกิจในระดับมหภาค ได้แก่ ผลต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (GDP - Gross Domestic Product) รายได้ต่อหัวของประชากร การออม การลงทุน และงบประมาณของรัฐบาล การจ้างงานและการจัดหาแรงงานทดแทน การจัดสวัสดิการสังคม (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, 2553)

จากผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี พ.ศ. 2555 พบว่าผู้สูงอายุที่ทำงานมีจำนวน 3.45 ล้านคน ส่วนใหญ่จะอยู่ในภาคเกษตรและประมง รองลงมาคือพนักงานบริการและพนักงานขาย ผู้ปฏิบัติงานความสามารถทางฝีมือและธุรกิจ อาชีพพื้นฐานต่าง ๆ ด้านการขาย ผู้บัญญัติกฎหมายและข้าราชการระดับอาวุโส ผู้ปฏิบัติงานโรงงานและเครื่องจักร และผู้ประกอบการวิชาชีพด้วยต่าง ๆ ตามลำดับ หลายอาชีพมีความพร้อมในการพึ่งพาตนเอง แต่ก็ยังมีอีกหลายอาชีพที่ยังต้องการการสนับสนุนให้สามารถยืนอยู่ได้ในตลาดแรงงาน เช่น กลุ่มผู้ผลิตที่ในชนบท เช่น กลุ่มวิสาหกิจชุมชน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560)

ดังนั้นการมีมาตรการส่งเสริม หรือสนับสนุนคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งส่วนใหญ่มีสภาพทางเศรษฐกิจไม่ดีนัก จึงเป็นสิ่งที่ทุกหน่วยงานจำเป็นที่จะให้ความสำคัญเนื่องจากประชากรวัยแรงงานอพยพย้ายถิ่นไปทำงานในเขตเมือง สิ่งที่ปรากฏตามมาก็คือ ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง

ให้อยู่ลำพัง หรือทิ้งภาระของบุตรหลานให้ผู้สูงอายุดูแลมากขึ้น แม้ว่าผู้สูงอายุบางส่วนได้รับค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดู แต่เป็นเพียงการสนับสนุนด้านวัตถุเท่านั้น ส่วนความสัมพันธ์ของครอบครัวกลับลดลงอย่างต่อเนื่อง ในขณะที่ผู้สูงอายุต้องปรับตัวจากวิถีชีวิตแบบเดิมเป็นวิถีชีวิตในยุคของโลกาภิวัตน์

จากปัญหาดังกล่าว ทำให้คณะผู้วิจัยต้องการศึกษาเพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร เพื่อศึกษาลักษณะโดยทั่วไปของผู้สูงอายุ ในอำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร และเพื่อหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร

วัตถุประสงค์การวิจัย (Research Objective)

1. เพื่อศึกษาลักษณะโดยทั่วไปของผู้สูงอายุ ในอำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร
2. เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร
3. เพื่อหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร

วิธีดำเนินการวิจัย (Research Methods)

1. รูปแบบการวิจัย

เป็นการวิจัยแบบผสม (Mixed Method) โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research Method) เป็นหลัก และการวิจัยเชิงเอกสาร (documentary research) สัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth interview) รวมทั้งมีการจัดสนทนากลุ่ม (Focus group) การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research Method) ร่วมในการศึกษา

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรคือประชาชนทั่วไปในอำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร จำนวนทั้งสิ้น 25,548 คน ณ เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2560 (สำนักงานจังหวัดยโสธร, 2561) วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณาค่าร้อยละ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการสัมภาษณ์ ประกอบด้วย เจ้าหน้าที่องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำชุมชนแบบเป็นทางการ และแบบธรรมชาติ กำหนดกลุ่มผู้ให้ข้อมูลโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 17 คน เป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) ได้แก่ ข้าราชการจำนวน 3 คน นักวิชาการ จำนวน 3 คน ผู้นำชุมชน จำนวน 3 คน นักการเมืองท้องถิ่น จำนวน 3 คนและปราชญ์ชาวบ้าน จำนวน 3 คน ประชาชนในพื้นที่ จำนวน 2 คน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา

การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร และหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร ประกอบด้วย เจ้าหน้าที่องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำชุมชนแบบเป็นทางการ และแบบธรรมชาติ ได้แก่ ผู้นำชุมชน ข้าราชการ นักการเมืองท้องถิ่น และนักวิชาการ เป็นผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่ม ผู้เข้าสนทนากลุ่มใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจและสามารถให้ข้อมูลในเรื่องนั้นได้ดีที่สุด รวม 8 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เทคนิค 3 เสา

ผลการวิจัย (Research Results)

1. ลักษณะประชากรผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร

จากข้อมูลกรณีศึกษาพบว่า 1) ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุที่ทำงานได้ทำมาต่อเนื่องตั้งแต่วัยหนุ่มสาว ทำงานเป็นแรงงานนอกระบบในภาคการผลิต ผู้ประกอบอาชีพอิสระ และภาคบริการ เช่น ทอผ้า ทอเสื้อ ทำขนม ขายอาหาร 2) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความตั้งใจที่จะทำงานต่อจนกว่าจะทำไมไหว ด้วยเหตุปัจจัยหลายประการ เช่น อยากมีเพื่อน มีสังคม อยากมีรายได้เพื่อลดภาระของครอบครัว 3) ผู้สูงอายุที่เป็นแรงงานนอกระบบส่วนใหญ่ทำงานโดยใช้ความรู้ และประสบการณ์เดิม เป็นการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ได้รับถ่ายทอดกันมาจากรุ่นสู่รุ่น 4) ผู้สูงอายุที่เป็นแรงงานนอกระบบจะมีการเปลี่ยนแปลงอาชีพน้อยมาก โดยงานที่ทำส่วนใหญ่ไม่เน้นการแข่งขัน หรือการขยายงานที่เกินความสามารถ 5) ผู้สูงอายุในอำเภอเมืองมีความจำเป็นในการทำงานเพื่อหารายได้มากกว่าผู้สูงอายุในชนบท อันเนื่องมาจากสังคมเมืองมีความยากลำบากในการครองชีพของผู้สูงอายุมากกว่าชนบท และ 6) เหตุปัจจัยที่ผู้สูงอายุยังคงทำงานอยู่ มีหลายปัจจัย ที่พบส่วนใหญ่คือ ต้องการมีรายได้เพื่อสามารถใช้จ่ายส่วนตัวในสิ่งที่ต้องการใช้โดยลดการพึ่งพิงครอบครัว เพื่อมีรายได้ช่วยเหลือแบ่งเบารายจ่ายของครอบครัว เช่น รับประทาน ค่าน้ำ ค่าไฟฟ้า สองกลุ่มแรกยังสามารถเลือกได้ว่าจะทำงานเท่าที่มีกำลัง และไม่เหงา มีเพื่อนทำด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่จะพบว่าเป็นผู้สูงอายุที่อยู่ในชนบท แต่ก็ไม่น้อยที่ต้องหารายได้เลี้ยงตนเองและคนในครอบครัว ซึ่งกลุ่มหลังนี้จะทำให้ผู้สูงอายุกังวลว่า หากตนเสียชีวิตไปก่อนใครจะรับภาระนี้ต่อ เช่น สามีนอนป่วยติดเตียง หรือลูกที่พิการ เป็นต้น ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุในเทศบาลเมือง และไม่ค่อยมีเพื่อนมากนัก เพราะต้องทำงานทั้งวันจึงไม่มีโอกาสพบปะกับใคร ไม่มีการรวมกลุ่ม

ตารางที่ 1 ลักษณะโดยทั่วไปของผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร
จำนวนและร้อยละปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ

ภูมิหลัง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
1.1 ชาย	170	42.50
1.2 หญิง	230	57.50
2. อายุ		
2.1 อายุระหว่าง 60 - 65 ปี	150	37.50
2.2 อายุระหว่าง 66-70 ปี	170	42.50
2.3 อายุมากกว่า 71 ปี	80	20.00
3. การศึกษา		
3.1 ประถม 4 - 6	320	80.00
3.2 มัธยมศึกษา	60	15.00
3.3 ปวช./ ปวส.	11	2.75
3.4 ปริญญาตรี	9	2.25
4. สถานภาพ		
4.1 โสด	60	15.00
4.2 แต่งงาน	330	82.50
4.3 หย่าร้าง	10	12.50
5. สภาวะสุขภาพกายของท่านในปัจจุบัน		
5.1 แข็งแรง	340	85.00
5.2 มีโรคประจำตัว	60	15.00
6. สถานะทางเศรษฐกิจของท่าน		
6.1 มีเงินออม	170	42.50
6.2 ไม่มีเงินออมแต่ไม่มีหนี้สิน	140	35.00
6.3 มีหนี้สิน	90	22.50
7. ผู้สูงอายุมีรายได้ที่สามารถนำไปใช้ในการยังชีพ และไม่ได้เป็นงานเพื่อความเพลิดเพลินหรืองานอดิเรก ใช่หรือไม่		
7.1 ใช่	250	62.5

ภูมิหลัง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
7.2 ไม่ใช่	150	37.5
8. รายได้ต่อเดือนจากการทำงาน		
8.1 รายได้ต่ำกว่า 10,000 บาท	340	85.00
8.2 รายได้ระหว่าง 10,000 – 15,000 บาท	25	6.25
8.3 รายได้ระหว่าง 15,001 – 20,000 บาท	21	5.25
8.4 รายได้ระหว่าง 20,001 – 25,000 บาท	11	2.75
9. ผู้สูงอายุทำงานในกลุ่มอาชีพประเภท		
9.1 วิสาหกิจชุมชน	70	17.50
9.2 สหกรณ์	35	8.75
9.3 โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์	40	10.00
9.4 กิจการส่วนตัว	220	55.00
9.5 อื่น ๆ (โปรดระบุ)	35	8.75
10. กลุ่มอาชีพที่ผู้สูงอายุที่ท่านทำงานอยู่ ได้รับการส่งเสริม/สนับสนุน จากหน่วยงาน		
10.1 หน่วยงานภาครัฐ	120	30.00
10.2 องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	100	25.00
10.3 องค์กรพัฒนาเอกชน (NGO)	70	17.50
10.4 ชุมชนและ/หรือภาคส่วนอื่น ๆ	110	27.50
รวม	400	100

จากตารางจำนวนและร้อยละปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 230 คน คิดเป็นร้อยละ 57.50 เป็นเพศชายจำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 42.50 อายุของผู้ตอบแบบสอบถามเมื่อจัดกลุ่มอายุออกเป็น 3 กลุ่มแล้วพบว่า ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 66-70 ปี จำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 42.50 รองลงมาคือมีอายุระหว่าง 60 - 65 ปี จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 37.50 และ อายุมากกว่า 71 ปี ขึ้นไป จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 20.00 ระดับการศึกษาพบว่าส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาในระดับประถม 4 – 6 จำนวน 320 คน คิดเป็นร้อยละ 80.00 มัธยมศึกษาจำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 15.00 ระดับปวช./ ปวส. จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 2.75 ระดับ และปริญญาตรี จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.25 สถานภาพ

ส่วนบุคคลพบว่า มีสถานภาพแต่งงานจำนวน 330 คน คิดเป็นร้อยละ 82.50 สถานภาพโสดจำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 15.00 และมีสถานภาพหย่าร้าง จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 12.50

2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอคว้ง จังหวัดยโสธร มีองค์ประกอบต่อไปนี้

2.1 องค์ประกอบด้านสังคม ลักษณะงานของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่เป็นแรงงานนอกระบบมีอิสระในการทำงานที่ปราศจากเงื่อนไข หรือกฎเกณฑ์ที่ตายตัว ไม่ว่าในเรื่องของการเลือกประเภทของงานที่สอดคล้องกับความสนใจ และความถนัดของตนเอง หรือ การเลือกระยะเวลาและชั่วโมงการทำงาน ซึ่งการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่เป็นแรงงานนอกระบบโดยเฉพาะที่อยู่ในชนบทสามารถทำงานได้ทุกวัน ลักษณะของงานผู้สูงอายุในเมืองส่วนใหญ่จะเป็นงานค้าขาย และงานบริการ ซึ่งเป็นการทำนารายบุคคลที่มุ่งประโยชน์เชิงรายได้ ขณะที่ผู้สูงอายุในชนบทส่วนใหญ่จะทำงานหารายได้ในอาชีพที่มีฐานมาจากหัตถกรรมหรือภูมิปัญญาท้องถิ่น ผู้สูงอายุในอำเภอเมืองจะมีการประยุกต์การทำงานเพื่อหารายได้มากกว่าผู้สูงอายุในชนบท ส่วนใหญ่เป็นงานหัตถกรรมโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นเน้นการอนุรักษ์และสืบทอด ผู้สูงอายุที่เป็นผู้นำกลุ่ม มักจะเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการบริหารจัดการเนื่องจากมีความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ การเป็นที่ยอมรับของสมาชิกกลุ่มเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุคนอื่นเข้ามามีส่วนร่วม การแสวงหาช่องทางการทำงาน/การสนับสนุนจากภายนอกเข้ามาในกลุ่มและชุมชน มีความเป็นผู้นำสูง มีจิตอาสา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นแก่ประโยชน์ของผู้อื่นและส่วนรวม ตลอดจนมีความพร้อมด้านเศรษฐกิจ ระยะเวลาของการทำงาน การศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุทำงานทุกวัน แต่ไม่ได้ทำทั้งวัน หรือทำสัปดาห์ละ 3-4 วัน หรือสัปดาห์ละ 6 วัน โดยสามารถกำหนดวันหยุด ตลอดจนช่วงเวลา/จำนวนชั่วโมงการทำงานได้ด้วยตัวเอง

2.2 องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า กิจกรรมที่เกี่ยวข้องในด้านสิ่งแวดล้อมของชุมชนเป็นการจัดการโดยมุ่งเน้นในภาพรวม ทั้งด้านโครงสร้างพื้นฐานการพัฒนา ด้านบริการสาธารณะ การจัดการสิ่งแวดล้อมชุมชนที่เหมาะสมกับ กลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่ ได้มีการปรับเปลี่ยนและเพิ่มหัวข้อในการเพิ่มความรู้ ความรู้ความเข้าใจให้สอดคล้องและเหมาะสมกับชุมชน ร่วมกับการพัฒนาทางด้านเทคโนโลยีสมัยใหม่ ก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและความตระหนักในด้านจัดการสิ่งแวดล้อมให้เท่าทันกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านเทคโนโลยีที่พัฒนาขึ้นในปัจจุบัน ได้แก่ 1) การจัดการพลังงานในครัวเรือน 2) การจัดการน้ำเสียในครัวเรือน 3) การจัดการขยะในครัวเรือน และ 4) ภูมิปัญญาชาวบ้านกับเกษตรอินทรีย์

2.3 องค์ประกอบด้านสุขภาพ พบว่าเมื่อบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุ สภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปจากวัยอื่น เนื่องจากมีความเสื่อมของการทำงานระบบต่าง ๆ ทั่วร่างกายโดยเฉพาะระบบประสาทระบบหัวใจระบบหลอดเลือดระบบ

ซับซ้อน ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบกระดูก และระบบกล้ามเนื้อ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้มักจะเกิดซ้ำๆ จากการลงพื้นที่อำเภอคว้ง จังหวัดยโสธร ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงและปัญหาที่เกิดขึ้นในผู้สูงอายุด้านต่าง ๆ อาทิ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย (Biological Change) และการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ (Psychological Change)

2.4 องค์ประกอบด้านจิตใจ พบว่า ในอดีตผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ได้รับการยกย่องเคารพนับถือของผู้ที่อ่อนวัยกว่า อันเป็นประเพณีที่ยึดถือกันมาตั้งแต่สมัยก่อน ปัจจุบันวัฒนธรรมตะวันตกได้แผ่ขยายเข้ามามาก ชีวิตความเป็นอยู่เปลี่ยนแปลงไปจากครอบครัวขยาย มีปู่ ย่า ตา ยายอาศัยรวมอยู่ด้วย มาเป็นครอบครัวเดี่ยว จะมีเฉพาะพ่อ แม่ และลูกเท่านั้น ครอบครัวแต่ละครอบครัวมีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ขาดประสบการณ์ชีวิต ทำให้เกิดช่องว่างระหว่างผู้สูงอายุกับผู้ที่ย่อวัยกว่า

2.5 อารมณ์ของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุอำเภอคว้ง จังหวัดยโสธร ส่วนใหญ่มีความสุข แต่จะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ที่เห็นได้ชัดคือหาก 1) เกิดการสูญเสีย 2) ปัญหาสุขภาพ 3) ความจำมีน้อยลง 4) ทุกข์ใจ และ 5) ตั้งเครียด โดยทั่วไปผู้สูงอายุต้องการให้คนยกย่องเอาใจใส่ เอาอกเอาใจ เห็นใจ และเห็นว่าตนมีประโยชน์ต่อสังคม ต่อลูกหลาน ต้องการให้มีคนคอยพยาบาล ความกลัวหรือความวิตกกังวลของผู้สูงอายุจึงเป็นปัญหาสุขภาพจิต

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

สรุปผลได้ดังนี้ 1. แนวทางด้านสุขภาพกายการดูแลสุขภาพเชิงรุกและเชิงรับ 2. แนวทางด้านสุขภาพจิตใจ นำหลักธรรมมาสอนควบคู่กับการดำเนินชีวิต จัดกิจกรรมบุคคลตัวอย่างในชุมชน จัดตั้งชมรมผู้สูง 3. แนวทางด้านความสัมพันธ์ทางสังคม จัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุ เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมถ่ายทอดความรู้ เห็นคุณค่าและความสำคัญของผู้สูงอายุ จัดตั้งศูนย์สงเคราะห์คนชรา และ 4. แนวทางด้านเศรษฐกิจสิ่งแวดล้อม จัดกิจกรรมอาชีพเสริมให้กับผู้สูงอายุ บริจาคเงินและสิ่งของแก่ผู้สูงอายุที่เดือดร้อน ปรับปรุงสถานที่ท่องเที่ยวให้สะอาดให้เป็นสถานที่พักผ่อน

อภิปรายผล (Research Discussion)

ในช่วงเวลากว่า 2 ทศวรรษที่ผ่านมาสถานการณ์ทางประชากรของประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว อัตราการเพิ่มประชากรลดลงจากระดับสูงคือ ประมาณร้อยละ 3.0 ต่อปี ในช่วงปี พ.ศ. 2530 มาสู่ระดับที่ค่อนข้างต่ำ ประมาณร้อยละ 1.1 ต่อปีในปัจจุบัน ในช่วง 20-30 ปีที่ผ่านมาทั้งจำนวนและสัดส่วนของประชากรไทยในวัยเด็ก (อายุต่ำกว่า 15 ปี) ลดลง ในขณะที่จำนวนของประชากรในวัยแรงงาน (อายุ 15-29 ปี) ยังคงเพิ่มขึ้น สำหรับประชากรสูงอายุหรือ

ประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป มีจำนวนและสัดส่วนเพิ่มขึ้น และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในอนาคต

จากผลการศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอคว้ง จังหวัดยโสธร สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ลักษณะโดยทั่วไปของประชากรผู้สูงอายุ อำเภอคว้ง จังหวัดยโสธร พบว่าส่วนใหญ่ผู้สูงอายุที่ทำงานได้ทำมาต่อเนื่องตั้งแต่วัยหนุ่มสาว ทำงานในภาคเกษตรกรรมและภาคการผลิต ผู้ประกอบอาชีพอิสระ และภาคบริการ เช่น ทอผ้า ทอเสื่อ ทำขนมขาย ขายอาหาร แม้ว่าจะมีอายุมากกว่า 60 ปี บางคนสุขภาพไม่เอื้ออำนวย ก็ลดบทบาทลงไปทำในงานที่เหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของ กองส่งเสริมการมีงานทำ (2016) เรื่อง ส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ พบว่า ด้านความต้องการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ร้อยละ 79 ต้องการงานถึง 60 ปี และร้อยละ 36.8 ต้องการงานต่ำกว่าอายุ 56 ปี สอดคล้องกับความต้องการทำงานหลังครบกำหนดอายุการทำงานที่พบว่า มีผู้ไม่ต้องการงานถึงร้อยละ 30.9 ส่วนใหญ่ให้เหตุผลต้องการพักผ่อน สุขภาพไม่ดี และต้องการดูแลคนในครอบครัว ขณะที่ผู้ต้องการงานส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่า สุขภาพยังแข็งแรง ทำงานได้ ช่วยให้ฐานะของครอบครัวดีขึ้น ต้องการสร้างมรดกให้ลูกหลานและไม่ต้องการเป็นภาระคนอื่น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความตั้งใจที่จะทำงานต่อจนกว่าจะทำได้ไหว ด้วยเหตุปัจจัยหลายประการ เช่น อยากมีเพื่อน มีสังคม อยากมีรายได้เพื่อลดภาระของครอบครัว อยากทำงานเพื่อจะได้รู้ว่ายังทำงานได้ เลี้ยงตัวเองได้ มีอิสระที่จะใช้เงินเพราะหาได้ด้วยตัวเอง และมีหลายคนทำงานเพราะจำเป็นต้องทำเพื่อมีรายได้ไว้ยังชีพ เลี้ยงดูครอบครัว สอดคล้องกับงานวิจัยของ พัชรพงศ์ ขวชนม ธีระวัฒน์ จันทิก และพิทักษ์ ศิริวงศ์ (2561) เรื่อง ลักษณะงานที่เหมาะสมกับแรงงานผู้สูงอายุ พบว่า ประเด็นการศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุเริ่มมีผู้ให้ความสนใจมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการวิเคราะห์โครงสร้างทางประชากร สถานการณ์ความต้องการการเตรียมความพร้อมรับมือ และการวิเคราะห์ปัจจัย หรือตัวแปรที่เกี่ยวข้องที่ส่งเสริมการเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ผู้สูงอายุที่เป็นแรงงานนอกระบบส่วนใหญ่ทำงานโดยใช้ความรู้ และประสบการณ์เดิม เป็นการใช้อนุมัติปัญญาท้องถิ่นที่ได้รับถ่ายทอดกันมาจากรุ่นสู่รุ่น สอดคล้องกับงานวิจัยของ รพีพร เทียมจันทร์ และคณะ (2560) เรื่อง การเสริมสร้างความมั่นคงด้านอาชีพของผู้สูงอายุบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่น เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า กลุ่มของแรงงานนอกระบบซึ่งภาครัฐบาลควรเข้ามาดูแล นอกจากนี้แม้ร้อยละ 64.6 เห็นว่าควรดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว ผู้สูงอายุที่เป็นแรงงานนอกระบบจะมีการเปลี่ยนแปลงอาชีพน้อยมาก โดยงานที่ทำส่วนใหญ่ไม่เน้นการแข่งขัน หรือการขยายงานที่เกินความสามารถ แต่เน้นรายได้พอเลี้ยงตัวเองและช่วยครอบครัว สอดคล้องกับงานวิจัยของ ดวงพร

กิจอาทร ศิริสรณ์เจริญ กมลลัมสกุล และทวี วัชรเกียรติศักดิ์ (2560) เรื่อง การพัฒนากลุ่มอาชีพ ผู้สูงอายุขององค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือใหม่ อำเภอสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา พบว่า ผล การสำรวจความพร้อมของพื้นที่ ชุมชน และกลุ่มผู้สูงอายุมีศักยภาพในการพัฒนาจัดตั้งกลุ่มอาชีพ มีความเหมาะสมในด้านความพร้อมของทรัพยากรในพื้นที่ทักษะด้านการผลิต/ภูมิปัญญาท้องถิ่น การ ส่งเสริมและสนับสนุนของเจ้าหน้าที่ ผู้สูงอายุในอำเภอเมือง มีความจำเป็นในการทำงานเพื่อหา รายได้มากกว่าผู้สูงอายุในชนบท อัน เนื่องจากจากสังคมเมืองมีความยากลำบากในการครองชีพ โดย มีปัจจัยหลัก คือ 1) ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวและเพื่อนบ้านในชุมชน 2) ค่าครองชีพใน อำเภอสูงกว่าชนบท สอดคล้องกับงานวิจัยของ จิรัชยา เคล้าดี สุขชัย นาคสุวรรณ และ จักรวาล สุขไมตรี (2560) เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครราชสีมา พบว่า ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากแนวนโยบายของรัฐที่ต้องการพัฒนาสุขภาพของ ประชาชน และความมั่นคงของชีวิตและสังคม เหตุปัจจัยที่ผู้สูงอายุยังคงทำงานอยู่มีหลายปัจจัย ที่ พบส่วนใหญ่คือ ต้องการมีรายได้เพื่อสามารถใช้จ่ายส่วนตัวในสิ่งที่ต้องการใช้โดยลดการพึ่งพิง ครอบครัว สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิวลาภ สุขไพฑูริย์วัฒน์ (2560) เรื่อง บทบาทของผู้สูงอายุต่อ ความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจในประเทศไทย พบว่า บทบาทของผู้สูงอายุต่อความเจริญเติบโต ทางด้านเศรษฐกิจ รัฐควรสนับสนุนและส่งเสริมการลงทุนในทุนมนุษย์ทั้งการศึกษา การอบรม การ วิจัย อันนำไปสู่การเรียนรู้ตลอดชีวิต

2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร มีองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้

1) องค์ประกอบด้านสังคม ผู้สูงอายุในอำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร มีอิสระในการ ทำงานที่ปราศจากเงื่อนไขหรือกฎเกณฑ์ที่ตายตัว สอดคล้องกับงานวิจัยของ เกศินี จุฑาวิจิตร วัน เพ็ญ แววีรคุปต์ กรวรรณ สุวรรณสาร และนิภาพรรณ เจนสันติกุล (2557) เรื่อง ผู้สูงอายุและ สัมพันธภาพกับครอบครัว: ภาพสะท้อนจากวรรณกรรมไทย พบว่า วิถีชีวิตของผู้สูงอายุที่เรียบง่าย และวนเวียนอยู่กับกิจกรรมเดิม ๆ พฤติกรรมสังคมและงานอดิเรกมักเป็นงานเบา ๆ ตามความถนัด และความสนใจ ลักษณะของงานผู้สูงอายุในเมืองส่วนใหญ่จะเป็นงานค้าขาย และงานบริการ ซึ่งเป็น การทำงานรายบุคคลที่มุ่งประโยชน์เชิงรายได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ สถาบันพระปกเกล้า (2561) เรื่อง บทบาทของผู้สูงอายุในการพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่น ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียง ตำบลโคกมั่งงอย อำเภอคอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ ผลการวิจัยพบว่า บทบาทในการ ถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น หรือการนำความรู้ถ่ายทอดสู่ชุมชน เนื่องจากบุตรหลาน คนรุ่นใหม่ มอง ว่าการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นเป็นการทำที่ค่อนข้างยุ่งยาก ทำให้การถ่ายทอดภูมิปัญญาสู่ชุมชน

นั้นเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จำกัดอยู่แค่ในกลุ่มผู้สูงอายุเป็นส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุในอำเภอเมืองจะมีการประยุกต์การทำงานเพื่อหารายได้มากกว่าผู้สูงอายุในชนบท ในงานเกี่ยวกับเหตุการณ์และภูมิปัญญาท้องถิ่นเน้นการอนุรักษ์และสืบทอด สอดคล้องกับงานวิจัยของ ภาวดี ทะไกรราช และคณะ (2558) เรื่อง การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างยั่งยืน ในพื้นที่จังหวัดศรีสะเกษ พบว่าด้านบริบทสถานการณ์และสถานภาพองค์ความรู้และสิทธิของผู้สูงอายุมีการดูแลตนเองของผู้สูงอายุมีรูปแบบกิจกรรมที่เน้นในการดูแลสุขภาพทาง ด้านกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม รวมถึงการสร้างคุณค่าของตัวเองและการถ่ายทอดผู้สูงอายุมีองค์ความรู้และภูมิปัญญาในหลาย ๆ ด้าน กรณีผู้สูงอายุเป็นผู้นำกลุ่ม มักจะเป็นผู้ที่มีความสำคัญในการบริหารจัดการ เนื่องจากมีความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ กิตติธเนศ สว่างวรรณ และ ชมสุภัค ครุฑกะ (2562) เรื่อง การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมทักษะทางปัญญาของผู้สูงอายุ พบว่า ผลการศึกษาระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ทักษะทางปัญญาที่จำเป็นของผู้สูงอายุมีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ทักษะทางปัญญาที่จำเป็นในภาพรวมอยู่ในระดับมากเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับการใช้ทักษะทางปัญญาที่จำเป็นทุกด้านอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านการคิดแก้ปัญหา ด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ และด้านการคิดวิเคราะห์ ระยะเวลาของการทำงาน การศึกษาพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุที่เป็นแรงงานนอกระบบทำงานทุกวัน แต่ไม่ได้ทำทั้งวัน หรือทำสัปดาห์ละ 3-4 วัน หรือสัปดาห์ละ 6 วัน โดยสามารถกำหนดวันหยุด ตลอดจนช่วงเวลา/จำนวนชั่วโมงการทำงานได้ด้วยตัวเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนัญญา ปัญจพล (2558) เรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัด กระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) พบว่า การเตรียมความพร้อมทางร่างกายที่เข้าสู่วัยผู้สูงอายุย่อมเกิดความเสื่อม และเกิดภาวะถดถอยของร่างกาย พละกำลังทางกายลดลง การดูแลสุขภาพเพื่อให้มีสุขภาพที่ดีมาโดยตลอดอย่างต่อเนื่อง จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับบุคคลช่วงวัยนี้และยังเป็นการช่วยชะลอความเสื่อมของร่างกายไม่ให้เสื่อมโทรมไปอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้จึงต้องมีการปฏิบัติตัวอย่างเหมาะสมในด้านต่าง ๆ เช่น การลดภาระหน้าที่ให้น้อยลง สภาพการทำงานที่เหมาะสม ไม่หักโหม และเร่งรีบ

2) องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม กิจกรรมที่เกี่ยวข้องในด้านสิ่งแวดล้อมของชุมชน เป็นการจัดการโดยมุ่งเน้นในภาพรวม ทั้งด้านโครงสร้างพื้นฐานการพัฒนา ด้านบริการสาธารณะ การจัดการสิ่งแวดล้อมชุมชนที่เหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่ได้มีการปรับเปลี่ยนและเพิ่มหัวข้อในการเพิ่มความรู้ ความรู้ความเข้าใจให้สอดคล้องและเหมาะสมกับชุมชน ร่วมกับการพัฒนาทางด้านเทคโนโลยีสมัยใหม่ สอดคล้องกับงานวิจัยของ วิสาขา ภูจินดา ยลดา พงศ์สุภา วิชา

พรรณ เพียรแย้ม ภาธร วงศ์จันทร์ และสิริสุตา หนูทิมทอง (2560) เรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการสิ่งแวดล้อมโดยผู้สูงอายุในพื้นที่ชนบทของประเทศไทย พบว่า การจัดสรรทรัพยากรในการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุอยู่ในเกณฑ์ดีมาก โดยปัจจัยที่เอื้อต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุมากที่สุด คือ การดำเนินงานอาสาสมัครหรือจิตอาสา ปัญหามลพิษหรือปัญหาสิ่งแวดล้อมในชุมชนที่พบมากที่สุด คือ ปัญหาด้านภัยธรรมชาติ น้ำท่วม ภัยแล้ง ดินทรุด ดินถล่ม และพายุ สภาพปัญหาที่ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุมากที่สุด คือ เรื่องรายได้ของครอบครัวไม่มั่นคง พฤติกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุและความต้องการของผู้สูงอายุต่อการจัดสภาพแวดล้อมในการดำรงชีวิตประจำวัน

3) องค์ประกอบด้านสุขภาพ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย (Biological Change)

การเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในทุกระบบของร่างกายผู้สูงอายุ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะและส่วนต่าง ๆ ที่พบโดยทั่วไปได้แก่ ผิวหนังบาง แห้งเหี่ยวลง หลอดเลือดง่าย มักมีอาการคัน มีเส้นเลือดขอด และขนทั่วไปสีจางลงกลายเป็นสีเทาและสีขาว สอดคล้องกับงานวิจัยของ จิณณ์ฉิชา พงษ์ดี และปิยธิดา คูหิรัญญรัตน์ (2558) เรื่อง ปัญหาและความต้องการด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลบ้านเหมืองแบ่ง ตำบลหนองหญ้าปล้อง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย พบว่า ระดับปัญหาสุขภาพด้านร่างกายโดยรวมแล้ว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รับรู้ว่ามีปัญหาสุขภาพในระดับมาก เมื่อวิเคราะห์รายละเอียดแล้วพบว่าผู้สูงอายุรับรู้ปัญหาด้านสุขภาพ การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ (Psychological Change) การรับรู้ ผู้สูงอายุมักยึดติดกับความคิดและเหตุผลของตนเอง จะเรียนรู้สิ่งใหม่ได้ยาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ พยาม การดี พรรณพิมล สุขวงษ์ และดาว เวียงคำ (2559) เรื่อง การรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตชนบทภาคเหนือตอนบน พบว่า ข้อค้นพบจากการศึกษาตามการรับรู้ของผู้สูงอายุ ในส่วนของแรงสนับสนุนทางสังคมพบความหมายสะท้อนการรับรู้ที่สำคัญเน้นไปทางจิตใจ คือ “เรื่องของจิตใจต้องเข้าใจดูแล” รับรู้ในความต้องการตอบสนองในด้านจิตใจและด้านอารมณ์ การแสดงออกทางอารมณ์ ลักษณะของความท้อแท้ ใจน้อย หงุดหงิดง่าย โกรธง่าย และซึมเศร้า สอดคล้องกับงานวิจัยของ เกสร มัยจิ้น (2558) เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อระดับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ พบว่า เมื่อผู้สูงอายุเผชิญปัญหาจะครุ่นคิดและเข้าสู่การประเมินเหตุการณ์ต่อการตัดสินใจ ก่อให้เกิดการเผชิญความเครียด (coping) เป็นกระบวนการใช้ความพยายามทั้งการกระทำและความนึกคิดที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เพื่อที่จะจัดการกับความเครียด

4) องค์ประกอบด้านจิตใจ ผู้สูงอายุไม่ได้รับการเคารพนับถือเหมือนสมัยก่อน การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ มีใช้อยู่ที่อายุซึ่งเป็นเพียงตัวเลขอย่างเดียวเท่านั้น แต่การเปลี่ยนแปลง

ของร่างกายที่เห็นได้ชัดนั้น จะขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลาย ๆ อย่าง เช่น พันธุกรรม การดำรงชีวิต การดำเนินชีวิต และสภาพจิตใจ สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระครูประกาศสิริธรรม (เกษม สุวณโณ) (2560) เรื่อง การศึกษาสภาวะของผู้สูงอายุในเขตชุมชนท่าอิฐ วัดแสงสิริธรรม ตำบลท่าอิฐ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี พบว่า สภาวะของผู้สูงอายุชุมชนท่าอิฐ วัดแสงสิริธรรม ตำบลท่าอิฐ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี รู้สึกพึงพอใจในชีวิต ใช้หลักธรรมในพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต คิดว่าชีวิตมีความหวังอยู่เสมอ และรู้สึกพอใจต่อความเป็นอยู่ในชีวิต

5) อารมณ์ของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุบางครั้งจะรู้สึกเศร้า ว่าเหว ไม่ได้รับการยกย่องนับถือเหมือนเดิม ทำให้มีจิตใจหดหู่ ท้อแท้ สิ้นหวัง เพราะโอกาสที่จะมีสภาพร่างกายเหมือนเดิมนั้น เป็นไปได้ยาก ความจำมีน้อยลง เก็บตัว ไม่ชอบเข้าสังคม หงุดหงิด ทุกข์ใจ ตึงเครียด วิตกกังวล และโกรธง่าย สอดคล้องกับงานวิจัยของ เทียนทิพย์ เดียวกี (2561) เรื่อง การดูแลอารมณ์ผู้สูงอายุ พบว่า สุขภาพดีต้องควบคุมอารมณ์ได้ดี หากเกิดอารมณ์ในทางลบ อารมณ์ไม่ดี หงุดหงิด โกรธเศร้า กลัว ร่างกายจะทำงานผิดปกติและหลังสารพิษออกมา ผู้สูงอายุจะดูแลและควบคุมอารมณ์ได้ โดยดูแลจิตใจของตนเอง

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อำเภอควีน จังหวัดยโสธร พบว่า แนวทางที่มีประสิทธิภาพและเหมาะสมในอนาคตทั้ง 4 ด้าน คือ 1) แนวทางด้านสุขภาพกาย แนวทางในการดูแลสุขภาพเชิงรุกและเชิงรับ 2) แนวทางด้านสุขภาพจิตใจนำหลักธรรมมาสอนควบคู่กับการดำเนินชีวิต จัดกิจกรรมบุคคลตัวอย่างในชุมชน ให้ชุมชนจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ 3) แนวทางด้านความสัมพันธ์ทางสังคม จัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว ผู้สูงอายุด้วยกันเอง เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ ความเคารพนับถือ เห็นคุณค่าและความสำคัญของผู้สูงอายุ และจัดตั้งศูนย์สงเคราะห์คนชรา และ 4) แนวทางด้านเศรษฐกิจสิ่งแวดล้อม จัดกิจกรรมอาชีพเสริมให้กับผู้สูงอายุ บริจาคเงินและสิ่งของแก่ผู้สูงอายุที่เดือดร้อน ปรับปรุงสถานที่ท่องเที่ยวในพื้นที่ให้สะอาดให้เป็นสถานที่ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิลปสวย ระวีแสงสุรย์ (2560) เรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพการดูแลผู้สูงอายุของกรุงเทพมหานคร เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ พบว่า ปัญหาสำคัญที่ผู้สูงอายุของกรุงเทพมหานครต้องเผชิญ คือปัญหาด้านรายได้ และขาดผู้ดูแลในการทำกิจวัตรประจำวัน

ข้อเสนอแนะ (Research Suggestions)

1. การพัฒนาในด้านการสร้างรายได้และในด้านการดูแลในกิจวัตรประจำวัน ประกอบกับบทบาทของชุมชนมีความสำคัญต่อคุณภาพการดูแลผู้สูงอายุ ดังนั้น เพื่อให้การคุ้มครองดูแล และ

การพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุมีทิศทางที่ชัดเจน และประสบผลสำเร็จในการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้แก่ผู้สูงอายุรวมทั้งเพื่อเป็นการรองรับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

2. การส่งเสริมการประกอบอาชีพและสนับสนุนการประกอบธุรกิจ หรือการจ้างงานในผู้สูงอายุโดยความร่วมมือกับภาคเอกชน

3. การพัฒนาระบบการดูแลและจัดสวัสดิการให้กับผู้สูงอายุให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตและความต้องการของผู้สูงอายุ ควรสนับสนุนให้ชุมชนและภาคประชาสังคมเข้ามามีส่วนร่วมและส่วนรับผิดชอบในการดูแล

เอกสารอ้างอิง (References)

กองส่งเสริมการมีงานทำ กรมการจัดหางาน กระทรวงแรงงาน. (2016). **ส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ**.

กรุงเทพมหานคร: กองส่งเสริมการมีงานทำ.

กิตติธเนศ สว่างวรรณ และชมสุภัค ครุฑกะ. (2562). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมทักษะทางปัญญาของผู้สูงอายุ. **วารสารพยาบาลทหารบก**. 20(1), 207-215.

เกศินี จุฑาวิจิตร วันเพ็ญ แววีรคุปต์ กรวรรณ สุวรรณสาร และนิภาพรรณ เจนสันติกุล. (2557). ผู้สูงอายุและสัมพันธภาพกับครอบครัว: ภาพสะท้อนจากวรรณกรรมไทย. **วารสารรามคำแหง ฉบับมนุษยศาสตร์**. 33(1), 51-70.

เกสร มัยจิน. (2558). ปัจจัยที่มีผลต่อระดับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ. **วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี**. 23(2), 306-318.

จิณณ์ณิชา พงษ์ดี และปิยธิดา คูหิรัญญรัตน์. (2558). ปัญหาและความต้องการด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลบ้านเหมืองแบ่ง ตำบลหนองหญ้าปล้อง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย. **วารสารการพัฒนาสุขภาพชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น**. 3(4), 561-576.

จิรัชยา เคล้าดี สุภชัย นาคสุวรรณ และจักรวาล สุขไมตรี. (2560). ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช. **วารสารราชพฤกษ์**. 15(1), 27-32.

ชนัญญา ปัญจพล. (2558). **การเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง)**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ดวงพร กิจอาทร ศิริสรณ์เจริญ กมลลัมสกุล และทวี วัชรเกียรติศักดิ์. (2560). การพัฒนากลุ่มอาชีพผู้สูงอายุของ องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือใหม่อำเภอสว่างเมือง จังหวัด

นครราชสีมา. วารสารวิชาการบริหารธุรกิจสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี. 6(2), 74-85.

เทียนทิพย์ เดียวกี. (2561). การดูแลอารมณ์ผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

พยาม การดี พรหมพิมล สุขวงษ์ และดาว เวียงคำ. (2559). การรับรู้แรงสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตชนบทภาคเหนือตอนบน. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 24(1), 40-51.

พระครูประกาศสิริธรรม (เกษม สุวณโณ). (2560). การศึกษาสภาวะของผู้สูงอายุในเขตชุมชนท่าอิฐ วัดแสงสิริธรรม ตำบลท่าอิฐ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พัชรพงศ์ ขวณชม ธีระวัฒน์ จันทิก และพิทักษ์ ศิริวงศ์. (2561). ลักษณะงานที่เหมาะสมกับแรงงานผู้สูงอายุ. วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์. 13(1), 107-116.

ภาวดี ทะไกรราช และคณะ. (2558). การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเพื่อเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างยั่งยืน ในพื้นที่จังหวัดศรีสะเกษ. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์. 7(1), 39-61.

รติมา คชนันท์. (2561). สังคมผู้สูงอายุกับการขับเคลื่อนเศรษฐกิจไทย. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://library2.parliament.go.th/ejournal/content_af/2561/jul2561-1.pdf [12 พฤษภาคม 2563.]

รพีพร เทียมจันทร์ และคณะ. (2560). การเสริมสร้างความมั่นคงด้านอาชีพของผู้สูงอายุบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่น เทศบาลเมืองเมืองแกนพัฒนา จังหวัดเชียงใหม่. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.

วิสาชา ภู่อินดา, ยลดา พงศ์สุภา, วิภาพรรณ เพียรแย้ม, ภาณุ วงศ์จันทร์ และสิริสุดา หนูทิมทอง. (2560). การพัฒนารูปแบบการจัดการสิ่งแวดล้อมโดยผู้สูงอายุในพื้นที่ชนบทของประเทศไทย. นนทบุรี: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.

ศิวลาภ สุขไพบูลย์วัฒน์. (2560). บทบาทของผู้สูงอายุต่อความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจในประเทศไทย. วารสารศรีนครินทรวิโรฒวิจัยและพัฒนา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์). 9(17), 176-191.

สถาบันพระปกเกล้า. (2561). บทบาทของผู้สูงอายุในการพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่น ตามหลัก
ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตำบลโคกมั่งงอย อำเภอกอนสวรรค์ จังหวัดชัยภูมิ.

กรุงเทพมหานคร: สถาบันพระปกเกล้า.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย. (2553). ผลกระทบของสังคมผู้สูงอายุต่อระบบเศรษฐกิจไทย.

TRF Policy Brief. 10, 1-8.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2557) รายงานผลเบื้องต้นการสำรวจประชากรสูงอายุ

ในประเทศไทย พ.ศ. 2557. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.