

การใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

An Application of Existence in Social Adaptation of The Elders in NakonHad Yai
Municipality, Had Yai District, Songkhla

ภุณฑิลา สังคหะ*¹ พระครูวิรัตธรรมโชติ¹ และกันตภณ หนูทองแก้ว²

¹บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช

²บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมมาโคกราช

PhuntilaSangkaha*¹ Phakruwiratthammachot¹, and KantaphonNutnongkeaw²

¹Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

²Graduate School, Mahamakut Buddhist University, Srithammasokkaraj Campus

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา 2) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ และรายได้ต่างกัน และ 3) เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะและแนวทางส่งเสริมเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาเป็นการวิจัยเชิงปริมาณโดยใช้วิธีการเชิงสำรวจทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม ประชากร คือ ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำนวน 15,753 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของเครซซีและมอร์แกน ที่ระดับความคลาดเคลื่อน .05 ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 375 คน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าความถี่ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการทดสอบค่าที และการทดสอบค่าเอฟ ซึ่งถ้าพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงทำการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ผลการวิจัยพบว่า

1) ผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา มีระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม โดยรวมทั้ง 3 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ย พบว่า การปรับตัวทางสังคมด้านอนัตตามีค่าเฉลี่ยสูงสุด (\bar{X} =3.46) รองลงมาได้แก่ด้านอนิจจัง (\bar{X} =3.27) ส่วนด้านทุกขังมีค่าเฉลี่ยต่ำสุด (\bar{X} =3.21) เมื่อจำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพ การศึกษา และรายได้ พบว่า มีระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม โดยรวมทั้ง 3 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง

2) ผลการเปรียบเทียบระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการ ปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศต่างกันมีระดับระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม ไม่แตกต่างกัน ส่วนผู้สูงอายุที่มีอายุ สถานภาพ การศึกษา และรายได้ต่างกัน มีระดับระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3) ผลการศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่า

(1) ผู้สูงอายุควรปรับตัวให้รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงด้านข้อมูล เทคโนโลยี วัฒนธรรมและค่านิยมของคนในสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว โดยการเรียนรู้และปรับใช้อย่างเหมาะสมกับเพศภาวะและอายุของผู้สูงอายุ

(2) ผู้สูงอายุไม่ควรยึดติดกับวัตถุนิยมและบริโภคนิยม เพราะสิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความอยากอันเป็นตัวการที่ทำให้เกิดทุกข์ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้อยู่กับปัจจุบันตามวัยสูงอายุ

(3) ผู้สูงอายุควรเข้าใจหรือปรับเปลี่ยนชีวิต เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นในสังคม ไม่ยึดมั่นถือมั่น ไม่คิดครอบครอง ปล่อยให้ทุกอย่างดำเนินไปตามธรรมชาติ ให้อยอมรับว่าถึงเวลาของผู้สูงอายุพักผ่อน หรือทำหน้าที่อีกบทบาทตามวัยสูงอายุ

คำสำคัญ : การใช้หลักไตรลักษณ์, การปรับตัวทางสังคม, ผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this research were as follows 1) To study on application to existence in social adaptation of the elders in Nakhon Had Yai municipality, Had Yai district, Songkhla Province. 2) To compare on application of existence in social adaptation of the elders in Nakhon Had Yai municipality, Had Yai district, Songkhla Province in terms of sexes, ages, degrees of education, statuses and incomes as differently and 3) To study the suggestion and guideline in promote on application of existence in social adaptation of the elders in Nakhon Had Yai municipality, Had Yai district, Songkhla Province. This is the quantitative research by survey, data collection by questionnaire. The population were composed of male and female who are ages 60 years and live in Nakhon Had Yai municipality, Had Yai district, Songkhla Province for 15,753 persons, sample size by Krejcie and Morgan's table measurement at the error .05, the samples were about 375 persons. The statistics were analysed as followed, frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation, t-test, F-test and to test arithmetic mean in each pair by LSD method (Least Sign ficant difference)

The findings were as follows:

1) An application of existence in social adaptation of the elders in Nakhon Had Yai municipality, Had Yai district, Songkhla Province by overview was at moderate level all aspects ($\bar{X} = 3.31$) when considered in each domain found that all domains are at moderate level from more to less as follows ; Anatta domain ($\bar{X} = 3.46$) Anicca ($\bar{X} = 3.27$) and Dukkhan ($\bar{X} = 3.21$) respectively. When considered in terms of sexes, ages, degrees of education, statuses and incomes found that there were applied at moderate level by overviewed.

2) The comparative results on application of existence in social adaptation of the elders in Nakhon Had Yai municipality, Had Yai district, Songkhla Province in terms of sexes found that there were not different but in terms of ages, statuses, degrees of education and income found that there were different as statistically significance at .05.

3) The suggestion and resolution on promotion for application of existence in social adaptation of the elders in Nakhon Had Yai municipality, Had Yai district, Songkhla Province found that:

(1)The elders should be adapted foe changing of technology information, culture and value of people in rapid change society by learning and adapting as suitability with gender and age of elders.

(2) The elders should not be on materialism and consumerism these are based on desire and caused of suffering they should adapt themselves for ready in recent and aging.

(3) The elders should be understood or adapting life style while society changing without attachment and let them going by nature and try to accept that now we are going to rest or work on the role of elders.

Keyword: An application of existence, The social adaptation, The elders

บทนำ

แนวโน้มการเพิ่มจำนวนผู้สูงอายุดังกล่าวสะท้อนให้เห็นความสำคัญและความเข้มข้นของปัญหาผู้สูงอายุที่จะมีเพิ่มมากขึ้นในอนาคตทั้งนี้เพราะวัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในหลายๆ ด้าน ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม โดยวัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางเสื่อมถอยลงกว่าวัยที่ผ่านมา ซึ่งการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้มีผลกระทบต่ออารมณ์และจิตใจของผู้สูงอายุเป็นอย่างมากอย่างไรก็ตามสิ่งที่แน่นอนและหลีกเลี่ยงไม่ได้สำหรับผู้สูงอายุทุกราย นับเป็นช่วงเวลาแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านสรีรวิทยาและจิตใจ การเปลี่ยนแปลงในสภาพแวดล้อมต่างๆ สัมพันธภาพในสังคม บุคคลใกล้ชิดขณะนั้นเมื่อสภาพสังคมเปลี่ยนแปลงไป ผู้สูงอายุอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องปรับตัวเมื่อเผชิญกับปัญหาต่างๆ ในชีวิตประจำวัน (Meebua,S., Uejitmet, W. and Subsin, W., 2017). โดยการจัดการแก้ไขและปรับปรุงตนเองให้สอดคล้องกับสภาพสังคม โดยพยายามปรับจนความคิดเพื่อไม่ให้เกิดช่องว่างขึ้นในสังคมยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสังคม เพื่อดำรงรักษาสุขภาพจิตให้มีความสุขตามควรแก่ฐานะของแต่ละคน ไตรลักษณ์เป็นหลักธรรมคำสอน ว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงไมคงที่ของทุกสิ่งทุกอย่าง คืออนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ความเป็นทุกข์ อนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ของๆ เรา สิ่งของต่างๆ ไตมาแล้วก็ต้องหมดไป ลี้่นไป บังคับไม่ได้ล้วนเป็นไปตามสังขธรรมคือไตรลักษณ์ ซึ่งเป็นคำสอนที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนให้เห็นสภาวะที่เป็นจริง แล้วนำมาพิจารณาปรับปรุงแก้ไขกับตัวเองในการดำเนินชีวิต เพื่อให้ได้รับประโยชน์สุข คือ การรู้เท่าทันความไม่เที่ยงอย่างแท้จริง

เทศบาลนครหาดใหญ่ ถือเป็นศูนย์กลางทางเศรษฐกิจที่สำคัญของภาคใต้ ประชาชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพพาณิชย์กรรมและอุตสาหกรรม ผู้สูงอายุจำนวนมากไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เพื่อนำมาเป็นแนวทางของการปฏิบัติให้เกิดผลเป็นรูปธรรมอย่างชัดเจนว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นและเป็นไปอยู่ในโลกนี้ก็ต้องมีเหตุมีปัจจัยเป็นเบื้องต้น เมื่อมองเห็นสาเหตุก็จะเกิดปัญหาแก้ไขปัญหาได้ ทำใจได้ว่าทุกอย่างเป็นความจริงของสังขธรรม เพราะตกอยู่ภายใต้ภาวะ ความเปลี่ยนแปลง ความเป็นทุกข์ ความเป็นสภาพไม่อยู่ในการควบคุมของเราได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ และรายได้ต่างกัน
3. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะและแนวทางส่งเสริมเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ได้แก่ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาจำนวน 15,753 คน (Registered database Hat Yai District, 2017). กลุ่มตัวอย่างจำนวน 375 คน โดยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านเนื้อหา อันประกอบด้วย ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับหลักไตรลักษณ์ ศึกษาถึงแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ และศึกษาวิเคราะห์ถึงข้อเสนอแนะและแนวทางส่งเสริมเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้แนวการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ
2. ได้ทราบผลการเปรียบเทียบการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุที่มี เพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ อาชีพและรายได้ต่างกัน
3. ได้ข้อเสนอแนะและแนวทางส่งเสริมเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา
4. ได้ผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงพัฒนาการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) โดยใช้วิธีการเชิงสำรวจ (Survey Research) ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่เทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาใช้วิธีการเก็บข้อมูลจากภาคสนามเป็นหลัก (Lertgrai, P. & Nillakan, L, 2016) กลุ่มตัวอย่างกำหนดจากประชากรโดยใช้ตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของ เครชชีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan) (Chomphuwong, S., 2011) ได้กลุ่มตัวอย่าง 375 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) โดยแบ่งโครงสร้างของแบบสอบถามออกเป็น 3 ตอน ตามแนวทางการออกแบบการวิจัยด้วยการนำเอาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทาง (Lertgrai, P., Muenhat, S. and Nillakarn, L., 2017) ทฤษฎีจะทำให้การออกแบบการเก็บข้อมูลภาคสนามจากประชากรเป้าหมายได้ครบถ้วน นำมาสร้างแบบสอบถาม ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามปลายปิดเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามอันประกอบด้วย เพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ และรายได้ของผู้สูงอายุ ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูล

การใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือด้านอนิจจัง (ความไม่เที่ยง) ด้านทุกขัง (ความเป็นทุกข์) อนัตตา (ความไม่มีตัวตน) และ ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับข้อเสนอแนะและแนวทางส่งเสริมเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รับคำแนะนำและปรับปรุงแก้ไขจากคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ในการตรวจสอบพิจารณาความเที่ยงตรงแล้วนำผลมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง แต่มีคุณลักษณะคล้ายกันกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ เทศบาลเมืองคอหงส์ จำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์ แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.95

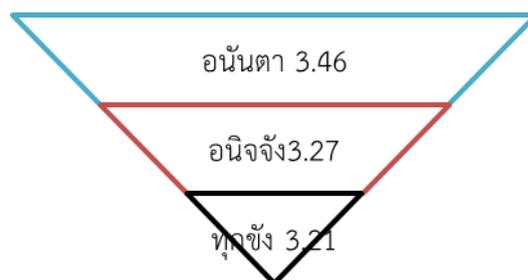
การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาจัดระบบ ตรวจสอบความสมบูรณ์ และใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปในการคำนวณสถิติต่าง ๆ ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปจากการแจกแจงค่าความถี่ และหาค่าร้อยละและนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยายข้อมูลเกี่ยวกับระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ โดยการหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) แล้วแปลผลโดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์แปลความหมายค่าเฉลี่ยของแบบสอบถามและนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยายการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพ การศึกษา และรายได้ โดยการหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) แล้วแปลผลโดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์แปลความหมายค่าเฉลี่ยของแบบสอบถามและนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยายการเปรียบเทียบเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา กับข้อมูลด้านเพศ โดยใช้การทดสอบค่าที (t-test) ด้านอายุ การศึกษา สถานภาพ และรายได้ ใช้การทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA or F-test) เมื่อพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงทำการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการ LSD และนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบคำบรรยาย

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา สงขลา สรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. การใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา สงขลา พบว่า โดยรวมทั้ง 3 ด้าน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}=3.31$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ อยู่ในระดับปานกลาง ด้านอนัตตาค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=3.46$) รองลงมา คือ ด้านอนิจจัง ($\bar{x}=3.27$) ส่วนการปรับตัวทางสังคมด้านทุกขัง มีค่าเฉลี่ยน้อยสุด ($\bar{x}=3.21$)



แผนภาพแสดงหลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ

2. ผลการเปรียบเทียบระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศต่างกัน มีการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม ไม่แตกต่างกัน ส่วนผู้สูงอายุที่มีอายุ, การศึกษา, สถานภาพ และรายได้ต่างกัน มีการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05

3. แนวทางส่งเสริมเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ผู้สูงอายุจะต้องยอมรับและปรับตัวให้สอดคล้องกับปัจจุบัน เมื่อโลกพัฒนาสังคมย่อมเปลี่ยนแปลงตามด้วย ซึ่งมีผลกระทบโดยตรงต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ฉะนั้นผู้สูงอายุจะต้องปลงยอมรับและปรับตัวให้รู้เท่าทันสถานการณ์ที่เปลี่ยนไปของสิ่งทั้งหลายรอบๆ ตัว โดยไม่คาดหวังกับสิ่งใดมาก เพราะเมื่อไม่ได้ดั่งที่ใจหวังจะก่อให้เกิดทุกข์ ทุกข์เกิดจากใจที่อคติกับสิ่งต่างๆ ใช้เวลาว่างเข้าวัดฟังธรรมจะได้เข้าใจชีวิตไม่ยึดติดกับสิ่งใด ๆ เพราะ ทุกอย่างในสังคมย่อมเปลี่ยนแปลงและสิ้นไปตามธรรมชาติของมัน ให้ถือว่าทุกสรรพสิ่งในสังคมรอบๆ ตัวเป็นสิ่งสมมติจึงควรหันไปใช้แนวการดำเนินชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่ปล่อยวางความต้องการตามกระแสสังคม (Nillakan, L, Lertgrai, P. and Meebua, S., 2016) การดำเนินชีวิตที่ปรับตัวให้สอดคล้องกับความพอเพียงเท่าที่มี สอดคล้องกับแนวทางแห่งไตรลักษณ์ได้มาก



แผนภาพแสดงแนวทางส่งเสริมเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ

เทศบาลหรือองค์กรปกครองท้องถิ่น ความประสานความร่วมมือกับวัด เพื่อจัดกิจกรรมพัฒนาสมรรถนะโดยใช้วัดเป็นศูนย์กลางจัดกิจกรรมพัฒนาแบบมีส่วนร่วม ดำเนินงานอย่างมีขั้นตอนอย่างเป็นกระบวนการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม ทำให้ผู้สูงอายุมีความพร้อม มีกำลังใจที่จะปฏิบัติตามแนวไตรลักษณ์มากขึ้น

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยเกี่ยวกับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา มีประเด็นที่น่าสนใจได้ ดังนี้

1. ผลการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่าการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมโดยรวม ทั้ง 3 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้สูงอายุมีการปรับตัวทางสังคมอยู่ใน

ระดับปานกลางทุกด้าน โดยมีการปรับตัวทางสังคมด้านอนัตตามากที่สุด รองลงมา คือการปรับตัวทางสังคมด้านอนิจจัง ส่วนการปรับตัวทางสังคมด้านทุกขัง มีน้อยที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (Saengsing, T., 2014) ศึกษาเรื่องการศึกษาวิตชีวิตของผู้สูงอายุ ตามหลักพุทธธรรม กรณีศึกษาชุมชนบ้านคำลือหาญ อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า ผู้สูงอายุมองว่าร่างกายที่อาศัยอยู่ไม่ใช่ของเรา ไม่มีตัวตน ไม่มีใครสามารถไปบังคับไม่ให้เจ็บปวดได้ เมื่อถึงเวลาที่ต้องทิ้งไป การอ่านหนังสือธรรมะทำให้ทราบว่าภาวะที่เกิดขึ้นและเสื่อมสลายไปของสังขาร เรียกว่าอนิจจตา ความเป็นทุกข์ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและสลายตัว ผืนและขัดแย้งอยู่ในตัวที่เกิดขึ้นจากการปรุงแต่งทำให้มีสภาพที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้อยู่ในสภาวะนั้นไม่ได้ก่อให้เกิดทุกข์ เรียกว่าทุกขตา ความไม่ใช่ตัวตนไม่มีตัวตนที่แท้จริง สิ่งทั้งหลายประกอบด้วยปัจจัยต่างๆ อันสัมพันธ์กับเกิดดับ ย่อมไม่เป็นตัวของตัว มีตัวตนที่แท้จริงไม่ได้ เรียกว่า อนัตตา จึงไม่มียึดถืออะไร คิดว่าเป็นเรื่องธรรมดา

2. ผลการศึกษาข้อมูลการเปรียบเทียบระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ที่มีเพศ อายุ การศึกษา สถานภาพ และรายได้

เพศ ผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ที่มีเพศต่างกัน มีระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม ไม่แตกต่างกันทั้งนี้อาจเป็นเพราะสังคมไทยในปัจจุบันให้ความสำคัญในบทบาทของหญิงและชายเท่าเทียมกัน ผู้หญิงเป็นหัวหน้าครอบครัวและเป็นพี่เลี้ยงเศรษฐกิจของสมาชิกในครอบครัว รายได้เพื่อความมั่นคงได้เท่าเทียมกับชายจึงทำให้การปรับตัวทางสังคม ไม่แตกต่างกัน แต่ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุทธิพันธ์ พักสุวรรณ ศึกษาการปรับตัวของผู้สูงอายุ จำนวน 150 คน ในสถานสงเคราะห์และผู้สูงอายุนอกสถานสงเคราะห์ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้สูงอายุมีเพศต่างกัน มีการปรับตัวทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

อายุ ผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดที่มีอายุต่างกัน มีระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๕ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สถานภาพ ผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ที่มีสถานภาพต่างกัน มีระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสมีระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมสูงสุด ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะวิถีการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส อาจจะได้รับความรักมีเพื่อนคู่คิดคอยช่วยเหลือดูแลเอาใจใส่ยามเจ็บป่วย คอยเป็นกำลังใจและคอยให้คำแนะนำ ซึ่งต่างกับผู้สูงอายุที่มีสถานภาพโสด และหม้าย/แยกกันอยู่ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (Jongkrom tongjan, 1999) ศึกษาการปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครยะลา อำเภอเมือง จังหวัดยะลา ผลการวิจัยพบว่า ระดับการปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครยะลา ด้านสรีรวิทยาอยู่ในระดับดี ด้านอัตมโนทัศน์อยู่ในระดับปานกลาง ด้านบทบาทหน้าที่อยู่ในระดับดี ด้านการพึ่งพาอาศัยอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่า เพศ สถานภาพสมรส รายได้ลักษณะครอบครัว และการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมมีการปรับตัวแตกต่างกันสอดคล้องกับงานวิจัยของ (Benjama Laohapoonrungsi, 1991) ศึกษาการปรับตัวภายหลังเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือนจังหวัดนครราชสีมาพบว่าผู้เกษียณอายุราชการที่มีสถานภาพสมรสมีระดับการปรับตัวทางสังคมดีกว่าผู้เกษียณอายุราชการที่มีสถานภาพสมรสโสด หม้าย หย่า แยก

การศึกษา ผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ที่มีการศึกษาต่างกัน มีระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้สูงอายุการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีมีระดับการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคมสูง

กว่าผู้สูงอายุที่มีการศึกษาต่ำกว่ามัธยม 6 และอนุปริญญา/ปริญญาตรี ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการศึกษาเป็นการจัดประสบการณ์ให้แก่ชีวิตการศึกษาและการสนับสนุนให้ผู้สูงอายุ ได้รับรู้ข้อมูลข่าวสาร ทำให้เพิ่มสมรรถนะของตนให้เข้าในกระแสสังคม และคิดวิเคราะห์หาความเหมาะสม (Navagitpaitoon, N., 2017) ช่วยเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโลกและชีวิตในทุกด้านให้กับผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (Thaweasin, S., 1995) ศึกษาการปรับตัวของผู้เกษียณอายุ กล่าวว่า การศึกษาทำให้บุคคลมีความรู้ และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ โดยเฉพาะบุคคลที่มีการศึกษาสูงมักมีแนวทางที่จะเลือกดำเนินชีวิตได้ดีกว่าบุคคลที่มีการศึกษาต่ำกว่าทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม บุคคลเหล่านี้ย่อมมีผลต่อการปรับตัวในทางที่ดีขึ้น และจากผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาสูงกว่า จะทำให้ผู้สูงอายุมีการปรับตัวดีกว่า เนื่องจากสามารถเลือกแนวทางในการดำเนินชีวิตได้ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ

ปัจจัยด้านรายได้ ผลการวิจัย พบว่าผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ที่มีรายได้ต่างกันมีการใช้หลักไตรลักษณ์ในการปรับตัวทางสังคม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยผู้สูงอายุที่มีรายได้ 20,000 บาทขึ้นไปซึ่งถือว่ามีรายได้เพียงพอ มีการปรับตัวทางสังคมได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ไม่พอเพียง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะรายได้เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุเป็นตัวบ่งชี้สถานภาพทางเศรษฐกิจ และสังคมของบุคคลผู้มีรายได้สูงย่อมมีความสุขกายสบายใจ มีการกินดีอยู่ดี สมบูรณ์กว่าผู้มีรายได้น้อยหรือไม่เพียงพอ แต่ในทางกลับกันผู้มีรายได้น้อย ไม่มีกำลังเพียงพอในการจัดหาปัจจัยที่ตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคลย่อมก่อให้เกิดความยากลำบากในการดำรงชีพ การปรับตัวทางสังคมจึงอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (Fuksuwan, S., 1994) ได้ศึกษาการปรับตัวของผู้สูงอายุ จำนวน 150 คน ในสถานสงเคราะห์และผู้สูงอายุนอกสถานสงเคราะห์ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้สูงอายุที่มีรายได้แตกต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกัน มีการปรับตัวทางสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 โดยที่ผู้สูงอายุที่ระดับรายได้สูงมีการปรับตัวดีกว่า

ข้อเสนอแนะ

1.เทศบาลนครหาดใหญ่ ควรส่งเสริมด้านความรู้ให้กับผู้สูงอายุ โดยการจัดหาพนักงานวิชาการ ผู้รู้ ผู้มีประสบการณ์ มาถ่ายทอดความรู้ เพื่อความเข้าใจแก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมในยุคปัจจุบัน และควรจัดกิจกรรมพบปะเสวนาให้กับผู้สูงอายุ โดยใช้สถานที่ภายในวัดเพื่อให้ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยน ทัศนคติ ทัศนวิสัยซึ่งกันและกัน และควรส่งเสริมเกี่ยวกับการปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนา

2.ผู้สูงอายุควรพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้นภายในภายนอกของตนเอง สิ่งทั้งหลายมีการเปลี่ยนแปลง เป็นไปตามธรรมชาติของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุควรเข้าใจและยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในสังคมทั้งด้านบวกและด้านลบ ทำจิตใจให้เบิกบาน ทุกอย่างในโลกนี้ไม่ใช่ความสุข เป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นเพียงเราเข้าไปยึดว่าเป็นความสุข ซึ่งเกิดจากการปรุงแต่งของจิต ทำให้คนเรากลุ่มหลงยึดถือเกิดทุกข์ตามมาทำให้เกิดปัญหา พัฒนาจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวเมื่อเกิดสภาวะที่เปลี่ยนแปลง ยอมรับกับทุกข์ที่เกิดขึ้นโดยยึดถือตามหลักคำสอนไตรลักษณ์ เพื่อที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขในการอยู่ร่วมในสังคมอย่างมีความสุข

3.นักวิจัยและนักวิชาการที่จะวิจัยครั้งต่อไป ศึกษาวิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ กรณีศึกษาผู้สูงอายุ สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในชนบท และควรทำการศึกษาวิเคราะห์ในเชิงคุณภาพ เกี่ยวกับการนำหลักไตรลักษณ์ไปใช้ในการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ

Reference

- Tongjan, J. (1999). *Study of adaptation of the elderly in Yala Municipality*, Muang District, Yala Province. Praboromarajchanok Institute Boromarajonani Nursing College Yala. (in Thai)
- Registered database. (2017). Hat Yai District, Hat Yai District, Songkhla Province
- Saengsing, T. (2014). *The study of the life style of the elderly in Buddhism*. Case Study of Ban Kham Lueen Warinchamrab UbonRatchathani. Philosophy thesis. (in Thai)
- Laohapoonrunsi, B. (1991). *Relationship of pre-retirement preparation and post-retirement adjustment of civil servants in Nakhon Ratchasima province*. Thesis Master of Science, Thammasat University. (in Thai)
- Thaweessin, S. (1995). *Relationship between personal factors and preparing for retirement, the Ministry of Public Health*. Master Thesis Mahidol University. (in Thai)
- Fuksuwan, S. (1994). *Adjustment of the elderly in the home and the elderly outside the home in Bangkok*. Master Thesis Srinakharinwirot University. (in Thai)
- ChomPhuwong, S. (2011). *Research Methods in Social Sciences*. Mahamakut Buddhist University. (in Thai)
- Lertgrai, P. & Nilakan, L. (2016, July-December). Data collection in fieldwork of Community research. *Nagabut Journal Review*, 8(2). Nakhon Si Thammarat : Nakhon Si ThammaratRajabhat University. (in Thai)
- Meebua, S. Uejitmet, W. and Subsin, W. (2017). Changes in The Way of Life and The Impact of Tourism on The Local Way of Kiriwong Life. *Nagabut Journal Review Nakhon Si ThammaratRajabhatUniversity*. Vol 9(1), p128-139. (in Thai)
- Lertgrai, P., Muenhat, S. and Nilkarn, L. (2017). Development of theoretical learning organization. *Nagabut Journal Review Nakhon Si Thammarat Rajabhat University Vol 9 (1)*. (in Thai)
- Nillakan, L., Lertgrai, P. and Meebua, S. (2016). Sufficiency Economy in school . *Nagabhut Journal Review, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University. Vol 9 (1): p 203-211*. (In Thai)
- Navagitpaitoon, N. (2017). A Development learner competencies by research : "Classroom action research". *Nagabhut Journal Review, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University. Vol 9 (1): p 203-211*. (In Thai)

ผู้เขียน

นางภัณฑิลา สังกะ

พุทธศาสตร์มหาบัณฑิตสาขาวิชาการพัฒนาสังคม
บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตนครศรีธรรมราช
3/3 หมู่ที่ 5 ตำบล มะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช 80000
Ptl.aew13@gmail.com

พระครูวิรัตธรรมโชติ, ดร. ประธานกรรมการที่ปรึกษา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช
3/3 หมู่ที่ 5 ตำบล มะม่วงสองต้น อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช 80000
Supawadee9424@hotmail.com

รองศาสตราจารย์ ดร.กัณฑ์ หนูทองแก้ว กรรมการที่ปรึกษา

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมมาโคกราช
ตำบลนาพรุ อำเภอพระพรหม จังหวัดนครศรีธรรมราช 80000
Kantaphon_27@hotmail.co