Srinakharinwirot Research and Development Journal of Humanities and Social Sciences

Volume 17, Issue 2, July-December 2025, Pages 1 – 11 ISSN 3027-6039 (Online)



Research Article

ผู้ดูแลผู้สูงอายุกับการให้ความหมายความสูงอายุ กรณีศึกษาหมู่บ้านเนินคีรี จังหวัดชุมพร

Elderly Caregivers and Valuing Meaning of Aging of Elderly: Case Study of Noen Khiri Village, Chumphon Province

พรนิภา คชรินทร์*

Phonnipa Khotcharin*

คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Faculty of Social Science, Chiang Mai University.

**Corresponding author, e-mail: Phonnipa.kh@gmail.com*

Received: *15 March 2024*; ***Revised:*** *17 June 2024*; ***Accepted:*** *25 June 2024*

บทคัดย่อ

บทความวิจัยฉบับนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการให้ความหมายความสูงอายุของผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์ผู้ดูแลผู้สูงอายุในหมู่บ้านเนินคีรี ตำบลท่าข้าม อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร จำนวน 15 คน ผลการวิจัยพบว่า ผู้ดูแลผู้สูงอายุให้ความหมายความสูงอายุจากการรับรู้และประสบการณ์ของผู้ดูแลแต่ละคนทั้งจากประสบการณ์บนสถานการณ์การดูแลและประสบการณ์ส่วนตัว ซึ่งพบการให้ความหมายความสูงอายุใน 5 ลักษณะ คือ 1) การให้ความหมายความสูงอายุสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสุขภาพที่เสื่อมลง 2) การให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับช่วงเวลาและเวลาชีวิตที่เหลือน้อยลง 3) การให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับการมีความรู้ และการสั่งสมประสบการณ์ 4) การเป็นที่พึ่งทางจิตใจและเป็นศูนย์รวมของครอบครัว และ 5) การให้ความหมายความสูงอายุในลักษณะ active aging จากการให้ความหมายของความสูงอายุข้างต้น พบว่า ผู้ดูแลมีการให้ความหมายความสูงอายุทั้งในเชิงบวกและเชิงลบ โดยความหมายความสูงอายุที่แฝงถึงความหมายเชิงลบในลักษณะของความเสื่อมสภาพ หรือความเปราะบาง เป็นมุมมองต่อความสูงอายุที่อาจนำไปสู่การแบ่งแยกกลุ่มผู้สูงอายุออกจากคนกลุ่มวัยอื่น ๆ และอาจนำไปสู่การเลือกปฏิบัติเนื่องจากอายุในขณะที่การมีมุมมองต่อความสูงอายุในทางบวก สะท้อนถึงการมองเห็นคุณค่าในความสูงอายุทั้งต่อผู้สูงอายุ และตนเองเมื่อสูงอายุของผู้ดูแล

คำสำคัญ: ความหมายความสูงอายุ; ผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว; ผู้สูงอายุ; อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร

Abstract

This research paper aims to study the meaning of aging of elderly caregivers in the family. Data was collected through interviews with 15 of elderly caregivers in the Noen Khiri Village, Tha Kham Subdistrict, Tha Sae District, Chumphon Province. The research findings revealed that caregivers perceive the meaning of aging based on their perceptions and experiences, both from caregiving situations and personal experiences. The meaning was perceived in 5 characteristics; 1) relationship between aging and physical and deteriorating health, 2) relationship between aging and the remaining time and lifespan, 3) relationship between aging and knowledge and accumulated experiences, 4) being the emotional support and focal point of the family and 5) defining aging in terms of active aging. From the meanings attributed to aging above, it was found that caregivers attribute both positive and negative meanings to aging. Negative meanings of aging include deteriorating health or vulnerability, which may lead to the categorization or separation of elderly individuals from other age groups. On the other hand, positive perspectives on aging reflect the recognition of the value of aging, both for the elderly and for themselves as caregivers.

Keywords: meaning of aging; elderly caregiving in families; elderly; tha sae district, chumphon province

บทนำ

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาการให้ความหมายความสูงอายุของผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว ในสถานการณ์ที่ผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวมีจำนวนน้อยลง และอัตราส่วนเกื้อหนุนมีแนวโน้มลดต่ำอย่างต่อเนื่อง [1] ขณะที่แนวโน้มสัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องเช่นกัน ปัจจุบันประเทศไทยได้กลายเป็น “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” (complete aged society) แล้ว เมื่อปี พ.ศ. 2565 ที่ผ่านมา โดยมีประชากรอายุมากกว่า 60 ปี จำนวน 12.9 ล้านคน หรือร้อยละ 20 จากประชากรทั้งหมด และมีการคาดประมาณว่าในอีกไม่เกิน 15 ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงอายุระดับสุดยอด” (super aged society) เมื่อสัดส่วนของประชากรที่มีอายุมากกว่า 60 ปี สูงถึงร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด [2]

ผู้สูงอายุซึ่งเป็นบุคคลที่อยู่ในช่วงวัยที่มีเปลี่ยนแปลงของร่างกายทุกระบบในทางเสื่อมถอยลง ทำให้เป็นกลุ่มที่มีแนวโน้มมีปัญหาด้านสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคเรื้อรังที่เป็นผลจากความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย อันส่งผลให้ผู้สูงอายุมีภาวะทุพพลภาพที่ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง ทำให้ต้องการการดูแลเป็นพิเศษจากผู้ดูแลและความช่วยเหลือในการดำเนินชีวิตประจำวันจากคนรอบข้างตามระดับความรุนแรงของภาวะทุพพลภาพ ทำให้ผู้สูงอายุจำเป็นต้องอาศัยการดูแลจากสมาชิกในครอบครัวหรือเป็นผู้ที่ต้องพึ่งพิง [3] และจากสัดส่วนของผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวตามลำพังในครัวเรือนที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง [4] ยิ่งแสดงให้เห็นถึงสถานการณ์ครอบครัวในปัจจุบัน และการดูแลผู้สูงอายุโดยครอบครัวที่เริ่มมีข้อจำกัดมากขึ้น โดยเฉพาะในผู้สูงอายุที่มีลูกหลานเป็นทางเลือกเดียวในการพึ่งพิงก็อาจนำไปสู่ปัญหาในการดูแลตามมา

วัยสูงอายุที่ถูกมองว่าเป็นวัยที่มีความเสื่อมถอย ต้องพึ่งพิง เป็นผลให้ผู้สูงอายุถูกมองเป็นภาระของสังคม และถูกจำกัดโอกาส หรือถูกกีดกันจากการมีส่วนร่วมทางเศรษฐกิจและสังคมมากขึ้น รวมถึงส่งผลให้ทัศนคติของสังคมในการมองเห็นคุณค่าในตัวผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงไป ซึ่งหากคนรุ่นลูกรุ่นหลาน หรือผู้ดูแลผู้สูงอายุมีทัศนะต่อผู้สูงอายุว่าเป็นภาระของลูกหลาน หรือเป็นภาระของสังคม ทัศนะเหล่านี้ก็อาจส่งผลและมีความสัมพันธ์กับการดูแลเกื้อหนุนผู้สูงอายุตามมา โดยเฉพาะ

การดูแลเกื้อหนุนจากบุตรหลานหรือคนในครอบครัว [5] ดังสถานการณ์ในสังคมปัจจุบันที่พบการตั้งคำถามในประเด็นของบุญคุณที่ต้องตอบแทนกับภาระการดูแลผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบัน ในการต้องแบกรับภาระค่าใช้จ่ายในการเกื้อหนุนพ่อแม่ผู้สูงอายุ ในขณะที่ตนเองก็มีภาระใช้จ่ายส่วนตัว ภายใต้สถานการณ์ทางเศรษฐกิจในปัจจุบันที่หลายคนต้องประสบกับปัญหารายได้กับค่าครองชีพที่ไม่สอดคล้องกัน การรับผิดชอบดูแลผู้สูงอายุที่ทำให้คนต้องมีค่าใช้จ่ายและภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบเพิ่มขึ้น ก็ยิ่งทำให้การดูแลผู้สูงอายุดูเป็นเรื่องที่ยากลำบากมากขึ้นเช่นกัน [6]

ในบริบทของสังคมไทยที่ครอบครัวเป็นสถาบันหลักในการให้การดูแลเกื้อหนุนผู้สูงอายุ โดยที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีบุตรเป็นผู้ให้การดูแลในเรื่องต่าง ๆ เช่น การส่งเสียเงินให้ใช้ การมาเยี่ยมเยียน หรือการดูแลยามเจ็บป่วย ครอบครัวจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุ การศึกษาถึงการให้ความหมายความสูงอายุของผู้ดูแลซึ่งเป็นสมาชิกในครอบครัว ที่กำลังทำหน้าที่ผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว จึงจะเป็นแนวทางที่จะช่วยให้เห็นถึงแนวโน้มของการรับรู้หรือมุมมองของผู้ดูแลที่ต่อความสูงอายุได้ รวมถึงการกำหนดแนวทางส่งเสริม สนับสนุนผู้ดูแลอย่างสอดคล้องกับสถานการณ์ของสังคมสูงอายุในอนาคตต่อไป

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้เลือกหมู่บ้านเนินคีรี ซึ่งในอยู่ตำบลท่าข้าม อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร เป็นพื้นที่การศึกษา เนื่องจากหมู่บ้านเนินคีรีเป็นพื้นที่ชนบท ในสถานการณ์ที่สังคมและเศรษฐกิจมีการเปลี่ยนแปลง และในสถานการณ์ผู้สูงอายุของจังหวัดชุมพร มีผู้สูงอายุอยู่ลำพังคนเดียวมีแนวโน้มสูงขึ้นโดยเฉพาะสังคมเมือง ในอัตราร้อยละ 7.91 ซึ่งมีอัตรามากที่สุดในภาคใต้ [7] การศึกษาถึงการให้ความหมายความสูงอายุของผู้ดูแลที่กำลังอยู่ในสถานการณ์การดูแลจึงจะทำให้เห็นถึงการรับรู้ มุมมอง ความคิด รวมถึงประสบการณ์ที่ผู้ดูแลมีต่อความสูงอายุ ซึ่งไม่เพียงแต่สะท้อนถึงผู้สูงอายุเพียงเท่านั้น แต่ยังแสดงถึงมุมมองที่ผู้ดูแลมีต่อความสูงอายุของตนเองในอนาคตด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการให้ความหมายความสูงอายุจากการรับรู้และประสบการณ์ของผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพราะเป็นการศึกษาถึงกระบวนการที่คนให้ความหมายจากการรับรู้ ประสบการณ์ส่วนตัว ค่านิยมที่ยึดถือ ที่ส่งผลต่อการให้ความหมาย โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) โดยผู้วิจัยเลือกศึกษาที่หมู่บ้านเนินคีรี ตำบลท่าข้าม อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

คือ ผู้ดูแลผู้สูงอายุในหมู่บ้านเนินคีรี ตำบลท่าข้าม อำเภอท่าแซะ จังหวัดชุมพร

กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 15 คน โดยการคัดเลือกแบบเจาะจง ในผู้ดูแลผู้สูงอายุที่แบ่งตามช่วงอายุใน 3 ช่วงอายุ ได้แก่ ผู้สูงอายุตอนต้น (อายุ 60-69 ปี) ผู้สูงอายุตอนกลาง (อายุ 70-79 ปี) และผู้สูงอายุตอนปลาย (อายุ 80 ปีขึ้นไป) จำนวนกลุ่มละ 5 คน โดยเป็นผู้ดูแลเป็นผู้ดูแลทั้งเพศชายและเพศหญิง และเป็นผู้ดูแลที่เป็นสมาชิกในครอบครัวของผู้สูงอายุ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้เข้าไปติดต่อกลุ่มเป้าหมายด้วยตนเอง เพื่อแนะนำตนเองพร้อมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีการศึกษา พร้อมทั้งอธิบายถึงประโยชน์ของการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ให้กับกลุ่มเป้าหมายทราบอย่างตรงไปตรงมาว่าอาจจะไม่ได้รับประโยชน์จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้โดยตรง แต่ข้อมูลที่ได้จากกลุ่มเป้าหมายนั้นจะสามารถเป็นประโยชน์ให้กับคนอื่น ๆ ได้

ในแง่ของการนำไปใช้ประโยชน์ในการส่งเสริม ตอบสนองความต้องการของผู้ดูแล หรือในการกำหนดนโยบายสำหรับผู้สูงอายุในอนาคตต่อไป

ในการสัมภาษณ์ผู้วิจัยเข้าไปสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 2 ครั้ง โดยใช้เวลาครั้งละไม่เกิน 35 นาที ซึ่งผู้วิจัยจะเริ่มต้นจากการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูลก่อนจะเริ่มการสัมภาษณ์ ในการถามไถ่ พูดคุยด้วยคำถามทั่ว ๆ ไป เพื่อให้การสนทนาเป็นไปตามธรรมชาติด้วยความเป็นกันเอง แต่มีเป้าหมายในการพูดคุย ซักถามที่เป็นไปในแนวทางของคำถามสัมภาษณ์ของการวิจัย เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าประสบการณ์ บอกเล่ามุมมอง และแสดงความคิดเห็นถึงประเด็นนั้น ๆ ได้โดยไม่เร่งรัดให้ผู้ให้ข้อมูลกลับเข้าสู่แนวทางของคำถามการวิจัย เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถพูดคุยและบอกเล่าเรื่องราวแวดล้อมในคำถามนั้นได้อย่างเป็นอิสระและเป็นธรรมชาติ

เครื่องมือในการเก็บข้อมูลการวิจัย

สัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างมีทั้งหมด 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไปประกอบด้วย เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ และจำนวนสมาชิกในครอบครัว และส่วนที่ 2 เป็นแนวคำถามเกี่ยวกับมุมมองการให้ความหมายความสูงอายุที่เป็นกรอบกว้าง ๆ ของประเด็นคำถามที่เป็นคำถามปลายเปิดในการซักถามกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ โดยนำเทปบันทึกเสียงการสัมภาษณ์มาถอดเป็นบทสนทนาโดยละเอียดแล้ววิเคราะห์โดยการตีความหมายในรูปของการวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อหาคำหรือข้อความที่มีความสัมพันธ์กับสิ่งที่ศึกษา โดยการจัดกลุ่มข้อมูลและแยกย่อยข้อมูลเป็นส่วน ๆ เพื่อนำมาพิจารณาวิเคราะห์ในส่วนของข้อมูลเพื่อจัดกลุ่มและสร้างข้อสรุปที่เป็นลักษณะร่วมและแตกต่างของข้อมูลที่ได้มา รวมทั้งพิจารณาลักษณะของการให้ความหมายนั้นภายใต้เงื่อนไขของข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูลร่วมด้วย

จริยธรรมในการวิจัย

วิจัยนี้ได้รับการรับรองการพิจารณาจริยธรรมโครงการวิจัย จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ รหัสโครงการวิจัยที่ CMUREC No. 65/187 โดยได้ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลการวิจัยให้อิสระกับกลุ่มเป้าหมายในการตัดสินใจด้วยตนเองในการเข้าร่วมการวิจัย ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์จะถูกเก็บเป็นความลับอีกทั้งใช้นามสมมติในการนำเสนอข้อมูล รวมถึงนำมาใช้ประโยชน์ในทางวิชาการเท่านั้น

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง ผู้ดูแลผู้สูงอายุกับการให้ความหมายความสูงอายุ กรณีศึกษาหมู่บ้านเนินคีรี จังหวัดชุมพร ได้ผลการวิจัยดังนี้

จากการสัมภาษณ์ผู้ดูแลผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน พบว่า ผู้ดูแลผู้สูงอายุให้ความหมายตามการรับรู้เกี่ยวกับความสูงอายุ ใน 5 ลักษณะ คือ

1) การให้ความหมายความสูงอายุสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสุขภาพที่เสื่อมลง

เป็นการให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับความเสื่อมของร่างกายและความเจ็บป่วย ผู้ดูแลให้ความหมายความสูงอายุจากการรับรู้ถึงเปลี่ยนแปลงที่เปลี่ยนไปตามวัยในวัยสูงอายุจากสุขภาพร่างกายที่จะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมโทรมลง ทั้งจากการเปลี่ยนแปลงของลักษณะทางกายภาพที่เห็นได้จากภายนอก อย่างผิวหนังและสีผม การได้ยิน การมองเห็น ที่ลดลง ซึ่งจากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างพบว่ามีผู้ดูแล จำนวน 11 คน จากทั้งหมด ที่มองความสูงอายุสัมพันธ์กับความเสื่อม โดยผู้ดูแลได้กล่าวไว้อย่างสอดคล้องกัน คือ การกล่าวถึงความเจ็บป่วย ความเสื่อมลงของสุขภาพร่างกาย อาการเจ็บป่วยที่เกิดได้ง่ายขึ้น ดังที่ย่าตั๊วที่กล่าวถึงความสูงอายุกับความเจ็บป่วยไว้ความว่า *“เริ่มแก่ก็เริ่มเจ็บ เจ็บนั่นเจ็บนี่ แก่แล้วพอเป็นอะไรทีก็ฟื้นตัวยาก”* ซึ่งสอดคล้องกับอาคารามและอาแจ้ที่เล่าถึงความเสื่อมลง และการเจ็บป่วยของร่างกาย

ที่เกิดขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น คือ *“เริ่มอายุมาก ร่างกายเราน่าจะออกง่ายสุด มันเจ็บง่ายกว่าเมื่อก่อนหนุ่ม ๆ แลเราเองนี่แหละ” “...พอเริ่มแก่ก็เริ่มไม่เหมือนเดิมแล้ว กำลังเราแหละที่มันไม่เหมือนเดิม ตามวัย เหมือนพออายุมากเข้า มันก็เริ่มเสื่อมหมดแล้ว”* เช่นเดียวกับน้ามณและย่าดาที่กล่าวถึงความคล่องตัวในการเคลื่อนไหวร่างกายที่ลดน้อยลง *“ความแก่เป็นความงอมของร่างกาย เหมือนสัก 70 นี่ดูเริ่มแก่ ไปไม่ค่อยไหว ง่อกแง่ก ๆ นั่นแหละแก่แล้ว” “...รู้สึกว่าคนที่แก่จะไม่กระฉับกระเฉงแบบเมื่อก่อน”* และย่าดาที่กล่าวเพิ่มเติมถึงลักษณะของร่างกายภายนอกที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด ความว่า *“...บางคนนาน ๆ เห็น อ้าว หัวขาวหมดแล้ว อ้าว สาแลแก่”*

จากความหมายความสูงอายุข้างต้นจะเห็นได้ว่าผู้ดูแลผู้สูงอายุได้กล่าวถึงความสูงอายุที่สัมพันธ์กับความเจ็บป่วยจากความเสื่อมลงของร่างกาย ที่พบเห็นได้จากรูปร่างภายนอก เช่น ผมขาว ริ้วรอยบนใบหน้า ผิวหนังเหี่ยวย่น รวมทั้งจากร่างกายที่แสดงผ่านอาการเจ็บป่วย ปวดเมื่อย รวมถึงการมองเห็น การได้ยินที่ไม่ชัด และการเจ็บป่วยที่เกิดง่ายขึ้น ลักษณะดังกล่าวเป็นความเสื่อมที่ปรากฏเป็นลักษณะที่ผู้ดูแลรับรู้เกี่ยวกับความสูงอายุ ทำให้ผู้ดูแลมองว่าความสูงอายุเป็นช่วงวัยที่มีความเสื่อมลงของสุขภาพร่างกาย และต้องการการดูแลที่มากขึ้นเมื่อสูงอายุมากขึ้น

การให้ความหมายความสูงอายุข้างต้น เป็นลักษณะของความสูงอายุที่สัมพันธ์กับความเสื่อม การสะสมความเจ็บป่วยของวัยสูงอายุ ที่แสดงผ่านการมีโรคประจำตัว อาการเจ็บป่วย การปวดเมื่อย รวมถึงการมองเห็น การได้ยินที่ไม่ชัด และการหลงลืม ลักษณะดังกล่าวเป็นความเสื่อมที่ปรากฏเป็นลักษณะที่ผู้ดูแลรับรู้เกี่ยวกับความสูงอายุ ทำให้ผู้ดูแลมองว่าความสูงอายุเป็นช่วงวัยที่มีความเสื่อมลงของสุขภาพร่างกาย และต้องการการดูแลที่มากขึ้นเมื่อสูงอายุมากขึ้น รวมถึงการเปลี่ยนแปลงที่สังเกตได้จากลักษณะภายนอก เช่น ผมขาว ริ้วรอยบนใบหน้า ผิวหนังหิวย่นของบุคคลเมื่อสูงอายุ เป็นต้น

2) การให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์ช่วงเวลากับเวลาชีวิตที่เหลือน้อยลง

ผู้ดูแลมองความสูงอายุสัมพันธ์กับช่วงเวลาในชีวิต การมีชีวิตอยู่มานาน การที่คนเราเติบโตขึ้นเรื่อย ๆ เห็นคนอื่น ๆ ในชีวิตเติบโต การผ่านช่วงวัยต่าง ๆ เป็นการสะสมวันเวลาที่ผ่านไปในชีวิตจนถึงวัยสูงอายุ รวมถึงมองว่าความสูงอายุคือการที่เริ่มเข้าใกล้วาระสุดท้ายของชีวิตมากขึ้นเพราะมีอายุมากขึ้น ผู้ดูแลกล่าวถึงเวลาที่เหลือน้อยลง และการจากลาที่จะเกิดขึ้นจากความแก่ตัวลงของผู้สูงอายุ การเตรียมใจจึงเกิดขึ้นไปพร้อม ๆ กับการตระหนักถึงความไม่ยั่งยืนของชีวิต มองว่าความแก่ตัวลงที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องธรรมดา จากการมองเห็นความเสื่อมถอยลงเรื่อย ๆ ของร่างกายตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น ความสูงอายุจึงถูกมองเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตที่เป็นความธรรมดาที่จะต้องเกิดขึ้น เช่นเดียวกับช่วงวาระสุดท้ายของชีวิต โดยการมองความสูงอายุในลักษณะนี้พบจำนวน 7 คน จากผู้ดูแลทั้งหมด ที่ได้กล่าวถึงความสูงอายุที่สัมพันธ์ช่วงเวลากับเวลาชีวิตที่เหลือน้อยลง ดังเช่น ป้าเอ๋ที่กล่าวว่า *“ความแก่...ก็คนเราที่แก่ขึ้น แก่ลง ๆ เป็นไปตามเวลาของมัน อยู่มานานก็ต้องแก่”* เช่นเดียวกับพี่ตินที่มองว่าความสูงอายุ *“เป็นชีวิตที่อยู่มาเรื่อย อยู่มานาน คนเราพออยู่ไป ๆ ก็ต้องแก่ อยู่มานานแล้วก็ต้องแก่มั่ง คนแก่แถวนี้แก่ลง เราก็ใหญ่ขึ้นครันแล้วเหมือนกัน คนใหญ่ก็แก่ เด็ก ๆ ก็ใหญ่ เหมือนเรานี่ยังแต่จะแก่ลง”* สอดคล้องกับป้าจินที่มองความสูงอายุเป็นช่วงสุดท้ายของชีวิตที่มีความไม่แน่นอน และสัมพันธ์กับการจากลา ความว่า *“เป็นบั้นปลายชีวิต คนแก่ตามนี่เริ่มทยอยมาสองสามปีได้แล้ว คนที่เคยเห็น ๆ กันมา นี่พ่อก็เหมือนกัน ทำใจ ตอนนี้ลูก ๆ ก็ทำใจไม่รู้รันไหน แก่ก็แก่แล้ว เราเองก็ต้องทำใจ เราอยู่กับแก่ทุกวัน เราเห็นอยู่ มันก็เข้าใจได้”* และป้าต้อยที่ได้สะท้อนการมีอายุที่มากขึ้นของตนเองผ่านความแก่ลงของผู้สูงอายุ ที่กล่าวว่า *“ความแก่ของพ่อทำให้เห็นว่าเราก็แก่แล้วเหมือนกัน”*

จากลักษณะของความหมายข้างต้นจะเห็นได้ว่าผู้ดูแลผู้สูงอายุได้พูดถึงการที่ตนเองได้ผ่านช่วงเวลาของชีวิตมาและความสูงอายุคือการผ่านช่วงเวลาเหล่านี้มากขึ้น ๆ ไปจนถึงช่วงวาระสุดท้ายของชีวิตจะเห็นได้ว่าผู้ดูแลผู้สูงอายุพูดถึงการจากลาและความตายเป็นเรื่องปกติ ซึ่งพบการกล่าวถึงความสูงอายุในลักษณะการเข้าใกล้วาระสุดท้ายของชีวิตและการจากลามากที่สุดในกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไป และเป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งเป็นลักษณะของผู้สูงอายุในช่วงที่มีความเสื่อมมาก มีความไม่คล่องตัว และการประสบกับความเจ็บป่วยมากขึ้น ทำให้ผู้ดูแลมองความสูงอายุในช่วงนี้เป็นช่วงบั้นปลายของชีวิต และรู้สึกถึงเวลาที่เหลือน้อยลงเมื่อคนเราเริ่มแก่ตัวมากขึ้น

ในขณะเดียวกันก็พบการพูดถึงการจากลาและความตายจากผู้ดูแลที่เป็นการกล่าวถึงในส่วนของชีวิตของตัวผู้ดูแลเอง ความหมายของความสูงอายุที่เริ่มเข้าใกล้วาระสุดท้ายของชีวิตมากขึ้นนี้ จึงไม่ใช่เพียงแค่สะท้อนประสบการณ์จากการเป็นผู้ดูแลเท่านั้น แต่ยังหมายถึงมุมมองที่ผู้ดูแลที่มีต่อความสูงอายุของตนเองในอนาคตอีกด้วย

3) การให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับการมีความรู้ และการสั่งสมประสบการณ์

การให้ความหมายความสูงอายุจากการเคารพนับถือ และการสั่งสมประสบการณ์ การมีประสบการณ์ชีวิตเป็นบุคคลที่ผ่านร้อนผ่านหนาวมามากด้วยอายุ เป็นผู้ที่สามารถนำประสบการณ์ชีวิตมาใช้ได้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม และสามารถเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับลูกหลานหรือคนรุ่นหลังได้ รวมถึงการเป็นบุคคลที่มีการสะสมความรู้ในการดำเนินพิธีกรรม หรือกิจกรรมบางอย่างที่ต้องใช้ความรู้ดั้งเดิม อย่างเช่น ลำดับในพิธีกรรม การเตรียมของสำหรับไหว้ แก้บน ที่ดินรายปี การดูฤกษ์ยาม เป็นต้น ซึ่งพบทั้งหมด 2 คน จากผู้ดูแลทั้งหมด คือ พี่ออมที่กล่าวถึงความหมายในลักษณะนี้ ความว่า *“ความอาวุโสไหม ที่มันเป็นไปเองเพราะว่าอายุมากอะ ถูกเคารพนับถือแบบนั้น ...ถึงเหมือนบางอย่างก็ต้องคนแก่เหมือนรุ่นเราก็ทำไม่เป็น ไม่รู้ เขามีลำดับขั้นตอนของเขา ก็ต้องคนแก่ ๆ เขานั่นแหละ เขาทำกันเอง เราช่วยนอก ๆ ได้”* และย่าโสที่กล่าวไว้โดยมีความสัมพันธ์กับการเป็นบุคคลผู้ดำเนินพิธีกรรมตามความเชื่อ ความว่า *“เมื่อก่อนไหว้รถปู่ในมุทำลูกหลานมีกี่คัน ๆ เอาไปจอดเต็มลาน...”*

การกล่าวถึงความสูงอายุและผู้สูงอายุในลักษณะข้างต้นนี้ เป็นการกล่าวถึงด้วยเคารพนับถือผู้สูงอายุ หรือผู้อาวุโส ซึ่งถือเป็นวัฒนธรรมที่ยึดถือกันมาอย่างยาวนาน ทำให้พบมุมมองต่อความสูงอายุที่สะท้อนได้ถึงการรู้สึกความเคารพด้วยวัย การนอบน้อมด้วยความเคารพเนื่องจากความสูงอายุ ซึ่งถือเป็นมารยาททางสังคม และเป็นสิ่งที่บุคคลในสังคมได้ถูกหล่อหลอมมาเป็นเวลานาน รวมถึงการมองผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับการดำเนินพิธีกรรม หรือการมีความรู้ที่เป็นวิถีปฏิบัติ ความเชื่อดั้งเดิม ด้วยบริบทของพื้นที่ที่มีการดำเนินชีวิตที่ยังให้ความสำคัญ และมีพิธีกรรมสำคัญที่ยังยึดถือปฏิบัติมาจากรุ่นสู่รุ่น ซึ่งวันสำคัญเหล่านั้นก็ได้มีความสัมพันธ์กับผู้ดำเนินพิธีกรรม ซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่สืบต่อกันเรื่อยมา อย่างการไหว้แม่ย่านางรถที่จะไหว้ในวันตรุษไทย และวันกองตายายทุกปี ที่จะมีผู้สูงอายุทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินกิจกรรมดังกล่าวให้ลูกหลานได้เห็นและซึมซับบทบาทนั้นของผู้สูงอายุเรื่อยมา ทำให้ผู้ดูแลซึ่งเป็นลูกหลานให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับบทบาทดังกล่าว อย่างวันกองตายายปรากฏให้เห็นอยู่ในปัจจุบัน ก็ถือเป็นวันสำคัญหนึ่งของคนในชุมชนที่ยังคงถูกให้ความสำคัญ เพื่อแสดงถึงความเคารพและความผูกพันที่มีต่อบรรพบุรุษที่ชาวบ้านเรียกว่า “ตายาย” เป็นพิธีที่ปฏิบัติสืบทอดกันมาจากรุ่นสู่รุ่น โดยความเชื่อเกี่ยวกับวันกองตายายนี้เป็นความเชื่อที่เริ่มต้นจากกลุ่มเครือญาติ สมาชิกในครอบครัวที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษจนก่อให้เกิดเป็นวัฒนธรรมสืบเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน ในการทำพิธีจะมีการจัดเตรียมสำรับอาหารคาวหวานเพื่อใช้เลี้ยงบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว โดยผู้ประกอบพิธีจะเป็นผู้อาวุโสที่สุดในครอบครัว หรือผู้ที่ได้รับมอบหมายให้เป็นผู้สืบทอดพิธีนี้ต่อไป หากผู้อาวุโสไม่สามารถประกอบพิธีนี้ได้ก็จะเป็นหน้าที่ของลูกหลานที่ต้องรับหน้าที่ประกอบพิธีดังกล่าวแทน

จากพิธีกรรมในวันนี้เองที่สามารถเป็นหนึ่งตัวอย่างที่แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในครอบครัวนั้นมีบทบาทสำคัญในการดำเนินพิธีกรรมดังกล่าวที่ทำให้ลูกหลานได้เห็นว่าพิธีกรรมกับผู้สูงอายุเป็นสิ่งที่คู่กัน ถือเป็นประเพณีที่คงอยู่ที่ได้สอดแทรกศีลธรรมอันดีให้ลูกหลานได้ทำสืบต่อกัน โดยเฉพาะด้านความกตัญญูต่อทั้งบรรพบุรุษของตนเองที่ยังอยู่และที่ได้ล่วงลับไปแล้ว รวมถึงการดำเนินกิจกรรมอื่นที่ลูกหลานถือผู้สูงอายุเป็นที่พึ่งทางใจ ในการอวยพรให้ลูกหลานได้อยู่เป็นสุข ที่ลูกหลานยึดเอาพรของผู้สูงอายุเป็นสิ่งมงคล มีความศักดิ์สิทธิ์ เช่น การเจิมรถ การรดน้ำรับพรจากผู้สูงอายุในวันสงกรานต์

4) การเป็นศูนย์รวมของครอบครัว และเป็นที่พึ่งทางจิตใจ

การให้ความหมายความสูงอายุจากการเคารพนับถือ การเป็นศูนย์รวมให้กับครอบครัว เป็นที่พึ่ง และความอุ่นใจของลูกหลาน พบทั้งหมด 2 คน จากผู้ดูแลทั้งหมด โดยผู้ดูแลได้เล่าถึงการที่ผู้สูงอายุเป็นเสมือนบ้านที่ให้ลูกหลานได้มารวมตัว ได้มาพบเจอกันอย่างพร้อมหน้าพร้อมตา ความว่า *“...เป็นที่รวมลูก รวมหลานให้ได้มาเจอกัน เห็นบ้านทวดที่วังครก*

ทุกปี เจ้าบ้านแก่นอนอยู่ในห้องแล้ว ออกมานั่งกินไรด้วยไม่ได้ แต่ยังเป็นบ้านที่ให้ลูกหลานได้กลับมาเจอกันอยู่ทุกปี ...ปีใหม่ยังได้มารวมกันก็เพราะยังมีแม่ เหมือนบางคนอยู่ไกล ก็ยังมาทุกปี ทุกคนก็คิดว่ามาบ้านแม่ ถ้าสิ้นบุญไปก็คงแยกย้ายเห็นบ้านอื่น ๆ นะ เหมือนฝั่งบ้านพ่อ ก็ไม่ได้ไปแล้ว นาน ๆ ได้เจอกันทีตามงาน ๆ หนึ่ง" (ย่าโส) เช่นเดียวกับน้ามณที่ให้ความเคารพนับถือผู้สูงอายุ และยึดถือผู้สูงอายุเป็นที่พึ่งพาทางใจทั้งของตนเองและครอบครัว ความว่า *"...ถ้ามองพ่อก็รู้สึกว่าแก่เป็นที่พึ่งทางใจนะ ก็ยังเหลือแก่ ...ลูก ๆ ใครซื้อรถก็ให้พ่อเจิมให้ทุกคัน ...ลูก ๆ หลาน ๆ เอามานี่กันหมด ทุกวันนี้แก่หลง ๆ ก็ยังเป็นแก่นั่นแหละเจิมให้ รถใหม่ ๆ ก็ขับมาให้พ่อขึ้นนั่งก่อน ก็ได้แล้ว บายใจ"*

ลักษณะของความสูงอายุที่กล่าวถึงการเป็นที่ยึดเหนี่ยว เป็นความอบอุ่นใจ และศูนย์รวมจิตใจของผู้ดูแลนั้น เป็นลักษณะความหมายที่แสดงความให้เห็นถึงการเคารพนับถือ ยกย่องบนความรัก ความผูกพัน ซึ่งเป็นลักษณะของการให้คุณค่าและความสำคัญต่อผู้สูงอายุ

5) การให้ความหมายความสูงอายุในลักษณะ active aging

การมองความสูงอายุในลักษณะที่มีความคล่องแคล่ว สามารถพึ่งพาตนเองได้ มีอิสระ และยังคงใช้ชีวิตได้อย่างสนุกสนาน พบทั้งหมด 3 คน จากผู้ดูแลทั้งหมด ซึ่งเป็นลักษณะการกล่าวถึงตนเองเมื่อเป็นผู้สูงอายุของผู้ดูแลที่ยังคงได้ใช้ชีวิตอย่างสนุกสนาน โดยเป็นลักษณะที่ผู้ดูแลพบเห็นมาจากผู้สูงอายุในครอบครัว และชุมชนของตนเอง ที่ยังมีลักษณะดังกล่าว ความว่า *"แก่...ก็น่าจะยังเที่ยวได้อยู่ ปู่ย่า 70 กว่า ก็ยังไปได้หมด ย่านี่ยังไปรำหน้านาค พี่ก็น่าจะเป็นแบบนั้น รุ่นเรา รุ่นหลัง ๆ น่าจะแก่กันช้า แลมีกิจกรรม ไปนั่นไปนี่ ไปทำคอนเทนต์ (หัวเราะ)"* สอดคล้องกับป้าเอ๋ที่ได้กล่าวในลักษณะเดียวกันว่า *"...เห็นคนแก่บ้านเรายังเก่ง อ้อร้ออยู่เลย รุ่นป้าต้องปรือเหมือนนั่นแหละหมั่ง"* และเช่นเดียวกับย่าน้อยที่ได้กล่าวว่า *"ย่าน่าจะเป็นคนแก่ที่อยู่บาย ๆ นะ อยู่ให้บาย ไปเที่ยว กินของหรอย ๆ อยู่ให้ไม่เดือดร้อน ...ถ้าผุดมีหลานก็เลี้ยงหลาน ถ้าไม่มีก็อยู่ไปพันนี้ ...เข้า 60 นี่น่าจะยังเรี่ยมอยู่แล้ว ไม่น่าต่างกับตอนนี้มาก ลูกก็บาย เราก็บาย"*

การกล่าวถึงลักษณะของความสูงอายุเช่นนี้ ทำให้เห็นว่าผู้ดูแลมองความสูงอายุต่างไปจากภาพลักษณ์ของความสูงอายุที่ดูเปราะบาง นั่นคือ เป็นความสูงอายุที่ยังคงมีความคล่องแคล่ว และยังมีความสนุกสนานในการใช้ชีวิต ผู้ดูแลได้กล่าวถึงการสูงวัยของผู้สูงอายุที่ตนเองได้พบเห็น รวมถึงภาพของตนเองเมื่อสูงอายุในอนาคตที่จะยังคงได้ท่องเที่ยว และทำกิจกรรมที่อยากทำ เป็นการเปลี่ยนมุมมองจากการมองผู้สูงอายุว่าเป็นกลุ่มพึ่งพิงและเป็นภาระ มาเป็นมุมมองว่าอายุที่ยืนยาวขึ้นนั้นสามารถมีความคล่องตัวและดูแลตัวเองได้ ซึ่งลักษณะดังกล่าวเป็นลักษณะที่ สอดคล้องกับแนวคิดพฤฒพลังหรือ active aging ที่กล่าวถึงผู้สูงอายุที่มีลักษณะที่ยังสามารถพัฒนาและดำรงไว้ซึ่งสมรรถนะในการปฏิบัติกิจวัตรด้านต่าง ๆ ได้ ยังคุณประโยชน์ด้วยการนำศักยภาพและความสามารถในตัวตนออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม เป็นภาวะของผู้สูงอายุที่ยังคงมีความคล่องแคล่ว กระตือรือร้นเคลื่อนไหวที่คล่องตัว และมีประสิทธิภาพ [8]

ลักษณะความสูงอายุในลักษณะข้างต้นจึงสะท้อนได้ถึงภาพตัวแทนผู้สูงอายุในปัจจุบันที่ถูกนำเสนอถึงภาพลักษณ์ที่ยังคงกระฉับกระเฉง คล่องแคล่ว และสดใสสมวัย การเห็นคนในวัยสูงอายุได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นไปตามยุคสมัย รวมถึงอิทธิพลจากสื่อเทคโนโลยีที่มีการใช้งานอย่างแพร่หลายและเป็นอิทธิพลสำคัญต่อพฤติกรรม และความคิดของคนในปัจจุบัน การที่คนมีพฤติกรรมการใช้สื่อเทคโนโลยีเพื่อตอบสนองความต้องการที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นเพื่อการรับข่าวสาร เพื่อความบันเทิง เพื่อหารายได้ และเพื่อประโยชน์ในการนำเนื้อหาไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่ง ปัจจุบันสื่อเทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันของผู้คนมากขึ้นเรื่อย ๆ จนสามารถกำหนดรูปแบบพฤติกรรมของผู้คนขึ้นมาได้ใหม่ เช่นนี้เองมุมมองความสูงอายุในลักษณะดังกล่าวจึงเป็นผลมาจากสื่อเทคโนโลยีที่ส่งผลต่อมุมมองความคิดค่านิยม รวมถึงแนวทางการดำรงชีวิตเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุของคนด้วย

สรุปและอภิปรายผล

จากการวิจัยเรื่องการให้ความหมายความสูงอายุของผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว สามารถสรุปได้ว่า ผู้ดูแลผู้สูงอายุให้ความหมายความสูงอายุใน 5 ลักษณะ คือ

1. การให้ความหมายความสูงอายุสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสุขภาพที่เสื่อมลง
2. การให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับช่วงเวลาและเวลาชีวิตที่เหลือน้อยลง
3. การให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับการมีความรู้ และการสั่งสมประสบการณ์
4. การเป็นที่พึ่งทางจิตใจและเป็นศูนย์รวมของครอบครัว
5. การให้ความหมายความสูงอายุในลักษณะ active aging

โดยจากจำนวนผู้ดูแลผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 15 คน มีผู้ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 11 คน ที่ให้ความหมายความสูงอายุโดยมองความสูงอายุสัมพันธ์กับความเสื่อมของสภาพร่างกายและสุขภาพ ซึ่งเป็นลักษณะมุมมองการให้ความหมายความสูงอายุที่พบมากที่สุด รองลงมาเป็นการให้ความหมายความสูงอายุสัมพันธ์กับช่วงเวลาและเวลาชีวิตที่เหลือน้อยลง จำนวน 7 คน การให้ความหมายความสูงอายุในลักษณะ active aging จำนวน 3 คน และให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับการมีความรู้ และการสั่งสมประสบการณ์ รวมถึงการเป็นที่พึ่งทางจิตใจ และเป็นศูนย์รวมของครอบครัว ลักษณะละ 2 คน ซึ่งเมื่อพิจารณาถึงมุมมองการให้ความหมายความสูงอายุดังกล่าว จะพบได้ว่าการให้ความหมายความสูงอายุของผู้ดูแลผู้สูงอายุแต่ละคนนั้น มาจากประสบการณ์ของผู้ดูแลแต่ละคน ทั้งจากประสบการณ์ส่วนตัวและประสบการณ์บนสถานการณ์การดูแล โดยคุณลักษณะของผู้สูงอายุในความดูแลของผู้ดูแล และคุณลักษณะของผู้ดูแลเอง ก็ล้วนเป็นปัจจัยที่จะส่งผลต่อมุมมอง การรับรู้ถึงความสูงอายุ และมุมมองให้ความหมายความสูงอายุของผู้ดูแล

จากผลการวิจัยสามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

1. จากผลการวิจัยพบว่าการรับรู้และการให้ความหมายความสูงอายุของผู้ดูแลนั้น ไม่เพียงแต่สะท้อนมุมมองความสูงอายุที่มีต่อผู้สูงอายุเพียงเท่านั้น แต่ยังทำให้เห็นถึงมุมมองเกี่ยวกับความสูงอายุของตนเอง ที่แสดงให้เห็นได้ว่าผู้ดูแลผู้สูงอายุไม่ได้มองความสูงอายุในอนาคตของตนเองเป็นเรื่องไกลตัว ซึ่งสังเกตได้จากการที่ผู้ดูแลให้ความหมายความสูงอายุจากการมองถึงความเสื่อมที่ขึ้นกับตนเอง จากการสังเกตตนเองในชีวิตประจำวันที่มีสุขภาพร่างกายที่เสื่อมลงกว่าช่วงเวลาหนุ่มสาว ไม่ใช่เพียงแค่มองเห็นความเสื่อมจากผู้สูงอายุ ทำให้ผู้ดูแลมีการเตรียมความพร้อมในด้านทางเงินไว้สำรองสำหรับเมื่อเกิดความเจ็บป่วย มีความตระหนักถึงการดูแลตนเอง เนื่องจากไม่อยากเป็นภาระการดูแลให้แก่บุตรของตนเอง

จากการศึกษาพบลักษณะที่แสดงได้ถึงการเตรียมความพร้อมสำหรับตนเองเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุของผู้ดูแลใน 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ ดังนี้

ด้านร่างกาย พบว่า ผู้ดูแลตระหนักในเรื่องของสุขภาพ ระมัดระวัง และลดการใช้งานร่างกายในการทำงานหนักในการทำสวน เพื่อที่จะได้อยู่กับครอบครัวไปนาน ๆ ไม่ต้องแก่งอมเมื่อสูงอายุ และไม่ต้องเป็นภาระพึ่งพิงแก่บุตรของตนเอง ซึ่งการเตรียมพร้อมในด้านร่างกาย สอดคล้องกับการให้ความหมายความสูงอายุในเรื่องของความเสื่อมของร่างกายและความสูงอายุที่จะมาพร้อมกับความเจ็บป่วย ที่มีความสอดคล้องกัน เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในวัยที่สูงอายุขึ้น จะเป็นการเปลี่ยนแปลงในลักษณะที่เสื่อมลง ผู้ดูแลจึงมีการระมัดระวังในการใช้งานร่างกายในการทำงาน เพื่อให้ตนเองยังสามารถดูแลตนเองได้เมื่อสูงอายุ

ด้านสังคม พบว่าการมองความสูงอายุเป็นเรื่องธรรมดาของผู้ดูแล แสดงได้ถึงความเข้าใจ การยอมรับได้ถึงความเปลี่ยนแปลง และความไม่แน่นอนต่าง ๆ การรู้จักปล่อยวางถึงอารมณ์ในบางสิ่งที่อาจรู้สึกไม่พอใจ รวมถึงความต้องการที่จะเป็นผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุที่สามารถเป็นที่พึ่งให้แก่ลูกหลานได้ ดังที่ผู้ดูแลมีมุมมองต่อความสูงอายุว่าคือการเป็นศูนย์รวมของครอบครัว และเป็นที่พึ่งทางจิตใจให้แก่ลูกหลานได้ การให้ความหมายความสูงอายุจากการเคารพนับถือ การเป็นศูนย์รวม

ให้กับครอบครัว เป็นที่พึ่งและความอุ่นใจของลูกหลาน ทำให้ผู้ดูแลกล่าวถึงการวางตัวในอนาคตว่าจะเป็นผู้สูงอายุที่สามารถให้ลูกหลานพึ่งพาได้เช่นกัน ดังคำกล่าวของน้าหนิงที่ว่า *"...อยู่ให้ลูกหลานหาญเข้าแค่ เขาก็ไม่ทิ้ง เขาได้มาหามาเที่ยว"*

การให้ความรัก ความอบอุ่น การมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อลูกหลานซึ่งเป็นสมาชิกในครอบครัวนั้น เป็นผลให้ครอบครัวมีบรรยากาศที่อบอุ่น มีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว ก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด ทำให้เป็นการรักษาความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวให้เป็นไปในทางที่ดี ซึ่งความใกล้ชิดผูกพันกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว ตลอดจนความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวนั้น ล้วนเป็นสิ่งที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกอบอุ่น และรู้สึกถึงความมั่นคงปลอดภัย การมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวจึงย่อมที่จะส่งผลดีในบั้นปลายชีวิต ทำให้เป็นผู้สูงอายุที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข รวมถึงผู้ดูแลยังให้ความสำคัญกับการรักษาไว้ซึ่งความสัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน และสมาชิกในชุมชนด้วย เนื่องจากผู้ดูแลคิดว่าตนเองจะอยู่ในชุมชนแห่งนี้ไปตลอด จากงานศึกษาจะเห็นได้ว่าผู้ดูแลผู้สูงอายุในปัจจุบันที่จะเป็นผู้สูงอายุในวันข้างหน้าจะยังคงเป็นบุคคลมีเครือข่ายทางสังคมและความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นกับสมาชิกในชุมชน จากการรักษาไว้ซึ่งความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกในชุมชนให้ยังคงอยู่ ดังที่ผู้ดูแลคนหนึ่งได้กล่าวไว้ว่า *"...(สามี)บอกลูกสาวว่า คนในบ้านเราต้องรู้จักไว้ เพราะเราอยู่ที่นี่ พ่อแม่อยู่ที่นี่"* เพื่อที่จะได้ไม่ต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยว การมีมิตรภาพและความสัมพันธ์ที่ดีจะนำไปสู่การเอื้อเฟื้อเกื้อหนุนในเรื่องต่าง ๆ แก่กันและกัน และจะทำให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ด้านเศรษฐกิจ ผู้ดูแลมีการแบ่งเงินได้เก็บออมเงินไว้สำหรับอนาคตเมื่อเจ็บป่วย หรือใช้ตอนฉุกเฉิน รวมถึงการฝากชีวิตบั้นปลายไว้กับผลผลิตในสวนที่เป็นไม้ยืนต้นที่จะยังสามารถเก็บผลผลิตและเป็นรายได้ที่เพียงพอต่อการเลี้ยงชีพตนเองได้เมื่อสูงอายุ เมื่อตนเองมีกำลังในการประกอบอาชีพลดน้อยลง หรือต้องการพักจากการลงแรงในการทำงาน เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นที่อาจทำให้บุคคลที่พละกำลังในการทำงานที่ลดลง ซึ่งอาจทำให้รายได้ที่เคยได้รับลดน้อยลง ดังนั้นการวางแผนถึงแหล่งรายได้ของตนเองตอนสูงอายุของผู้ดูแล ก็จะทำให้ผู้ดูแลเป็นสูงอายุยังคงมีรายได้เพื่อดูแลตนเอง ทำให้ผู้ดูแลสามารถพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจได้เมื่อสูงอายุ

การศึกษาในกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุทำให้สามารถเห็นได้ว่าผู้ดูแลไม่ได้คาดหวังการดูแลจากบุตรเมื่อตนเองเข้าสู่วัยสูงอายุในตอนที่ยังสามารถดูแลช่วยเหลือตนเองได้ ผู้ดูแลไม่อยากเป็นภาระแก่บุตรหลาน และอยากพึ่งพาตนเองได้ให้นานที่สุด จากมุมมองที่มีต่อความสูงอายุของผู้ดูแลจึงพบลักษณะที่สะท้อนได้ถึงการเตรียมความพร้อมสำหรับตนเองเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุของผู้ดูแลตามความเข้าใจ เพื่อที่จะสามารถดูแลตัวเองได้มากที่สุดเมื่อสูงอายุ ซึ่งการเตรียมความพร้อมสำหรับการเข้าสู่วัยสูงอายุนั้น จะทำให้ผู้ดูแลเป็นผู้สูงอายุที่มีความสามารถในการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความสุข มีความเป็นอิสระ และมีคุณภาพชีวิตที่ดี [9]

การวิจัยนี้จึงได้สะท้อนให้เห็นถึงมุมมองและความคิดคร่าว ๆ ของผู้ที่จะมาเป็นผู้สูงอายุในอนาคตข้างหน้าต่อความหวังที่จะพึ่งพาลูกหลานหรือได้รับการเกื้อหนุนจากครอบครัวในอนาคต ที่เห็นได้ถึงความคาดหวังที่น้อยลง การวางแผนพึ่งตนเองที่มากขึ้น จากเงินเก็บออม และการลงทุนลงแรงในการสร้างสวน เพื่อที่จะเป็นรายได้ให้แก่ตนเองในระยะยาว เพื่อจะได้ไม่ต้องหวังพึ่งพาการส่งเสียเงินทองจากลูกเมื่อแก่ตัวลง จากการรับรู้และมุมมองที่ผู้ดูแลมีต่อความสูงอายุบนการทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว

2. การให้ความหมายความสูงอายุที่สัมพันธ์กับการมีความรู้ และการสั่งสมประสบการณ์ รวมถึงการเป็นที่พึ่งทางจิตใจ และเป็นศูนย์รวมของครอบครัวของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุได้เป็นที่พึ่ง และร่มโพธิ์ร่มไทรของลูกหลาน จากการให้ความนับถือ เคารพยกย่องของลูกหลาน ซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่า และได้รับการเคารพยกย่องนับถือ ซึ่งการได้รับการเคารพยกย่อง เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่า ดังที่งานศึกษาเรื่องการส่งเสริมค่านิยมไทย "คุณค่าและศักดิ์ศรี" ในสังคมเมืองเพื่อฝ่าวิกฤตสังคมผู้สูงอายุของเสาวภา พรสิริพงษ์ และคณะ [10] ได้กล่าวไว้ว่า การรู้สึกมีคุณค่าและมีศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุมีผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งทางกายและทางจิตใจ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุไทยได้ดำรงชีวิตในบั้นปลายของชีวิตอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรีจึงถือเป็นการส่งเสริมสุขภาวะและคุณภาพชีวิตที่ดีให้แก่ผู้สูงอายุ ซึ่งปัจจัยด้านการเคารพ

นับถือจากลูกหลาน ถือว่าเป็นปัจจัยที่นอกเหนือไปจากปัจจัยด้านสุขภาพที่สามารถทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีค่าหรือลดคุณค่าในตัวเองได้ แม้ว่าผู้สูงอายุจะมีฐานะดี การศึกษาดี แต่ขาดความเคารพนับถือจากลูกหลาน ผู้สูงอายุจะมีแนวโน้มที่จะรู้สึกว่าไม่มีคุณค่าและศักดิ์ศรีน้อยลง ซึ่งความรู้สึกถึงการไม่มีศักดิ์ศรีที่เกี่ยวข้องกับการได้รับความเคารพนั้นจะเกิดขึ้นเมื่อผู้สูงอายุไม่ได้รับการแสดงความเคารพ ไม่ว่าด้วยวาจาหรือท่าทีจากคนใกล้ชิดหรือคนรู้จัก และการรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุนี้ยังสัมพันธ์กับภาวะพฤตพลังของผู้สูงอายุต่อไปด้วย นั่นคือ ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้เพราะลูกหลานให้ความเคารพนับถือและให้การดูแลที่ดี การให้ความเคารพนับถือผู้สูงอายุของบุตรหลานจึงมีความสัมพันธ์กับการมีภาวะพฤฒพลังของผู้สูงอายุนอกจากความสามารถในการช่วยเหลือตนเอง ความสามารถทำกิจวัตรประจำวันต่างๆ ได้ด้วยตนเอง และมีความพอใจในสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ [11]

3. จากผลการวิจัยพบว่า การให้ความหมายในลักษณะที่สัมพันธ์กับช่วงเวลาและเวลาชีวิตที่เหลือน้อยลงของผู้ดูแลจะสัมพันธ์กับการดูแลผู้สูงอายุในช่วงตอนปลาย หรือการมีประสบการณ์ที่ได้เห็นวาระสุดท้ายของผู้สูงอายุของผู้ดูแล การตายจาก และความไม่แน่นอน ทำให้ผู้ดูแลตระหนักถึงความไม่แน่นอนในชีวิตที่สัมพันธ์กับการมีอายุที่มากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานศึกษาของวรรณลักษณ์ เมียนเกิด [12] เรื่องวยาคติต่อผู้สูงอายุในครอบครัว: การวิจัยผสานวิธี ที่พบว่าการมองความตายเป็นเรื่องธรรมชาติของคนหนุ่มสาวมากกว่าครึ่งเป็นผลมาจากการได้เห็นถึงความเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและสมรรถภาพทางร่างกายของบิดามารดาสูงอายุ ซึ่งคนหนุ่มสาวมองการเปลี่ยนแปลงนั้นว่าเป็นเรื่องธรรมชาติ กล่าวคือ เมื่อบิดามารดาก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุร่างกายก็จะร่วงโรยและถดถอยลง ความแก่ชราทางร่างกายนี้เองคือความธรรมดา ความเที่ยงแท้ และแน่นอนที่บิดามารดารวมถึงมนุษย์ทุกคนจะต้องเผชิญ หากชีวิตไม่สูญสิ้นไปเสียก่อน ซึ่งความเที่ยงแท้แน่นอนที่ว่านี้หมายรวมถึงอาการเจ็บไข้ได้ป่วยจากโรคภัยด้วย การตระหนักถึงจากลา การมีเวลาร่วมกันที่เหลือน้อยลง และความไม่แน่นอนของชีวิต จึงเป็นผลให้คนหนุ่มสาวผู้ดูแลมีความเข้าอกเข้าใจต่อผู้สูงอายุ มีการปรับพฤติกรรมที่แสดงออกต่อผู้สูงอายุ การตอบสนองความต้องการและมีความรู้สึกห่วงใยเกิดขึ้นเนื่องจากอายุที่มากขึ้นของผู้สูงอายุ งานศึกษานี้จึงได้แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของพฤติกรรมการช่วยเหลือดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว ซึ่งมีสาเหตุหลักมาจากการรับรู้ถึงความสูงอายุของบิดามารดาสูงอายุของตนเอง การรับรู้และเข้าใจในความแก่ชราจึงเป็นหนึ่งในสาเหตุหลักที่ทำให้คนหนุ่มสาวรู้สึกเป็นห่วงผู้สูงอายุและมีแนวโน้มจะปฏิบัติกับผู้สูงอายุในทางที่ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. สำหรับการทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุโดยครอบครัวนั้น สุดท้ายแล้วจะเป็นสิ่งที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ โดยเฉพาะบุตร ไม่ว่าจะเป็นบุตรชายหรือบุตรสาว เมื่อผู้สูงอายุในครอบครัวแก่ตัวลง จนถึงวัยที่ต้องการการดูแลในที่สุด สุดท้ายแล้วผู้สูงอายุก็จำเป็นที่จะต้องมีผู้ดูแล การรับรู้และประสบการณ์ของผู้ที่จะมาทำหน้าที่ดูแลเกี่ยวกับความสูงอายุ ย่อมมีความสัมพันธ์กับการทำหน้าที่ดูแล ดังนั้นจึงควรมีการส่งเสริมค่านิยมเชิงบวกเกี่ยวกับความสูงอายุให้เหมาะสมกับยุคสมัย และควรส่งเสริมการสร้างความสัมพันธ์ที่เข้มแข็งในครอบครัว เพื่อให้เกิดการทำหน้าที่ดูแลผู้ดูแลผู้สูงอายุบนความรักความผูกพัน และเพื่อให้เกิดการสนับสนุนดูแลผู้สูงอายุต่อไป ไม่ว่าจะเป็นผลให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแล หรือเป็นผลให้ผู้ดูแลได้รับการแบ่งเบาภาระการดูแลจากสมาชิกในครอบครัว ที่จะทำให้ผู้ดูแลไม่ต้องแบกรับภาระการดูแลเพียงลำพัง และทำให้การดูแลผู้สูงอายุสามารถดำเนินไปได้อย่างต่อเนื่อง

2. จากการศึกษาได้พบถึงลักษณะที่แสดงได้ถึงการเตรียมความพร้อมสำหรับตนเองในการเข้าสู่วัยสูงอายุของผู้ดูแลจากมุมมองการให้ความหมายต่อความสูงอายุของผู้ดูแล ซึ่งเป็นลักษณะการเตรียมความพร้อมที่เป็นไปตามความเข้าใจใน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ ซึ่งสามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลเพื่อให้ความรู้ต่อยอดสร้างความเข้าใจ และสนับสนุนผู้ดูแลในการเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุต่อไปได้ เนื่องจากการตระหนักและเห็นถึงความสำคัญในการเตรียมพร้อมในการเข้าสู่วัยสูงอายุตั้งแต่ก่อนเป็นผู้สูงอายุ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุก็จะทำให้ผู้ดูแลเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี เพื่อที่จะสามารถดูแลตนเองได้นานที่สุด และลดการพึ่งพาในอนาคต

เอกสารอ้างอิง

[1] ศิราณี ศรีหาภาค, วัชรี อมรโรจน์วรวุฒิ, ณรงค์ คำอ่อน, พัฒนี ศรีโอษฐ์, พลอยลดา ศรีหานู, และทิพวรรณ ทับช้าย. (2564). สถานการณ์ ปัญหา และความต้องการการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวในชุมชน ภายใต้กองทุนระบบการดูแลระยะยาว จังหวัดขอนแก่น. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9, 15*(36), 44-60.

[2] สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. (2565). *Research Brief: การเข้าถึงระบบบริการทางสังคมของประชากรในครัวเรือนก่อนวัยสูงอายุและผู้สูงอายุที่มีรูปแบบการอยู่อาศัยต่างกันเพื่อนำไปสู่แนวทางการสนับสนุนการบริการที่เหมาะสม.* มหาวิทยาลัยมหิดล. https://ipsr.mahidol.ac.th/wp-content/uploads/2022/07/Research-brief-EAP-updated_compressed.pdf

[3] กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2562). *มาตรการขับเคลื่อนระเบียบวาระแห่งชาติ เรื่องสังคมสูงอายุ* (ฉบับปรับปรุง). กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. https://www.dop.go.th/download/knowledge/th1551432930-155_0.pdf

[4] กองสถิติสังคม สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2565). *การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2564.* สืบค้นเมื่อ 25 กรกฎาคม 2565, จาก http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib

[5] บุษยา วงษ์ชวลิตกุล, วิรัช สงวนวงศ์วาน, สิริรัตน์ ฉัตรชัยสุชา, ธนกร ลิ้มศรัณย์, สิริวดี ไทยสมัคร, และคณิต เรืองขจร. (2559). ความรู้และทัศนคติของผู้ดูแลผู้สูงอายุ กรณีศึกษาผู้ดูแลผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์โพธิ์กลาง และสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์วัดม่วง จังหวัดนครราชสีมา. *วารสารวิชาการบริหารธุรกิจ สมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย, 5*(2), 74-92.

[6] วิยะดา รัตนสุวรรณ. (2561). จริยธรรมในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง: มุมมองที่แตกต่าง. *วารสารการพยาบาล การสาธารณสุข และการศึกษา, 19*(3), 15-23.

[7] สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดชุมพร กลุ่มนโยบายและวิชาการ. (2563). *สถานการณ์ทางสังคม จังหวัดชุมพร.* รายงานสถานการณ์ทางสังคม จังหวัดชุมพร ประจำปีงบประมาณ 2563. https://chumphon.m-society.go.th/wp-content/uploads/2021/04/satana_63.pdf

[8] สุดา วงศ์สวัสดิ์. (2558). พัฒนาผู้สูงวัยสู่ภาวะ “พฤฒพลัง”. *ปกิณกะ, 24*(3), 202-207.

[9] มุจลินท์ แปงศิริ, และศิวิไลซ์ วนรัตน์วิจิตร. (2563). การเตรียมความพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุคุณภาพในประชากรก่อนวัยสูงอายุ. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี*, *31*(2), 213-223.

[10] เสาวภา พรสิริพงษ์, ขวัญจิต ศศิวงศาโรจน์, และยงยุทธ บุราสิทธิ์. (2559). *โครงการส่งเสริมค่านิยมไทย “คุณค่าและศักดิ์ศรี” ในสังคมเมืองเพื่อฝ่าวิกฤตสังคมผู้สูงอายุ.* สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล.

[11] ยมนา ชนะนิล, พรชัย จูลเมตต์, และนัยนา พิพัฒน์วณิชชา. (2563). ภาวะพฤฒพลังของผู้สูงอายุในชุมชน จังหวัดอุบลราชธานี. *วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข, 30*(2), 83-92.

[12] วรรณลักษณ์ เมียนเกิด. (2563). *วยาคติต่อผู้สูงอายุในครอบครัว: การวิจัยผสานวิธี* [วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ]. ithesis มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. http://bsris.swu.ac.th/thesis/60199120019GRD8912560f.pdf