



กิจกรรมเสริมคุณค่าและความสุขให้ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ

วิลาสินี โยธิการ*

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง “กิจกรรมเสริมคุณค่าและความสุขให้ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ” มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุ 2) ศึกษาการมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ และ 3) ศึกษาการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ พื้นที่ศึกษา คือ โรงเรียนผู้สูงอายุที่ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุจัดขึ้น 5 แห่ง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสานที่ใช้เครื่องมือในการวิจัย คือ 1) แบบสัมภาษณ์กลุ่มบุคลากรโรงเรียนผู้สูงอายุที่ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก 2) แบบสัมภาษณ์กลุ่มผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมที่ใช้การสนทนากลุ่ม และ 3) แบบสอบถามกลุ่มผู้สูงอายุ โดยการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดใช้วิธีการแบบจำเพาะเจาะจง

ผลการศึกษาพบว่า โรงเรียนผู้สูงอายุมีกระบวนการในการจัดกิจกรรม 4 ขั้นตอน คือ 1) การจัดทำหลักสูตรการเรียน จะอ้างอิงหมวดวิชาต่างๆ ในคู่มือโรงเรียนผู้สูงอายุ ได้แก่ ด้านสังคม ด้านชีวิตและสุขภาพ ด้านสภาพแวดล้อม ด้านวัฒนธรรมและภูมิปัญญา ด้านนันทนาการ และด้านเศรษฐกิจ โดยปรับให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุและทรัพยากรในพื้นที่ 2) การคัดเลือกผู้สอน โดยพิจารณาจากคุณสมบัติของผู้สอน/วิทยากร ความสะดวกในการติดต่อประสานงาน และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมในวันและเวลาที่กำหนดได้ 3) การดำเนินการสอน จะเน้นการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุเพื่อมาพบปะ พูดคุย และทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้ศักยภาพและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง และ 4) การประเมินผล ยังไม่มีรูปแบบที่ตายตัว โดยขึ้นอยู่กับสถานการณ์และบริบท ซึ่งวิธีการประเมินผลเป็นภาคปฏิบัติ เช่น การสนทนา การแสดงออกของผู้สูงอายุ หรือเป็นการประเมินโดยใช้แบบสอบถาม/แบบทดสอบ ส่วนปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานของโรงเรียนมาจาก 3 ปัจจัย คือ 1) ปัจจัยจากผู้สูงอายุ ได้แก่ ความพร้อมของผู้สูงอายุด้านร่างกายและจิตใจ การเดินทาง การติดภารกิจส่วนตัว การสื่อสารและการปรับตัวของผู้สูงอายุ 2) ปัจจัยจากโรงเรียนผู้สูงอายุ ได้แก่ งบประมาณ สถานที่ตั้ง ความพร้อมของอาคารเรียนและอุปกรณ์การเรียน การประชาสัมพันธ์และบุคลากรที่ไม่เพียงพอในการขับเคลื่อนงาน และ 3) ปัจจัยจากสภาพแวดล้อม ได้แก่ ข้อจำกัดทางศาสนา การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่และชุมชนในการจัดกิจกรรม ทั้งการตัดสินใจ การดำเนินงาน และการประเมินผลของโรงเรียนผู้สูงอายุหลังจากผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมการเรียน



ในโรงเรียนผู้สูงอายุแล้ว มีผลเปลี่ยนแปลงให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าตนเองในระดับมาก และมีความสุขโดยรวมทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญาในระดับมากเช่นกัน

จากผลการศึกษาดังกล่าว ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะต่อกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ คือ 1) ควรมีนโยบายในการระดมทุนเพื่อกิจการด้านผู้สูงอายุ เพื่อให้มีงบประมาณสนับสนุนการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ 2) ควรร่วมมือกับกระทรวงการคลังในการกำหนดนโยบายด้านสิทธิพิเศษทางภาษีให้กับบุคคล/หน่วยงานที่เข้าร่วมจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ทุกภาคส่วนเข้ามามีส่วนร่วมและให้ความสำคัญกับงานด้านผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น และ 3) ควรร่วมมือกับกระทรวงมหาดไทยในการขยายผลการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในทุกตำบล เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมได้มากขึ้น

คำสำคัญ : โรงเรียนผู้สูงอายุ, การตระหนักถึงคุณค่าตนเอง



The activities reinforcing value and happiness of the elderly in elderly schools

Wilasinee Yothikarn

Abstract

The research on “Activities Reinforcing Value and Happiness of the Elderly in Elderly Schools” has 3 objectives:- 1) to study the organizing process of activities for the elderly in elderly schools. 2) to study the participation in organizing activities for the elderly. 3) to study the changes that occurred to the elderly after participating in school activities. Five elderly schools under the Social Welfare Development Center for Older Persons are selected. The mixed methods research is used with 3 research tools:- 1) the semi-structured interview for the elderly school’s personnel using the in-depth interview. 2) the semi-structured interview for the participants in organizing activities using group conference. 3) questionnaire for the selected elderly. All are selected by using purposive sampling.

The study found that there are 4 steps to organize activities for the elderly schools which are; creating a curriculum, selecting instruction, managing education, and evaluation. The operational obstacles are based on 3 factors:- 1) the factors from the elderly, i.e., their physical and mental readiness, traveling facilities, personal duties, communication, and self-adaptation. 2) the factors from the elderly schools, i.e., budget, location, the readiness of school buildings and learning equipment, public relations, and insufficiency of personnel to perform the activities. 3) environmental factor that is a religion, it restricts the female elderly to participate in school activities. After the elderly have participated in educational activities in the elderly schools, there are changes at a high level of their self-esteem recognition as well as their overall physical, mental, social, and intellectual happiness.

Suggestions from the study findings to the Ministry of Social Development and Human Security: 1) there should be a policy to raise funds for the elderly in order to create a budget to support the operation of the elderly. 2) there should be a cooperation with the Ministry of Finance



to set a tax preferential policy for the persons/organizations participating in the activities for the elderly schools to encourage all sectors to pay more attention to the work for the elderly. 3) there should be a cooperation with the Ministry of Interior to expand the establishment of elderly schools in every sub-district to encourage elderly participation.

Keywords: Elderly school, Self-Esteem

ความเป็นมา

ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ในปี 2564 ประชากรที่ผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศโดยรวม ไม่ว่าจะเป็นในด้านการผลิต การลงทุน และการออม รวมถึงภาระหน้าที่ของรัฐ ชุมชน และครอบครัว ในการดูแลสุขภาพ ค่าใช้จ่ายในการยังชีพ การดูแลเรื่องที่อยู่อาศัย รวมถึงการจัดระบบสวัสดิการสังคม (สำนักเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, 2561)

โรงเรียนผู้สูงอายุถือเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ และยังเป็นการเปิดพื้นที่ทางสังคมให้แก่ผู้สูงอายุ โดยเน้นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งมีการดำเนินการที่หลากหลาย ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของแต่ละบริบทพื้นที่ มีกิจกรรมเป็นสื่อเพื่อเพิ่มพูนทักษะ ความรู้ที่จำเป็นให้กับผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุพัฒนาตนเองและใช้ศักยภาพของตนเอง ทำให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองเองทั้งด้านร่างกายและจิตใจ พึ่งพาตัวเองได้ สามารถปรับตัวและรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคม สร้างความสุขให้กับผู้สูงอายุ อีกทั้ง อาจนำไปสู่การสร้างอาชีพ และรายได้ให้กับผู้สูงอายุ การดำเนินงาน

ของโรงเรียนผู้สูงอายุนั้นไม่มีรูปแบบที่ตายตัว หากจะอยู่ภายใต้กระบวนการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วน กิจกรรมที่จัดขึ้นในโรงเรียนผู้สูงอายุจึงมีความหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นด้านเสริมสร้างสุขภาพ ด้านส่งเสริมการเรียนรู้ ด้านส่งเสริมเศรษฐกิจและอาชีพ เป็นต้น ซึ่งขึ้นอยู่กับความต้องการของผู้สูงอายุ ทรัพยากรในพื้นที่ และเครือข่ายที่โรงเรียนผู้สูงอายุมียู่ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2559)

การจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ นอกจากให้ความสำคัญกับความต้องการของของผู้สูงอายุ และทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสุข สนุกสนานกับการทำกิจกรรมแล้ว กิจกรรมที่จัดขึ้นควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุตระหนักถึงคุณค่าของตนเองด้วย เพราะเมื่อผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีประโยชน์ และยังเป็นที่ต้องการของสังคม จะกระตุ้นให้ผู้สูงอายุเกิดการพัฒนาตนเองทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม สามารถพึ่งพาตนเองได้และเป็นผู้สูงอายุที่มีพฤติพลัง (Active Aging) ทำให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขมากยิ่งขึ้น

**คำถามหลักในการวิจัย**

1. การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุมีการดำเนินงานอย่างไรและมีกิจกรรมในลักษณะใดบ้าง

2. โรงเรียนผู้สูงอายุได้เปิดโอกาสให้บุคคล/หน่วยงานใดมีส่วนร่วมดำเนินการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุบ้างหรือไม่ และมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมอย่างไร

3. ผลการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ของโรงเรียนผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุเกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านการตระหนักถึงคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุและความสุขของผู้สูงอายุอย่างไรบ้าง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุ
2. เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของบุคคล/หน่วยงานในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ
3. เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ หลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในโรงเรียนผู้สูงอายุ

ทบทวนวรรณกรรม

การมีส่วนร่วม (Participation) เป็นกระบวนการที่ผู้มีส่วนได้เสียมีโอกาสได้แสดงทัศนะหรือเข้าร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ที่มีผลต่อชีวิตความเป็นอยู่ของตน การมีส่วนร่วมเป็นการเพิ่มคุณภาพการตัดสินใจ การลดค่าใช้จ่าย และการสูญเสียเวลา เป็นการสร้างฉันทามติ ทำให้ง่ายต่อการนำไปปฏิบัติ ช่วยให้เกิดความน่าเชื่อถือและความชอบธรรม

รวมทั้งเป็นการพัฒนาความเชี่ยวชาญและความคิดสร้างสรรค์ของสาธารณชน (วันชัย วัฒนศัพท์, 2543 อ้างถึงใน ถวิลวดี บุรีกุล, 2551) เจอนโซพื้นฐานของการมีส่วนร่วมของบุคคลมี 3 ประการ คือ ต้องมีอิสรภาพ ต้องมีความเสมอภาค และต้องมีความสามารถ การมีส่วนร่วมมีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ 1) ต้องมีวัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายชัดเจน 2) ต้องมีกิจกรรมเป้าหมาย และ 3) ต้องมีบุคคลหรือกลุ่มเป้าหมาย (ถวิลวดี บุรีกุล, 2551) ทั้งนี้ Cohen และ Uphoff ได้จำแนกการมีส่วนร่วมออกเป็น 4 ระดับ คือ 1) การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ 2) การมีส่วนร่วมในการดำเนินการ 3) การมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์ 4) การมีส่วนร่วมในการประเมินผล (Cohen และ Uphoff. 1980 อ้างถึงใน ถวิลวดี บุรีกุล, 2551)

ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)

พัฒนาขึ้นโดยนักจิตวิทยา Robert Havighurst ทฤษฎีนี้เชื่อว่ากิจกรรมจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข มีความเพลิดเพลิน กระฉับ กระเฉง สามารถตัดสินใจได้ดีขึ้น รวมถึงเกิดภาพพจน์ที่ดีเกี่ยวกับตนเอง บุคคลที่เข้าร่วมกิจกรรมตลอดช่วงชีวิต จะเป็นผู้ที่มีความสุขดีและมีความสุขในชีวิต กิจกรรมเป็นการสร้างการเรียนรู้ให้กับบุคคล โดยอาศัยการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและมีกิจกรรมเป็นเครื่องมือ ผู้สูงอายุที่มีการทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ ทำให้มีความพึงพอใจในชีวิต และปรับตัวได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีบทบาทหน้าที่หรือการทำกิจกรรมใด ๆ (อัจฉรา ปุราคม และคณะ, 2559) การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ มีความสำคัญอย่างยิ่งในการทำให้

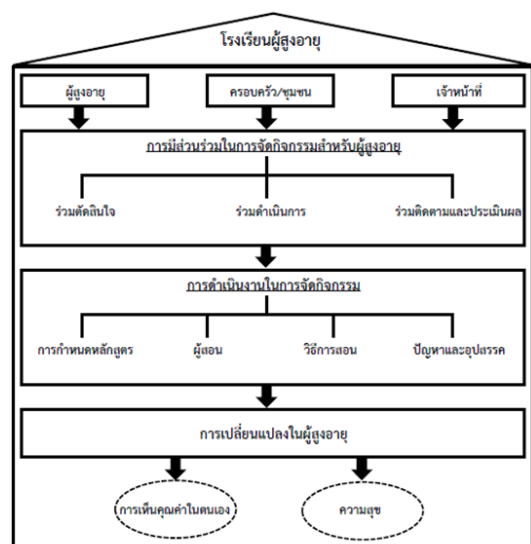


สุขภาพร่างกายและจิตใจดีขึ้น การทำประโยชน์เพื่อสังคม ช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดการปรับเปลี่ยนบทบาทของตนเอง และก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต (พัชรภา มนูญภทราชัย, 2544 อ้างถึงใน ญัฐพัชร สโรบล และเอกจิตรา คำมีสุข, 2558) การได้ทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอจะส่งผลให้ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าของตนเองและมีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ การทำกิจกรรมจึงเป็นเสมือนการได้รักษาสถานภาพและบทบาทอย่างหนึ่งของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุเป็นที่ยอมรับ แต่ในทางกลับกัน หากผู้สูงอายุไม่ทำกิจกรรมใด ๆ เลย จะรู้สึกเบื่อหน่ายและใช้ชีวิตอย่างเฉื่อยเหงา ส่งผลให้เกิดภาวะความเสื่อมถอยของสภาพจิตใจอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ ยังพบว่าผู้สูงอายุบางส่วนที่ร่างกายเสื่อมโทรมแล้ว แต่ยังคงทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ หรือได้ร่วมทำกิจกรรมกับเพื่อนในวัยเดียวกัน จะรู้สึกมีความสุขและไม่เหงา (ทิพย์อรุณ สมภู, 2552 อ้างถึงใน ญัฐพัชร สโรบล และเอกจิตรา คำมีสุข, 2558) การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ดำเนินกิจกรรมทางสังคมอย่างสม่ำเสมอ ย่อมทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตนเองได้ดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม (ศจี วิสารทศจี, 2554)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) พัฒนาโดย Albert Bandura เกิดจากแนวคิดที่ว่า การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นนั้นไม่จำเป็นต้องแสดงพฤติกรรมออกมาในทันที แต่การเรียนรู้เป็นการได้มาซึ่งความรู้ใหม่ (Acquired New Knowledge) ซึ่งยังไม่จำเป็นต้องแสดงออกมา ดังนั้น การเรียนรู้ในทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม คือ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในโดยไม่จำเป็นต้องแสดงออกมาให้เห็น

แต่ถ้าแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมภายนอกก็เป็นการยืนยันว่าเกิดการเรียนรู้ขึ้นจริง (ไหมไทย ไชยพันธ์, 2557) บุคคลสามารถสร้างรูปแบบพฤติกรรมจากการรับรู้ในสิ่งที่พวกเขาเห็น เหมือนกับที่เราเรียนรู้กิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้จากการสังเกต และสามารถแสดงพฤติกรรมแบบเดียวกันกับที่เคยสังเกตเห็นจากตัวแบบ (Observational Learning) (ศรัณย์ สิงห์ทน, 2552) การเรียนรู้ทางสังคมจึงเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือการเปลี่ยนแปลงในการตอบสนอง โดยมีลักษณะที่สำคัญ คือ 1) การเรียนรู้มีผลทำให้พฤติกรรมมีการเปลี่ยนแปลง 2) การเรียนรู้เป็นผลของการฝึกปฏิบัติหรือฝึกฝน และทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลง 3) การเรียนรู้เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในลักษณะค่อนข้างถาวร และ 4) การเรียนรู้ไม่อาจสังเกตหรือเห็นได้โดยตรง (Good, 1959 และ Mednick, 1964 อ้างถึงใน ศรัณย์ สิงห์ทน, 2552)

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) ซึ่งประกอบด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงปริมาณ มีพื้นที่ในการศึกษา คือ โรงเรียนผู้สูงอายุที่จัดขึ้นโดยศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ 5 แห่ง โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดแบบจำเพาะเจาะจงดังรายละเอียดต่อไปนี้

การศึกษาเชิงคุณภาพ ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุทั้งภายในและภายนอกโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยมีกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ (1) ผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ จำนวน 5 คน (2) เจ้าหน้าที่โรงเรียนผู้สูงอายุ จำนวน 5 คน (3) ผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน 6 คน/โรงเรียนผู้สูงอายุ 3) วิธีการเก็บข้อมูล มี 2 แบบ คือ การสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มเป้าหมาย 2 กลุ่มข้างต้น และใช้การสนทนากลุ่มกับผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ 4) การวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อรวบรวมข้อมูลแล้วจะนำข้อมูลมาจัดจำแนกตามเนื้อหา วิเคราะห์ และสังเคราะห์ผ่านการตีความอย่างเป็นระบบ

การศึกษาเชิงปริมาณ ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ นักเรียนผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุ 5 แห่งจำนวนทั้งสิ้น 250 คน เริ่มต้นจากการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 30 โดยใช้กฎแห่งความชัดเจน (Neuman, 1991 อ้างถึงใน สมชาย วรภิเษมสกุล, 2554) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 75 คน 2) เครื่องมือ ใช้แบบสอบถาม เป็นคำถามปลายปิดและ

คำถามปลายเปิด 3) วิธีการเก็บข้อมูล ขอความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นผู้แจกแบบสอบถามให้ผู้สูงอายุได้แบบสอบถามกลับมา 75 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 4) การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง การศึกษาเชิงคุณภาพมีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 40 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ 1) ผู้ให้ข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก ประกอบด้วย ผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุจำนวน 5 คน และเจ้าหน้าที่โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุจำนวน 5 คน 2) ผู้ให้ข้อมูลโดยการสนทนากลุ่ม ได้แก่

- (1) นักเรียนผู้สูงอายุ จำนวน 18 คน
- (2) นักสังคมสงเคราะห์ จำนวน 2 คน
- (3) นักพัฒนาชุมชน จำนวน 2 คน
- (4) เจ้าหน้าที่พี่เลี้ยง 2 คน
- (5) จิตอาสา จำนวน 3 คน
- (6) นักจิตวิทยา จำนวน 1 คน
- (7) เจ้าหน้าที่ตำรวจ จำนวน 1 คน
- (8) เจ้าหน้าที่องค์กรบริหารส่วนตำบล จำนวน 1 คน

ในส่วนการศึกษาเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนรวมทั้งสิ้น 75 คน เป็นเพศหญิง จำนวน 63 คน เพศชาย 12 คน ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 60-70 ปี จบการศึกษาระดับประถมศึกษา และประกอบอาชีพเกษตรกร

**ผลการวิจัย**

การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุ กระบวนการในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุมี 4 ขั้นตอน คือ 1) การจัดทำหลักสูตรการเรียน 2) การคัดเลือกผู้สอน/วิทยากร 3) การดำเนินการสอน และ 4) การประเมินผลโดยกิจกรรมที่จัดขึ้นในโรงเรียนผู้สูงอายุมีความหลากหลายขึ้นอยู่กับความต้องการของผู้สูงอายุ ความพร้อมของทรัพยากรและเครือข่ายที่โรงเรียนผู้สูงอายุมีอยู่ กิจกรรมที่จัดขึ้นในโรงเรียนผู้สูงอายุแบ่งเป็น 6 หมวดใหญ่ ประกอบด้วย ด้านสังคม ด้านชีวิตและสุขภาพ ด้านสภาพแวดล้อม ด้านวัฒนธรรม และภูมิปัญญา ด้านนันทนาการ และด้านเศรษฐกิจ โดยมีเป้าหมายในการรวมกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อมาพบปะพูดคุย และทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน ซึ่งเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้ ช่วยให้ผู้สูงอายุได้ใช้ศักยภาพของตนเองและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ในการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุพบปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานซึ่งเกี่ยวข้องกับ 3 ปัจจัย คือ 1) ปัจจัยจากตัวผู้สูงอายุ ได้แก่ ความพร้อมของผู้สูงอายุด้านร่างกายและจิตใจ การเดินทาง การติดภารกิจส่วนตัว ปัญหาด้านการสื่อสารและการปรับตัวของผู้สูงอายุ 2) ปัจจัยจากโรงเรียนผู้สูงอายุ ได้แก่ งบประมาณในการขับเคลื่อนงาน สถานที่ตั้งของโรงเรียน ความพร้อมของอาคารเรียนและอุปกรณ์ในห้องเรียน การประชาสัมพันธ์และบุคลากรในการขับเคลื่อนงานที่ไม่เพียงพอ และ 3) ปัจจัยจากสภาพแวดล้อม ได้แก่ ข้อยกีดทางศาสนา

การมีส่วนร่วมของบุคคล/หน่วยงานในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุ

เปิดโอกาสให้ 1) ผู้สูงอายุ 2) เจ้าหน้าที่ของโรงเรียนผู้สูงอายุและบุคลากรของศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ และ 3) บุคคลในชุมชน/เครือข่าย เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุโดยมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การดำเนินการ และการประเมินผล อย่างไรก็ตาม ยังไม่พบว่า บุคคลในครอบครัวของผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ

ผู้มีส่วนรวม	การมีส่วนร่วม		
	ตัดสินใจ	ดำเนินการ	ประเมินผล
ผู้สูงอายุ	✓	✓	✓
เจ้าหน้าที่	✓	✓	✓
ชุมชน/เครือข่าย		✓	✓

จากตารางที่ 1 จะเห็นได้ว่าโรงเรียนผู้สูงอายุเปิดโอกาสให้ทั้งผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่ และชุมชน/เครือข่าย เข้าร่วมในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ โดยมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การดำเนินการ และการประเมินผล



ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

การเห็นคุณค่าในตนเอง	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันรู้สึกพอใจตนเอง	3.55	0.50	มากที่สุด
การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันรู้สึกตัวฉันเองก็มีอะไรดี ๆ เหมือนกัน	3.51	0.50	มากที่สุด
การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันรู้สึกว่าฉันก็สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดีเหมือนคนอื่น	3.43	0.60	มากที่สุด
การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันคิดว่าฉันควรจะมียะอะไรที่น่าภาคภูมิใจกว่านี้	1.63	0.61	น้อยที่สุด
การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าน้อยลง	3.13	0.92	มาก
การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันรู้สึกว่าฉันก็มีคุณค่า อย่างน้อยก็เท่าๆ กับคนอื่น	3.29	0.63	มากที่สุด
หลังจากที่เรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุแล้ว ฉันคิดว่าฉันควรจะเคารพตัวเองให้มากขึ้น	1.57	0.57	น้อยที่สุด
การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันรู้สึกดีกับตัวเอง	3.53	0.50	มากที่สุด
ภาพรวม	2.96	0.26	มาก

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ
 หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีการปรับเปลี่ยนของตนเองในด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม รวมถึงการดูแลตนเองให้มีสุขภาพทางกายและทางใจที่ดีขึ้น ระบุว่าตนเองมีคุณค่าและมีประโยชน์ โดยการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุแบ่งเป็น 1) การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ และ 2) ความสุขของผู้สูงอายุ มีรายละเอียด ดังนี้

1) การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ
 หลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนของโรงเรียนผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุมีการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมในระดับมาก การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกพอใจตนเองในระดับมากที่สุด รองลงมาคือ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกดีกับตัวเอง แต่ผู้สูงอายุรู้สึกเคารพตัวเองในระดับน้อยที่สุด ดังแสดงในตารางที่ 2



ผลการวิเคราะห์การเห็นคุณค่าในตนเอง โดยภาพรวม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.96 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานรวมเท่ากับ 0.26 ในรายข้อพบว่า ข้อ “การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันรู้สึกพอใจตนเอง ” กลุ่มตัวอย่างเห็นคุณค่าในตนเองในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.55 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50 รองลงมา คือ ข้อ “การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้ฉันรู้สึกดีกับตัวเอง ” กลุ่มตัวอย่างเห็นคุณค่าในตนเองในระดับมากที่สุดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.53 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50 และข้อ “หลังจากที่เรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุแล้ว ฉันคิดว่าฉันควรจะเคารพตัวเองให้มากขึ้น ” กลุ่มตัวอย่างมีการคุณค่าในตนเองในระดับน้อยที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.57 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.57

2) ความสุขของผู้สูงอายุ หลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนของโรงเรียนผู้สูงอายุ การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุทำให้ให้ผู้สูงอายุมีความสุขโดยรวมทุกด้านในระดับมาก โดยมีความสุขโดยรวมทางด้านจิตใจมากที่สุด รองลงมา คือ ด้านปัญญาด้านสังคม และด้านร่างกาย ตามลำดับ ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ตารางสรุปการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขโดยรวมของผู้สูงอายุรายด้าน

ลำดับ ที่	ความสุข โดยรวม ของ ผู้สูงอายุ	ความสุข			ระดับ
		$\bar{X}$	S.D.		
1	ความสุขทางจิตใจ	3.54	0.43		มาก
2	ความสุขทางปัญญา	3.52	0.40		มาก
3	ความสุขทางสังคม	3.50	0.43		มาก
4	ความสุขทางกาย	3.48	0.46		มาก
ภาพรวม		3.51	0.40		มาก

จากตารางที่ 3 แสดงผลการเปรียบเทียบความสุขโดยรวมของผู้สูงอายุรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสุขโดยรวมในระดับมากทุกด้าน โดยผู้สูงอายุมีความสุขโดยรวมทางจิตใจในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.54 รองลงมา คือ มีความสุขโดยรวมทางปัญญา ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.52 และมีความสุขโดยรวมทางกายน้อยที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.48



อภิปรายผล

การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุ หลักสูตรการเรียนในโรงเรียนจะไม่มีกำหนดรูปแบบที่ตายตัว โดยสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม กิจกรรมจึงมีความแตกต่างและหลากหลายขึ้นอยู่กับตามความต้องการของผู้สูงอายุทรัพยากรที่มีอยู่ในพื้นที่ และเครือข่ายที่โรงเรียนผู้สูงอายุมีอยู่ สอดคล้องกับแนวคิดการศึกษาตลอดชีวิตซึ่งเป็นการจัดหลักสูตรการเรียนที่สอดคล้องกับความถนัด ความสนใจ วิถีชีวิต ความจำเป็นและเหมาะสมตามสภาพของกลุ่มเป้าหมาย (ประเสริฐ บุญเรือง, 2555) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศศิพัฒน์ ยอดเพชร ภาวนา พัฒนศรี และธนิกันต์ ศักดาพร (2560) เรื่อง การถอดบทเรียนตัวอย่างที่ดีของโรงเรียนและชมรมผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมถ่ายทอดความรู้ ที่พบว่าแต่ละโรงเรียนจะมีจุดเน้นของชุดความรู้ที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับความพร้อมของทรัพยากรและบริบทของแต่ละชุมชนและงานวิจัยของ จุฑาพร แหยมแก้ว (ม.ป.ป.) เรื่อง รูปแบบการจัดกิจกรรมผู้สูงอายุในโรงเรียนสร้างสุข ตำบลท้ายดง อำเภอวังโป่ง จังหวัดเพชรบูรณ์ ที่พบว่า การจัดกิจกรรมที่จะได้ผลดีกับผู้สูงอายุมากที่สุดคือเป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับบริบทพื้นที่และความต้องการของผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่จัดขึ้นในโรงเรียนผู้สูงอายุมีจุดประสงค์เพื่อการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุให้มาพบปะ พูดคุย และทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ใช้ศักยภาพของตนเองเพื่อให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ซึ่ง

สอดคล้องกับแนวคิดคุณภาพชีวิตที่ต้องการให้บุคคลมีความรู้ เรียนรู้ในการอยู่ร่วมกัน และมีแนวทางในการดำรงชีวิตที่ดีขึ้น (วิภาพร มาพบสุข, 2550) ในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสภาพแวดล้อม (ณรงค์ศักดิ์ ทะละภัก, 2535) และงานวิจัยของ ชนิษฐา กิจเงา และคณะ (2558) เรื่อง การจัดสวัสดิการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุแต่ละช่วงวัยที่กล่าวถึงแนวทางการจัดสวัสดิการที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุซึ่งโรงเรียนแต่ละแห่งจะเน้นกิจกรรมในหมวดวิชาที่ต่างกันไป แต่จะให้ความสำคัญกับกิจกรรมในกลุ่มวิชาชีวิต เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถนำความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ไปปรับใช้ในการชีวิตประจำวันของตนเอง ทั้งนี้ ความหลากหลายของกิจกรรมที่จัดขึ้นในแต่ละโรงเรียน อาจจะขึ้นอยู่กับความสามารถของเจ้าหน้าที่ในการจัดสรรทรัพยากร และความกว้างขวางของเครือข่ายที่บุคคลนั้นมีอยู่ด้วย หากโรงเรียนผู้สูงอายุสามารถจัดทำคลังข้อมูลเพื่อใช้เป็นศูนย์กลางในการเก็บและรวบรวมข้อมูล ข่าวสาร ของกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ รวมถึงรายชื่อผู้สอน/วิทยากร อาจจะช่วยการจัดกิจกรรมมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น

ส่วนปัญหาและอุปสรรคที่พบในการจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุเกี่ยวข้องกับ 3 ปัจจัย คือ 1) ปัจจัยจากตัวผู้สูงอายุ ได้แก่ ความพร้อมของผู้สูงอายุด้านร่างกายและจิตใจ การเดินทาง การติดภารกิจส่วนตัว ปัญหาด้านการสื่อสารและการปรับตัวของผู้สูงอายุ 2) ปัจจัยจากโรงเรียนผู้สูงอายุ ได้แก่ งบประมาณ สถานที่ตั้งของโรงเรียน ความพร้อมของอาคารเรียนและอุปกรณ์ในห้องเรียน การ



ประชาสัมพันธ์และบุคลากรในการขับเคลื่อนงานที่ไม่เพียงพอ และ 3) ปัจจัยจากสภาพแวดล้อม ได้แก่ ข้อจำกัดทางศาสนา สอดคล้องกับงานวิจัยของศุภโชคชัย นันทศรี และวรรณวนิช ด่อนคร้าม (2559) เรื่อง แนวทางการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ตำบลไตรตรึงษ์ อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร ที่พบว่า ผู้สูงอายุไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้เนื่องจากขาดพาหนะรับส่ง และงบประมาณในการดำเนินงานที่ไม่เพียงพอ ดังนั้น หากโรงเรียนผู้สูงอายุสามารถประสานเพื่อความร่วมมือจากหน่วยงานภายนอก เช่น มหาวิทยาลัย โรงเรียน วัด เป็นต้น และใช้สถานที่เพื่อทำกิจกรรมการเรียนการสอน อาจจะช่วยลดข้อจำกัดที่มาจากโรงเรียนผู้สูงอายุได้บ้าง

การมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ ผู้มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมของโรงเรียน ได้แก่ ผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่ และชุมชน/เครือข่าย แต่บุคคลในครอบครัวของผู้สูงอายุยังไม่มีโอกาสเข้าร่วมในการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ ดังนั้น เจ้าหน้าที่ของโรงเรียนผู้สูงอายุควรติดต่อและประสานไปยังบุคคลในครอบครัวของผู้สูงอายุเพื่อเชิญชวนให้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุมากขึ้น และควรเพิ่มการประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเพื่อเปิดโอกาสให้บุคคลหรือหน่วยงานภายนอกเข้ามามีส่วนร่วมมากยิ่งขึ้น ซึ่งถือเป็นการบูรณาการความร่วมมือเพื่อส่งเสริมการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุให้เกิดประโยชน์สูงสุด

การมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่จะเป็นในลักษณะของ

การนำเสนอข้อมูล การแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนการสอน การวางแผน การจัดเตรียมการสอน การจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ และสถานที่ในการสอน การลงมือปฏิบัติหรือทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน การสนับสนุน การช่วยเหลือ การอำนวยความสะดวกต่าง ๆ การแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นเพื่อให้สามารถดำเนินการจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุได้สำเร็จลุล่วงตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ และการมีส่วนร่วมในการติดตามและประเมินผลการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ สอดคล้องกับแนวคิดการมีส่วนร่วม (Participation) ซึ่งผู้มีส่วนได้เสียมีโอกาสดำเนินการกิจกรรมต่างๆ เช่น การแบ่งสรรข้อมูลระหว่างกัน และถือเป็นการเสริมสร้างความสามัคคีในสังคม (วันชัย วัฒนศัพท์, 2543 อ้างถึงใน ถวิลวดี บุรีกุล, 2551) โดยบุคคลที่เข้าร่วมนั้นมีความสามารถ เข้ามาด้วยความสมัครใจและเสมอภาค โดยมีวัตถุประสงค์กิจกรรมเป้าหมาย และกลุ่มเป้าหมายร่วมกัน (ถวิลวดี บุรีกุล, 2551) และมีส่วนร่วมในทุกระดับ คือ การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การมีส่วนร่วมในการดำเนินการ การมีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์ และการมีส่วนร่วมในการประเมินผล (Cohen และ Uphoff, 1980 อ้างถึงใน ถวิลวดี บุรีกุล, 2551)

การมีส่วนร่วมทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แบ่งปันประสบการณ์ต่าง ๆ ร่วมกัน รวมถึงยังเป็นการเผยแพร่และกระจายความรู้ให้กับผู้อื่น นอกจากนี้ การมีส่วนร่วมช่วยลดข้อจำกัดในการดำเนินงาน ช่วยให้โรงเรียนผู้สูงอายุสามารถดำเนินการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับประโยชน์ของ



การมีส่วนร่วมในการเพิ่มคุณภาพการตัดสินใจ เพิ่มคุณภาพงาน การลดค่าใช้จ่าย การสร้างฉันทามติ และการร่วมมือในการนำไปปฏิบัติ (อรัทัย กักผล, 2552)

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ
หลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ของโรงเรียน
ผู้สูงอายุ หลังการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ของโรงเรียนผู้สูงอายุแล้ว ผู้สูงอายุได้นำความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ ที่ได้จากการเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุไปเปลี่ยนแปลงตนเองทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อให้สามารถดูแลตนเองและพึ่งพาตนเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ของ Albert Bandura ที่กล่าวถึงกระบวนการเรียนรู้ของบุคคลนั้นสามารถนำไปสู่แบบแผนความคิดและพฤติกรรม (Bandura, 1977 อ้างถึงใน ศรีณย สิงหนน, 2552) และการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวยังสอดคล้องกับแนวคิดการศึกษาตลอดชีวิต ซึ่งเป็นการเรียนเพื่อรู้ สามารถนำไปปฏิบัติจริงเพื่อพัฒนาดตนเอง การเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกัน และการเรียนรู้เพื่อชีวิต (OECD, 2004 อ้างถึงใน อาชีวนุญา รัตนอุบล และคณะ, 2554)

การทำกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าในตนเองในระดับมาก โดยจะรู้สึกพอใจตนเองและรู้สึกดีกับตัวเอง ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรม ที่กล่าวว่า การมีกิจกรรมทางสังคมจะทำให้ผู้สูงอายุมีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองในด้านบวก และส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิต (อารยา ถาวรสวัสดิ์, 2556) และการทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอจะส่งผลให้ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าของตนเอง (ทิพย์อรุณ สมภู, 2552 อ้างถึง

ใน ญัฎฐพัชร สโรบล และเอกจิตรา คำมีสุข, 2558) แต่เป็นที่น่าสนใจว่า หลังจากการร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ในโรงเรียนผู้สูงอายุแล้ว ผู้สูงอายุไม่รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าในมิติการเคารพตนเองและความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งน่าจะเกิดจากวิธีการสอนของผู้สอน/วิทยากรที่เน้นการบรรยายเพื่อถ่ายทอดความรู้ หรือให้ผู้สูงอายุปฏิบัติตามเพียงอย่างเดียว ทำการสอนโดยไม่ได้นับผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลาง ทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถดึงศักยภาพของตนมาใช้ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งเป็นการกดทับความรู้ ความสามารถที่ผู้สูงอายุมีอยู่ นอกจากนั้น หากโรงเรียนผู้สูงอายุสามารถเปิดโอกาสให้บุคคลในครอบครัวของผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น อาจจะช่วยให้ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าของตนเองมากยิ่งขึ้นด้วย เพราะความสัมพันธ์กับครอบครัวเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล (Coopersmith, 1981 อ้างถึงใน กลัณญู เพชรธารณ์, 2556)

ผู้สูงอายุมีความสุขโดยรวมทุกด้านในแต่ละด้านและมีความสุขโดยรวมของผู้สูงอายุในระดับมาก โดยผู้สูงอายุมีความสุขโดยรวมด้านจิตใจสูงที่สุด รองลงมา คือ ด้านปัญญา ด้านสังคม และด้านร่างกาย ตามลำดับ ดังนั้น การทำกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรมของ Robert Havighurst ที่กล่าวว่า ผู้สูงอายุต้องการมีกิจกรรมโดยกิจกรรมจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข (อัจฉรา ปุราคม และคณะ, 2559) โดยการร่วมทำกิจกรรมกับเพื่อนในวัยเดียวกัน จะทำให้



ผู้สูงอายุมีความสุขและไม่เหงา (ทิพย์อรุณ สมภู, 2552 อ้างถึงใน ญฐพัชร สโรบล และเอกจิตรา คำมีสุข, 2558) ช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกายและใจที่ดี ทำให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณค่าและมีความสุข (สุภาวดี พุฒิน้อย, 2556) แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า ผู้สูงอายุมีความสุขโดยรวมทางกายในระดับน้อยที่สุด แสดงว่า กิจกรรมที่โรงเรียนผู้สูงอายุจัดขึ้นยังไม่สามารถทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายที่ดีขึ้นเท่าที่ควร อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุอยู่ในช่วงวัยที่ร่างกายถดถอยและกิจกรรมยังไม่มีผลต่อเนื่อง ทำให้ไม่สามารถสังเกตเห็นผลการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของผู้สูงอายุที่ชัดเจน ดังนั้น หากโรงเรียนผู้สูงอายุสามารถพัฒนาหลักสูตรการเรียนเพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุให้มีความต่อเนื่องในระยะยาว อาจจะทำให้เห็นผลการเปลี่ยนแปลงในด้านร่างกายของผู้สูงอายุได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ควรกำหนดนโยบายเกี่ยวกับการระดมทุนของหน่วยงานด้านผู้สูงอายุ เพื่อให้มีงบประมาณมาสนับสนุนในการดำเนินงานด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุให้มีประสิทธิผลและประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2) กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ควรร่วมมือกับกระทรวงการคลังในการกำหนดนโยบายด้านสิทธิพิเศษทางภาษีให้กับบุคคล/หน่วยงานที่เข้าร่วมในการจัดกิจกรรมใน

โรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ทุกภาคส่วนเข้ามามีส่วนร่วมและให้ความสำคัญกับงานด้านผู้สูงอายุมากขึ้น

3) กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ควรร่วมมือกับกระทรวงมหาดไทย โดยกรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่นในการขยายผลการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในทุกตำบล เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้มากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะระดับปฏิบัติการ

1) กรมกิจการผู้สูงอายุควรสนับสนุนและจัดสรรงบประมาณให้มีการพัฒนาหลักสูตรการเรียนของโรงเรียนผู้สูงอายุโดยการถอดบทเรียนการจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นกับตัวผู้สูงอายุ เพื่อใช้ปรับปรุงหลักสูตรให้ผู้สูงอายุได้เห็นถึงคุณค่าของตนเอง เป็นผู้สูงอายุที่พึ่งตนเองได้เพื่อลดภาระ และเพื่อให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรม (Active Aging) อย่างต่อเนื่องและนำไปใช้ได้จริง

2) กรมกิจการผู้สูงอายุควรจัดทำฐานข้อมูล (Data Base) โรงเรียนผู้สูงอายุทั่วประเทศ โดยการใช้โปรแกรมที่มีมาตรฐาน สามารถสืบค้นได้ง่าย และส่งให้โรงเรียนผู้สูงอายุจัดเก็บข้อมูลนักเรียน ข้อมูลวิทยากร และกิจกรรมต่างๆ ที่จัดขึ้นในโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยการจัดทำคลังข้อมูลของโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อใช้เป็นศูนย์กลางในการแบ่งปันข้อมูล การประชาสัมพันธ์ข่าวสาร และเป็นแหล่งความรู้เพื่อใช้ขยายผลการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุต่อไป

3) กรมกิจการผู้สูงอายุควรจัดทำมาตรฐานการดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุ



4) เนื่องจากการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้ของโรงเรียนผู้สูงอายุจำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากภาคีเครือข่าย จึงควรส่งเสริมให้เกิดการบูรณาการความร่วมมือระหว่างหน่วยงาน/องค์กรในระดับพื้นที่ให้มากยิ่งขึ้น เช่น มหาวิทยาลัย โรงเรียน วัด สมาคมต่างๆ เป็นต้น เพื่อให้เกิดความต่อเนื่องและยั่งยืน

5) เนื่องจากการประเมินผลการจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุมีความหลายหลายทั้งที่เป็นทางการ คือ เป็นสายลักษณะอักษร และแบบไม่เป็นทางการ คือ การสังเกตโดยไม่มีสายลักษณะอักษร บุคลากรควรบันทึกผลการประเมินแต่ละรุ่นไว้ให้ชัดเจน เพื่อใช้ในการพัฒนาการเรียนการสอนต่อไป

6) จากผลการวิจัยที่พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังมีความรู้สึกในระดับน้อยที่สุดใน 2 ประเด็น คือ การเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุทำให้รู้สึกว่าจะสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดีเหมือนคนอื่น และควรจะได้เคารพตัวเองให้มากขึ้นนั้น โรงเรียนผู้สูงอายุควรแจ้งผู้สอน/วิทยากรให้ทำการสอนโดยเน้นการดึงศักยภาพของผู้สูงอายุออกมาให้มากๆ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน หลีกเลี่ยง

การออกคำสั่งให้ผู้สูงอายุทำตาม เพื่อให้ผู้สูงอายุตระหนักถึงคุณค่าของตนเองให้มากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรมีการศึกษากิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุในแต่ละภูมิภาค เพื่อนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของผู้สูงอายุและทรัพยากรที่มีอยู่ในแต่ละภูมิภาคมากยิ่งขึ้น

2) ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับลักษณะของกิจกรรมที่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่เสริมสร้างให้ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าของตนเองมากขึ้น

3) ควรมีการศึกษารูปแบบการประเมินผลการเรียนรู้ของผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับลักษณะกิจกรรมแต่ละประเภท เพื่อนำข้อมูลมาต่อยอดและขยายผลในการจัดกิจกรรมที่สามารถส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตได้จริงและได้ประโยชน์สูงสุดกับผู้สูงอายุ

บรรณานุกรม

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2559). *คู่มือโรงเรียนผู้สูงอายุ*. สืบค้นเมื่อวันที่ 24 กันยายน 2561, จาก http://www.dop.go.th/download/knowledge/knowledge_th_20161706121558_1.pdf
- กัลญญ เพชรภรณ์. (2556). *การใช้กิจกรรมการประมวลพฤติกรรมของตนเองในด้านบวกควบคู่กับกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาในรายวิชาการพัฒนาตน (รายงานผลการวิจัย)*. สืบค้นเมื่อวันที่ 26 กุมภาพันธ์ 2562, จาก <http://www.eresearch.library.ssru.ac.th/handle/123456789/217>



ชนิษฐา กิจเจา และคณะ. (2558). รายงานวิจัยการจัดสวัสดิการที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัย.

สงขลา : ไอคิว มีเดีย.

จุฑาพร แหยมแก้ว. (ม.ป.ป.). รูปแบบการจัดกิจกรรมผู้สูงอายุในโรงเรียนสร้างสุข ตำบลท้ายดง อำเภอลำปาง จังหวัดเพชรบูรณ์. ใน รายงานสืบเนื่องการประชุมสัมมนาวิชาการการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ เครือข่ายบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏภาคเหนือ ครั้งที่ 17 (น.1401-1412). สืบค้นเมื่อวันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2562, จาก <http://gnru2017.psu.ac.th/proceeding/444-25600830143935.pdf>

ณัฐพร ธิโรบล, และเอกจิตรา คำมีศรีสุข. (2558). บทเรียนความสุข 5 มิติของศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตบ้านฟ้า รังสิต. กรุงเทพฯ : จรัสสินทวงศ์การพิมพ์.

ณรงค์ศักดิ์ ตะละภู. (2535). ยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพชีวิต. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : พรศิวาการพิมพ์.

ถวิลวดี บุรีกุล. (2551). การมีส่วนร่วม : แนวคิด ทฤษฎีและกระบวนการ. ใน เอกสารประกอบการศึกษาดูงานของ คณะกรรมการการพัฒนาการเมืองและการมีส่วนร่วมของประชาชน วุฒิสภาวันที่ 17 มิถุนายน 2551. กรุงเทพฯ : สถาบันพระปกเกล้า.

ประเสริฐ บุญเรือง. (2555). การจัดการศึกษาตลอดชีวิต. ใน อัญชลี ธรรมะวิสิฏ (บ.ก.), วารสาร กคน (น.3-7). กรุงเทพฯ: นำทองการพิมพ์.

วิภาพร มาพบสุข. (2550). การพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

ศจี วิจารณ์. (2554). แนวทางการออกแบบศูนย์ส่งเสริมสังคมและนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในพื้นที่เขตทุ่งครุ และพื้นที่ใกล้เคียง จังหวัดกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ศุภโชคชัย นันทศรี, และวรรณวนิช ดอนคร้าม. (2559). แนวทางการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ตำบล ไตรตรึงษ์ อำเภอมือง จังหวัดกำแพงเพชร. ใน การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 6 “วิทยาการ จัดการวิชาการ 2017: การวิจัยยุคประเทศไทย 4.0” (น.683-691). สืบค้นเมื่อวันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2562, จาก <https://fms.kpru.ac.th/wp-content/uploads/2018/07/Guideline-for-Organizing-Activities-for-Elders-in-Traitrueng-Muang-Kamphaeng-Phet.pdf>

สำนักวิชาการ สำนักเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (2561). สังคมผู้สูงอายุกับการขับเคลื่อนเศรษฐกิจไทย. สืบค้น เมื่อวันที่ 4 มกราคม 2562, จาก http://library2.parliament.go.th/ejournal/content_af/2561/jul2561-1.pdf

ศรัณย สิงหน. (2552). การเรียนรู้ทางสังคมของวัยรุ่นไทยจากวัฒนธรรมเพลงสมัยใหม่ของประเทศไทย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต). กรุงเทพฯ : คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ สืบค้นเมื่อวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2562, จาก <http://digi.library.tu.ac.th/thesis/jc/1726/01TITLE.pdf>



- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, ภาวนา พัฒนศรี, และธนิกานต์ ศักดาพร. (2560). การถอดบทเรียนตัวอย่างที่ดีของโรงเรียน และชมรมผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมถ่ายทอดความรู้. กรุงเทพฯ : เจพรีนซ์
- สุภาวดี พุฒิน้อย. (2556). ผู้สูงอายุและกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ. สืบค้นเมื่อวันที่ 18 มกราคม 2562, จาก <https://www.gotoknow.org/posts/551185>
- สมชาย วรภิเษมสกุล. (2554). ระเบียบวิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. อุตรธานี : มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรธานี.
- ไหมไทย ไชยพันธุ์. (2557). จิตวิทยา : แนวคิดทฤษฎีการศึกษาการปรับพฤติกรรมในชั้นเรียน. วารสารมหาวิทยาลัย นราธิวาสราชนครินทร์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 1(1): 21-33.
- อัจฉรา ปุราคม และคณะ. (2559). กิจกรรมทางกายเพื่อลดการเสื่อมถอยของสมรรถภาพการทำหน้าที่ทางกาย สำหรับผู้สูงอายุ (รายงานผลการวิจัย). สืบค้นเมื่อวันที่ 15 มกราคม 2562, จาก http://padatabase.net/uploads/files/01/doc/556_2017-04-26.pdf
- อาชัญญา รัตนอุบล และคณะ. (2554). การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุไทย. กรุงเทพฯ : มูลนิธิ สถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.
- อารยา ถาวรสวัสดิ์. (2556). การวิจัยเรื่องรูปแบบการจัดกีฬาเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : กลุ่มวิจัยและพัฒนา สำนักการกีฬา กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- อรรถัย กักผล. (2552). คู่คิด คู่มือการมีส่วนร่วมของประชาชนสำหรับนักบริหารท้องถิ่น. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : ส เจริญ การพิมพ์.