



การส่งเสริมการจัดการตนเองของหมู่บ้านจัดสรรเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ กรณีหมู่บ้านพฤษภา 86/1 ตำบลศิระชะระเข้ น้อย อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ

นวลใย วัฒนกุล¹

Received 20th August, 2022

Revised 22nd August, 2022

Accepted 28th August, 2022

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดการตนเองของชุมชนเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในหมู่บ้านพฤษภา 86/1 ตำบลศิระชะระเข้ น้อย อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ ศึกษาโดยใช้การประเมินผลเพื่อการเรียนรู้และพัฒนา After Action Review: AAR การตั้งวงคุยเรื่องผลลัพธ์ระหว่างและสิ้นสุดการดำเนินโครงการ

ผลการศึกษาพบว่า 1) สถานการณ์ผู้สูงอายุจากปัญหาเริ่มต้นคือหมู่บ้านจัดสรรเป็นหมู่บ้านตั้งขึ้นใหม่ด้วยปัญหาผู้สูงอายุมาจากต่างจังหวัดทั่วประเทศมาอยู่ใกล้กับลูกเพื่อดูแลหลาน อยู่บ้านตามลำพังตอนกลางวันมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคซึมเศร้า และมีปัญหาสุขภาพเป็นกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง แต่สิทธิการรักษาพยาบาลยังอยู่ต่างจังหวัด 2) ผลการดำเนินโครงการผ่านแนวคิดชุมชนจัดการตนเอง และการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในระดับชุมชน ได้บทเรียนที่สำคัญ ได้เกิดกลไกระดับชุมชนคือชมรมผู้สูงอายุ แกนนำได้รับการพัฒนาผ่านการประชุม สัมมนา อบรม เวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ทั้งในและนอกชุมชน ชมรมผู้สูงอายุสามารถจัดกิจกรรม การวางแผน ดำเนินการ ติดตาม และประเมินผลแผน รวมถึงการติดต่อประสานความร่วมมือจากภายนอกหมู่บ้านเพื่อประโยชน์ของผู้สูงอายุในชุมชนได้ 3) ผู้สูงอายุมีความสุขเพิ่มขึ้น การเข้าร่วมกิจกรรมการพบปะพูดคุย ออกกำลังกาย และเป็นแหล่งเรียนรู้ทำให้เกิดพลังและสายสัมพันธ์ขึ้นในชุมชนใหม่ที่ไม่วุ่นวาย เป็นกันเองไม่แปลกแยกรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง มีคุณค่า ศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ส่งผลให้หมู่บ้านพฤษภา 86/1 เป็นชุมชนน่าอยู่เกิดความรักสามัคคี คนในชุมชนหันมารับผิดชอบต่อสังคมมากขึ้นยอมจ่ายค่าใช้จ่ายเพื่อบำรุงส่วนกลาง ข้อเสนอแนะควรส่งเสริมให้ดำเนินการต่อเนื่องอีก 2 ปี เพื่อยืนยันความเข้มแข็งและต่อเนื่อง ผลการดำเนินงานที่กล่าวข้างต้นเป็นการดำเนินการมาเพียง 1 รอบปี จำเป็นต้องดำเนินการต่อเพื่อสร้างความเข้มแข็งและความต่อเนื่องให้เห็นผลเชิงประจักษ์มากขึ้น

คำสำคัญ: การจัดการตนเอง, ชุมชน, การส่งเสริมสุขภาพ, ผู้สูงอายุ, หมู่บ้านจัดสรร

¹ อาจารย์ประจำ คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์และสวัสดิการสังคม มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ



Self-management promotion of housing estates to promote the health of the elderly in the case of Prukha Village, 86/1 Sisa Chorakhe Noi Sub-district Bang Sao Thong District, Samut Prakan Province

Nuanyai Wattanakoon

Abstract

The purpose of this study was to study community self-management to promote health of the elderly in Prukha 86/1 Village, Sisa Chorakhe Noi Sub-district. Bang Sao Thong District Samut Prakan Province. By using Learning and Development Assessment After Action Review: AAR Discussing outcomes during and at the end of the project.

Results were that 1) From the initial problem, the village was allocated to a new village. Elderly people with elderly problems come from all over the country to live with their children to take care of their grandchildren. Staying at home alone at home during the day is at risk of developing depression. Moreover, they have Non-communicable diseases, but the right to medical treatment is still in the provinces. 2) The project outcomes learned important lessons through the self-management community concept and human resource development at the community level. A community-level mechanism was formed, namely the elderly club. Leaders are developed through meetings, seminars, training sessions, and learning exchange platforms, both inside and outside the community. The committee of elderly clubs can organize activities, plan, implement, monitor, and evaluate plans, including contacting and cooperating from outside the village for the benefit of the elderly in the community. 3) Elderly people are happy to go up from participating in socializing activities, exercising and being a learning platform. Bringing strength and connection to a new, unfamiliar community. Being familiar, not alienated, feels like a valuable part of human dignity. As a result, Prukha 86/1 Village is a livable community, resulting in love and unity. People in the community have turned more socially responsible and are willing to pay for the maintenance of the common area. Recommendations should be encouraged to continue for another two years to ensure strength and continuity.

Keywords: Self-management, community, health promotion. Elderly people, housing estates



บทนำ

หมู่บ้านจัดสรรคือพื้นที่หรือบริเวณที่มีผู้ประกอบการยื่นขออนุญาตจัดสรรแบ่งแปลงที่ดินสำหรับลงทุนปลูกสร้างบ้านเพื่อขายให้กับผู้สนใจจะซื้อ รวมถึงยังมีพื้นที่ต่าง ๆ รอบบริเวณโครงการที่ปลูกสร้างให้ผู้เช่าอยู่ได้ใช้ประโยชน์ร่วมกัน เช่น ถนน สนามเด็กเล่น สวนสาธารณะภายในหมู่บ้าน ห้องออกกำลังกาย สระว่ายน้ำ พนักงานรักษาความปลอดภัย เป็นต้น การบริหารจัดการและการดูแลหมู่บ้านอยู่ในความดูแลของคณะกรรมการหมู่บ้านที่มาจากการเลือกตั้งของสมาชิกในหมู่บ้าน และมีนิติบุคคลหมู่บ้านจัดสรร ซึ่งหมู่บ้านจัดสรรส่วนใหญ่จึงมีลักษณะเหมือนเป็นหมู่บ้านปิดอยู่ในรั้วกันเดียวกัน โดยมีนิติบุคคลหมู่บ้านจัดสรร รับโอนทรัพย์สินและสาธารณูปโภคในโครงการจากเจ้าของโครงการมาให้ผู้ซื้อหรือเจ้าของบ้านทุกคนแล้วทำหน้าที่เป็นเจ้าของทรัพย์สินส่วนกลางแทนทุกคนในหมู่บ้าน ออกกฎระเบียบข้อบังคับใช้ในหมู่บ้าน ดูแลความเรียบร้อยภายในหมู่บ้าน ถนน ไฟตามถนน สวน สนามเด็กเล่น ประปา ปรับปรุงซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพที่ใช้งานได้ปกติ ดูแลความสะอาด รักษาความปลอดภัยให้กับชุมชนให้มีประสิทธิภาพ จัดให้มีบริการสาธารณะเพื่อสวัสดิการของสมาชิก หรือจัดสรรเงินหรือทรัพย์สินเพื่อสาธารณประโยชน์ รวมถึงช่วยเพิ่มมูลค่าให้แก่หมู่บ้านในราคาที่ปรับสูงขึ้นทุกปี ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ความสุขของคนในหมู่บ้านโดยทุกคนในหมู่บ้านต้องให้ความร่วมมือจ่ายค่าส่วนกลาง ทำตามกฎหมายที่订ไว้ร่วมกัน เข้าร่วมประชุมนิติบุคคลเพื่อประสิทธิภาพในการดูแลโครงการหมู่บ้านจัดสรรนั้นๆ (มาตรา 46 แห่งพระราชบัญญัติการจัดสรรที่ดิน พ.ศ. 2543, ศิริพัฒน์ ศรีจันทร์ และคณะ, 2554. ส่วนมาตรฐานการจัดสรรที่ดิน, 2555) ประเด็นท้าทายคือส่วนใหญ่หมู่บ้านจัดสรรจะเป็นพื้นที่ปิด คราวเรือนสมาชิกในหมู่บ้านจะเป็นคนมาจากต่างพื้นที่ มาอยู่ในชุมชน

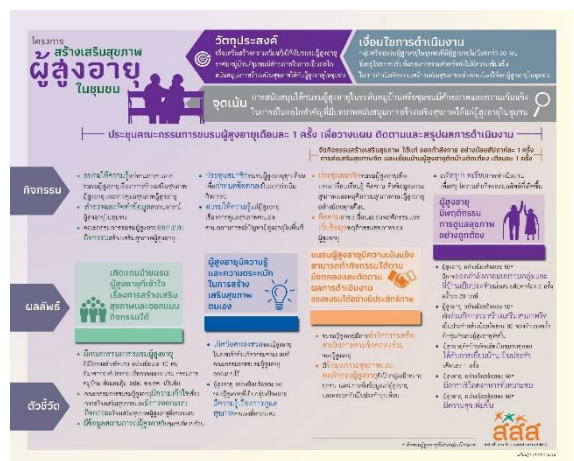
แบบต่างคนต่างอยู่ มอบอำนาจการบริหารจัดการชุมชนให้นิติหมู่บ้าน ความต่างคนต่างอยู่ของคนในหมู่บ้าน จะส่งผลให้ผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยในชุมชนมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคซึมเศร้าและปัญหาสุขภาพต่าง ๆ เพราะขาดการปฏิสัมพันธ์และการสื่อสารระหว่างคนในชุมชน นอกจากนี้บางบ้านขาดความรับผิดชอบต่อส่วนรวมไม่ยอมจ่ายค่าใช้จ่าส่วนกลาง ทำให้หมู่บ้านไม่มาอยู่มูลค่าของบ้านที่อยู่ออาศัยอาจลดลง

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาการจัดการตนเองของชุมชนเพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในหมู่บ้านพญา 86/1 ตำบลศิระชะชะชะชะ อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ

วิธีการศึกษา

ศึกษาโดยใช้การประเมินผลเพื่อการเรียนรู้และพัฒนา “โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในหมู่บ้านพญา 86/1 ตำบลศิระชะชะชะชะ อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ” ซึ่งเป็นวิธีการที่ใช้ติดตามประเมินผลปฏิบัติการดำเนินงานเป็นระยะในระหว่างการดำเนินโครงการและหลังการดำเนินโครงการตามบันไดผลปฏิบัติการของโครงการ



**วิธีการเก็บข้อมูล**

1. ใช้กระบวนการ After Action Review (AAR) การตั้งวงคุยเรื่องผลลัพธ์ระหว่างการดำเนินโครงการกับทีมพี่เลี้ยงในชุมชนจำนวน 3 ครั้ง

2. ใช้กระบวนการ After Action Review (AAR) การตั้งวงคุยเรื่องผลลัพธ์ระหว่างกรรมการโครงการกับภาศิราย่อมในระดับจังหวัด จำนวน 2 ครั้ง (ช่วงกลางและหลังการดำเนินโครงการ)

3. สังเกตแบบมีส่วนร่วม

4. พูดคุยกับผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม

5. เอกสารรายงานพี่เลี้ยง ภาพถ่าย ผล

การสำรวจข้อมูลก่อนและหลังของผู้รับผิดชอบโครงการ

แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการจัดการตนเองของชุมชน**1. ชุมชน การจัดการตนเองของชุมชน
ชุมชนเข้มแข็ง ศักยภาพชุมชน**

ชุมชน หมายถึง ความสัมพันธ์และความเกะเกี่ยวกับของคนในระดับต่าง ๆ ในลักษณะของทุนทางสังคม อาจจะเป็นชุมชนที่ไม่มีขอบเขตพื้นที่เป็นการรวมกลุ่มทางสังคมหรือเครือข่ายทางสังคม เช่นชุมชนทางอินเทอร์เน็ต หรือชุมชนที่มีขอบเขตพื้นที่ มีอาณาเขตที่ตั้งทางภูมิศาสตร์ที่เป็นสถานที่ซึ่งสมาชิกของชุมชนท้องถิ่นมีความสัมพันธ์และมีความสำนึกร่วมต่อความเป็นตัวตนที่เกี่ยวข้องชีวิต (อุทัยปัญญาสุทินันท์, 2561 หน้า 15)

การจัดการตนเองของชุมชน เป็นกระบวนการการพัฒนาชุมชนที่มีความเชื่อพื้นฐานในปรัชญาที่ว่า “มนุษย์มีความสามารถและมีพลังซ่อนเร้นแฝงอยู่ทั้งพลังความคิด ทักษะแรงงานที่มีความสามารถพัฒนาตนเองได้ตามขีดความสามารถและคุณธรรมหากโอกาสอำนวยและมีผู้ให้การสนับสนุน” ซึ่งการอยู่กันเป็นชุมชน สังคม มนุษย์ต้องการอยู่ด้วยความสบายใจ และมีความเป็นธรรมโดยชุมชนมีความสมดุลในการพัฒนาให้อิสระกับประชาชนในการมีส่วนร่วมในการจัดการตนเองของ

ประชาชน เน้นให้ประชาชนได้คิดตัดสินใจในทรัพยากรของชุมชนโดยมีความเชื่อพื้นฐานว่าตนเองนั้นสามารถจัดการตนเองได้ ซึ่งการจัดการตนเองเป็นรูปแบบของความสัมพันธ์ที่ถูกจัดขึ้นภายใต้กฎเกณฑ์ของตนเอง โดยไม่ได้ถูกกำหนดมาจากภายนอกแต่ถูกสร้างสรรค์จากภายในตัวเอง หรืออีกนัยหนึ่งการจัดการตนเองของชุมชนอาจมีการจัดระเบียบกิจกรรมต่างๆ ในลักษณะที่ดำรงอยู่ได้ด้วยตนเองเป็นหลัก (Self Sufficient) โดยมีการพึ่งพาชุมชนอื่น ๆ ค่อนข้างน้อยหรือชุมชนอาจต้องพึ่งพาอาศัยแลกเปลี่ยนสินค้าและบริการชุมชนอื่น ๆ หรือกับองค์กรทางสังคมภายนอกชุมชน เช่นรัฐ แต่ภายใต้ความสัมพันธ์ดังกล่าว ชุมชนจะต้องสามารถดำรงรักษาหน้าที่สำคัญในการตอบสนองความต้องการในชีวิตประจำวัน และช่วยให้สมาชิกสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่มีอยู่กันได้ (Self-Contained) และการจัดการชุมชนเป็นการส่งเสริมให้คนในชุมชนมีความสามารถในการจัดการตนเองและชุมชนได้ มีความสามารถในการวางแผนงานและโครงการ สามารถจัดกระบวนการและเตรียมการเพื่อดำเนินการตามแผนงานและโครงการได้ มีทักษะในการดำเนินการตามแผนและโครงการสามารถประเมินผลงานได้ด้วยตนเอง ซึ่งจะส่งผลให้การพัฒนาชุมชนมีประสิทธิภาพมากขึ้น (โกวิทย์ พวงงาม, 2562 หน้า 52-54, 410-414)

ชุมชนเข้มแข็ง หมายถึง การที่ชุมชนมีความกินดีอยู่ดี มีอิสรภาพในการจัดการทรัพยากรของชุมชน การไม่เป็นหนี้ การมีสิทธิเหนือชุมชนไม่ตกอยู่ภายใต้อำนาจจากภายนอก มีความสามัคคีความไว้วางใจกันระหว่างคนในชุมชน สามารถร่วมมือร่วมใจกันแก้ปัญหาของชุมชน มีจิตสำนึกต่อกัน มีความมั่นใจในศักยภาพของชุมชนในการแก้ปัญหาของชุมชน รู้จักช่วยเหลือแบ่งปัน เสียสละเพื่อผลประโยชน์ของส่วนรวมพึ่งพาอาศัยกันได้ใน



ยามจำเป็น(วุฒิชัย สายบุญจวง, 2561. หน้า119-120)

ศักยภาพของชุมชน หมายถึง ปฏิสัมพันธ์ระหว่างทุนมนุษย์ ทรัพยากรภายในองค์กรและทุนทางสังคมที่มีอยู่ภายในชุมชนหนึ่ง ๆ ที่สามารถยกระดับเพื่อแก้ไขปัญหาของส่วนรวม และปรับปรุงหรือผดุงรักษาความเป็นอยู่ที่ดีของชุมชนนั้น ๆ การดำเนินการอาจกระทำผ่านกระบวนการของสังคมแบบไม่เป็นทางการหรือการรวมกลุ่มของปัจเจกบุคคล องค์กรและเครือข่ายทางสังคมที่มีอยู่ในระดับต่าง ๆ รวมทั้งในระดับชุมชนซึ่งลักษณะศักยภาพชุมชน ประกอบด้วย 4 ประเด็น (โกวิทย์ โพธิ์งาม, 2562 หน้า 410-411) คือ

1) ความรู้สึกของความเป็นชุมชน (Sense of Community) พบการแสดงออกในรูปของการเชื่อมโยงเกี่ยวก้อยกันของสมาชิกในชุมชน ที่เกี่ยวกับระบบคุณค่า บรรทัดฐานทางสังคม และวิสัยทัศน์ร่วมของชุมชน

2) การมีคำมั่นสัญญา(Commitment) คือ การที่สมาชิกมองว่าตนเป็นผู้มีส่วนได้เสียในชุมชน และสมาชิกมีความเต็มใจที่จะร่วมกิจกรรมของชุมชนอย่างแข็งขันในฐานะผู้มีส่วนได้เสียในชุมชน

3) ความสามารถในการแก้ปัญหา (Ability to Solve Problems) คือ การแปลคำมั่นสัญญาไปสู่การปฏิบัติจริง ถือว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของศักยภาพชุมชน

4) การเข้าถึงทรัพยากร(Access to Resource) หมายถึง การมีเครื่องมือช่วยให้สมาชิกชุมชนเข้าถึงทรัพยากรในด้านเศรษฐกิจ มนุษย์ กายภาพ และทรัพยากรธรรมชาติ ทั้งภายในชุมชนและระหว่างชุมชน ระดับและระยะทางที่แตกต่างกันย่อมมีผลต่อการเข้าถึงฐานทรัพยากร

2. แนวคิดเรื่องการเสริมพลังอำนาจระดับบุคคล องค์กรและชุมชน

การเสริมพลังอำนาจ เป็นกระบวนการทางสังคมที่ส่งเสริมให้บุคคล องค์กร และชุมชน ความเป็นเอกภาพ สามารถควบคุมตนเอง มีความสามารถในการเลือกและกำหนดอนาคตของตนเอง ชุมชน และสังคมได้ หรืออีกนัยหนึ่ง “การเสริมพลังอำนาจ” นั้นเป็นกระบวนการที่บุคคลสามารถกระทำร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ในแนวทางที่พึงปรารถนาแต่ไม่ใช่พลังอำนาจที่จะใช้ไปเพื่อการบังคับ หรือครอบงำคนอื่น (Wellerstein. 1993 อ้างใน วินา เทียงธรรม และคณะ.2558 หน้า 34) : กระบวนการเสริมพลังนี้เป็นแนวทางการพัฒนาศักยภาพของบุคคล กลุ่ม ครอบครัวและชุมชนให้สามารถแก้ไขและพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ของตนเองได้ตามปรัชญาของงานสังเคราะห์ที่ว่า “ช่วยเขาให้สามารถช่วยตนเองได้” และวินา เทียงธรรม และคณะ.2558 หน้า 35) ได้สังเคราะห์กระบวนการของการเสริมสร้างพลังอำนาจจากนักวิชาการหลายท่าน (Gibson.1991,Menom.2002, Sagie.2000) ไว้ 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 เป็นช่วงเวลาที่บุคคลหรือกลุ่มคนอยู่ในภาวะ “ไร้พลัง”ซึ่งอาจเกิดจากเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่กำลังประสบอยู่ ทำให้เกิดความไม่สงบสุขในสังคมหรือชุมชนนั้น ๆ ประชาชนในชุมชนเริ่มสังเกตเห็นและเริ่มรับรู้ถึงผลกระทบจากสิ่งที่มารบกวนและก่อให้เกิดความเดือดร้อนนั้น ๆ ซึ่งอาจเกิดจากความไม่เท่าเทียมกันในสังคม เช่น ข้อจำกัดในการเข้าถึงบริการสุขภาพของกลุ่มคนบางกลุ่มในชุมชน หรือความไม่เท่าเทียมในการใช้แหล่งสาธารณของชุมชน

ขั้นตอนที่ 2 เป็นช่วงระยะเวลาของการตระหนักรู้ในสิ่งที่เกิดขึ้นและสิ่งที่ควรกระทำ หมายถึง บุคคลรับรู้ในข้อจำกัดใน “พลังอำนาจ”



ของตนเองและเกิดความตระหนักในศักยภาพที่ต้องการให้เกิดในตัวเอง เพื่อที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสถานการณ์ที่เผชิญอยู่ มีผลกระทบให้ตนและสมาชิกในชุมชนอยู่ในภาวะยากลำบาก จึงมีความต้องการที่จะดำเนินการเปลี่ยนแปลงและแก้ไขด้วยการพัฒนาศักยภาพและความสามารถของตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 เป็นช่วงที่บุคคลแต่ละคนในกลุ่มเกิดความตระหนักและเข้าใจใน “พลังอำนาจ” และศักยภาพที่มีอยู่ของตนเอง เกิดมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ โดยเริ่มมีการเคลื่อนไหวในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่คิดว่าจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตามที่ตนเองหรือกลุ่มต้องการ ซึ่งขั้นตอนนี้จะมีการทำกิจกรรมต่างๆ เกิดขึ้นมากมาย และเป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับความต้องการในการแก้ไขปัญหาที่เป็นสิ่งรบกวนและก่อให้เกิดความเดือดร้อนของคนในชุมชน รวมทั้งเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงภายในของบุคคลแต่ละคนในชุมชน รวมทั้งเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงภายในของบุคคลแต่ละคนในกลุ่มนั้น ๆ ในด้านความรู้ ทักษะคติ ความเชื่อในตนเอง ความกล้าในการแสดงออกที่เป็นทั้งการแสดงออกทางความคิดและการแสดงออกทางการกระทำ

ขั้นตอนที่ 4 เป็นช่วงของขั้นตอนที่เกิดการพัฒนาอย่างสูงสุดของ “พลังอำนาจ” และศักยภาพที่มีอยู่ของบุคคลหรือกลุ่มคน นอกจากนี้ยังสามารถนำ “พลังอำนาจ” และศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองไปขยายผลสู่การพัฒนาบุคคลอื่นๆ เช่น สมาชิกในครอบครัว เพื่อนบ้าน หรือกลุ่มอื่นๆ ในชุมชน ทำให้เกิดตระหนักและเข้าใจใน “พลังอำนาจ” และศักยภาพที่มีอยู่ของตนเอง จนเกิดการเปลี่ยนแปลงของชุมชนอย่างถาวรในที่สุด

แนวคิดการเสริมพลังอำนาจนำมาปรับใช้กับกระบวนการเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชนในการจัดการตนเองได้ ดังนี้

การเสริมเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชนในการจัดการตนเอง เป็นแนวทางในการพัฒนาศักยภาพบุคคลในชุมชนให้มีพลังอำนาจ มีศักยภาพมารวมกลุ่มกันเป็นองค์กรประชาชนที่มีศักยภาพในการป้องกัน แก้ไขและพัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีในมิติต่าง ๆ ในชุมชนทั้งด้านอาชีพการมีงานทำ การส่งเสริมและแก้ปัญหาสุขภาพ การจัดการทรัพยากร การจัดการสิ่งแวดล้อม การจัดการสิ่งแวดล้อม การเสริมสร้างอำนาจจึงพิจารณาได้ 3 ระดับคือ ระดับบุคคล ระดับองค์กร และระดับชุมชน (Sagie.(2000), Maton.(1953) อ้างในวีณา เทียงธรรม และคณะ.2558 หน้า 41-47, ปาริชาติ วลัยเสถียร และคณะ, 2546. หน้า 17 และอุทัย ปริญญาสุทธินันท์, 2561 หน้า 189)

1) การเสริมสร้างพลังอำนาจในระดับบุคคล หรือการส่งเสริมให้เกิดการรวมกลุ่มเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาตนเอง คือ การส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของบุคคลให้สามารถคิดและตัดสินใจ ป้องกันและแก้ไขปัญหาของตนเองได้ เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เห็นคุณค่าและเคารพในตนเอง มีความรู้สึกรับผิดชอบ และมีความพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจในระดับบุคคล มีประกอบด้วย

(1) ด้วยการขยายความคิดปลูกจิตสำนึกให้สมาชิกในชุมชนและผู้นำตระหนัก รับรู้ปัญหาเกิดความสนใจในการรวมกลุ่ม ด้วยการสร้างศรัทธาความไว้วางใจของสมาชิกร่วมแสดงความคิดเห็นในประเด็นต่างๆที่ต้องการให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

(2) การสร้างสัมพันธภาพระหว่างกันของสมาชิกในเรื่องที่สำคัญ และเป็นพื้นฐานของการสร้างพลังในระดับบุคคล มีความสัมพันธ์มั่นคง เกิดความเชื่อถือและไว้วางใจ และเกิดความมั่นใจระหว่างสมาชิก บุคคลจะเกิดความรู้สึกมั่นคงผูกพันต่อกัน ส่งผลให้ทุกคนมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้อำนาจ



บรรลุปเป้าหมาย และกลุ่มสร้างแกนนำประสานให้เกิดการศึกษาวិเคราะห์ปัญหาและความต้องการที่จะป้องกันและแก้ไขปัญหาพร้อมกัน

(3) สมาชิกทุกคนสามารถสะท้อนการกระทำของตนเองในการเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง

(4) ผลลัพธ์ของการเสริมสร้างอำนาจในระดับบุคคล คือการเปลี่ยนแปลงบุคคลในด้านความรู้ อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมที่เกิดจากการเสริมพลังอำนาจ ในประเด็นใดประเด็นหนึ่ง เช่น ประเด็นส่งเสริมสุขภาพ ส่งเสริมอาชีพและรายได้ การจัดการด้านความมั่นคงทางอาหาร

2) การเสริมพลังอำนาจในระดับกลุ่มหรือการขับเคลื่อนกิจกรรมกลุ่ม เมื่อบุคคลรวมตัวกันเป็นกลุ่มหรือองค์กรประชาชนแล้วพลังอำนาจของบุคคลก็จะก่อให้เกิดพลังดำเนินงานเพื่อสมาชิกและชุมชน การสร้างอำนาจระดับองค์กรประกอบด้วย

(1) การสร้างบรรยากาศในองค์กรให้เกิดการรวมกลุ่มของคนในองค์กรหลายระดับและหลากหลายกลุ่ม หมาย กลุ่มของบุคคลที่มีจุดมุ่งหมายเฉพาะเจาะจง เช่น กลุ่มที่สนใจเรื่องเดียวกัน กลุ่มช่วยเหลือกันเอง กลุ่มสังคม และหน่วยย่อยที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ การรวมกลุ่มแต่ละระดับ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอและต่อเนื่องจะเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงวัฒนธรรม ความมีชีวิต การส่งเสริมและทำนุบำรุงให้เกิดการมีส่วนร่วมและรวมกลุ่มของคนในองค์กรได้อย่างมั่นคง

(2) พัฒนารูปแบบการสื่อสารและความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มในองค์กร เป็นการส่งเสริมให้เกิดการแลกเปลี่ยนความรู้ที่มีอยู่ในตัวบุคคลระหว่างกลุ่ม รวมถึงกิจกรรมต่างๆ ของกลุ่ม เช่นการประชุมประจำเดือน การประชุมถอดบทเรียนการดำเนินกิจกรรมต่าง การจัดกิจกรรมพัฒนาสมาชิกใน

รูปแบบต่างๆ การจัดทำแผน ทำข้อตกลง เป็นโอกาสการเปิดให้สมาชิกกลุ่มมีส่วนร่วม สมาชิกมีการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน และเป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนคนกลุ่มใหญ่ในองค์กร

(3) การจัดตั้งองค์กรชุมชน กระบวนการในข้อ (1) การสร้างบรรยากาศและ(2)การสื่อสารและสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างกลุ่มต่าง ๆ ในองค์กรได้ดีแล้ว เป็นขั้นการพัฒนาในระดับกลุ่มทบทวนวัตถุประสงค์ เพิ่มวัตถุประสงค์และเป้าหมาย ขยายกิจกรรม ขยายสมาชิก มีโครงสร้าง มีผู้นำชัดเจน มีความเข้มแข็งและสามารถในการจัดการตนเอง ระดมทุน ระดมทรัพยากร สามารถพัฒนาความเชื่อมโยงกับเครือข่ายทั้งภายในและภายนอกชุมชน เพื่อพัฒนาความร่วมมือและขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของสมาชิกให้มีประสิทธิภาพและครอบคลุมคุณภาพชีวิตแบบองค์รวมและเน้นการมีส่วนร่วม

การเสริมสร้างศักยภาพขององค์กรชุมชนเพื่อการจัดการตนเองของชุมชน (บุญชู แก้วส่อง และคณะ. 2537 อ่างโนไกรวิทย พวงงาม, 2562) จากการศึกษาศักยภาพขององค์กรชาวบ้าน ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่าศักยภาพที่สำคัญขององค์กรชาวบ้าน ได้แก่

1) ศักยภาพในการริเริ่มโครงสร้างองค์กร ในหลายพื้นที่สามารถรวมตัวกันเองโดยริเริ่มโครงการเพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนา และมีความสามารถในการประสานบุคคลและทรัพยากรเพื่อใช้ในกิจกรรมโครงการ

2) ศักยภาพในการบริหารจัดการองค์กร สามารถแบ่งบทบาทหน้าที่ การจัดการเรื่องคน เงิน กิจกรรม และการกระจายผลประโยชน์สู่สมาชิกได้อย่างทั่วถึง

3) ศักยภาพในการระดมทุนทั้งภายใน เช่น การลงหุ้น การเก็บเงินสมาชิก การรวมกลุ่มออมทรัพย์ เป็นต้น และภายนอกชุมชน เช่นการกู้ยืมเงิน



การประสานโครงการพัฒนากับภาครัฐ เอกชน และแหล่งทุนภาคธุรกิจ ได้เป็นอย่างดี

4) ศักยภาพในการต่อรองทางการเมืองลดความกลัว และกล้าแสดงออกต่อผู้มีอำนาจหรือกลุ่มทุน เช่น ปัญหาป่าไม้ ที่ดิน สิ่งแวดล้อม การประกอบอาชีพ เป็นต้น

5) ศักยภาพผู้นำชาวบ้านด้านความคิด ศีลธรรม ด้านอาชีพ เทคนิค ทักษะในการทำงาน และประสานงานกับทั้งภาครัฐและเอกชน และการประสานความร่วมมือภายในหมู่บ้าน

3) การเสริมสร้างพลังอำนาจในระดับชุมชนเพื่อชุมชนจัดการตนเอง เป็นกระบวนการเชื่อมโยงการเสริมพลังบุคคล และการเสริมพลังองค์กร/กลุ่มชุมชนที่ได้รับการเสริมพลังให้มีศักยภาพในการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงระบบสังคมที่ใหญ่ขึ้น และส่งผลให้เกิดการแบ่งปันทรัพยากรอย่างเท่าเทียม ความสามารถที่จะแก้ปัญหา ระดมการมีส่วนร่วมของประชาชนในกระบวนการกำหนดปัญหา การเก็บข้อมูล การตัดสินใจและการปฏิบัติการแก้ปัญหา กระตุ้นให้เกิดสำนึกของชุมชน มีความรับผิดชอบและพันธสัญญาต่อชุมชน เกิดรูปแบบความร่วมมือแบบพันธมิตร สร้างประชาคติของชุมชนและพัฒนาไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางสังคมเมือง (Wallerstein.(1993), Menon.(2002),Laverack.(1993) อัจฉริยา เวียงธรรม และคณะ.2558 หน้า 47)

3. แนวคิดการมีส่วนร่วมของชุมชน

การมีส่วนร่วมของชุมชน เป็นหัวใจสำคัญในการที่จะทำให้การเสริมสร้างพลังอำนาจของชุมชนให้มีศักยภาพในการจัดการตนเองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของชุมชน ทั้งนี้ ปรีชาติ วลัยเสถียร (2546 หน้า 135-146) ได้กล่าวถึงความหมาย กระบวนการ และลักษณะของการมีส่วนร่วมของประชาชนดังต่อไปนี้

ความหมายของการมีส่วนร่วม มี 2 ลักษณะ คือ การมีส่วนร่วมในลักษณะที่เป็นกระบวนการพัฒนา และนัยทางการเมือง

1) การมีส่วนร่วมในลักษณะที่เป็นกระบวนการพัฒนา หมายถึง การให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนาตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุดโครงการ ได้แก่ การร่วมคิดค้นปัญหา การวางแผน การตัดสินใจ การระดมทรัพยากรและเทคโนโลยีในท้องถิ่น การบริหารจัดการ การติดตามประเมินผล รวมถึงการรับประโยชน์ที่เกิดจากโครงการพัฒนา โดยโครงการพัฒนานั้นจะต้องมีความสอดคล้องกับวิถีชีวิต และวัฒนธรรมของชุมชน

2) การมีส่วนร่วมในนัยทางการเมือง แบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ

(1) การส่งเสริมสิทธิและพลังอำนาจของพลเมืองโดยประชาชนหรือชุมชนเพื่อพัฒนาขีดความสามารถในการจัดการเพื่อการรักษาผลประโยชน์ของกลุ่ม ควบคุมการใช้และการกระจายทรัพยากรของชุมชนอันก่อให้เกิดกระบวนการและโครงสร้างที่ประชาชนสามารถแสดงออกซึ่งความสามารถของตน และได้รับผลประโยชน์จากการพัฒนา

(2) การเปลี่ยนแปลงกลไกการพัฒนาโดยรัฐ มาเป็นพัฒนาที่ประชาชนมีบทบาทหลัก โดยมีการกระจายอำนาจในการวางแผนมาจากส่วนกลางมาเป็นส่วนภูมิภาค เพื่อให้ภูมิภาคมีลักษณะเป็นเอกเทศ ให้มีอำนาจทางการเมือง การบริหาร มีอำนาจต่อรองในการจัดการทรัพยากรในมาตรฐานเดียวกัน โดยประชาชนสามารถตรวจสอบได้ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าเป็นการคืนอำนาจในการพัฒนาให้แก่ประชาชนให้เกิดการมีส่วนร่วมในการกำหนดอนาคตของตนเอง

กระบวนการมีส่วนร่วม ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ดังนี้



ขั้นตอนที่ 1 การมีส่วนร่วมในการศึกษาชุมชน เป็นการกระตุ้นให้ประชาชนได้ร่วมเรียนรู้สภาพของชุมชน การดำเนินชีวิต ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม เพื่อใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้นในการทำงาน และร่วมกันค้นหาปัญหาและสาเหตุของปัญหา ตลอดจนการจัดลำดับความสำคัญของปัญหา

ขั้นตอนที่ 2 การมีส่วนร่วมในการวางแผน โดยจะมีการรวมกลุ่มอภิปรายและแสดงความคิดเห็นเพื่อกำหนดนโยบาย วัตถุประสงค์ วิธีการแนวทางการดำเนินงานและทรัพยากรที่ต้องใช้

ขั้นตอนที่ 3 การมีส่วนร่วมในการดำเนินการพัฒนาโดยสนับสนุนด้านวัสดุ อุปกรณ์ แรงงาน เงินทุน หรือร่วมบริหารงาน การใช้ทรัพยากร การประสานงาน และดำเนินการขอความช่วยเหลือจากภายนอก

ขั้นตอนที่ 4 การมีส่วนร่วมในการรับประโยชน์จากการพัฒนา เป็นการนำเอากิจกรรมมาใช้ให้เกิดประโยชน์ทั้งด้านวัตถุ และจิตใจ โดยอยู่บนพื้นฐานของความเท่าเทียมของบุคคล และสังคม

ขั้นตอนที่ 5 การมีส่วนร่วมในการติดตามและประเมินผลการพัฒนาเพื่อที่จะแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ทันที

ลักษณะของการมีส่วนร่วม แบ่งเป็น 2 ประการ ได้แก่

1) การสนับสนุนทรัพยากร คือการสนับสนุนเงิน วัสดุอุปกรณ์ แรงงาน หรือการช่วยทำกิจกรรม คือ การเข้าร่วมในการวางแผน การประชุม แสดงความคิดเห็น การดำเนินการ การติดตามและประเมินผล

2) อำนาจหน้าที่ของผู้เข้าร่วม คือ เป็นผู้ นำ เป็นกรรมการ เป็นสมาชิก ซึ่งลักษณะการมีส่วนร่วมนี้แสดงถึงระดับอำนาจของผู้เข้าร่วม จึงมีการโต้แย้งว่าการมีส่วนร่วมโดยวิธีพัฒนาขีดความสามารถของประชาชน เป็นเพียงการเปิดโอกาสให้ประชาชนเข้าร่วมเพียงบางส่วน เพราะ

หลายกรณีประชาชนไม่มีโอกาสเข้าร่วมในการตัดสินใจ ทางออกที่ควรเป็นคือ การเสริมพลังอำนาจแก่ประชาชน

4. แนวคิดการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ระดับชุมชน

ศิริพร แยมนิล(2563) กล่าวว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ คือกระบวนการทำให้เกิดการพัฒนาความสามารถและศักยภาพของมนุษย์ในระดับปัจเจกบุคคล องค์กรและชุมชน โดยให้ความสำคัญของการพัฒนาคน โดยผ่านการสร้างกระบวนการเรียนรู้ต่อเนื่อง เน้นการพัฒนาอย่างเป็นองค์รวมและมีความสมดุลทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม เป็นการพัฒนาคนเพื่อความยั่งยืน ซึ่งการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในชุมชน คือการสร้างให้ชุมชนเข้มแข็งและยั่งยืน ต้องทำโดยให้คนร่วมคิด ร่วมทำ และทำให้ประชาชนมีความตระหนักถึงการมีส่วนร่วมและมีศักยภาพในการแก้ไขปัญหา หรือร่วมพัฒนาเพื่อเอื้อประโยชน์ต่อสมาชิกในชุมชน โดยสามารถบริหารจัดการเพื่อแก้ไขปัญหาต่างๆ หรือดำเนินกิจกรรมพัฒนาต่าง ๆ โดยชุมชนเอง สำหรับปัจจัยที่ส่งเสริมให้ชุมชนเข้มแข็งและยั่งยืนได้แก่ผู้นำชุมชนที่เสียสละ การมีส่วนร่วมของคนในชุมชน การสนับสนุนจากภาครัฐ ภาคเอกชน และองค์กรในชุมชน รวมทั้งสถาบันทางสังคมทุกภาคส่วน เครื่องมือการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในชุมชนประกอบด้วย

1) การสัมมนา เป็นการเรียนรู้จากการรวมตัวของคน เพื่อพูดคุยเกี่ยวกับหัวข้อที่สนใจด้วยการนำของพิธีกรหรือผู้ดำเนินการอภิปรายเพื่อให้พูดในประเด็นและสนทนาในแนวที่ต้องการ

2) การประชุมแบบไม่เป็นทางการ เป็นการประชุมที่ไม่ได้มีการวางแผนและกำกับดูแลน้อยกว่าการประชุมแบบเป็นทางการ เช่นไม่มีประธาน ไม่มีวาระการประชุม ทำให้ผู้เข้าร่วมประชุมรู้สึกสบายใจ



และมีอิสระในการแสดงความคิดเห็นได้อย่างเต็มที่
เกิดการเรียนรู้ดีกว่าการประชุมแบบเป็นทางการ

3) การศึกษาดูงาน/ทัศนศึกษา เป็นการเรียนรู้
นอกสถานที่ทำให้ได้ทั้งความรู้และเป็นการสร้าง
ประสบการณ์ตรง ทำให้เกิดจินตนาการและทัศนคติ
เชิงบวกต่อองค์กร/ชุมชน

4) สื่อสังคมออนไลน์ เป็นช่องทางเรียนรู้ผ่าน
เครื่องมือสื่อสารทางเว็บไซต์ ที่ทำให้สามารถโต้ตอบ
กันได้โดยทั้งแบ่งปันข้อมูลหรือความรู้ของตนสู่
สาธารณะและสามารถใช้ข้อมูลหรือความรู้จากผู้อื่น
ได้อีกด้วย

5) การมีส่วนร่วมชุมชน เป็นความร่วมมือของ
องค์กรในชุมชน ทั้งร่วมคิด ร่วมวางแผน ร่วม
ตัดสินใจ ร่วมแก้ปัญหา ร่วมดำเนินงาน ร่วม
รับผิดชอบ ร่วมติดตามประเมินผล และร่วมชื่นชม
บนความหลากหลายและสอดคล้องกับบริบทของ
ท้องถิ่นและสังคมไทย

6) การสร้างเครือข่าย เป็นการแลกเปลี่ยน
ข้อมูลและการสร้างความสัมพันธ์ระหว่าง
ผู้ปฏิบัติงานร่วมกัน ซึ่งเป็นการช่วยเหลือซึ่งกันและ
กันเพื่อให้งานที่ทำนั้นประสบความสำเร็จ

7) การเรียนรู้จากการปฏิบัติ เป็นการเรียนรู้
จากกลุ่มเล็กๆ เพื่อร่วมกันขบคิดทำความเข้าใจ
ร่วมกันพัฒนา แก้ปัญหาจริงเกี่ยวกับงานที่เื้ออ
ประโยชน์ต่อการพัฒนาทั้งบุคคล กลุ่ม องค์กร และ
ชุมชน

8) ชุมชนนักปฏิบัติ เป็นการรวมตัวกันอย่างไม
เป็นทางการของคนที่มีความสนใจเรื่องเดียวกัน เพื่อ
แบ่งปันเรื่องราวในสิ่งที่ตนทำ และมีการทำงาน
ร่วมกันอยู่เสมอเพื่อเรียนรู้วิธีปฏิบัติให้ดีขึ้น

9) การจัดการเรียนรู้ชุมชน เป็นกลยุทธ์และ
กระบวนการในการจำแนก จัดหาและนำความรู้และ
ภูมิปัญญาชาวบ้านมาใช้ประโยชน์

10) การวิจัยเชิงปฏิบัติการ เป็นรูปแบบหนึ่ง
ของการแสวงหาความรู้อย่างเป็นระบบที่ทำให้ผู้คน

สามารถค้นพบวิธีการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นใน
ชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง โดยการเข้าไปมีส่วน
ร่วมกับพลวัตรที่ซับซ้อนในบริบทสังคมต่าง ๆ โดย
รูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการที่ใช้การแสวงหา
ความรู้ที่นอกแบบมาให้เป็นวงจรต่อเนื่อง เพื่อ
ค้นหาวิธีการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพใน
ประเด็นใดประเด็นหนึ่งหรือบริบทใดบริบทหนึ่งอัน
จะส่งผลให้ความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นของคนที่เกี่ยวข้อง

5. แนวคิดการทำงานเชิงผลลัพธ์ด้านการ ส่งเสริมสุขภาพ

สำนักงานสร้างสรรค์โอกาสและนวัตกรรม
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
(สสส.) (2559 หน้า 14-15) กล่าวโดยอำนาจ ศรีรัตน
บัลล์ อ่างนิยามการสร้างเสริมสุขภาพที่ปรับจาก
นิยามตามกฎหมายว่าด้วยสุขภาพ คือ กระบวนการ
สนับสนุนให้ประชาชนสามารถควบคุมพฤติกรรม
สุขภาพของตนเอง และสามารถควบคุมปัจจัยทาง
สังคมและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้บุคคล ครอบครัว และ
ชุมชนมีสุขภาวะและคุณภาพชีวิตที่ดี โดยมีข้อเสนอ
ในการสร้างเสริมสุขภาพไว้ 2 แนวทางหลัก คือ

1) การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

2) การปรับเปลี่ยนปัจจัยทางสังคมและ
เศรษฐกิจ หรือปัจจัยทางสังคมกำหนดสุขภาพ เป็น
ปัจจัยสำคัญที่อยู่เบื้องหลังปัญหาสุขภาพ และเป็น
ปัญหาที่แก้ไขได้ จึงต้องมีการแก้ไขหรือปรับเปลี่ยน
เพื่อให้เกิดความเป็นธรรมทางสุขภาพ

ปัจจัยสังคมกำหนดสุขภาพ หมายถึง
คุณภาพชีวิตหรือสุขภาพระดับบุคคลจะ
เปลี่ยนแปลงขึ้นอยู่กับปัจจัยด้านสังคมต่าง ๆ
ประกอบด้วย (1) ปัจจัยระดับปัจเจก ได้แก่ อายุ
เพศ สภาพร่างกาย ความเชื่อ ทัศนคติ รูปแบบการ
ดำเนินชีวิตประจำวัน (2) ปัจจัยระดับชุมชน ได้แก่
เครือข่ายทางสังคมและชุมชน (3) ปัจจัยระดับมห
ภาค หมายถึง สภาพเศรษฐกิจและสังคม
สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ระบบบริการ



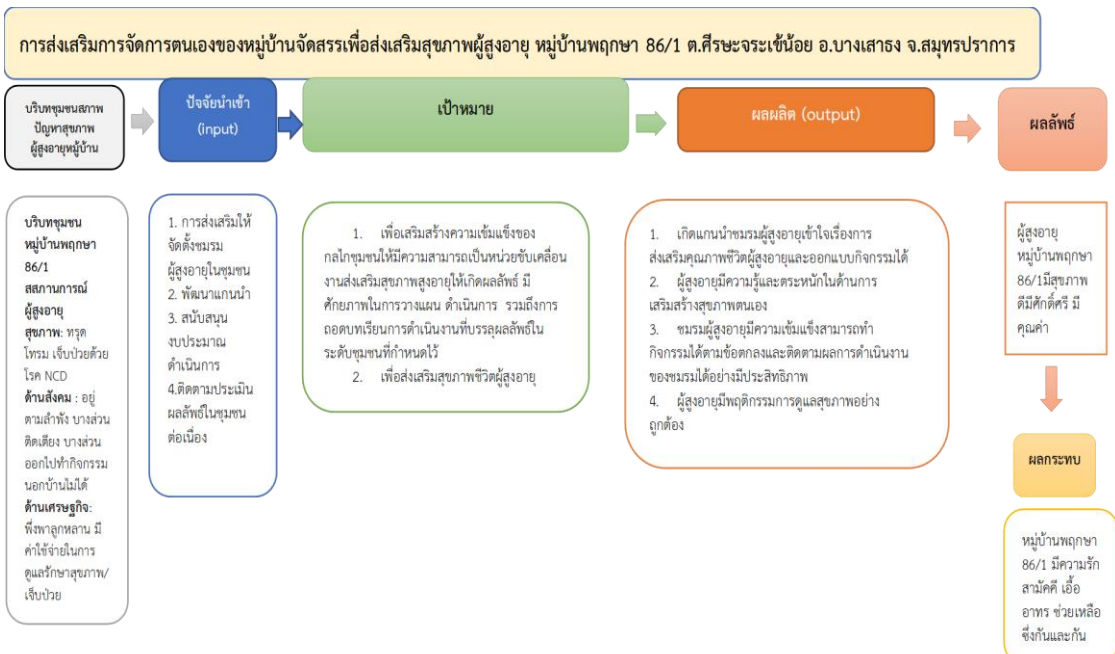
สาธารณสุข สวัสดิการต่าง ๆ เป็นต้น รวมถึงนโยบาย หรือความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ(ภาวะสงคราม)

จากปัจจัยทางสังคมกำหนดสุขภาพ ดังกล่าวนี้นี้ หลักคิดการสร้างเสริมสุขภาพตามกฎบัตร ออตตาวา(World Health Organization.1986 อ้าง ในสำนักงานสร้างสรรค์โอกาสและนวัตกรรม สสส. 2559 หน้า16) ได้กำหนดยุทธศาสตร์การสร้างเสริมสุขภาพเพื่อเปลี่ยนแปลงปัจจัยทางสังคมกำหนดสุขภาพ ประกอบด้วย (1) สร้างนโยบายสาธารณสุข (2) สร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ (3) เพิ่มความสามารถของชุมชน (4) พัฒนาทักษะส่วนบุคคล (5) ปรับระบบบริการสุขภาพ และสสส. มีเป้าหมาย การสร้างสุขภาพที่ดีให้กับคนไทยมีจุดเน้นเพื่อการเปลี่ยนแปลง 3 ประการ คือ (1) การสร้างสมรรถนะให้กับบุคคล (2) การเปลี่ยนแปลงระบบกลไกสังคม และ(3) การเปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพ

การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในสังคมไทย โดยตรงกับผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และภาคีความร่วมมือ ในด้านต่าง ๆ ได้แก่ (1) โภชนาการ (2) การออกกำลังกาย (3) การนอนหลับ (4) การจัดการความเครียด (5) ความรับผิดชอบและการดูแลสุขภาพ และ(6) การป้องกันอุบัติเหตุ เป็นต้น

2. กรอบแนวคิดในการถอดบทเรียน

จากผลการทบทวนแนวคิดข้างต้น พิจารณากรอบคิดในการถอดบทเรียน การจัดการตนเองของหมู่บ้านพฤษภา 86/1 เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในหมู่บ้าน ในกระบวนการรวมตัวกันของผู้สูงอายุ การจัดตั้ง ชมรมผู้สูงอายุในชุมชน การวางแผน ดำเนินการ ติดตามประเมินผล และผลลัพธ์ด้านการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมเพื่อสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นในหมู่บ้านตามกรอบ ดังนี้



**ผลการศึกษา****1. บริบทของหมู่บ้านพฤษภา 86/1 และ
สถานการณ์ของผู้สูงอายุ**

หมู่บ้านพฤษภา 86/1 ตำบลศิระชะระเข้
น้อย อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ เป็นหมู่บ้านจัดสรรมีอายุประมาณ 3 ปี แบบทาวนโฮม 2 ชั้น จำนวน 494 หลังคาเรือน สมาชิกของหมู่บ้านเป็นวัยทำงานเริ่มก่อตั้งครอบครัว เริ่มมีลูกวัยเด็กเล็ก ซึ่งส่วนใหญ่จะนิยมให้ ปู่ย่าตายายจากต่างจังหวัด มาดูแลบุตรหลานอยู่ที่บ้านในเวลากลางวัน ที่พ่อแม่ของเด็กไปทำงาน ผู้สูงอายุจะอยู่บ้านโดยลำพังกับหลาน ด้วยความเป็นอยู่ในหมู่บ้านจัดสรรแบบปิด ทุกบ้านต่างคนต่างอยู่บ้านใครบ้านมัน ภายในหมู่บ้านมีผู้สูงอายุได้มีการปฏิสัมพันธ์กับผู้สูงอายุในใกล้เคียงบ้านหรือกลุ่มตามภูมิลำเนาเดิม พูดคุยแลกเปลี่ยนบ้างเล็กน้อย และต่อมาเมื่อโครงการหมู่บ้านจัดสรรให้มีการจัดตั้งนิติบุคคลหมู่บ้าน และมีการเลือกตั้งคณะกรรมการนิติหมู่บ้านรับงานต่อเนื่องจากโครงการในปี 2563 เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุประธานนิติบุคคลหมู่บ้าน จึงได้เชิญชวนกรรมการหมู่บ้านบางคนที่สนใจกิจกรรมอาสาเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในหมู่บ้าน ร่วมกันจัดทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน” กับ สสส. เพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมกับวัย ในปีงบประมาณ 2564

**2. การส่งเสริมการจัดการตนเองเพื่อ
ส่งเสริมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ**

**การเสริมสร้างพลังอำนาจผู้สูงอายุ และ
แกนนำในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ** พ.ศ. 2563
อาจารย์และนักศึกษามหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ได้เข้ามาทำกิจกรรมบริการวิชาการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน ด้วยการนำทำร่าบูชาหลวงปู่เชียวสุโขพุทธโธระควา วัดหัวคู้มาพัฒนาเป็นท่าออกกำลังกายส่งเสริมผู้สูงอายุออก

กำลังกายสัปดาห์ละ 2 วัน และจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุด้วยการนิมนพระมาธิบาสตรทุกเช้าวันอาทิตย์ ดำเนินการต่อเนื่องประมาณ 1.5 เดือน แล้วประสบปัญหาการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 และสิ้นสุดโครงการ อย่างไรก็ตาม คณะกรรมการนิติหมู่บ้านได้ทราบปัญหาว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่มาอยู่อาศัยอยู่ในชุมชนมีโรคประจำตัวคือ ความดันโลหิต เบาหวาน ข้ออักเสบ/ข้อเสื่อม แต่มีสิทธิ์รักษาส่วนใหญ่ยังอยู่ที่ต่างจังหวัด เมื่อมาอยู่กับลูก ต้องอาศัยลูกพาไปหาหมอและเสียค่าใช้จ่ายเอง มีบางรายมีภาวะซึมเศร้า กาจัดกิจกรรมเป็นการดำเนินการร่วมกันระหว่างนักศึกษากรรมการนิติหมู่บ้าน และอาจารย์ ซึ่งคณะกรรมการนิติหมู่บ้าน บางคนเริ่มเห็นคุณค่าของการจัดกิจกรรม เพราะผู้สูงอายุมีความสุข สังเกตได้ว่าผู้สูงอายุมีการพบปะพูดคุยกับผู้สูงอายุในชุมชนด้วยกันมากขึ้น มีความสุขยิ้มแย้มแจ่มใส และมีความสนใจที่จะออกกำลังกายร่วมกัน ทางคณะกรรมการนิติจึงสนใจที่จะแสวงหาแนวทางและทรัพยากรมาขับเคลื่อนงานสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนได้อย่างต่อเนื่อง และสังเกตว่าสมาชิกหมู่บ้านเริ่มให้ความสนใจ บางรายมาสารภาพว่าไม่ได้จ่ายค่าส่วนกลางมานานแล้วจะเริ่มมาจ่ายเพราะเห็นวาคณะกรรมการนิติหมู่บ้านทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อคนในชุมชน

การจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุระดับชุมชน

พ.ศ. 2564 คณะกรรมการนิติได้รับการทาบทามจากหน่วยจัดการร่วมสำนักงานกองทุนส่งเสริมสุขภาพ (Node สสส.) จังหวัดสมุทรปราการ ให้เสนอโครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน คณะกรรมการนิติหมู่บ้านสนใจเสนอโครงการ โดยทบทวนผลการดำเนินกิจกรรมที่ผ่านมาพบว่า คณะกรรมการที่ร่วมดำเนินกิจกรรมเป็นกลุ่มเดียวกันกับทีมบริหารนิติหมู่บ้าน ซึ่งกรรมการบางท่านไม่พร้อมที่จะร่วมกิจกรรมนี้ต่อไปอีก จึงได้ทำ



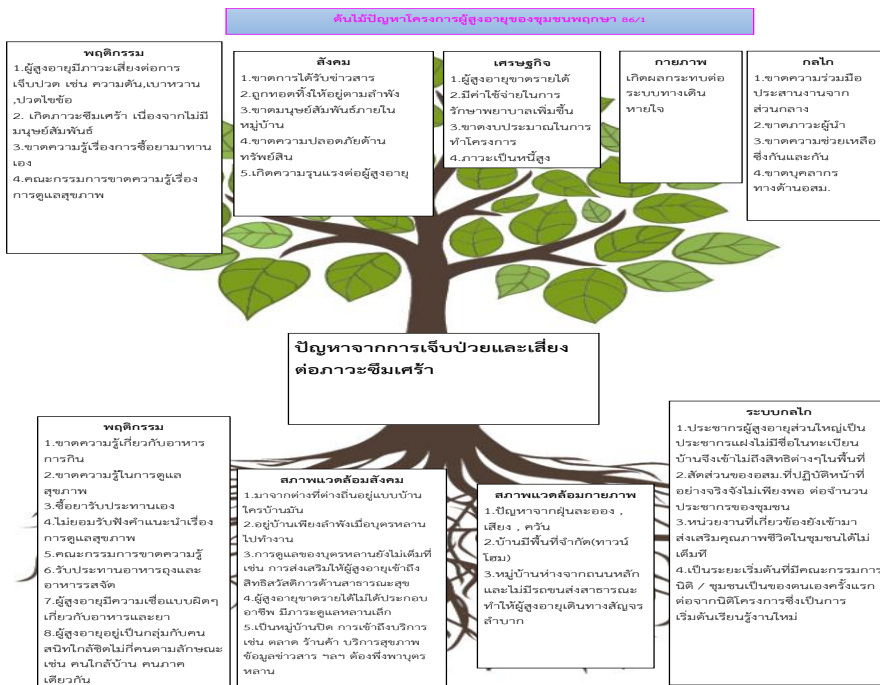
การสรรหาสมาชิกในชุมชนที่สนใจร่วมขับเคลื่อนกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุจำนวน 7 คน เข้าร่วมเป็นคณะกรรมการและเรียกกลุ่มของตนเองว่าชมรมผู้สูงอายุ พกฯ 86/1 Node สสส. ได้รับชมรมผู้สูงอายุเป็น 1 ในภาครายย่อยจาก 30 โครงการเพื่อส่งเสริมให้มีศักยภาพในการบริหารจัดการโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในหมู่บ้านของตนได้ด้วยตนเอง และเข้าสู่กระบวนการพัฒนาครอบครัว 1) การพัฒนาโครงการ 2) การเงิน 3) การจัดทำรายงาน 4) การติดตามผลลัพธ์ระหว่างช่วงกลางและสิ้นสุดโครงการ

การพัฒนาที่สำคัญ

1) พัฒนาโครงการ กรรมการชมรมผู้สูงอายุส่งตัวแทนจำนวน 3 คน เข้าร่วมพัฒนาโครงการกับ Node โดยกระบวนการพัฒนา คือจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากภาครายย่อยที่ได้รับโครงการในปีที่ผ่านมา การชี้แจงให้เข้าใจโครงการโดยภาพรวมของ Node ปฏิบัติการพัฒนาโครงการเป้าหมายคือคณะกรรมการชมรมจะต้องเขียนโครงการเป็น เครื่องมือในการพัฒนาแกนนำคือ การ

ใช้ต้นไม้ปัญหามาวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในหมู่บ้านมาออกแบบกิจกรรมโครงการเพื่อไปส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้หมู่บ้าน ผลการใช้ต้นไม้ปัญหาส่งผลให้กรรมการชมรมมีข้อตระหนักและเข้าใจปัญหาผู้สูงอายุร่วมกัน ดังแผนภูมิต้นไม้ปัญหาข้างล่างนี้

การวิเคราะห์ต้นไม้ปัญหามุ่งเน้นการเก็บข้อมูลสำรวจสถานการณ์ผู้สูงอายุในชุมชน พบว่ามีผู้สูงอายุจำนวน 55 คน จากประชากรทั้งหมด 800 คน และแบ่งประเภทได้เป็นกลุ่มติดสังคม จำนวน 33 คน กลุ่มติดบ้าน 2 คน และติดเตียง 2 คน ผู้สูงอายุไม่มีปัญหาสุขภาพ จำนวน 6 คน มีปัญหาสุขภาพจำนวน 49 คน โครงที่เป็นมากที่สุดคือ ความดันจำนวน 20 คน เบาหวานจำนวน 15 คน ข้ออักเสบข้อเสื่อมจำนวน 12 คน อัมพาต จำนวน 2 คน มีภาวะซึมเศร้าจำนวน 1 คน ในจำนวนนี้มีผู้สูงอายุออกกำลังกายสม่ำเสมอ และมีความรู้เรื่องโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุเพียง 10 คน





นอกจากนี้พบว่าผู้สูงอายุ จำนวน 10 คน (คิดเป็นร้อยละ 33.3) ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ผู้สูงอายุที่นักศึกษาและอาจารย์เข้ามาร่วมจัด กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยผู้สูงอายุส่วนที่เหลือที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกับกลุ่ม/ชมรมผู้สูงอายุ มีสาเหตุมาจาก 1) ยังไม่เห็นความสำคัญของการ รวมกลุ่มและการทำกิจกรรมในชุมชน 2) บางคนยังไม่ยอมรับว่าตนเองเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ 3) มีภาระ เลี้ยงดูบุตรหลาน 4) เป็นคนต่างถิ่นยังขาดความ เชื่อมั่นที่จะมาพบปะสังสรรค์กับบุคคลที่ไม่คุ้นเคย

การวิเคราะห์ปัญหาโดยเฉพาะการใช้ต้นไม้ ปัญหาส่งผลให้คณะกรรมการเข้าใจปัญหาและความ ต้องการของผู้สูงอายุได้อย่างชัดเจนมากขึ้นและ ดำเนินการวางแผนโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับ ชมรมผู้สูงอายุระดับหมู่บ้านหรือชุมชนมีศักยภาพใน การเป็นกลไกสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพให้แก่ ผู้สูงอายุในชุมชน กิจกรรมโครงการเพื่อให้บรรลุ วัตถุประสงค์นี้ ประกอบด้วย 1) การประชุม คณะกรรมการเดือนละ 1 ครั้ง 2) อบรมให้ความรู้แก่ คณะกรรมการ 2 ครั้ง 3) สำรวจข้อมูล ก่อนและหลัง ดำเนินโครงการ 4) ประชุมสมาชิกทุกเดือนต่อเนื่อง 9 ครั้ง 5) อบรมให้ความรู้แก่สมาชิก 6) กิจกรรม ออกกำลังกายของผู้สูงอายุร่วมกัน และที่บ้าน 7) กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ 8) การเยี่ยม บ้านผู้สูงอายุติดเตียง 9) กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอื่น ๆ ที่สมาชิกอยากทำ 10) กิจกรรมเวทีสรุปบทเรียน การดำเนินงาน ด้วยงบประมาณสนับสนุน 60,000 บาท

2) บทเรียนและการประเมินผลพันธกิจ
โครงการ Node ดำเนินการถอดบทเรียน 2 ครั้ง มี ผลส่งเสริมให้กรรมการดำเนินงานที่วางไว้ได้ การ ร่วมเวทีถอดบทเรียนครั้งที่ 1 ช่วงกลาง ด้วย สถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 ประธานและคณะกรรมการไม่กล้าขับเคลื่อน

กิจกรรมของโครงการ เพราะกลัวการแพร่ระบาดของ โรคจะทำให้ผู้สูงอายุติดเชื้อได้ เมื่อได้มาร่วม แลกเปลี่ยนกับชมรมผู้สูงอายุที่สามารถขับเคลื่อน กิจกรรมหลายครั้งได้ก็นำเอามาปรับใช้ในหมู่บ้าน ของตน โดยเฉพาะการออกกำลังกายที่บ้าน การให้ ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพผ่านระบบ online และ เมื่อเข้าร่วมเวทีแลกเปลี่ยนระดับจังหวัดครั้งที่ 2 ช่วงปิดโครงการ ประธานสามารถนำบทเรียนของ ตนเองมาร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเครือข่ายระดับ จังหวัดได้เป็นอย่างดี

3) มีพี่เลี้ยงจาก Node เข้าไปเยี่ยมติดตาม ผลลัพธ์กับคณะกรรมการอย่างต่อเนื่องทั้งในระบบ ออนไลน์และในหมู่บ้าน ในรูปแบบการประชุม แลกเปลี่ยนเรียนรู้อย่างไม่เป็นทางการ คณะกรรมการมีความพอใจและพร้อมที่จะ แลกเปลี่ยนเรียนรู้กระบวนการทำงานอย่างต่อเนื่อง

3.ผลลัพธ์และความสำเร็จตามวัตถุประสงค์โครงการ

1) เกิดแกนนำชมรมผู้สูงอายุที่เข้าใจเรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพและออกแบบกิจกรรมสร้าง เสริมสุขภาพได้ ชมรมผู้สูงอายุมีการแต่งตั้งผู้แทน ภายในชุมชนเป็นคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ 6 คน ที่มีโครงสร้างการดำเนินงานที่ชัดเจน และมาจาก องค์ประกอบที่สำคัญคือคณะกรรมการนิติ อสม. ลูก ของผู้สูงอายุ กรรมการทั้ง 6 คน ได้รับการพัฒนา ความรู้เรื่องสุขภาพผู้สูงอายุ ประธาน เลขา และ เภรณญิก จะเป็นตัวแทนเข้าร่วมประชุมและอบรม กับ Node เรื่องการพัฒนาโครงการ การติดตาม ผลลัพธ์ การจัดการการเงิน การจัดทำรายงาน คณะกรรมการมีการแบ่งบทบาทหน้าที่กันอย่าง ชัดเจน และทำงานอย่างจริงจังพร้อมที่จะเรียนรู้และ พัฒนางาน

2) ผู้สูงอายุมีความตระหนักในการสร้าง เสริมสุขภาพตนเอง ก่อนเริ่มโครงการผู้สูงอายุมี ความสนใจออกมาร่วมกิจกรรมส่วนรวมจำนวน 10



ราย เมื่อกรรมการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพแล้ว มีผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมเฉลี่ยจำนวน 30 ราย และเข้าร่วมอย่างต่อเนื่องจำนวน 25 ราย ดังตารางเปรียบเทียบก่อนและหลังสถานการณ์สุขภาพผู้สูงอายุ

ตาราง ข้อมูลด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน

หัวข้อ	จำนวนคนก่อนมีโครงการ	จำนวนคนหลังมีโครงการ
1. ผู้สูงอายุที่ไม่มีปัญหาด้านสุขภาพ	6	5
2. ผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสุขภาพ	49	49
2.1 โรคความดันโลหิตสูง	20	20
2.2 โรคเบาหวาน	15	17
2.3 โรคข้ออักเสบ ข้อเสื่อม	12	12
2.6 โรคอัมพาต	2	1
2.7 ภาวะซึมเศร้า	1	-
3. ผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ		
3.1 ออกกำลังกายเป็นประจำ	10	25
3.2 บริโภคอาหารที่เหมาะสม	10	25

เปรียบเทียบก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ (แหล่งที่มาของข้อมูลคณะกรรมการหมู่บ้านพฤษา 86/1 ข้อมูล ณ เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2565)
หมายเหตุ : ผู้สูงอายุบางคนอาจมีปัญหาสุขภาพได้มากกว่า 1 โรค

ผลที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุแบบองค์รวม คือ สุขภาพจิตดีขึ้นมีความสุขมากขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในผู้สูงอายุ ดังนี้

(1) ผู้สูงอายุรับรู้แผนและกติกการของชมรม เข้าร่วมกิจกรรมตามแผน คือ การเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายร่วมกันในเย็นวันอังคาร พฤหัสบดี และวันอาทิตย์และนำทำการออกกำลังกายไปออกกำลังกายเองที่บ้านในวันที่ไม่ได้มาร่วมกิจกรรมส่วนกลางวันละ 30 นาที มาร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตใส่บาตรในเช้าวันอาทิตย์ กิจกรรมปลูกต้นไม้ เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมได้ระยะหนึ่งผู้สูงอายุได้มีความรู้จักคุ้นเคยกันจากคนที่อยู่บ้านใกล้กัน เป็นรู้จักกันทั้งหมู่บ้าน ชวนกันออกมาออกกำลังกายก่อนเวลาร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันและกัน มีความ

ผูกพันกัน เมื่อมีผู้สูงอายุในชุมชนเสียชีวิตก็จะไปร่วมงาน ซึ่งสถานการณ์ร่วมงานศพคนในหมู่บ้าน โดยคนในหมู่บ้านเพิ่งเกิดขึ้นครั้งแรกเพราะเมื่อก่อนทุกคนต่างคนต่างอยู่ เมื่อมีใครเสียชีวิตคนรับรู้คือนิติบุคคลหมู่บ้านต้องจัดการทุกอย่างไม่มีใครในหมู่บ้านให้ความสนใจ การมาออกกำลังกายเมื่อก่อนผู้สูงอายุอาจจะออกมาพื้นที่ส่วนกลางเพียงพาลานมาเดินเล่นโดยลำพัง เมื่อมีการดำเนินกิจกรรมโครงการผู้สูงอายุได้นำบุตรหลานออกมาร่วมออกกำลังกายร่วมกันพร้อม ๆ กับเพื่อบ้านทำให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันเอง และบุตรหลานของผู้สูงอายุ

(2) ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพอย่างถูกต้องมากขึ้น คือผู้สูงอายุจำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 83 จากผู้สูงอายุตามเป้าหมายของโครงการ 30 คนเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องทั้งแบบรวมกลุ่มและที่บ้าน ร่วมกิจกรรมให้ความรู้ด้านอาหาร การดูแลสุขภาพ กิจกรรมที่เข้าร่วมมากที่สุดคือกิจกรรมการทัศนศึกษาดูงานนอกหมู่บ้าน

(3) ผู้สูงอายุมีอำนาจต่อรอง เดิมออกมาร่วมกิจกรรมสัปดาห์ละ 3 วัน ได้รวมกันต่อรองกับกรรมการชมรม นิติบุคคลหมู่บ้านเพื่อขอให้มีการจัดกิจกรรมออกกำลังกายทุกวัน และทางคณะกรรมการยินดีให้ดำเนินการได้ทุกวัน โดยพัฒนาผู้สูงอายุจำนวน 3 ท่านขึ้นมาเป็นแกนนำดำเนินกิจกรรมและให้ความรู้เพื่อผู้สูงอายุทั้งด้านสุขภาพกายและจิตใจ

(4) ผู้สูงอายุสื่อสารกันเป็นเครือข่ายในหมู่บ้านทั้งการพบปะกันเมื่อมาร่วมกิจกรรมที่ส่วนกลาง เดินไปมาหาสู่กัน จัดตั้งกลุ่มไลน์ สื่อสารกันได้ตลอดเวลาส่งผลให้ผู้สูงอายุช่วยกันลดและแก้ปัญหาเรื่องความเหงาได้มาก ทำให้อาการซึมเศร้าของผู้สูงอายุท่านหนึ่งในหมู่บ้านดีขึ้นถึงขั้นอาจหายขาดได้ถ้ายังดำเนินความสัมพันธ์ในชุมชน



การเจริญเติบโตของชมรม

(1) คณะกรรมการชมรมมีการพัฒนาศักยภาพและมีความสามารถด้านการบริหารและประสานงานเพื่อขับเคลื่อนกลุ่มได้มากขึ้น คณะกรรมการมีการเติบโตด้วยการใช้ข้อมูลสถานการณ์ผู้สูงอายุมาออกแบบกิจกรรม โครงการนำปฎิบัติและข้อเสนอแนะจาก Node มาปรับปรุงการทำงาน เปลี่ยนจากไม่รู้จะดำเนินโครงการอย่างไรเมื่อสถานการณ์แพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 ที่รุนแรง เมื่อได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้จากเวทีถอดบทเรียนครั้งที่ 1 แล้วก็มีกำลังใจ มองเห็นทิศทางในการขับเคลื่อนงานในหมู่บ้านของตนเองได้ ร่วมกันศึกษาหาความรู้และประสานความร่วมมือจากภายนอกมาออกแบบและพัฒนากิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ผลที่เกิดขึ้นนอกจากการออกแบบโครงการไว้คือ นิติบุคคลหมู่บ้านได้มุ่งหลังคาในพื้นที่ส่วนกลางให้เป็นพื้นที่จัดกิจกรรมของผู้สูงอายุ ประสานความร่วมมือกับ อบต.ศีร์ษะจรจะเข้้น้อย ในการนำกล้าไม้มาส่งเสริมการปลูกผักปลอดสารให้ผู้สูงอายุ การนำผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุระดับตำบลทุกวันที่ 28 ของเดือน และพาผู้สูงอายุไปทัศนศึกษาและดูงานแปลงโคกหนองนาของผู้นำเกษตรในพื้นที่หมู่บ้านดั้งเดิมเป็นต้น

(2) คณะกรรมการได้สร้างผู้นำที่เป็นผู้สูงอายุจำนวน 3 คน มาเป็นผู้นำการออกกำลังกาย การปลูกผักปลอดสารในครัวเรือน การให้ความรู้เรื่องอาหารสำหรับผู้สูงอายุ และกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิต ได้ เพราะผู้สูงอายุทั้ง 3 มีความสามารถในการนำกิจกรรมได้ และมีเวลาว่างสามารถนำกิจกรรมได้ทุกวัน และสามารถเยี่ยมเยียนสมาชิกในชุมชนได้เมื่อมีสถานการณ์อะไรเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ แทนกรรมการได้ตลอดเวลา

(3) เกิดสภาพแวดล้อมและปัจจัยที่เอื้อต่อสุขภาพผู้สูงอายุ เพราะได้มีการกำหนดกติกาของ

ชุมชน ให้สามารถจัดกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุที่สวนสาธารณะของหมู่บ้าน และหน้าสำนักงานนิติบุคคล ได้ตามสะดวก

(4) เกิดนวัตกรรมสร้างเสริมสุขภาพ จากเดิมโดยทั่วไปหมู่บ้านจัดสรรมักจะมีสวนสาธารณะห้องออกกำลังกาย และอื่นๆ ให้สมาชิกบ้านมาใช้บริการตามสิทธิ์ มาเป็นการจัดการความคิดด้านการจัดบริการของนิติบุคคลหมู่บ้านจัดสรรจากการดูแลโครงสร้างพื้นฐานมาดูแลคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้เกิดการรวมตัวกันของผู้สูงอายุเพื่อจัดกิจกรรมสร้างความสุขในการอยู่ร่วมกันในชุมชนที่ตั้งขึ้นใหม่จากการจัดความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุให้มีเพื่อนและมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น ลักษณะนวัตกรรมคือเป็นการสร้างและฟื้นฟูทางสังคมขึ้นใหม่ในชุมชนสร้างใหม่หมู่บ้านจัดสรร นวัตกรรมที่เกิดขึ้นนี้ได้ใช้ให้เกิดประโยชน์ให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความสุข และสามารถช่วยเหลือผู้สูงอายุท่านหนึ่งหายจากภาวะซึมเศร้าได้

ผลกระทบ

1) หมู่บ้านพฤษภา 86/1 มีความรักสามัคคีกันและมีความเอื้ออาทรช่วยเหลือกันและกันมากขึ้น กว่าก่อนที่จะมีโครงการและชมรมผู้สูงอายุเกิดขึ้นในชุมชน มีผู้ที่ค้างค่าใช้จ่ายส่วนกลางหันมาจ่ายค่าเงินเพิ่มขึ้น มูลค่าการซื้อขายบ้านสูงขึ้น

2) ผู้สูงอายุมีพื้นที่และได้รับการยอมรับให้โอกาสร่วมกิจกรรมในชุมชนอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์และมีความสุข ได้ออกไปร่วมกิจกรรมกับชมรมผู้สูงอายุระดับตำบล ไปทัศนศึกษาดูงานในพื้นที่ดั้งเดิม ทำให้รู้สึกที่ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของพื้นที่ตำบลศีร์ษะจรจะเข้้น้อย ไม่แปลกแยกที่ออกจากบ้านมาอยู่ต่างถิ่น มาอยู่ห่างไกลภูมิลำเนาของตนเอง

3. อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การส่งเสริมการจัดการตนเองของหมู่บ้านจัดสรรเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เป็นกระบวนการ



เสริมพลังอำนาจบุคคล กลุ่ม และชุมชน เพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะ “ไร้พลัง” ที่ต้องออกจากภูมิลำเนาต่างจังหวัดมาอยู่กับลูกในพื้นที่บ้านจัดสรรที่มีสภาพแวดล้อมแตกต่างจากบ้านที่ตนอยู่อาศัย ลักษณะการอยู่อาศัยต้องเป็นผู้พึ่งพาลูกไม่มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นเจ้าของบ้าน และชุมชน คนในชุมชนต่างคนต่างอยู่ในบ้านเมื่อมีกระบวนการเสริมพลังอำนาจผู้สูงอายุเข้าใจปัญหาสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนเอง ได้เข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของชุมชน เกิดการรวมกลุ่มกันระหว่างผู้สูงอายุด้วยกัน ทำกิจกรรมร่วมกัน พูดคุยแลกเปลี่ยนกันในระยะเริ่มแรกก็เป็นเฉพาะเวลามาร่วมกิจกรรม ต่อมาได้มีการแลกเปลี่ยนเบอร์โทรศัพท์ ตั้งกลุ่มไลน์ พูดคุยและไปมาหาสู่กันมากขึ้น เกิดการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุในชุมชนเป็นรู้จักกัน เป็นเพื่อนกัน ช่วยเหลือและรับฟังปัญหาซึ่งกันและกัน กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าร้องขอปรับเปลี่ยนกฎกติกาจากการจัดกิจกรรมออกกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 วัน เป็นทุกวัน การให้มีการจัดกิจกรรมเพิ่มคือการทัศนศึกษานอกชุมชน การไปร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุระดับตำบลทุกวันที่ 28 ของเดือน แสดงให้เห็นการเปลี่ยนแปลงในระดับบุคคลของผู้สูงอายุจากบุคคล “ไร้พลัง” เป็นผู้ที่มีพลังอำนาจ มีความสุขสุขภาพจิตดีขึ้น ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้ามีอาการดีขึ้นและมีแนวโน้มที่จะหายขาดจากภาวะซึมเศร้าได้ เพราะผู้สูงอายุได้พัฒนาความสัมพันธ์กันในลักษณะของกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนมากขึ้น ที่สำคัญผู้สูงอายุที่เข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมออกกกำลังกายเป็นประจำและบริโภคอาหารอย่างเหมาะสมเป็นจาก 10 คน เป็น 25 คนซึ่งบางครั้งหนึ่งก่อนที่จะดำเนินโครงการ

การเสริมสร้างพลังอำนาจขององค์กร หมายถึงชมรมผู้สูงอายุในชุมชน พบว่าชมรมได้พัฒนาตนเองให้เป็นกลไกที่มีศักยภาพในการ

ขับเคลื่อนกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุได้ตามแผนที่ตั้งไว้ และสามารถดำเนินการได้มากกว่าแผน เช่น เพิ่มวันจัดกิจกรรมออกกกำลังกายร่วมกัน การนำผู้สูงอายุออกไปทัศนศึกษา การเข้าร่วมกิจกรรมสามารถสร้างแกนนำใหม่ให้มาขับเคลื่อนกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุได้จำนวน 3 คน ซึ่งกลไกนี้จะเป็นส่วนที่ส่งเสริมสวัสดิการด้านสุขภาพและนันทนาการช่วยและมีอำนาจต่อรองกับนิติบุคคลหมู่บ้านเพื่อสิทธิประโยชน์และความเป็นธรรมเพื่อผู้สูงอายุมากขึ้น จากผู้ที่ “ไร้พลัง” มาเป็น “มีพลัง” ในตนเองมากขึ้น

พลังอำนาจของผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุได้มีอิทธิพลและเสริมพลังอำนาจของชุมชน หมายถึงคณะกรรมการนิติบุคคลหมู่บ้านได้เอื้ออำนวยให้ชมรมผู้สูงอายุดำเนินงานได้อย่างต่อเนื่องด้วยการสนับสนุนการจัดกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุด้วยการทำข้อมูข้างอาคารสำนักงานนิติบุคคลหมู่บ้านให้เป็นจุดทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ประสานความร่วมมือจาก องค์การบริหารส่วนตำบลศิระจรเข้หน่อยให้เข้ามาสนับสนุนต้นกล้าผักและต้นไม้เพื่อให้ผู้สูงอายุนำไปปลูกที่บ้าน ทำหน้าที่เชื่อมประสานกับ อบต. วัด และแกนนำชุมชนภายนอกหมู่บ้านในการนำผู้สูงอายุออกไปร่วมกิจกรรม และพบว่าผู้สูงอายุได้รับโอกาสให้มีพื้นที่ส่วนกลางในการพบปะพูดคุยออกกำลัง และเป็นแหล่งเรียนรู้ ทำให้เกิดพลังและสายสัมพันธ์ขึ้นในชุมชนใหม่ที่มั่นคงเคย เป็นคุ้นเคย ไม่แปลกแยก รู้สึกถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ และองค์กรรวมคือส่งผลให้หมู่บ้านพฤษภา 86/1 เป็นชุมชนน่าอยู่เกิดความรักสามัคคี คนในชุมชนหันมารับผิดชอบต่อสังคมมากขึ้น ยอมจ่ายค่าใช้จ่ายเพื่อบำรุงส่วนกลาง

ข้อเสนอแนะ

ผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะให้มีการส่งเสริมการดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพในหมู่บ้านนี้ต่อเนื่องอีก 2 ปีในรูปการณวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาให้



เป็นรูปแบบการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุอยู่ในชุมชนอย่างมีความสุขและที่สำคัญเป็นชุมชนหมู่บ้านจัดสรรที่เป็นก่อตั้งชุมชนใหม่ที่ยังขาดความสัมพันธ์ทางสังคมหรือขาดความเป็นชุมชนเพราะการจัดการตนเองของชุมชนหมู่บ้านพฤษภา 86/1 ผ่านกระบวนการจัดการชุมชนและดำเนินการการวางแผน ดำเนินการติดตามและประเมินผลแผน รวมถึงการติดต่อประสานความร่วมมือจากภายนอกหมู่บ้านเพื่อ

ประโยชน์ของผู้สูงอายุในชุมชนได้เพียง 1 รอบปี ยังคงมีความจำเป็นที่จะต้องส่งเสริมให้มีความเข้มแข็งมากขึ้น เพราะมีความเสี่ยงหากมีการเลือกคณะกรรมการหมู่บ้านหรือนิติบุคคลหมู่บ้านใหม่ อาจจะเสี่ยงเรื่องการสนับสนุนให้ชมรมดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อผู้สูงอายุต่อเนื่อง

บรรณานุกรม

- โกวิท พวงงาม (2562). การจัดการตนเองของชุมชนและท้องถิ่น Community and Local Self-Governance. นนทบุรี:บริษัทธรรมสาร จำกัด
- ณรงค์ จันโต.(2561).แนวทางการพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมในเขตเทศบาลนครนนทบุรี Guidelines on Developing a Holistic Health Care Systemfor the Elderly in Nakhon Nonthaburi Municipality. สถาบันพระปกเกล้า มกราคม - เมษายน 2561
- ปาริชาติ วลัยเสถียรและคณะ (2546). กระบวนการและเทคนิคการทำงานของนักพัฒนา. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- วุฒิชัย สายบุญจง (2561). ชุมชนเข้มแข็งในทัศนะของชาวชุมชน กรณีศึกษา บ้านปลายคลองบางโพธิ์เหนือหมู่ที่ 3 ตำบลบางโพธิ์เหนือ อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี. วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์ (มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์) ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 มกราคม-เมษายน 2561
- นลินี เกิดประสงค์ และจันทิมา นวมะวัฒน์.(ระบบและกลไกเพื่อรองรับสังคมสูงวัยระดับตำบล ปีที่ 30 ฉบับที่ 1 (2022): (มกราคม - มีนาคม) วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
- ศิริพร แยมนิล (2563). การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่ยั่งยืน Sustainable Resource Development. กรุงเทพมหานคร DPU Coolprint มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต
- พัลลภ กฤตยานวัช (มมป). แนวทางการบริหารชุมชน อาคารชุดและหมู่บ้านจัดสรร Condominium and Housing Estate Management.[ออนไลน์] สืบค้น 14 สิงหาคม 2565 จาก <http://www.softbizplus.com/condominium/517-condominium-and-housing-estate-management>
- วรชัย แสนสิระ.(2556). สิทธิในการจัดตั้งนิติบุคคล..[ออนไลน์] สืบค้น 13 สิงหาคม 2565 https://www.senate.go.th/assets/portals/93/fileups/272/files/S%E0%B9%88ub_Jun/9legal/legal34.pdf
- วีณา เทียงธรรมและคณะ(2558). การพัฒนาศักยภาพชุมชน:แนวคิดและการประยุกต์ใช้ Community Capacity Building: Concept and Applications. กรุงเทพมหานคร: Prottexts.com.
- สำนักสร้างสรรค์โอกาสและนวัตกรรม(2559). คู่มือการติดตามประเมินผลเพื่อการเรียนรู้และพัฒนาสำหรับโครงการเสริมสร้างสุขภาพขนาดเล็ก. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส.)



ส่วนมาตรฐานการจัดสรรที่ดิน (2555). การบริการจัดการนิติบุคคล.กรุงเทพมหานคร: สำนักส่งเสริมธุรกิจ
อสังหาริมทรัพย์.

ศิริพัฒน์ ศรีจันทร์ และคณะ (2554). แนวทางการบริหารจัดการนิติบุคคลหมู่บ้านจัดสรรในเขตอำเภอเมือง จังหวัด
ขอนแก่น Guidelines to Managing the Establishment of Juristic Person in Housing
Project.Muang Khonkean.[ออนไลน์] สืบค้น 13 สิงหาคม 2565

https://cscd.kku.ac.th/uploads/proceeding/230811_112245.pdf

อุทัย ปริญญสุทธินันท์ (2561). การจัดการชุมชนพกรุงเทพมหานคร:สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย