

การสร้างนวัตกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษ หน้าโดยใช้ชุมชนและสถานศึกษาเป็นฐาน

วันที่รับบทความ : 12/12/62
วันที่แก้ไขบทความ : 13/08/63
วันที่ตอบรับบทความ : 25/05/64

ปนัดดา ยิ้มสกุล¹
วิไล ตั้งจิตสมคิด²
วาสนา เพิ่มพูล³
นฤมล ปภัสสรานนท์⁴
วาสนา สังข์พุ่ม⁵

บทคัดย่อ

การวิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาบริบทของชุมชนและองค์ประกอบเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในทศวรรษหน้าของสังคมสูงวัย 2) สร้างสรรค์นวัตกรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตโดยใช้ชุมชนและสถาบันการศึกษาเป็นฐาน 3) แนวทางการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กลุ่มตัวอย่างเพื่อศึกษาบริบทและองค์ประกอบชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ ผู้สูงอายุจำนวน 440 คน กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่าง 150 คนเพื่อศึกษาการสร้างนวัตกรรมในกิจกรรมเสริมพลัง 30 คนเพื่อประเมินนวัตกรรมเว็บไซต์และคลังความรู้ และ 30 คนสำหรับกำหนดแนวทางการจัดการ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสำรวจบริบทชุมชน แบบสอบถามการประเมินคุณภาพ แบบสัมภาษณ์ และแบบสัมภาษณ์เชิงโครงสร้าง สถิติการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า 1) บริบทและองค์ประกอบชุมชนเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนอำเภอนบพิตำ พบว่า ชุมชนส่วนใหญ่ค่อนข้างแออัด ย่านนี้เคยเป็นเมืองเก่าแบบอนุรักษ์นิยม มีโบราณสถาน แหล่งเรียนรู้วัฒนธรรม และแหล่งภูมิปัญญาท้องถิ่น การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

¹ รองศาสตราจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี อีเมล : panadday@hotmail.com

² รองศาสตราจารย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

⁴ อาจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

⁵ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

ประกอบด้วย 6 ส่วน ได้แก่ สุขภาพกายและสุขภาพจิต อาหารและโภชนาการ การประกันชีวิตและความมั่นคงในชีวิต การมีส่วนร่วมในสังคม การจัดการความรู้ด้วยการถ่ายทอดภูมิปัญญา และบทบาทของผู้สูงอายุในครอบครัว 2) นวัตกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้แก่ (1) จัดกิจกรรม 4 กิจกรรมให้ผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัย และ (2) สร้างเว็บไซต์นวัตกรรมรวมถึงคลังความรู้สำหรับกิจกรรมที่กำหนด 3) แนวทางการจัดการได้กำหนดแนวปฏิบัติร่วมกันในการวางแผนร่วมกันของสำนักงานเขตธนบุรี กรมพัฒนาชุมชน กรมพัฒนาสุขภาพชุมชน และมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี เพื่อจัดกิจกรรมส่งเสริมการพัฒนาจิตใจ ร่างกาย และสิ่งแวดล้อมของชุมชน

คำสำคัญ : นวัตกรรมเสริมพลัง คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ สังคมสูงวัย

Research on Innovation Empowerment to Improve the Quality of Life of the Elderly into the Aging Society in the Next Decade by using Communities and Schools as a Base

Received : 27/01/63

Revised : 23/07/63

Accepted : 19/11/63

Panadda Yimsakal¹

Wilai Tangchitsomkit²

Wasana Permpool³

Naruemon Papatsaranon⁴

Wasana Sangpum⁵

Abstract

The research objectives were to: 1) study the community context and the element concerning the development of the elderly's quality of life into next decade of aging society, 2) create innovations to empower their life quality by using communities and educational institutions as a base, 3) study management approach to improve their life quality. The sample for the study of community context and components on life quality development was 440 elderly people. The sample groups included 150 people for the study of creating innovation in empowerment activities, 30 people for evaluating website innovation and knowledge bank, and 30 people for establishing the management guidelines. The research instruments were community context surveys, quality assessment questionnaire, interview form, and structural interviews. The statistics for analyzing data was frequency, percentage, mean and standard deviation.

¹ Associate professor Education Faculty Dhonburi Rajabhat University e-mail: panadday@hotmail.com

² Associate professor Education Faculty Dhonburi Rajabhat University

³ Assistant professor Education Faculty Dhonburi Rajabhat University

⁴ Lecturer Education Faculty Dhonburi Rajabhat University

⁵ Assistant professor Education Faculty Dhonburi Rajabhat University

The results were as follows: 1) The community context and elements concerning elderly's life quality development in Thonburi District communities showed that most of the communities were quite crowded. This district was an old conservative town with historical sites, cultural learning resources and sources of local wisdom. The development of the elderly's life quality included 6 parts: physical and mental health, food and nutrition, life insurance and life security, participation in society, knowledge management with wisdom transfer, and role of the elderly in the family. 2) The innovation in the development of the elderly's life quality included (1) organizing 4 activities to empower the elderly to enter the aging society, and (2) creating an innovative website including knowledge bank for the specified activities. 3) Regarding the management approaches, guidelines were established upon jointly planning of Thonburi District Office, Community Development Department, Community Health Development Department and Dhonburi Rajabhat University to organize activities to empower the development of the mind, body and community environment.

Keywords: innovation empowerment, quality of life of the elderly, aging society

บทนำ

โลกในศตวรรษที่ 21 ที่ต้องเผชิญกับภาวะสังคมสูงวัย เนื่องมาจากการมีอายุยืนยาวของผู้สูงอายุ จำนวนเพิ่มมากขึ้นทุกปี จึงส่งผลกระทบต่อโครงสร้างอายุของประชากรที่เปลี่ยนเป็นสังคมสูงวัย ทั้งในระดับโลกและระดับประเทศ จากข้อมูลของสหประชาชาติระบุว่าในแต่ละปีทั่วโลก จะมีบุคคล อายุครบ 60 ปี มากถึง 58 ล้านคน คิดเป็นสัดส่วน 1 ใน 9 ของประชากรทั้งโลก และจะเพิ่มสัดส่วน ขึ้นเป็น 1 ใน 5 ของประชากรโลกในปี 2050 (มติชน, 2561, หน้า 1) ส่วนประเทศแถบอาเซียน ได้แก่ ไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยเป็นอันดับที่ 2 รองจากสิงคโปร์ (ปราโมทย์ ปราสาทกุล, 2556, หน้า 2)

จากสถานการณ์การสูงวัยของประชากรไทยเป็นประเด็นที่น่าสนใจต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมของประเทศไทย ซึ่งจากการสำรวจประชากรสูงอายุ พ.ศ. 2557 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่าข้อมูลของผู้สูงอายุที่น่าเป็นห่วงหลายด้านคือ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านความสามารถของผู้สูงอายุ ในการทำกิจกรรมประจำวัน ด้านรายได้ พบว่าผู้สูงอายุมีความยากจนจำนวนมาก โดยมีรายได้ต่ำกว่า เส้นความยากจนมากถึง 34% ด้านสุขภาพ ส่วนใหญ่พบว่า มีความเจ็บป่วยและที่สำคัญคือ ช่วยเหลือ ตนเองไม่ได้และมีความลำบากในการเคลื่อนไหวร่างกาย การได้ยินหรือสื่อความหมายกับผู้อื่น การมองเห็น ตลอดจนการเรียนรู้และด้านจิตใจ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2558, ออนไลน์)

จากข้อมูลข้างต้นคณะผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลบริบทชุมชนที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาคุณภาพชีวิตของ ผู้สูงอายุในสังคมสูงวัย ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ประกอบด้วย 10 ประเด็นได้แก่ พื้นฐานเกี่ยวกับชุมชน สภาพทางภูมิศาสตร์ ประชากรในชุมชน อาชีพ ทรัพยากรท่องเที่ยว องค์การสาธารณะประโยชน์ แหล่งการเรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น สิ่งอำนวยความสะดวก และส่งเสริมการเรียนรู้ และศึกษาองค์ประกอบ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยศึกษาหลักการแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO) (The Whool Group, 1995 อ้างถึงใน ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต และคณะ, 2557, หน้า 19-20) ดวงใจ คำคง, 2554, หน้า 34-35) และของฟลานาแกน (Flanagan, 1978 อ้างถึงใน สมรัตน์ ขำมาก, 2560, หน้า 36-37) ผลการศึกษาจากทัศนะของแต่ละนักการศึกษา สรุปได้ว่า องค์ประกอบการพัฒนา คุณภาพชีวิต ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม 4) ด้านสิ่งแวดล้อม 5) ด้านการรับรู้คุณภาพชีวิต 6) ด้านการมีกิจกรรมในสังคมและชุมชน 7) ด้านการมีสุนทนาการ ซึ่งองค์ประกอบที่กล่าวมาข้างต้น คณะนักวิจัยทำเป็นข้อมูลสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนา คุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี และจัดทำเป็นเว็บไซต์คลังความรู้ เพื่อเป็นองค์ความรู้ ให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้และนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านสุขภาพกาย ด้านคุณค่าจิตใจ ด้านอาชีพและรายได้ ด้านความสัมพันธ์กับสังคมชุมชน ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม ที่ปลอดภัย และด้านครอบครัวที่ดี

จากการศึกษาสภาพทางภูมิศาสตร์ ชุมชนในพื้นที่เขตธนบุรี ประกอบด้วย 44 ชุมชน ลักษณะอาณาเขตติดกับคลองเป็นส่วนใหญ่ ลักษณะที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่เป็นบ้านเช่า บางชุมชนเป็นชุมชนแออัด อาชีพส่วนใหญ่รับจ้างค้าขาย และอุตสาหกรรมในครัวเรือน ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป รับเบี้ยยังชีพปี 2561 จำนวน 1,000 คน ส่วนชมรมผู้สูงอายุในชุมชนมี 12 ชมรม จำนวนสมาชิก 1,038 คน (สำนักงานเขตธนบุรี, 2561, ออนไลน์) กระจายอาศัยอยู่ในชุมชนต่างๆ ในพื้นที่เขตธนบุรี มีจำนวนมากและมีแนวโน้มจะเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ จากปัจจัยหลายๆ ด้าน จึงควรหาหนทางสร้างนวัตกรรมที่จะมาเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัยในชุมชนเขตธนบุรี ด้วยการศึกษาริบทของชุมชนเพื่อศึกษาสภาพแวดล้อมและปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องที่นำมาสร้างนวัตกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความมั่นคงและยั่งยืนในการดำเนินชีวิตข้างหน้า

คณะนักวิจัยจึงได้สร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เข้าสู่สังคมสูงวัย ซึ่งคณะวิจัยได้ทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์เนื้อหา และกิจกรรมทั้ง 4 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมประกวดน้ำพริกสุดแซ่บ อาหารดีเพื่อสุขภาพ กิจกรรมประกวดร้องเล่นเต้นพาเพลิน เสริมสุขภาพกายและใจ กิจกรรมประกวดสืบสานวัฒนธรรมไทยแต่งกายผ้าไทยย้อนยุค และกิจกรรมฝึกทักษะเรียนรู้การทำสบู่สมุนไพร โดยมีการสร้างและการดำเนินการ 1) พัฒนาเว็บไซต์ตามกิจกรรมที่กำหนด ได้แก่ การวิเคราะห์ออกแบบเว็บไซต์และการพัฒนาระบบฐานข้อมูล กำหนดเนื้อหาในหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-book) ทดสอบประสิทธิภาพของเว็บไซต์ฯและฐานข้อมูลที่กำหนด ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านประเมินประสิทธิภาพของระบบที่สร้างขึ้น และทดลองใช้กับกลุ่มย่อย ก่อนนำผลไปใช้จริง 2) พัฒนาเนื้อหาและกำหนดกิจกรรมของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เข้าสู่สังคมสูงวัยให้สอดคล้องกับความต้องการและการจัดการองค์ความรู้ที่ได้รับในแต่ละกิจกรรม โดยคณะนักวิจัยได้ออกแบบกิจกรรมประกอบไปด้วย e-book, Social Media, Social Network และเชื่อมต่อกับฐานข้อมูล จัดทำคู่มือการใช้งานของเว็บไซต์สำหรับผู้สูงอายุ ติดตั้งเว็บไซต์ร่วมกับ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี เว็บไซต์สามารถใช้งานได้อย่างสมบูรณ์ที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ เพื่อบริการช่วยเหลือให้ผู้สูงอายุในสังคมสูงวัย ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ได้เข้าถึงข้อมูลได้อย่างสะดวก จะส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้ดีขึ้นอีกด้วย นอกจากนี้มหาวิทยาลัยเป็นที่ปรึกษาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการพัฒนาผลิตภัณฑ์ชุมชน การออกแบบโลโก้สินค้าในชุมชน ตลอดจนมีคู่มือแปลภาษาไทยเป็นภาษาอังกฤษเพื่อการประชาสัมพันธ์ชุมชน

ด้วยเหตุผลดังกล่าวจะเห็นได้ว่า การพัฒนาโอกาสทางด้านดิจิทัลในสังคมสูงวัย โดยมีความเป็นไปได้สูงในการนำระบบ Internet มาใช้เพิ่มขึ้น โดยการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล แอปพลิเคชัน และอุปกรณ์ต่าง ๆ ซึ่งผู้สูงอายุในปัจจุบันจะต้องศึกษาและเรียนรู้เทคโนโลยี(IT)เพราะเป็นยุคของดิจิทัล เพื่อใช้ประโยชน์ เช่น ดูหนัง ฟังเพลง อ่าน E-book ค้นหาข้อมูลบริการและสินค้าเพื่อสุขภาพ และอื่นๆ ซึ่งงานวิจัยนี้ได้จัดทำเว็บไซต์คลังความรู้ผ่านอินเทอร์เน็ต E-book เพื่อให้ผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี และผู้สนใจทั่วไปได้

ใช้ประโยชน์ แต่ก็พบปัญหากับผู้สูงอายุในทศวรรษหน้าที่ไม่สามารถเข้าถึงข้อมูลได้ เนื่องจากการเชื่อมต่อทางอินเทอร์เน็ต หรือ Wi-Fi ยังไม่ทั่วถึงในชุมชน ซึ่งจะต้องได้รับการช่วยเหลือในการศึกษาแพลตฟอร์มต่างๆ ที่จำเป็นต้องใช้ในการยุคการเปลี่ยนแปลงเทคโนโลยี จากหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า
2. เพื่อสร้างนวัตกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าสู่การปฏิบัติโดยใช้ชุมชนและสถานศึกษาเป็นฐาน
3. เพื่อศึกษาแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเรื่องสร้างนวัตกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าโดยใช้ชุมชนและสถานศึกษาเป็นฐาน เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปในเขตพื้นที่บุรีรัมย์ มีจำนวนทั้งสิ้น 1,038 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยผู้วิจัย แบ่งออกเป็น กลุ่มตัวอย่างใช้ศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนพื้นที่เขตบุรีรัมย์ ได้ผู้สูงอายุจำนวน 440 คน กลุ่มตัวอย่างใช้ศึกษาเกี่ยวกับการสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า จำนวน 150 คน กลุ่มตัวอย่างใช้ศึกษาเกี่ยวกับการประเมินนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้จำนวน 30 คน และแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า จำนวน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสำรวจบริบทชุมชน เป็นแบบสำรวจข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structural interview) แบบประเมินโครงการพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า แบบประเมินคุณภาพนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ และแบบสัมภาษณ์มีโครงสร้าง (Structural interview) แนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

การสร้างเครื่องมือ

1. การสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เข้าสู่สังคมสูงวัย ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น โดยทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์เนื้อหา และกิจกรรมทั้ง 4 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรม ประกวนน้ำพริกสุดแซ่บ อาหารดีเพื่อสุขภาพ กิจกรรมประกวดร้องเล่นเต้นพาเพลิน เสริมสุขภาพกาย และใจ กิจกรรมประกวดสืบสานวัฒนธรรมไทยแต่งกายผ้าไทยย้อนยุค และกิจกรรมฝึกทักษะเรียนรู้ การทำสบู่สมุนไพร

2. การสร้างนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ ได้แก่ หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-book) โดยมีขั้นตอน การสร้างและการดำเนินการดังนี้

2.1 พัฒนาเว็บไซต์ตามกิจกรรมที่กำหนด ได้แก่ 1) การวิเคราะห์ออกแบบเว็บไซต์และ การพัฒนาระบบฐานข้อมูล กำหนดเนื้อหาในหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-book) 2) ทดสอบประสิทธิภาพ ของเว็บไซต์และฐานข้อมูลที่กำหนด 3) ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านประเมินประสิทธิภาพของระบบที่สร้างขึ้น และผู้เชี่ยวชาญด้านระบบสารสนเทศและเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ 5 ท่าน 4) ทดลองใช้กับกลุ่มย่อย ก่อนนำผลไปใช้จริง

2.2 พัฒนาเนื้อหาและกำหนดกิจกรรมของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เข้าสู่สังคมสูงวัยให้ สอดคล้องกับความต้องการและการจัดการองค์ความรู้ที่ได้รับในแต่ละกิจกรรม ผู้วิจัยได้ 1) ออกแบบ กิจกรรมพร้อมทั้งนำบทดำเนินเรื่อง (Story board) ที่ได้ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านเทคโนโลยีการศึกษา ตรวจสอบ ภายในกิจกรรมจะประกอบไปด้วย e -book, Social Media, Social Network และเชื่อมต่อกับฐานข้อมูล พร้อมทั้งทำการทดสอบการทำงานเพื่อหาข้อผิดพลาด 2) จัดทำคู่มือการใช้งานของเว็บไซต์ เพื่อความสะดวกต่อการใช้งาน 3) ติดตั้งเว็บไซต์ไว้ที่ <https://edu.dru.ac.th/iold/chumchon/web1.html> ตั้งค่าการใช้งานเว็บไซต์ร่วมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี ที่สามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ และการบริการให้กับผู้เข้ามาใช้งานในระบบ โดยคำนึงถึงความสะดวกและเข้าใช้งานได้ทุกที่ ทุกเวลา

การรวบรวมข้อมูล

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย 2 วิธี คือ การเก็บรวบรวมข้อมูล จากแหล่งข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary source) ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจากงานเอกสาร ตำรา เว็บไซต์ และ งานวิจัยต่างๆ เก็บรวบรวมข้อมูลจากภาคสนาม (Field research) วิธีเก็บข้อมูล ได้แก่ การใช้แบบสำรวจ บรรยายสนทนาและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และการใช้แบบสัมภาษณ์ แบบมีโครงสร้างและแบบประเมินโครงการ ผู้สูงอายุที่สนใจและสมัครเข้าร่วมกิจกรรมเสริมพลังพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐานของผู้สูงอายุโดยใช้ความถี่ คำร้อยละ
2. ศึกษาระดับความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมพลังในภาพรวมและเป็นรายด้าน

โดยใช้ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

3. ศึกษาระดับความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับแบบประเมินโครงการโดยใช้ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

4. ศึกษาระดับความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับแบบประเมินคุณภาพนวัตกรรมเว็บไซต์ คลังความรู้โดยใช้ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

5. ศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี จำนวน 44 ชุมชน ประกอบด้วย ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ส่วนใหญ่เป็นชุมชนที่ค่อนข้างแออัด มีแม่น้ำลำคลองที่สำคัญหลายสายไหลผ่าน ชุมชนเขตธนบุรีเป็น เขตอนุรักษ์เมืองเก่า มีแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์มีโบราณสถาน โบราณวัตถุที่สำคัญจึงเป็นแหล่ง เรียนรู้ทางด้านวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี รวมทั้งเป็นแหล่งรวมภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งผู้ทรงภูมิ ปัญญาส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่มีความรู้และประสบการณ์ ความเชี่ยวชาญอาชีพค่อนข้างหลากหลาย ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป ส่วนองค์ประกอบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ สุขภาพกายและใจ อาหารและโภชนาการ หลักประกันและความมั่นคง ในชีวิต การมีส่วนร่วมในสังคม การจัดการความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น และบทบาทหน้าที่ของครอบครัว และผู้สูงอายุ

2. ผลการสร้างนวัตกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัย ชุมชนพื้นที่ เขตธนบุรี ประกอบด้วย 1) การจัดกิจกรรมเสริมพลังให้กับผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัย ในภาพรวมพบว่า องค์ประกอบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อยู่ในระดับมากที่สุด โดยทำการวิเคราะห์และ สังเคราะห์เนื้อหา และกิจกรรมทั้ง 4 กิจกรรม 2) การสร้างนวัตกรรมคลังความรู้เว็บไซต์ตามกิจกรรม ที่กำหนด ได้แก่ การวิเคราะห์ออกแบบเว็บไซต์และการพัฒนาระบบฐานข้อมูลกำหนดเนื้อหาในหนังสือ อิเล็กทรอนิกส์ (E-book) ทดสอบประสิทธิภาพของเว็บไซต์ และจัดทำคู่มือการใช้งานเว็บไซต์ ผู้เชี่ยวชาญประเมินประสิทธิภาพของระบบที่สร้างขึ้น และทดลองใช้กับกลุ่มย่อยก่อนนำผลไปใช้จริง และติดตั้งเว็บไซต์ร่วมกับคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี และสามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ ซึ่งผลการประเมินคุณภาพของนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ในภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก

3. ผลการศึกษาแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคม สูงวัยในทศวรรษหน้า ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ส่วนใหญ่มีพลังความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม/ ชุมชนอย่างต่อเนื่อง ต้องการกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิตใจและการบริการ ด้านสุขภาพ และความต้องการได้รับความช่วยเหลือจากหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน สนับสนุน

งบประมาณเพื่อพัฒนาทักษะทางอาชีพในการสร้างรายได้เสริม ส่วนแนวทางการบริหารจัดการ คือ สำนักงานเขตธนบุรีฝ่ายพัฒนาชุมชน อนามัยชุมชน และมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี โดยร่วมกันวางแผน ในการจัดกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาด้านจิตใจ ด้านร่างกายและสิ่งแวดล้อมของชุมชน ส่วนในด้าน อาชีพ ชุมชนประสานกับหน่วยฝึกฝนอาชีพเคลื่อนที่และสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ ธนบุรี ให้ความรู้ในด้านอาหารรูปแบบต่างๆ

สรุปผลและอภิปรายผล

สรุป

1. ผลการศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี จำนวน 44 ชุมชน ประกอบด้วย ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ส่วนใหญ่เป็นชุมชนที่ค่อนข้างแออัด มีแม่น้ำลำคลองที่สำคัญหลายสายไหลผ่าน ชุมชนเขตธนบุรีเป็น เขตอนุรักษเมืองเก่า มีแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์มีโบราณสถาน โบราณวัตถุที่สำคัญจึงเป็นแหล่งเรียนรู้ทางด้านวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี รวมทั้งเป็นแหล่งรวมภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งผู้ทรงภูมิปัญญา ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่มีความรู้และประสบการณ์ที่มีความเชี่ยวชาญอาชีพของคนในชุมชนค่อนข้าง หลากหลาย ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป ส่วนองค์ประกอบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ สุขภาพกายและใจ อาหารและโภชนาการ หลักประกันและ ความมั่นคงในชีวิต การมีส่วนร่วมในสังคม การจัดการความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น และบทบาทหน้าที่ ของครอบครัวและผู้สูงอายุ

2. ผลการสร้างนวัตกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัย ชุมชนพื้นที่ เขตธนบุรี ประกอบด้วย 1) การจัดกิจกรรมเสริมพลังให้กับผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัย ในภาพรวมพบว่า องค์ประกอบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อยู่ในระดับมากที่สุด โดยทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์ เนื้อหา และกิจกรรมทั้ง 4 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมประกวดน้ำพริกสุดแซบ อาหารดีเพื่อสุขภาพ กิจกรรม ประกวดร้องเล่นเต้นพาเพลิน เสริมสุขภาพกายและใจ กิจกรรมประกวดสืบสานวัฒนธรรมไทยแต่งกาย ผ้าไทยย้อนยุค และกิจกรรมฝึกทักษะเรียนรู้การทำสบู่จากสมุนไพร 2) การสร้างนวัตกรรมคลังความรู้ เว็บไซต์ตามกิจกรรมที่กำหนด ได้แก่ การวิเคราะห์ออกแบบเว็บไซต์และการพัฒนาระบบฐานข้อมูล กำหนดเนื้อหาในหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-book) ทดสอบประสิทธิภาพของเว็บไซต์ฯ และฐานข้อมูล ที่กำหนดและจัดทำคู่มือการใช้งานเว็บไซต์ผู้เชี่ยวชาญประเมินประสิทธิภาพของระบบที่สร้างขึ้น และผู้เชี่ยวชาญด้านระบบสารสนเทศและเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ ทดลองใช้กับกลุ่มย่อยก่อนนำผลไปใช้จริง และติดตั้งเว็บไซต์ร่วมกับคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี สามารถใช้งานได้อย่างสมบูรณ์ และสามารถเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตได้ ซึ่งผลการประเมินคุณภาพของนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ในภาพรวม อยู่ในระดับดีมาก

3. ผลศึกษาแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ส่วนใหญ่มีพลังความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม/ชุมชนอย่างต่อเนื่อง ต้องการกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิตใจและการบริการด้านสุขภาพ และความต้องการได้รับความช่วยเหลือจากหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน สนับสนุนงบประมาณเพื่อพัฒนาทักษะทางอาชีพในการสร้างรายได้เสริม ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ จนสามารถพึ่งพาตนเอง มีหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต ตลอดจนต้องการเรียนรู้ นำนวัตกรรมไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ส่วนแนวทางการบริหารจัดการ คือสำนักงานเขตธนบุรีฝ่ายพัฒนาชุมชน อนามัย ชุมชน และมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีซึ่งถือว่าสถานศึกษาเป็นฐานร่วมกับชุมชนทั้ง 44ชุมชน โดยร่วมกันวางแผนในการจัดกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาด้านจิตใจ ด้านร่างกายและสิ่งแวดล้อมของชุมชน ส่วนในด้านอาชีพ ชุมชนประสานกับหน่วยฝึกฝนอาชีพเคลื่อนที่และสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี ให้ความรู้ในด้านอาหารรูปแบบต่างๆ

อภิปรายผล

ผลการศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี

สภาพชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี มีแม่น้ำและลำคลองสำคัญในพื้นที่ ได้แก่ แม่น้ำเจ้าพระยา คลองบางกอกใหญ่ คลองบางหลวง คลองบางน้ำจั่น คลองบางไส้ไก่ คลองบางสะแก คลองบุคคโล คลองวัดน้อย เป็นต้น แต่ปัจจุบันบางชุมชนใช้เป็นแหล่งน้ำสายหลักสำหรับบริโภคและสัญจร แต่บางคลองก็เลิกใช้เนื่องจากการทิ้งขยะและปล่อยน้ำเสียลงแม่น้ำลำคลองทำให้เกิดมลภาวะให้กับชุมชน นอกจากนี้ลักษณะของชุมชนเป็นแบบสังคมเมือง คือ ประชาชนอยู่หนาแน่น แออัด สภาพอากาศในชุมชนส่วนใหญ่มีมลภาวะสูงเกิดจากการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์จากรถจักรยานยนต์ที่ใช้สัญจรในชุมชน อาชีพส่วนใหญ่ของคนในชุมชน ได้แก่ รับจ้างทั่วไป ซึ่งสอดคล้องผลงานวิจัยของ ธนาวิ บุญลือ (2554, บทคัดย่อ) ระบุปัญหาของชุมชน ด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ น้ำในคลองบางไส้ไก่เน่าเสีย มอเตอร์ไซด์รับจ้างปล่อยมลพิษทางอากาศ เป็นต้น

ส่วนแหล่งทรัพยากรท่องเที่ยวในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์และศิลปวัฒนธรรมทางฝั่งธนบุรี เนื่องจากเป็นเขตอนุรักษ์เมืองเก่า จึงมีความโดดเด่นทั้งทางด้านสถาปัตยกรรม ประติมากรรมมากมาย เช่น โบสถ์ข้างตาคูรัส มัสยิดบางหลวง ถือเป็นมัสยิดทรงไทยแห่งเดียวในโลก วัดราชคฤห์วรวิหารเป็นวัดเก่าแก่ที่สร้างในสมัยกรุงศรีอยุธยาเช่นเดียวกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัย มณีวรรณ ชาตนิช (2555, หน้า 18-22) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการจัดการแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมชุมชน ตลาดพลู เขตธนบุรี ซึ่งเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ที่เก่าแก่ ยังมีแหล่งการเรียนรู้ที่เป็นศาสนสถาน โบราณสถาน โบราณวัตถุที่สำคัญ ได้แก่ กุฏิเจริญพาสน์ พระอุโบสถที่วัดกัลยาณมิตร

มีลักษณะสถาปัตยกรรมแบบจีน นอกจากนี้ยังเป็นชุมชนที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมอันประกอบด้วย 3 ศาสนา 4 ความเชื่อ ได้แก่ ศาสนาพุทธ ศาสนาคริสต์ และศาสนาอิสลาม ก็มีวิถีชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างสมานฉันท์ ถือว่าเป็นตัวอย่างที่ดีในการเป็นต้นแบบของชุมชนที่เข้มแข็ง จากการศึกษาของนงเยาว์ อุทุมพร (2558, หน้า 9) ได้จัดแหล่งการเรียนรู้ดังกล่าว เป็นแหล่งการเรียนรู้ทางประวัติศาสตร์ ศาสนสถาน และโบราณสถาน และแหล่งการเรียนรู้ทางศิลปวัฒนธรรม จากสิ่งที่กล่าวมาข้างต้นเป็นความภาคภูมิใจ และมีคุณค่าทางจิตใจของคนในชุมชน รวมทั้งผู้สูงอายุได้มีแหล่งการเรียนรู้ได้ศึกษาและเรียนรู้ตลอดชีวิต

ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี เป็นแหล่งรวมภูมิปัญญาท้องถิ่นมาแต่โบราณ รวมทั้งปราชญ์ชาวบ้านเก่าแก่มากมายหลายด้าน ตัวอย่างเช่น ขนมหรั่งกุฎีจีน ขนมงูย่าย เหยี่ยวไปรยทาน หมูอมลิน หัวโชน บ้านศิลปะไทย ของจิว ปลาตะเพียนฉลุไทยลายวิจิตร เป็นต้น ซึ่งภูมิปัญญาเหล่านี้ได้กระจายอยู่ในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี โดยผู้ทรงภูมิปัญญาส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญที่สั่งสมมาตั้งแต่บรรพบุรุษและสืบทอดกันมา และได้ถ่ายทอดองค์ความรู้และประสบการณ์สู่สาธารณชนเป็นการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ซึ่งสอดคล้องกับปรัชญาผู้สูงอายุไทยปี 2542 (นันทิยา ใจเย็น, 2557, หน้า 8) ระบุว่าผู้สูงอายุต้องได้รับปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ควรได้รับโอกาสในการศึกษาเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพของตนอย่างต่อเนื่อง เพื่อก่อให้เกิดความภาคภูมิใจและเห็นชีวิตมีคุณค่ามากขึ้นเมื่อเข้าสู่สู่วัย

ผลการสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี

จากการจัดกิจกรรมเสริมพลังให้กับผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัย โดยทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์เนื้อหา และกิจกรรมทั้ง 4 กิจกรรมทำให้ได้ข้อมูลองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพกายและใจของผู้สูงอายุ ด้านการดูแลอาหารและโภชนาการ ด้านหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต ด้านการมีส่วนร่วมในชุมชน ด้านการจัดการความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น และด้านบทบาทหน้าที่ของครอบครัวและผู้สูงอายุ พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี โดยภาพรวมมีการดูแลสุขภาพกายอยู่ในระดับดีมาก แต่ยังคงขาดงบประมาณจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัยที่ส่งเสริมการออกกำลังกายให้ทั่วถึงทุกชุมชน โดยมีการให้ความรู้วิธีการดูแลสุขภาพที่ถูกวิธี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภูมิวิวัฒน์ พรวนสุข (2558, หน้า 83) ผลการศึกษาด้านสุขภาพอนามัยพบว่า ควรมีกองในการนำแผนยุทธศาสตร์ ด้านสุขภาพอนามัยผู้สูงอายุไปปฏิบัติจริง ควรจัดอบรมให้ความรู้ อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างเหมาะสมแก่ผู้สูงอายุอย่างน้อย 1 ครั้ง/ปี

จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่า องค์ประกอบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มีความแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับบริบทและองค์ประกอบหลายๆ ด้านที่จะเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุ ซึ่งปัจจุบันรัฐบาลได้ดำเนินการปรับโครงสร้างกำลังคนของประเทศในส่วนของผู้สูงอายุ

โดยวางเป้าหมายที่จะสร้างความมั่นคงให้เป็น “สังคมผู้สูงอายุที่มีพลัง” (Active aging society) (คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ, 2553, หน้า 29-35) ซึ่งจะเห็นได้จากข้อมูลการประเมินความคิดเห็นของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ที่มีต่อวัตรกรรมกิจกรรมเสริมพลัง และวัตรกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ในรูปแบบทั้งวีดิทัศน์ และ e-book ซึ่งมีองค์ประกอบที่น่าสนใจ เช่น ความยาวของเนื้อหาเหมาะสม สื่อความหมายด้วยตัวอักษรได้ชัดเจน มีภาพเคลื่อนไหว สีสันสวยงาม มีเสียงประกอบ และภาพวีดิทัศน์ทำให้ผู้สูงอายุสนุกสนานและเพลิดเพลิน เป็นต้น ดังนั้นความคิดเห็นของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ ความเข้าใจ ด้านความพึงพอใจ และด้านการนำความรู้ไปใช้ประโยชน์เนื่องจากเป็นวัตรกรรมที่เสริมพลังให้กับผู้สูงอายุ ได้มีความสุขทั้งทางกายและใจสามารถดำรงชีวิตเพื่อเข้าสู่สังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน

ผลการศึกษาแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า

แนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า มีหลายประการ 1) ผู้สูงอายุมีความต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชนและหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น สถานศึกษา ห้างสรรพสินค้า เป็นต้น เพราะเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์ของการสูงวัยอย่างมีพลัง สอดคล้องกับการศึกษาของมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (2561, หน้า 4) ระบุว่า การสูงวัยอย่างมีพลังคือได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การได้โอกาสที่เหมาะสม ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมเป็นการเพิ่มคุณภาพชีวิตให้ผู้สูงอายุให้มีชีวิตอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี ซึ่งก็สอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) จากการศึกษาของ อรรถรา ธรรมาธิกุล (2558, หน้า 20-24) สุทธิพงศ์ บุญผดุง (2554, หน้า 9-10) อาชญญา รัตนอุบล และคณะ (2552, หน้า 22-25) กล่าวว่าทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่าผู้สูงอายุมีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อความสุขและการมีชีวิตที่ดี รู้สึกว่าตนเองยังมีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อสังคม และถ้าผู้สูงอายุมีกิจกรรมอยู่เสมอๆ 2) ผู้สูงอายุต้องการมีสุขภาพจิตที่ดี ถ้ามีสุขภาพจิตที่ดี ก็จะสามารถปรับตัวแก้ปัญหาต่างๆ และการมีกิจกรรมส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ซึ่งสอดคล้องกับหลักการของกรมอนามัย (2562) ที่ระบุว่า สิ่งสร้างจิตใจที่แจ่มใสให้กับผู้สูงอายุด้วยกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมทางสังคม จะช่วยให้ผู้สูงอายุได้พบปะกับผู้อื่นในวัยใกล้เคียงกัน จะไม่รู้สึกละโดดเดี่ยว 3) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการได้รับความช่วยเหลือจากหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน โดยมีนโยบายแผนงาน พัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ชัดเจน และเป็นรูปธรรมมากขึ้น ได้แก่ วิทยาการพัฒนาทักษะอาชีพและช่องทางการจัดจำหน่าย วิทยาการที่พัฒนาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกายและใจการตรวจเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ หลักประกันและความมั่นคงในชีวิตซึ่งสอดคล้องงานวิจัยของ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558, หน้า 83-86) ผลการศึกษา ควรส่งเสริมการศึกษาอาชีพและจัดหางานที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุตามความถนัด และสนับสนุนงบประมาณในการจัดอบรมเพิ่มความรู้และทักษะในการประกอบกลุ่มอาชีพของผู้สูงอายุ 4) ผู้สูงอายุต้องการวัตรกรรม

เสริมพลังในรูปแบบกิจกรรมเสริมพลังและนวัตกรรมสื่อเทคโนโลยี ได้แก่ คลังความรู้ผ่านเว็บไซต์ LINE Facebook You tube เป็นต้น ดังนั้นกิจกรรมเสริมพลังที่คณะนักวิจัยจัดให้กับผู้สูงอายุ มีประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เนื่องจากกิจกรรมจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความสุขที่ตนเองมีคุณค่า ไม่อยู่อย่างโดดเดี่ยวตามลำพัง ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรม (Activity theory) ซึ่ง วิกานันท์ ม่วงสกุล (2558, หน้า 104-105) เสนอว่า ผู้สูงอายุจะประสบความสำเร็จได้จะต้องมีการทำกิจกรรมอยู่เสมอ เป็นกิจกรรมที่กระทำร่วมกับบุคคลอื่น ส่วนนวัตกรรมเสริมพลังเป็นสื่อเทคโนโลยี คลังความรู้ รูปแบบเว็บไซต์ LINE Facebook หรือ You tube เป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้และรู้เท่าทันสื่อ เนื่องจากสภาพสังคมเปลี่ยนแปลง เทคโนโลยีเริ่มมีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกจะก้าวตามไม่ทัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพ์ใจ ทายะติ และคณะ (2560, บทคัดย่อ) ได้ศึกษา รูปแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุประเทศไทยเพื่อการเรียนรู้เท่าทันเทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสาร ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีขีดความสามารถ การรู้เท่าทันเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ในระดับปานกลาง นอกจากนี้ สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2560, หน้า 95-96) ได้สำรวจพบว่า ในปี 2560 ผู้สูงอายุร้อยละ 62.4 ใช้โทรศัพท์ที่ไม่ต้องเรียนรู้การใช้งานมากนัก แต่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้เช่นกัน โดยใช้บริการ SMS ผ่านโทรศัพท์มือถือ ใช้บริการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตเพื่อเข้าสื่อออนไลน์รับส่งอีเมล หรือใช้บริการธุรกรรมทางธนาคาร ดูหนัง ฟังเพลง อ่าน E-book ค้นหาข้อมูลบริการและสินค้าเพื่อสุขภาพ และอื่นๆ เป็นต้น ซึ่งงานวิจัยนี้ได้จัดทำเว็บไซต์คลังความรู้ผ่านอินเทอร์เน็ต E-book ผ่านเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัย เพื่อให้ผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี และผู้สนใจทั่วไปได้ใช้ประโยชน์ ส่วนแนวทางการบริหารจัดการ คือสำนักงานเขตธนบุรีฝ่ายพัฒนาชุมชน อนามัยชุมชน และมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีซึ่งถือว่าเป็นสถานศึกษาเป็นฐานร่วมกับชุมชนทั้ง 44 ชุมชน โดยร่วมกันวางแผนในการจัดกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาด้านจิตใจ ด้านร่างกายและสิ่งแวดล้อมของชุมชน ส่วนในด้านอาชีพ ชุมชนประสานกับหน่วยฝึกฝนอาชีพเคลื่อนที่และสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี ให้ความรู้ในด้านอาหาร รูปแบบต่างๆ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำข้อมูลเพื่อเป็นแนวทางจากข้อมูลการวิจัยไปดำเนินการวางแผนกำหนดนโยบายให้กับชุมชนเขตพื้นที่ที่กำกับดูแล ตลอดจนภาครัฐได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ให้มีความพร้อมด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านสติปัญญา และด้านครอบครัว สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพในทศวรรษหน้า
2. ควรสนับสนุนเพื่อสร้างแนวทางที่จะนำข้อมูลสำหรับผู้สนใจทำวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการศึกษา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทอื่นๆ ต่อไป
3. ควรสนับสนุนให้มีการอบรม สัมมนา เพื่อพัฒนา การสร้างนวัตกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าในพื้นที่อื่นๆ

เอกสารอ้างอิง

- กรมอนามัย. (2562). สร้างจิตใจที่แจ่มใสให้ผู้สูงอายุด้วยกิจกรรมทางสังคม. ค้นเมื่อ 21 มีนาคม 2562, จาก <http://www.mutimedia.anamai.moph.go.th>
- คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ, กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2553). แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2564) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552. กรุงเทพมหานคร : เทพเพ็ญวานิชย์.
- ดวงใจ คำคง. (2554). ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตำบลลำสินธุ์ อำเภอสรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการระบบสุขภาพ คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- ธนาวดี บุญลือ และคณะ. (2554). โครงการเพื่อพัฒนาและแก้ไขความเหลื่อมล้ำทางสังคมในกรุงเทพมหานคร ชุมชนวัดใหญ่ศรีสุพรรณ แขวงหิรัญรูจี เขตธนบุรี. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสยาม
- นงเยาว์ อุทุมพร. (2558). รายงานวิจัย การพัฒนาการบริหารจัดการแหล่งเรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงในชุมชนเขตธนบุรี. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.
- นันทิยา ใจเย็นหน้า (2557). แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่พิการในพื้นที่ของเทศบาลตำบลท่าไม้ อำเภอดำรงวิทยะ จังหวัดกาญจนบุรี. การค้นคว้าอิสระปริญญารัฐประศาสนศาสตร์ มหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ คณะวิทยาการ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ปราโมทย์ ประสาทกุล. (2556). สถานการณ์ผู้สูงอายุ แนวโน้ม และผลกระทบจากการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พิมพ์ใจ ทายะติ, ชไมพร ดิสถาพร และฤทธิชัย อ่อนมิ่ง. (2560). รูปแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุประเทศไทยเพื่อการรู้เท่าทันเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร, 10 (3), หน้า 1456-1471.
- ภูมิวัฒน์ พรวนสุข. (2558). แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตจังหวัดแพร่. วารสารบัณฑิตวิทยาลัย พิษณุพนธ์, 10 (1), หน้า 83.
- มติชนหน้า (2561). โลกกับความท้าทายของ “สังคมสูงวัย”. ค้นเมื่อ 4 มกราคม 2561 จาก http://www.matichon.co.th/news_789840. มติชน.
- มณีวรรณ ชาตวนิช. (2555). การจัดการแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมในชุมชนตลาดพลู เขตธนบุรี. วารสารกระแสนวัฒนธรรม, 13 (24), หน้า 16-32.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2561). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2557. นครปฐม : พรินเทอรี่.

- วิภาณันท์ ม่วงสกุล. (2558). การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพังด้วยแนวคิดพหุคูณพลัง. **วารสารวิจัยสังคม**, 38 (2), หน้า 93-112.
- ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต และคณะ. (2557). **คุณภาพชีวิตการทำงานและความสุข**. นครปฐม : โครงการจับตาสถานการณ์ความสุขของคนทำงานในประเทศไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สมรัตน์ ขำมาท. (2560). **คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลนางหล้า อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา**. สงขลา : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนางหล้า อำเภอสทิงพระ จังหวัดสงขลา
- สำนักงานเขตธนบุรี. (2561). **ประวัติและข้อมูลทั่วไปของเขตธนบุรี**. ค้นเมื่อ 17 กรกฎาคม 2561, จาก www.bangkok.go.th/thonburi
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). **รายงานการสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2560**. ค้นเมื่อ 5 มีนาคม 2562, จาก <http://www.egov.go.th>
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2558). **สำรวจข้อมูลประชากรสูงอายุไทย ปี 2545; 2554 และ 2557**. ค้นเมื่อ 6 ตุลาคม 2559, จาก <http://www.nso.go.th/site/Page/home.aspx>.
- สุทธิพงศ์ บุญผดุง. (2554). **การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่น โดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)**. สืบค้นเมื่อ 12 กรกฎาคม 2561, จาก <http://www.ssruir.ac.th/bitstream/ssruir/482/1/057-54.pdf>
- อรรครา ธรรมาธิกุล. (2558). **การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างพลังอำนาจผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาชุมชน** วิทยานิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาพัฒนาศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- อาชัญญา รัตนอุบล และคณะ. (2552). **การศึกษาสภาพ ปัญหา ความต้องการ และรูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการเตรียมความพร้อมเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของผู้ใหญ่วัยแรงงานหน้า กรุงเทพมหานคร : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**.
- Flanagan, J. (1978). A Research Approach to Improving Our Quality of Life. **American Psychologist**, 33 (2), pp.138-147.
- The WHOQOL GROUP. (1995). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position Paper from the World Health Organization. **Social Sciences Medicine**, 41 (10), pp.1403-1409.