

คุณค่าและศักยภาพผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

Values and Potential of the Elderly in the Northeast

เฉลิมเกียรติ มินา

มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Chalermkiat Mina

Khon Kaen University

E-mail: chamin@kku.ac.th

บทคัดย่อ

บทความฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคุณค่าและศักยภาพของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ใช้รูปแบบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน การวิจัยเชิงปริมาณ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 200 คน การวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 50 คน ได้แก่ ผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างจาก 4 จังหวัด ได้แก่ ขอนแก่น กาฬสินธุ์ มหาสารคาม และร้อยเอ็ด เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกมาวิเคราะห์ และจัดเรียงลำดับ

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุมีความเห็นด้วยว่าตนเองนั้นเป็นคนมีคุณค่าทัดเทียมผู้อื่น คิดเป็นร้อยละ 54 มีความเห็นว่าตนเองเป็นคนที่มีคุณสมบัติที่ดีหลายอย่างคิดเป็นร้อยละ 52 มีความคิดว่าตัวเองสามารถทำอะไรสำเร็จคิดเป็นร้อยละ 62 คิดว่ามีความสามารถทำสิ่งต่างๆได้ดีเท่าผู้อื่น คิดเป็นร้อยละ 70 มีความรู้สึกภูมิใจในตนเอง คิดเป็นร้อยละ 52 มีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองในทางที่ดี คิดเป็นร้อยละ 68 สามารถนับถือตัวเองได้คิดเป็นร้อยละ 66 คิดว่าตนเองมีความสุขอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 54 ศักยภาพของผู้สูงอายุมีหลากหลายโดยสามารถเรียงลำดับตามศักยภาพได้ ดังนี้ 1. อาหาร 2. ขนมหวาน 3. ทำขนมปัง 4. ด้านวิชาการ 5. ด้านภาษา แนวทางในการนำศักยภาพนั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่สังคมอย่างเหมาะสม คือ 1. ผู้สูงอายุที่มีความชำนาญในสาขาวิชาต่าง ๆ ให้ เปิดบริการให้ความรู้เรื่องนั้น ๆ แก่ประชาชนทั่วไป 2. ทำให้สมาชิกมีรายได้เพิ่ม

คำสำคัญ: คุณค่า; ศักยภาพ; ผู้สูงอายุ

* ได้รับบทความ: 28 ตุลาคม 2565; แก้ไขบทความ: 25 พฤศจิกายน 2565; ตอรับตีพิมพ์: 30 พฤศจิกายน 2565

Abstract

This article aims to study the values and potential of the elderly in the Northeastern. Use combined research. Sample of 200 people for quantitative research and 50 people for qualitative research was collected. The sample group was the elderly in the Northeastern region. The researcher took a simple random sampling from 4 provinces, namely Khon Kaen, Kalasin, Mahasarakham and Roi Et. Data were collected using a questionnaire and an in-depth interview form. Analyze the data by finding percentages. The data from the in-depth interviews were analyzed and arranged in order.

The findings can be summarized as follows: In terms of values, 54% think they are equal to others; 52% think they are of various qualifications and 62% think they are inferior to others. In terms of competency, 70% think they are equal to others; 52% think they are inferior to others; 68% agree to adopt the concept of self-satisfaction; 66% think they are friendly to all; 54% it is found that the elderly population bear various aspects of competency as follows: 1. Food, 2. Dessert, 3. Bread, 4. Academics, 5. Language. It is recommended that the following activities should be organized for the senior population: 1. Academic service to the public in various fields of expertise where the aged can exercise their knowledge to serve their society. 2. Income-earning activities.

Keywords: The value; Potential; The elderly

บทนำ

ประเทศไทย เข้าสู่ "สังคมสูงวัย" นับตั้งแต่ปี 2548 และกำลังเข้าสู่ "สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์" หากประชากรไทยที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มีจำนวนมากถึง ร้อยละ 20 ในปี 2564 หรือในอีก 7 ปีข้างหน้า จำนวนประชากรในประเทศไทยประมาณ 68 ล้านคน หรือแบ่งเป็นประชากรที่มีรายชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร จำนวน 65 ล้านคน ซึ่งรวมถึงประชากรสัญชาติไทยและไม่ใช่นักสัญชาติไทยส่วนอีก 3 ล้านคน เป็นประชากรที่ไม่ได้อยู่ในทะเบียนราษฎรส่วนใหญ่เป็นแรงงานย้ายถิ่นฐานจากประเทศใกล้เคียงแม้ว่าการเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากรยังคงเพิ่มขึ้นต่อไป แต่เป็นการเพิ่มขึ้นอย่างช้าลง อยู่ที่ร้อยละ 0.5 ต่อปีและมีแนวโน้มที่จะลดลงไปอีกจนถึงจุดอ้อมตัวในปี 2565 ส่งผลกระทบไปที่โครงสร้างอายุของประชากรเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจน

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรและทำให้ประชากรผู้สูงอายุมีเพิ่มขึ้น เนื่องจากอัตราการเจริญพันธุ์ที่ลดต่ำลงทำให้การเพิ่มขึ้นของประชากรลดลงด้วย ถึงแม้ว่าอัตราการตายของทารกลดลงแล้วก็ตาม แต่ก็ส่งผลต่อการเพิ่มขึ้นของประชากรไม่มากนัก อีกทั้งประชากรในปัจจุบันมีการคาดหวังในอายุเฉลี่ยที่เพิ่มสูงขึ้นผู้สูงอายุที่อายุ 80 ปีขึ้นไปจึงมีเพิ่มมากขึ้นอย่างการคาดการณ์กลุ่มประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 80 ปี จะเพิ่มสูงขึ้นเป็น 18 ล้านคนในปี 2567 (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2558) ทักษะที่ผู้สูงอายุมีต่อผู้สูงอายุด้วยกันไว้อย่างน่าสนใจว่าผู้สูงอายุมองกันเองในหลายทักษะ เช่น (1) มองอย่างสงสาร เห็นว่าแก่แล้วไม่เจียมตัว อุทิศสำหรับสังขารไปเดินแรงเดินกาอยู่ด้วย (2) มองอย่างน่าทุเรศ แบบนักเรียนนอกที่วัฒนธรรมฝรั่งฝังหัวจนชอบมองลักษณะคนแก่ไทยที่ไม่เห็นด้วยกับตนอย่างเหยียดหยาม (3) มองอย่างนับถือ เพราะเชื่อมั่นในคุณงามความดีและความรู้ความสามารถ (4) มองอย่างริษยา เพราะตนเองไม่สามารถทำอย่างเขาได้ (5) มองอย่างรังเกียจ เพราะเขาไม่เคารพบนอบตนมีความเห็นไม่ตรงกับตนหรือไม่ยอมเป็นพวกกับตน (6) มองเหมือนคนบ้า เพราะเห็นว่าแก่แล้วไม่อยู่ตามประสาแก่ ยังมีติดหาจัดห้วงลาภ หวังยศ หวังตำแหน่งไม่รู้จักพอ มุมมองเหล่านี้ก่อให้เกิดผลกระทบทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ทั้งในเรื่องของคุณค่าแห่งตนและเรื่องศักยภาพผู้สูงอายุ

ทาทท์ กล่าวว่า คุณค่าแห่งตน เป็นการประเมินหรือตัดสินคุณค่า โดยอาศัยกระบวนการรับรู้ความรู้สึกมี 2 ขั้นตอน คือ 1. การรับรู้คุณค่าแห่งตนจากภายใน (Inner Self-Esteem) เป็นการรับรู้คุณค่าแห่งตนโดยประเมินจากความสามารถ สมรรถนะ และการกระทำต่าง ๆ แล้วผลที่ได้รับตรงตามที่ตนปรารถนาหรือคาดหวัง ซึ่งคุณค่าแห่งตนในลักษณะนี้ถูกสร้างอย่างถาวรจากประสบการณ์ตั้งแต่ช่วงแรกของชีวิต 2. การรับรู้คุณค่าแห่งตนจากภายนอก (Outer Self-Esteem) เป็นการรับรู้คุณค่าแห่งตนโดยประเมินเจตคติและการยอมรับของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง ซึ่งคุณค่าแห่งตนในลักษณะนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามบทบาททางสังคม และความสามารถในการเผชิญปัญหา ของบุคคลนั้น ๆ จากทักษะเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่ามีมุมมองหลากหลายทั้งแง่ดีและแง่ร้ายซึ่งความน่าเคารพนับถือต่อผู้สูงอายุนั้นขึ้นอยู่กับความรู้ ความสามารถ คุณงามความดี และการปฏิบัติตัวที่เป็นไปตามความคาดหวังของสังคมผู้สูงอายุ ผู้ที่มีประสบการณ์และภูมิปัญญาที่มีคุณค่าต่อสังคมการส่งเสริมคุณค่าและใช้ศักยภาพผู้สูงอายุนอกจากเป็นสื่อกลางในการดำรงสืบสานวัฒนธรรมแล้วยังเป็นกิจกรรมสำคัญที่สร้างขวัญและกำลังใจที่เสริมหนุนให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตช่วงวัยอย่างมีความสุขมีศักดิ์ศรีและความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งจะนำไปสู่การดำรงชีวิตอย่างผาสุกและมีคุณค่า ดังนั้น หากคนในสังคมโดยเฉพาะในครอบครัว เปลี่ยนท่าทีหรือได้มีการทำความเข้าใจถึงศักยภาพที่มีอยู่ของผู้สูงอายุและหาแนวทางในการนำศักยภาพนั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่สังคมอย่างเหมาะสม ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาคุณค่าและศักยภาพของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาคุณค่าและศักยภาพของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยเรื่องคุณค่าและศักยภาพของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ใช้รูปแบบวิธีวิจัยแบบผสมผสานทั้งการวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยเชิงคุณภาพ

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (สำหรับเชิงปริมาณ)

ประชากร คือ ผู้สูงอายุ จากจังหวัดขอนแก่น กาฬสินธุ์ มหาสารคาม ร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุ จำนวน 200 คน มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป ไม่มีการใช้ประชากรกลุ่มเปราะบาง (ซึ่งเป็นกลุ่มที่ไม่สามารถตัดสินใจเองได้ในภาวะสำคัญ) ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling)

ประชากรและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (สำหรับเชิงคุณภาพ)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ เจ้าหน้าที่ที่ให้บริการของสถาบันที่ให้บริการผู้สูงอายุ จำนวน 50 คน จากตัวแทนทั้งหมด 4 จังหวัด จากจังหวัดขอนแก่น กาฬสินธุ์ มหาสารคาม ร้อยเอ็ด ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling)

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เชิงปริมาณใช้แบบสอบถาม จำนวน 30 ข้อ ลักษณะของข้อคำถามที่มีคำตอบให้เลือกเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ดังนี้ ให้คะแนน 5 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุเห็นว่าตนเองมีความต้องการมากที่สุด ให้คะแนน 4 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุเห็นว่าตนเองมีความต้องการมาก ให้คะแนน 3 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุเห็นว่าตนเองมีความต้องการปานกลาง ให้คะแนน 2 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุเห็นว่าตนเองมีความต้องการน้อย ให้คะแนน 1 คะแนน หมายถึง ผู้สูงอายุเห็นว่าตนเองมีความต้องการน้อยที่สุด

เชิงคุณภาพใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก ตัวอย่างของข้อคำถาม เช่น 1. การเตรียมความพร้อมของสุขภาพร่างกาย 2. การเตรียมเรื่องการเงินและทรัพย์สิน 3. การเตรียมเรื่องบ้านและที่อยู่ 4. การเตรียมการเรื่องงาน 5. การเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจ 6. การเตรียมความพร้อมด้านสังคม 7. การเตรียมความพร้อมด้านนโยบาย

ตรวจสอบเครื่องมือโดยคัดเลือกจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยา 1 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญทางด้านสังคมศาสตร์ 1 ท่าน ผลการตรวจสอบเครื่องมือได้รับความเห็นชอบจากผู้เชี่ยวชาญโดยไม่มีการแก้ไขแบบสอบถาม และนำแบบสอบถามที่ได้รับการเห็นชอบไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างอื่น คือ ผู้สูงอายุในจังหวัดอุดรธานี หาดำร้อยละ และนำข้อมูลความต้องการของผู้สูงอายุและความพร้อมของสถาบันที่ให้บริการผู้สูงอายุจากการสัมภาษณ์เชิงลึกมาวิเคราะห์และจัดเรียงลำดับ

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล : ระยะเวลา 1 ปี

การเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้วิธีการประสานงานกับผู้นำและประธานชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดขอนแก่น กาฬสินธุ์ มหาสารคาม และร้อยเอ็ด ของกลุ่มประชากรที่ต้องการให้เข้าร่วมโครงการ 200 คน เพื่อขอที่อยู่ของผู้สูงอายุ แล้วนำรายมาสุ่มตัวอย่างประชากรแบบง่าย ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่างและให้ตอบกลับมายังผู้วิจัยเพื่อรวบรวมการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีสัมภาษณ์เชิงลึกเจ้าหน้าที่ที่ให้บริการของสถาบันที่ให้บริการผู้สูงอายุ จำนวน 50 คน ในจังหวัดขอนแก่น กาฬสินธุ์ มหาสารคามและร้อยเอ็ด

5. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์และประมวลผลด้วยโปรแกรม Microsoft Excel เพื่อหาค่า ดังนี้ ตอนที่ 1 จำนวนประชากรที่ตอบแบบสอบถาม จำนวน 1 ข้อ ได้แก่ เพศ โดยนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อหาความถี่และค่าร้อยละ ตอนที่ 2 แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์เชิงลึก เรื่อง แนวทางในการส่งเสริมคุณค่าและศักยภาพของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยเป็นการสอบถามถึงระดับความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม ในการเห็นคุณค่าและศักยภาพของตนเอง และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ โดยหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์แบบสอบถามแนวทางในการส่งเสริมคุณค่าและศักยภาพของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และการสัมภาษณ์เชิงลึกเพิ่มเติมพบว่าศักยภาพของผู้สูงอายุมีความสามารถเรียงลำดับได้ดังต่อไปนี้

1. อาหาร โดยเฉพาะอาหารพื้นเมืองของภาคอีสาน เช่น ส้มตำ ซุปหน่อไม้ ซุปมะเขือ แกงขี้เหล็ก หมกฮวก อ่อมหอย ต้มไก่ ลาบปลา ลาบวัว
2. ขนมหวาน เช่น ก๋วยบวชชี ขนมเทียน ข้าวต้มมัด
3. ขนมปัง เช่น ขนมทาแยม เค้กกล้วยหอม
4. ด้านวิชาการผู้สูงอายุที่เคยเป็นข้าราชการ เมื่อเกษียณอายุราชการแล้วยังช่วยฝึกอบรมในโครงการต่าง ๆ
5. ด้านภาษาสอนภาษาอังกฤษ
6. ปลูกพืช พืชผักสวนครัว
7. เลี้ยงสัตว์ เช่น วัว ควาย เป็ด ไก่ หมู
8. ประมง เช่น ทำกระชังเลี้ยงปลา กุ้ง กบ เต่า และสัตว์น้ำอื่น ๆ

9. การดนตรีและการร้องเพลง

10. งานฝีมือและศิลปหัตถกรรม เช่น วิชาจักสาน เย็บปักถักร้อยเย็บเสื้อผ้าที่นอน ประดิษฐ์ร่มกันแดดทั้งกลุ่มผู้สูงอายุในจังหวัดกาฬสินธุ์ ขอนแก่น ร้อยเอ็ด มหาสารคาม

11. เกมกีฬา เช่น เปตอง ชี้อกรยาน หมากกระดานหมากรูก เล่นไพ่

12. การเดินรำฟ้อนรำและกิจกรรมเข้าจังหวะ เต้นแอโรบิก บางจังหวัดได้ร่วมแข่งขันการเดินกิจกรรมเข้าจังหวะจนได้รับรางวัลเช่นกลุ่มผู้สูงอายุจังหวัด กาฬสินธุ์ และร้อยเอ็ด มหาสารคาม

13. เปิดบริการตรวจรักษาพยาบาล

14. เชื่อมโยงวิทยาการวัฒนธรรมและประเพณีท้องถิ่นเช่น หมอสู่วัย มัคทายก

15. เปิดบริการให้คำปรึกษาศักยภาพ

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุได้ข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางในการส่งเสริมคุณค่าและศักยภาพของผู้สูงอายุในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ดังต่อไปนี้

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังมีศักยภาพมีความสามารถในการที่จะทำงานประเภทต่าง ๆ เกือบทุกประเภท และทุกสาขาวิชาการ นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุมีความพร้อมในการที่จะทำงานหรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ทางสังคมอีกด้วย ดังนั้น หากคนในสังคมโดยเฉพาะในครอบครัว เปลี่ยนท่าทีหรือได้มีการทำความเข้าใจถึงศักยภาพที่มีอยู่ของผู้สูงอายุ และหาแนวทางในการนำศักยภาพนั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่สังคมอย่างเหมาะสม คือ

1. ผู้สูงอายุที่มีความชำนาญในสาขาวิชาต่าง ๆ เปิดบริการให้ความรู้เรื่องนั้น ๆ แก่ประชาชนทั่วไป เช่น เปิดสอนวิชาจักสาน เปิดบริการตรวจรักษา (ถ้าสมาชิกของกลุ่มผู้ที่เป็น แพทย์ พยาบาล) เปิดบริการให้คำปรึกษาศักยภาพ (ถ้ามีสมาชิกเป็นนักกฎหมาย) หรือเปิดบริการให้คำแนะนำการทำธุรกิจ (ถ้ามีสมาชิกเป็นนักธุรกิจที่มีชื่อเสียง หรือประสบความสำเร็จทางธุรกิจ) ซึ่งการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุที่มีความชำนาญในสาขาวิชานั้น ๆ หมั่นเวียนกันมาทำหน้าที่

2. ทำให้สมาชิกมีรายได้เพิ่มและชมรมสามารถหารายได้สำหรับจัดกิจกรรมอื่น ๆ ได้อีกด้วย

3. จัดกิจกรรมสันทนาการสำหรับเด็ก ๆ โดยให้ผู้สูงอายุเป็นผู้ให้บริการ เช่น ทุกวันเสาร์ตอนบ่ายจะมีสโมสรนิทานคุณหนู โดยให้สมาชิกผู้สูงอายุเป็นผู้มาเล่านิทานให้เด็ก ๆ ฟังหรืออาจทำกิจกรรมอื่น เช่น การสาธิตการเล่นของเล่นสมัยก่อน ซึ่งบริการลักษณะนี้เป็นบริการฟรี แต่ละสิ่งที่จะได้ คือ การฟื้นฟูสภาพจิตใจของผู้สูงอายุและเป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างผู้สูงอายุกับเด็ก ๆ ซึ่งจะเป็นพื้นฐานในการสร้างความรัก ความเข้าใจของคนสองวัยเข้าด้วยกัน นอกจากนี้ยังเป็นการถ่ายทอดความคิด ความเชื่อและประสบการณ์ของคนรุ่นเก่าให้แก่คนรุ่นใหม่ อันเป็นการเชื่อมโยงอดีตเข้ากับอนาคต ด้วยกิจกรรมนี้อาจจัดในช่วงปิดภาคเรียน เช่น จัดทำ DAY CARE

4. ให้เป็นมัคคุเทศก์ในบางพื้นที่ที่เป็นที่ท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ เช่น วัด โบราณสถาน อาจจะใช้ผู้สูงอายุที่มีความรู้ในเรื่องนั้น เป็นไกด์ในการนำนักท่องเที่ยวชมสถานที่ โดยทางบริษัททัวร์ จ่ายค่าตอบแทนให้ผู้สูงอายุ หรือชมรมที่ผู้สูงอายุสังกัด ซึ่งอาจหมุนเวียนให้สมาชิกที่มีความรู้ในเรื่องนี้ ผลัดเปลี่ยนกันมาทำหน้าที่

5. กิจกรรมการฟื้นฟูสมรรถภาพที่ต้องใช้อุปกรณ์ เช่น ไม้กระเดื่องเพื่อออกกำลังแขนหรือจักรยาน กรรเชียงบก อาจประยุกต์ใช้วัสดุในท้องถิ่น เช่น ไม้ จักรยานเก่า หรือไม้ไผ่มาทำ เพื่อให้ง่ายต่อการบำรุงรักษา และเป็นการประหยัด (เพราะอุปกรณ์ที่มีจัดไว้ให้ศูนย์บริการของรัฐบางแห่ง ผู้สูงอายุไม่มีโอกาสได้ใช้เพราะใช้ไม่เป็นหรือเจ้าหน้าที่ไม่อยู่หรือเจ้าหน้าที่เองก็ไม่รู้วิธีใช้อย่างถูกต้อง)

6. จัดทำสวนสุขภาพที่มีพื้นที่สำหรับเดินออกกำลังกายและมีอุปกรณ์ออกกำลังกาย ซึ่งพื้นที่นี้ นอกจากผู้สูงอายุแล้วคนในวัยอื่น ๆ ยังสามารถใช้ประโยชน์ร่วมกันได้อีกด้วยซึ่งจะเป็นการเปิดโอกาสให้คนในวัยต่าง ๆ ได้มีโอกาสได้พบปะแลกเปลี่ยนทัศนะ ความรู้ ความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ร่วมกัน

7. สนับสนุนให้เป็นผู้การเชื่อมโยงวิทยาการวัฒนธรรม ประเพณีท้องถิ่นจากอดีตให้คงอยู่ในปัจจุบันและต่อเนื่องไปถึงอนาคต ซึ่งนับเป็นการรักษาเอกลักษณ์ของชาติ

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุส่วนมากเห็นว่าตนมีความสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดีเท่าผู้อื่นอยู่ในระดับมาก อีกทั้งยังมีการศึกษาของ ภักศจิรณ ชันทอง เรื่อง “การพัฒนาศักยภาพการดูแลตนเองของผู้สูงอายุจากโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ตำบลหนองซอน อำเภอเมืองจังหวัดอุบลราชธานี” ผลการวิจัยพบว่าสามารถแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นจากภายในชุมชนและส่งผลให้เกิดความต่อเนื่องเพราะมีผู้นำในพื้นที่ที่มีความรู้และอยู่ในชุมชน สามารถดูแลตนเองและผู้สูงอายุได้อย่างยั่งยืนในระดับมาก (ภักศจิรณ ชันทอง, 2559)

ผู้สูงอายุเห็นว่าตนสามารถนับถือตัวเองได้มากกว่านี้อยู่ในระดับมากและพร้อมที่จะทำงานหรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ทางสังคม อีกทั้งยังมีการศึกษาของอาชญญา รัตนอุบล เรื่อง “ข้อเสนอการพัฒนาการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ” ผลการวิจัยพบว่า 1) นโยบาย กลไก และมาตรการในการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุของภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ มุ่งเน้นด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงหรือการมีหลักประกันของชีวิต มีการจัดทำมาตรการและออกแบบกลไกเพื่อให้เกิดประสิทธิผลในการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุอย่างเป็นรูปธรรมทุกรูปแบบเน้นการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง 2) สภาพจริงของการดำเนินงาน พบว่า มีความหลากหลายของรูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุขึ้นกับพื้นที่และหน่วยงาน องค์กร และเครือข่ายที่สนับสนุน มีการทำงานร่วมกันระหว่างผู้สูงอายุและองค์กรภาคีเครือข่ายต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

เน้นการส่งเสริมสังคมและสุขภาพเป็นสำคัญ โรงเรียนผู้สูงอายุ มุ่งเน้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสุขภาพ และการดูแลตัวเอง โดยให้ผู้สูงอายุและชุมชนมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการ

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่าเพศชายมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิงอีกทั้งยังมีการศึกษาของเกษขญา มีความสุข เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจในงานของข้าราชการสาย ค มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (เกษขญา มีความสุข, 2546) ต่างพบว่า เพศชายมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่าเพศชายมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง จึงไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริวรรณ ทวีวัฒนปรีชา พบว่า นิสิตเพศหญิงมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศชายเช่นกัน และ สิตา เพียรพิจิตร ซึ่งได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของพนักงานท่าอากาศยาน กรุงเทพฯ และการศึกษาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองกับแรงจูงใจในการทำงานของพนักงานกรณีศึกษาบริษัท เอกชนแห่งหนึ่งในนิคมเกษตรฯ จังหวัดฉะเชิงเทราของกิตติมณี ศรีสะอาด ต่างพบว่าเพศที่ต่างกันจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกันอายุจัดเป็นปัจจัยสภาพแวดล้อมทั่วไปของบุคคล

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่าส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสสอดคล้องกับงานวิจัยของสถานภาพสมรสเป็นปัจจัยสภาพแวดล้อมทั่วไปของบุคคลตามแนวคิดของ Rosenberg (1979) โดยสถานภาพสมรสถือเป็นความสัมพันธ์รูปแบบหนึ่งของสังคม การที่บุคคลอยู่ในครอบครัวที่อบอุ่น รักใคร่กลมเกลียว ย่อมรู้สึกมีความสุขมากกว่าบุคคลที่อยู่ในครอบครัวที่ขาดความอบอุ่นหรือครอบครัวล้มเหลว

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี มีเพียงส่วนน้อยที่มีการศึกษามีการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรี จึงทำให้มีการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในระดับสูง สอดคล้องตามแนวคิดของ Rosenberg (1979) โดยระบบการศึกษาและสถาบันการศึกษาเป็นสำคัญ ที่ช่วยส่งเสริมให้ บุคคลเกิดทักษะทางความคิดและความสร้างสรรค์ เช่นเดียวกับ Coopersmith (1981) ที่มองว่าการศึกษานำไปสู่การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง โดยบุคคลจะพัฒนาสิ่งเหล่านี้จนเกิดเป็นความมั่นใจในตนเองและจะพัฒนาไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเองในที่สุด

ข้อเสนอแนะ

1. ควรจัดตั้งกลุ่มเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุที่มีความชำนาญในสาขาวิชาต่าง ๆ ให้เปิดบริการให้ความรู้เรื่องนั้น ๆ แก่ประชาชนทั่วไป
2. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีรายได้เพิ่มเติมในการทำอาหาร ทำขนม ปลูกพืชผักสวนครัวและการทำประมง

องค์ความรู้ใหม่



เอกสารอ้างอิง

- เกษขญา มีความสุข. (2546). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองกับความพึงพอใจในงานของข้าราชการสาย ค มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- รักศศิกรณ ชันทอง. (2559). การพัฒนาศักยภาพการดูแลตนเองของผู้สูงอายุจากโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ตำบลหนองขอน อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี. *วารสารหมอยาไทยวิชัย*, 2(2), 54-59.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2558). รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทยประจำปี 2558. สืบค้นเมื่อ 16 มกราคม 2562, จาก <https://thaitgri.org/?p=37841>.

ศิริวรรณ ทวีวัฒนปรีชา. (2549). การเห็นคุณค่าในตนเองและความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการปรับตัวในสังคมของนิสิต คณะเภสัชศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สิตา เพียรพิจิตร. (2542). ปัจจัยที่มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของพนักงานท่าอากาศยาน กรุงเทพฯ. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

อาชัญญา รัตนอุบล. (2562). ข้อเสนอการพัฒนาการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ. *วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย*, 11(1), 29-46.

Coopersmith, S. (1981). The antecedents of self-esteem. 1967. San Francisco, CA.

Rosenberg (1997). An item response theory analysis of the Rosenberg Self-Esteem Scal. *Personality and Social Psychologubulletin* May 1, 19