

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง

Factors affecting lifelong learning of the elderly in Lampang Province

นิตยา วงศ์ยศ¹,
ธนกร สิริสุคันธา² และ สุพรรณิ คำवास³
มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง^{1,2,3}

Nittaya Wongyos¹,
Thanakorn Sirisugandha² and Supunnee Kamwass³
Lampang Rajabhat University^{1,2,3}

Corresponding Author, Email: nittaya_product@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความสำคัญของแรงจูงใจและความต้องการ สุขภาพกายและสุขภาพจิต การสนับสนุนทางสังคม และการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง และ 2) วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างคือผู้สูงอายุจำนวน 380 คน เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและการถดถอยพหุคูณแบบ Enter

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้สูงอายุมีระดับสุขภาพกายและสุขภาพจิตอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาคือแรงจูงใจและความต้องการ ส่วนการสนับสนุนทางสังคมและการเรียนรู้ตลอดชีวิตอยู่ในระดับมาก การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณพบว่า สุขภาพกายและสุขภาพจิตเป็นตัวทำนายที่มีอิทธิพลสูงที่สุดต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต ($\beta = 0.522$, $p < .01$) รองลงมาคือ แรงจูงใจและความต้องการ ($\beta = 0.326$, $p < .01$) และ การสนับสนุนทางสังคม ($\beta = 0.115$, $p < .01$) แบบจำลองสามารถอธิบายความแปรปรวนของการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้ร้อยละ 17.80 ($R^2 = 0.178$)

คำสำคัญ: การเรียนรู้ตลอดชีวิต; แรงจูงใจและความต้องการ; สุขภาพกายและสุขภาพจิต; การสนับสนุนทางสังคม; ผู้สูงอายุ

* ได้รับบทความ: 2 ธันวาคม 2568; แก้ไขบทความ: 12 ธันวาคม 2568; ตอรับตีพิมพ์: 21 ธันวาคม 2568

Abstract

The objectives of this research were (1) to examine the levels of motivation and needs, physical and mental health, social support, and lifelong learning among the elderly in Lampang Province, and (2) to investigate the factors influencing lifelong learning. The sample comprised 380 elderly participants, and data were collected via questionnaires. Descriptive statistics and multiple regression analysis (Enter method) were employed.

The findings revealed that physical and mental health had the highest mean score, followed by motivation and needs, while social support and lifelong learning were at high levels. The multiple regression analysis indicated that physical and mental health was the strongest predictor of lifelong learning ($\beta = 0.522$, $p < .01$), followed by motivation and needs ($\beta = 0.326$, $p < .01$) and social support ($\beta = 0.115$, $p < .01$). The regression model explained 17.80% of the variance ($R^2 = 0.178$) in lifelong learning among the elderly in Lampang Province.

Keywords: Lifelong Learning; Motivation and Needs; Physical and Mental Health; Social Support; Elderly

บทนำ

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างรวดเร็วจากแนวโน้มประชากรที่มีอายุยืนยาวขึ้น อันเป็นผลมาจากความก้าวหน้าทางการแพทย์และการพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ข้อมูลทะเบียนราษฎรของกรมการปกครอง (2567) ระบุว่าประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง นำมาซึ่งความท้าทายด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ และสังคม นโยบายระดับชาติ เช่น แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 จึงให้ความสำคัญกับการเสริมสร้างศักยภาพของประชาชนทุกช่วงวัย โดยเฉพาะการส่งเสริม “การเรียนรู้ตลอดชีวิต” เพื่อรองรับโครงสร้างประชากรสูงวัยและเพิ่มความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ

แม้ว่าผู้สูงอายุไทยมีอายุยืนยาวขึ้น แต่รายงานและงานวิจัยหลายชิ้นชี้ให้เห็นว่าผู้สูงอายุจำนวนมากยังเผชิญข้อจำกัดด้านสุขภาพ รายได้ ความโดดเดี่ยว และโอกาสการเรียนรู้ที่ไม่ทั่วถึง (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2565; นกสร นิละไพจิตร และคณะ, 2561) ขณะเดียวกัน แนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Adult Learning Theory) ระบุว่าผู้สูงอายุมีรูปแบบแรงจูงใจ ความสนใจ และความพร้อมทางกาย-ใจแตกต่าง

จากวัยอื่น จึงจำเป็นต้องเข้าใจปัจจัยที่มีผลต่อการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้โดยเฉพาะเจาะจง ทั้งในมิติบุคคล สังคม และสภาพแวดล้อม ซึ่งยังเป็นช่องว่างองค์ความรู้ในบริบทไทยที่ต้องการหลักฐานเชิงประจักษ์เพิ่มเติม

จังหวัดลำปางเป็นพื้นที่ที่มีสัดส่วนผู้สูงอายุสูงที่สุดแห่งหนึ่งในภาคเหนือ โดยประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 25.65 ของประชากรทั้งหมด (กรมการปกครอง, 2567) แม้ว่าจะมีโครงการส่งเสริมการเรียนรู้ เช่น โรงเรียนผู้สูงอายุหรือกิจกรรมทักษะดิจิทัล แต่ยังพบข้อจำกัดทั้งด้านความสอดคล้องของเนื้อหา ความแตกต่างด้านพื้นฐานความรู้ การเข้าถึงเทคโนโลยี และการขาดข้อมูลเชิงประจักษ์เกี่ยวกับ “ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต” ในบริบทท้องถิ่นลำปางโดยเฉพาะ จึงเกิดความจำเป็นต้องศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องอย่างเป็นระบบ เพื่อทำความเข้าใจความต้องการ รูปแบบการเรียนรู้ และเงื่อนไขที่มีผลต่อการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุอย่างแท้จริง

งานวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยด้านแรงจูงใจและความต้องการ สุขภาพกายและสุขภาพจิต และการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง ผลลัพธ์คาดว่าจะช่วยเป็นฐานข้อมูลสำหรับการออกแบบนโยบาย การจัดกิจกรรมของหน่วยงานรัฐและท้องถิ่น รวมถึงการพัฒนา รูปแบบการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ อันจะนำไปสู่การยกระดับคุณภาพชีวิตและการสร้างสังคมสูงวัยคุณภาพอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสำคัญ ด้านแรงจูงใจและความต้องการ ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ด้านการสนับสนุนทางสังคม และการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง
2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านแรงจูงใจและความต้องการ ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตด้านการสนับสนุนทางสังคม ที่มีผลต่อการการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล และวิเคราะห์ตัวแปรตามกรอบสมมติฐานที่กำหนด

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในจังหวัดลำปาง จำนวน 185,858 คน กลุ่มตัวอย่างกำหนดขนาดตามตารางของ Krejcie & Morgan (1970) ได้จำนวน 380 คน

3. วิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง

การได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) โดยแบ่งชั้นตามเขตพื้นที่ขององค์การบริหารส่วนตำบลและเทศบาลในจังหวัดลำปาง

4. การสร้างเครื่องมือและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือหลัก โดยดำเนินการสร้างและตรวจสอบคุณภาพ ดังนี้

- ศึกษาเอกสาร แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดโครงสร้างแบบสอบถาม
- ตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหากับตัวแปรวิจัยโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน

และหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม (IOC) อยู่ระหว่าง 0.50 – 1.00

- ทดลองใช้แบบสอบถาม (Try-Out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียง จำนวน 30 คน
- ตรวจสอบค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) ได้ค่า 0.831 ถือว่าเหมาะสมอยู่ในระดับยอมรับได้ (≥ 0.70 : Nunnally, 1978)

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ดำเนินการเก็บข้อมูลโดยแจกแบบสอบถามผ่านเจ้าหน้าที่องค์การบริหารส่วนตำบลและเทศบาลในพื้นที่ต่าง ๆ ของจังหวัดลำปาง และคัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่สมบูรณ์มาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

6.1 สถิติพรรณนา (Descriptive Statistics)

- ค่าเฉลี่ย (Mean)
- ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
- ค่าร้อยละและการแปลระดับความคิดเห็นตามมาตราส่วนลิเคิร์ต 5 ระดับ

6.2 สถิติอนุมาน (Inferential Statistics)

- วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยใช้สถิติการถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression: Enter Method) เพื่อทดสอบสมมติฐานที่กำหนด

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาระดับความคิดเห็นด้านแรงจูงใจและความต้องการ ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ด้านการสนับสนุนทางสังคม และการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง พบว่า

1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ

72.73 มีอายุระหว่าง 66-70 ปี มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 23.96 การศึกษต่ำกว่ามัธยมหรือ ปวช. มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 46.09 ระดับรายได้ต่อเดือนมีจำนวนมากที่สุด คือ ไม่มีรายได้ คิดเป็นร้อยละ 35.42

1.2 ผลการวิเคราะห์ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในภาพรวมการวิเคราะห์ ปัจจัย ด้านแรงจูงใจและความต้องการ ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ด้านการสนับสนุนทางสังคม ที่มีผลต่อการการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง สรุปได้ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านแรงจูงใจและความต้องการ

ด้านแรงจูงใจและความต้องการ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความสำคัญ
1. ท่านมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ	4.56	0.67	มากที่สุด
2. ท่านเห็นว่าการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีประโยชน์ต่อการใช้ชีวิตประจำวัน	4.53	0.72	มากที่สุด
3. ท่านอยากเรียนรู้เรื่องการใช้เทคโนโลยี (เช่น สมาร์ทโฟน, โลก)	4.48	0.66	มาก
4. ท่านอยากเรียนรู้เรื่องการดูแลสุขภาพและการออกกำลังกาย	4.51	0.74	มากที่สุด
รวม	4.52	0.49	มากที่สุด

จากตารางที่ 1 ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง ด้านแรงจูงใจและความต้องการ พบว่าโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.52$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงลำดับจากมากไปน้อยพบว่า ท่านมีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.56$) รองลงมา ท่านเห็นว่าการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีประโยชน์ต่อการใช้ชีวิตประจำวัน อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.53$) ท่านอยากเรียนรู้เรื่องการดูแลสุขภาพและการออกกำลังกาย อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.51$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ท่านอยากเรียนรู้เรื่องการใช้เทคโนโลยี (เช่น สมาร์ทโฟน, โลก) อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.48$)

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต

ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความสำคัญ
1. ท่านมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงพอที่จะเข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้	4.66	0.66	มากที่สุด
2. ท่านไม่มีปัญหาทางด้านสายตาและการได้ยินที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้	4.43	0.72	มาก
3. ท่านมีความรู้สึกผ่อนคลายและไม่มีความเครียดในการเข้าร่วมกิจกรรม	4.95	0.71	มากที่สุด
รวม	4.68	0.47	มากที่สุด

จากตารางที่ 2 ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต พบว่าโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.68$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงลำดับจากมากไปน้อยคือ ท่านมีความรู้สึกผ่อนคลายและไม่มีความเครียดในการเข้าร่วมกิจกรรม อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.95$) รองลงมาคือ ท่านมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงพอที่จะเข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.66$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือท่านไม่มีปัญหาด้านสายตาและการได้ยินที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.43$) ตามลำดับ

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้านการสนับสนุนจากสังคม

ด้านการสนับสนุนจากสังคม	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความสำคัญ
1. ครอบครัวของท่านสนับสนุนให้ท่านเข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้	4.55	0.69	มากที่สุด
2. เพื่อนบ้านหรือคนในชุมชนมีการชวนท่านเข้าร่วมกิจกรรม	4.46	0.72	มาก
3. ท่านมีโอกาสร่วมชมรมหรือกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน	3.39	0.94	ปานกลาง
รวม	4.13	0.53	มาก

จากตารางที่ 3 ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง ด้านการสนับสนุนจากสังคม พบว่าโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.13$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงลำดับจากมากไปน้อย พบว่า ครอบครัวของท่านสนับสนุนให้ท่านเข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.55$) รองลงมา คือ เพื่อนบ้านหรือคนในชุมชนมีการชวนท่านเข้าร่วมกิจกรรม อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.46$) และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ท่านมีโอกาสร่วมชมรมหรือกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.39$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเรียนรู้ตลอดชีวิต

การเรียนรู้ตลอดชีวิต	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความสำคัญ
1. หน่วยงานราชการ มีกิจกรรมให้ท่านร่วมทำเป็นประจำ(ทุกเดือน)	4.67	0.76	มากที่สุด
2. มีแหล่งเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุในชุมชนของท่าน	4.40	0.90	มาก
3. การเดินทางไปยังสถานที่เรียนรู้สะดวกและปลอดภัย	4.55	0.79	มากที่สุด
4. ค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้ไม่เป็นภาระของท่าน	3.43	0.84	ปานกลาง
รวม	4.26	0.54	มาก

จากตารางที่ 4 ปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง การเรียนรู้ตลอดชีวิต พบว่าโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.26$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงลำดับจากมากไปน้อย พบว่า หน่วยงานราชการ มีกิจกรรมให้ท่านร่วมทำเป็นประจำ (ทุกเดือน) อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.67$) รองลงมา การเดินทางไปยังสถานที่เรียนรู้สะดวกและปลอดภัย อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.55$) มีแหล่งเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุในชุมชนของท่าน อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.40$) มี ตามลำดับ และข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้ไม่เป็นภาระของท่าน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.43$)

2. ผลการศึกษาปัจจัยด้านแรงจูงใจและความต้องการ ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ด้านการสนับสนุนทางสังคม ที่มีผลต่อการการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง มีสมมติฐานทางสถิติ

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ด้วยวิธี Enter

ตัวแปรอิสระ ค่าคงที่ Constant (a)	การเรียนรู้ตลอดชีวิต					Multicollinearity Statistics
	B	SE	Beta	t	p-value	VIF
	1.272	.263		4.972	.000**	
1. ด้านแรงจูงใจและความต้องการ	0.326	0.057	.060	5.719	.000**	1.293
2. ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต	0.522	0.059	.284	8.848	.000**	1.422
3. ด้านการสนับสนุนจากสังคม	0.115	0.048	.312	2.396	.000**	1.514
F = 10.353 p-value = 0.000b AdjustR ² = 0.171 R ² = 0.178						

*** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001, ** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01, * มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณด้วยวิธี Enter พบว่า ตัวแปรอิสระทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านแรงจูงใจและความต้องการ 2) ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต และ 3) ด้านการสนับสนุนจากสังคม มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งหมด โดยค่าดัชนีตรวจสอบความหลายสัมพันธ์ (VIF) อยู่ระหว่าง 1.293–1.514 ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์วิกฤติที่กำหนดไว้ที่ 10 สะท้อนว่าตัวแปรอิสระไม่ก่อให้เกิดปัญหาความสัมพันธ์เชิงซ้อน (Multicollinearity) ในด้านอิทธิพลเชิงปริมาณ พบว่า ตัวแปรด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน (β) สูงที่สุดที่ 0.522 แสดงว่าเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต รองลงมาคือ ด้านแรงจูงใจและความต้องการ ($\beta = 0.326$) และด้านการสนับสนุนจากสังคม ($\beta = 0.115$) ตามลำดับ ทั้ง 3 ปัจจัย ส่งผลเชิงบวกต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ หมายความว่า เมื่อผู้สูงอายุมีแรงจูงใจ

สุขภาพที่ดี และได้รับการสนับสนุนจากสังคมเพิ่มขึ้น ระดับการเรียนรู้ตลอดชีวิตก็จะเพิ่มขึ้นตามไปด้วย

โมเดลการถดถอยสามารถอธิบายความแปรปรวนของการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้ร้อยละ 17.80 ($R^2 = 0.178$) โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ($F = 10.353, p < .01$) สะท้อนว่าปัจจัยทั้ง 3 ด้านมีความสำคัญในระดับหนึ่งต่อการทำนายพฤติกรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิตในกลุ่มผู้สูงอายุ แม้ว่าจะมีปัจจัยอื่นที่อยู่นอกเหนือโมเดลที่อาจส่งผลเพิ่มเติม

ตารางที่ 6 ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานการวิจัย	สัมประสิทธิ์การถดถอย	P-Value	สรุปผล
H1 : แรงจูงใจและความต้องการมีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง	.326	.000**	สนับสนุนสมมติฐาน
H2 : สุขภาพกายและสุขภาพจิตมีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง	.522	.000**	สนับสนุนสมมติฐาน
H3 : การสนับสนุนจากสังคมมีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง	.115	.000**	สนับสนุนสมมติฐาน

จากตารางที่ 6 พบว่า ผลการทดสอบสมมติฐาน มีรายละเอียด ดังนี้

สมมติฐานที่ 1 แรงจูงใจและความต้องการมีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปางมีค่า P-Value เท่ากับ 0.000 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

สมมติฐานที่ 2 สุขภาพกายและสุขภาพจิตมีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง มีค่า P-Value เท่ากับ 0.000 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

สมมติฐานที่ 3 การสนับสนุนจากสังคมมีผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง มีค่า P-Value เท่ากับ 0.000 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

อภิปรายผลการวิจัย

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง ประกอบด้วย ด้านแรงจูงใจและความต้องการ ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต และด้านการสนับสนุนจากสังคม โดยผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณชี้ให้เห็นว่า ปัจจัยทั้งสามมีผลเชิงบวกและมีนัยสำคัญทางสถิติต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตทั้งหมด ($p < .01$) โดยเฉพาะด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐานสูงที่สุด ($\beta = 0.522$) รองลงมา คือ ด้านแรงจูงใจและความต้องการ ($\beta = 0.326$) และด้านการสนับสนุนจากสังคม ($\beta = 0.115$) แสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี มีแรงจูงใจในการเรียนรู้ และได้รับการสนับสนุน

จากครอบครัวหรือชุมชน มีแนวโน้มพัฒนาการเรียนรู้ได้มากขึ้น ซึ่งโมเดลสามารถอธิบายความแปรปรวนของการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้ร้อยละ 17.80 สามารถอภิปรายตามลำดับปัจจัยที่มีอิทธิพลสูง ดังนี้

1. ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต

ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตสูงสุดในโมเดล ซึ่งสะท้อนว่าผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีและสภาวะจิตใจที่พร้อมย่อมสามารถเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ได้มากกว่า ผลดังกล่าวสอดคล้องกับงานของจิตินธิ ริชชี และกนพร สัยยะสิทธิพานิชย์ (2567) ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุในภาคเหนือตอนบนมีความต้องการเรียนรู้ด้านสุขภาพสูงที่สุดถึงร้อยละ 87.45 รวมทั้งสอดคล้องกับงานของพิเชษฐ์ จั่นแก้ว และคณะ (2566) ที่ระบุว่าสุขภาพทั้งกายและจิตเป็นปัจจัยสำคัญที่สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในระดับนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งชี้ให้เห็นว่า การส่งเสริมสุขภาพเป็นเงื่อนไขสำคัญต่อการเรียนรู้และการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพในระยะยาว

2. ด้านแรงจูงใจและความต้องการ

ผู้สูงอายุมีแรงจูงใจในการเรียนรู้ในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Lovell (1980) ที่อธิบายว่าแรงจูงใจเป็นกระบวนการภายในที่ผลักดันให้บุคคลแสวงหากิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการและความสนใจของตนเอง จึงอาจอธิบายได้ว่าผู้สูงอายุมีความต้องการเรียนรู้เรื่องสุขภาพ การดูแลตนเอง และกิจกรรมที่ช่วยให้ดำรงชีวิตประจำวันได้ดีขึ้น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับลำดับความต้องการของมาสโลว์ (Maslow, 1943) ที่ระบุว่า เมื่อความต้องการพื้นฐานด้านร่างกายและความปลอดภัยได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลจะมุ่งไปสู่ความต้องการการพัฒนาตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของกิจปพน ศรีธานี และคณะ (2563) ที่พบว่าผู้สูงอายุมีความต้องการเรียนรู้ด้านการออม สุขอนามัย และการปรับตัวทางจิตใจอยู่ในระดับสูง โดยปัจจัยด้านอายุ การศึกษา และรายได้มีความสัมพันธ์กับระดับความต้องการเรียนรู้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. ด้านการสนับสนุนจากสังคม

การสนับสนุนจากครอบครัว เพื่อนบ้าน และชุมชน เป็นอีกปัจจัยที่มีความสำคัญ แม้จะมีอิทธิพลเชิงสถิติต่ำกว่าปัจจัยด้านสุขภาพและแรงจูงใจ แต่ยังคงส่งผลต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีนัยสำคัญ ($\beta = 0.115$) โดยเฉพาะในผู้สูงอายุที่ต้องอาศัยแรงสนับสนุนด้านข้อมูล การชักชวน หรือการดูแลในระหว่างเข้าร่วมกิจกรรม ผลลัพธ์นี้สอดคล้องกับงานของธนกร สิริสุคันธา และคณะ (2562) ที่พบว่าชุมชนที่มีการสนับสนุนและจัดกิจกรรมส่งเสริมผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบจะช่วยเพิ่มโอกาสในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน

โดยสรุป ผลการศึกษาในครั้งนี้ชี้ให้เห็นความสัมพันธ์ของปัจจัยด้านสุขภาพ แรงจูงใจ และการสนับสนุนจากสังคมที่มีผลสำคัญต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดด้านการศึกษาตลอดชีวิตที่มุ่งเน้นการพัฒนาศักยภาพบุคคลในทุกช่วงวัย โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องการการสนับสนุนอย่างรอบด้านเพื่อเข้าถึงการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องและเหมาะสมกับบริบท

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1.1 การส่งเสริมกิจกรรมด้านสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

หน่วยงานภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และสถานบริการสาธารณสุข ควรพัฒนาและขยายรูปแบบกิจกรรมด้านสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น กายบริหาร โภชนาการเพื่อผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพจิต และกิจกรรมฟื้นฟูสมรรถภาพ เพื่อเสริมสร้างความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ อันจะเอื้อต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง

1.2 การพัฒนาทักษะด้านเทคโนโลยีดิจิทัลสำหรับผู้สูงอายุ

ควรจัดโปรแกรมฝึกอบรมหรือหลักสูตรเสริมพื้นฐานด้านดิจิทัล เช่น การใช้สมาร์ทโฟน แอปพลิเคชันด้านสุขภาพ การสื่อสารผ่านระบบออนไลน์ และการเข้าถึงบริการสาธารณะผ่านช่องทางดิจิทัล เพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและเทคโนโลยีในยุคปัจจุบัน ช่วยลดข้อจำกัดด้านข้อมูลข่าวสารและเพิ่มโอกาสในการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ

1.3 การส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อการประกอบอาชีพและสร้างรายได้เสริม

สถานศึกษา หน่วยงานท้องถิ่น และชุมชนควรบูรณาการความร่วมมือจัดการเรียนรู้เพื่อทักษะอาชีพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น งานหัตถกรรมพื้นบ้าน การผลิตสินค้าในชุมชน การตลาดออนไลน์ เบื้องต้น หรือการประกอบอาชีพอิสระ เพื่อส่งเสริมความสามารถในการพึ่งตนเองและสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจในระยะยาว

1.4 การพัฒนาหลักสูตรการเรียนรู้ตลอดชีวิตสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ

ควรออกแบบหลักสูตรที่ตอบสนองความสนใจ ความต้องการ และศักยภาพของผู้สูงอายุ เช่น หลักสูตรสุขภาพองค์รวม หลักสูตรดูแลตนเอง หลักสูตรเสริมสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และหลักสูตรเชิงสร้างสรรค์ (งานประดิษฐ์ ศิลปะ ดนตรี) เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิต สุขภาพทางอารมณ์ และความมั่นคงเชิงสังคมของผู้สูงอายุ

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การขยายพื้นที่ศึกษาเพื่อเปรียบเทียบบริบทที่แตกต่างกัน

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง ดังนั้น ควรดำเนินการวิจัยเพิ่มเติมในพื้นที่อื่นหรือหลายจังหวัด เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างด้านบริบททางสังคม วัฒนธรรม และวิถีชีวิต ซึ่งอาจส่งผลต่อรูปแบบการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่

2.2 การศึกษารูปแบบการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุเชิงลึกและเชิงระบบ

ควรศึกษาแนวทางการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในเชิงลึก โดยออกแบบโปรแกรมหรือโมเดลการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย จิตใจ และบริบททางสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อสร้างต้นแบบ (Prototype) ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในหน่วยงานหรือชุมชนได้จริง

2.3 การวิจัยเชิงประเมินผลโครงการหรือกิจกรรมต้นแบบ

เสนอให้มีการทดลองจัดกิจกรรมการเรียนรู้รูปแบบใหม่ เช่น หลักสูตรสุขภาพเชิงรุก การเรียนรู้ดิจิทัลสำหรับผู้สูงอายุ หรือโครงการฝึกอาชีพเชิงพื้นที่ และทำการประเมินผลเพื่อตรวจสอบความมีประสิทธิภาพ ความเหมาะสม และความเป็นไปได้ในการขยายผลในระดับพื้นที่

องค์ความรู้ใหม่

แนวทางการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านแรงจูงใจและความต้องการส่วนบุคคล ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต และด้านการสนับสนุนจากสังคมและเครือข่ายชุมชน องค์ประกอบทั้งสามสะท้อนความสัมพันธ์เชิงระบบที่เกื้อหนุนซึ่งกันและกัน โดยมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาการเรียนรู้ได้อย่างต่อเนื่อง และนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ด้านแรงจูงใจและความต้องการส่วนบุคคล แนวทางการจัดกิจกรรมและหลักสูตรควรตอบสนองต่อวิถีชีวิตและบริบทของผู้สูงอายุ ได้แก่ การดูแลสุขภาพขั้นพื้นฐาน ทักษะดิจิทัลเพื่อการสื่อสาร การพัฒนาทักษะอาชีพ และการต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งเป็นปัจจัยกระตุ้นให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองและสร้างแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้อย่างยั่งยืน

ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตถือเป็นโครงสร้างพื้นฐานที่เอื้อต่อความพร้อมในการเรียนรู้ อย่างแท้จริง การบูรณาการความรู้ด้านการป้องกันโรค การออกกำลังกายที่เหมาะสม การฝึกสมาธิ และการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น สมุนไพรหรือการนวดแผนไทย สามารถช่วยลดข้อจำกัดทางสุขภาพและส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในกิจกรรมทางการศึกษาได้มากขึ้น นอกจากนี้การจัดสภาพแวดล้อมด้านกายภาพที่เหมาะสม ปลอดภัย และเข้าถึงง่าย ยังเป็นตัวแปรสำคัญที่ช่วยลดอุปสรรคในการเรียนรู้

ด้านการสนับสนุนจากสังคมและเครือข่ายชุมชนสะท้อนให้เห็นถึงบทบาทของหน่วยงานท้องถิ่น ภาครัฐ ภาคเอกชน สถาบันการศึกษา และชุมชน ที่มีส่วนร่วมในการสร้างพื้นที่การเรียนรู้ เช่น โรงเรียน ผู้สูงอายุหรือศูนย์การเรียนรู้ประจำตำบล ตลอดจนการใช้เทคโนโลยีในการเผยแพร่ข้อมูลความรู้ผ่านสื่อออนไลน์ ซึ่งช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงองค์ความรู้ได้อย่างต่อเนื่องตามความสะดวกของตนเอง

สรุป แนวทางการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปางเป็นระบบสนับสนุนแบบองค์รวม (Holistic Support System) ที่ผสมระหว่าง แรงจูงใจภายใน สุขภาพที่เหมาะสม และการสนับสนุนจากสังคม ซึ่งเมื่อทำงานร่วมกันอย่างสมดุลจะช่วยให้การเรียนรู้ตลอดชีวิตเกิดขึ้นได้จริงและยั่งยืน ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 แนวทางการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดลำปาง

เอกสารอ้างอิง

- กรมการปกครอง. (2567). สถิติประชากรทางการทะเบียนราษฎร. สืบค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2568, จาก <https://stat.bora.dopa.go.th/stat/statnew/statMONTH/statmonth/#/mainpage>
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2565). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย. สืบค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2568, จาก https://www.dop.go.th/th/know_detail?id=2521
- กองสถิติสังคม สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม. (2565). การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2564. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- กิจปพน ศรีธานี, และคณะ. (2567). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความต้องการการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลเวียงนา อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม. *วารสารราชพฤกษ์*, 18(2), 1–8.
- จิตนธิ ริชชี และ กนกพร สัยยะสิทธิพานิชย์. (2567). ความต้องการการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในเขตภาคเหนือตอนบน. *วารสารมหาวิทยาลัยพายัพ*, 33(2), 1–17.
- ชนกร สิริสุคันธา, นภาพรณ เนตรประดิษฐ์ และ พรนภา บุญมา. (2562). การส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแม่กัวะ อำเภอสบปราบ จังหวัดลำปาง. *วารสารสหวิทยาการสังคมศาสตร์และการสื่อสาร*, 2(1), 33–45.

- นภสร นีละไพจิตร, นรินทรา จันทศร และ กมลรัตน์ หนูสวี่. (2561). การพัฒนาทักษะการเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์แบบองค์รวมสำหรับผู้สูงอายุในชนบทไทยด้านการดูแลสุขภาพกาย. *Veridian E-Journal, Silpakorn University (Humanities, Social Sciences and Arts)*, 11(2), 687–702.
- พิเชษฐ์ จันแก้ว, อุทิศ ดวงผาสุก และ บรรณทวรรณ หิรัญเคราะห์. (2566). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อำเภอบางคนที่ จังหวัดสมุทรสงคราม. *วารสารวิจัยเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิต*, 3(2), 60–71.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2566). เอาชนะภาวะเนือยนิ่งด้วย 7 กิจกรรมทางสังคมสร้างความสุขให้ผู้สูงอายุ. สืบค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2568, จาก <https://thaitgri.org/?p=39066>
- ศักรินทร์ ชนประชา. (2562). การศึกษาตลอดชีวิต. *วารสาร AL-NUR*, 14(26), 159–175.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2562). รายงานการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2553–2583 (ฉบับปรับปรุง).
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2566). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566–2570). สำนักนายกรัฐมนตรี.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607–610.
- Likert, R. (1970). *The human organization*. New York: McGraw-Hill.
- Lovell, R. B. (1980). *Adult learning*. New York: John Wiley & Sons.
- Marsick, V. J., & Watkins, K. E. (1999). *Facilitating learning organizations: Making learning count*. Hampshire, England: Gower.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.