

## สภาพ ปัญหา และความต้องการการพัฒนาดตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของ อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน\*

### State, Problems, and Needs for Self-Development for Work among the elderly home-care volunteers

ภัศราภรณ์ ศรีอาจันท์โชติ (Patsaraporn Sriardnantachot)\*\*

อาชญญา รัตน์อุบล (Archanya Ratana-ubol)\*\*\*

#### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงสำรวจ (Survey) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพ ปัญหา และความต้องการการพัฒนาดตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ประชากรได้แก่ อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (อผส.) ในเขตภาคกลางจำนวน 18 จังหวัด กลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง ได้แก่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จังหวัดสระบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี และจังหวัดเพชรบุรี รวมทั้งหมด 753 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบสอบถามเรื่องสภาพ ปัญหา และความต้องการ การพัฒนาดตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่าสภาพการพัฒนาดตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน เหตุผลที่ส่วนใหญ่เป็นอาสาสมัครคือต้องการช่วยเหลือผู้สูงอายุ และเหตุผลส่วนใหญ่ในการพัฒนาดตนเองคือ นำความรู้และวิธีการใหม่ๆ มาดูแลและแนะนำผู้สูงอายุและครอบครัวโดยส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการพัฒนาดตนเอง และวิธีการพัฒนาดตนเองส่วนใหญ่ใช้วิธีการเข้ารับฝึกอบรม และเนื้อหาที่เรียนรู้ได้แก่ เรื่องการดูแลผู้สูงอายุเบื้องต้น และส่วนใหญ่เรียนรู้จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ปัญหาและความต้องการแบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านแรงจูงใจ

\* บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจาก “ทุน 90 ปี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย” จากกองทุนรัชดาภิเษกสมโภช จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

This article is a part of the study for the Master Degree of Education program in Non-Formal Education, Department of Lifelong Education , Chulalongkorn University, and supported by The 90<sup>TH</sup> Anniversary of Chulalongkorn University fund (Ratchadaphiseksomphot Endowment Fund)

\*\* นิสิตระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย E-mail : pan\_dek\_de@hotmail.com โทร 090-669-6381

A graduate student under the Master Degree of Education Program in Non-Formal Education, Department of Lifelong Education , Chulalongkorn University. E-mail : pan\_dek\_de@hotmail.com Tel 090-669-6381

\*\*\* อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย E-mail : archanya@gmail.com

Thesis Advisor Assoc. Prof. Dr. in Non-Formal Education, Department of Lifelong Education , Chulalongkorn University E-mail : archanya@gmail.com

ด้านสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ บ้านวิธีการพัฒนาตนเอง และด้านเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ พบว่า ปัญหาทั้ง 4 ด้านอยู่ในระดับน้อย ซึ่งปัญหาที่พบมากที่สุดคือ ปัญหาด้านแรงจูงใจ ได้แก่เรื่องของค่าตอบแทนที่ไม่เหมาะสมในการปฏิบัติงาน โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.8 และความต้องการทั้ง 4 ด้านอยู่ในระดับมาก ซึ่งความต้องการที่พบมากที่สุดคือ ความต้องการด้านเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ ได้แก่ต้องการวิธีการพูดคุยให้คำแนะนำ หรือให้กำลังใจแก่ผู้สูงอายุโดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67

**คำสำคัญ :** การพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงาน อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน

### Abstract

This study was a survey research. The objective of this study was to investigate status, problems, and needs for self-development for better practices of elderly home-care volunteers. The population of this study was elderly home-care volunteers in 18 provinces of central region. The samples were selected based on purposive sampling from Phra Nakhon Si Ayutthaya, Saraburi, Suphan Buri, and Phetburi provinces. The sample size was 753. Research instrument was a questionnaire on status, problems, and needs for self-development for better practices of elderly home-care volunteers. Data were analyzed through percentage, mean and standard deviation.

The results of this study indicated as follows. In terms of self-development status for better practice of elderly home-care volunteers, the most commonly reason to become a volunteer was the need for helping elderly. The most commonly reason for self-development was applying knowledge and new practices and giving recommendations to elderly and their family. They spent free time for self-development and took the training programs as a method for self-development. They learned the content of basic elderly care. Sub-district health promoting hospital was their learning source. Their problems and needs for self-development could be divided into four areas including motivation, learning promoting environment, self-development methods, and learning activities content. Four areas of the problems were evaluated at low levels. The most commonly found problem was motivation including unbalanced compensation and work level with a mean score of 2.8. Four areas of needs were evaluated at high levels. The most needed area was learning activities content including the needs for discussion, conservation, recommendations, and support for the elderly with a mean score of 3.67.

**Keywords:** Self-development for practice, Elderly home-care volunteers

## บทนำ

โครงสร้างประชากรของประเทศไทย เมื่อปี พ.ศ. 2533 โครงสร้างเป็นรูปทรง พีระมิดนั้นคือ เด็กมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นและผู้ใหญ่มีจำนวนลดน้อยลง แต่เมื่อเวลาผ่านไป โครงสร้างประชากรเกิดการเปลี่ยนแปลง เด็กเกิดน้อยลง คนมีอายุยืนยาวมากขึ้นเนื่องจากการพัฒนาด้านต่างๆ มาเป็นลำดับ จากรูปปิรามิดเดิมจะมีลักษณะป้านขึ้นเรื่อยๆ จนกลายมาเป็นรูปทรงโอง ในปี พ.ศ.2563 เพราะฐานข้างล่างซึ่งเป็นเด็กจะแคบลง และข้างบนซึ่งเป็นผู้สูงอายุจะกว้างขึ้น ( ลัดดา ดำริการเลิศ, 2555) จะเห็นได้ว่าประชากรวัยเด็กมีแนวโน้มลดน้อยลง ขณะที่จำนวนประชากรสูงอายุมิแนวโน้มที่จะสูงขึ้นแสดงว่าโครงสร้างประชากรได้เปลี่ยนแปลงเข้าไปสู่สังคมสูงอายุ (Aging society) ในปี พ.ศ. 2560 ประเทศไทยมีจำนวนผู้สูงอายุทั้งหมด 66,188,503 คน เขตพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีผู้สูงอายุมากเป็นอันดับที่ 1 รองลงมาคือภาคกลางมีผู้สูงอายุมากเป็นอันดับที่ 2 ของประเทศไทย มีประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 12,275,029 คน (กรมการปกครอง , 2560) จากผลสำรวจจำนวนผู้ย้ายถิ่นและอัตราการย้ายถิ่น พบว่า ภาคกลางมีผู้ย้ายถิ่นเข้ามาสูงที่สุด จำนวน 2.94 แสนคน หรือร้อยละ 1.5 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560, ออนไลน์) ดังนั้นเมื่อมีประชากรเพิ่มมากขึ้นในอนาคตจำนวนผู้สูงอายุในภาคกลางจึงเพิ่มขึ้น ดังนั้นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุในภาคกลางจึงต้องเป็นกลไกในการช่วยเหลือดูแลผู้สูงอายุในชุมชน (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2547)

จากการเปลี่ยนแปลงและผลกระทบของสังคมสูงวัยที่ประเทศไทยกำลังเผชิญหน่วยงาน องค์กรต่างๆ เตรียมความพร้อมประชากรเพื่อรองรับสังคมสูงวัยได้เป็นอย่างดี รวมถึงการส่งเสริมให้ประชากรมีการเตรียมความพร้อมใน มิติด้านสุขภาพ เช่น การเตรียมความพร้อมสุขภาพที่ดี ลดปัจจัยเสี่ยง เหล้า-บุหรี่ ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงระยะยาว การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2560, ออนไลน์) (สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ, 2559 ) สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กล่าวว่า ผู้สูงอายุติดบ้านติดเตียงส่วนใหญ่ ใช้ชีวิตในครอบครัว ในชุมชน ในท้องถิ่น ซึ่งบางครั้งยังไม่สามารถเข้าถึงบริการสำหรับผู้สูงอายุของภาครัฐและเอกชนได้อย่างเพียงพอและทั่วถึงอันเนื่องมาจากบริการสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุในท้องถิ่น ด้วยเหตุดังกล่าวได้ส่งเสริมให้เกิดระบบงานอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุ เพื่อเป็นกลไกในระดับรากของชุมชน

อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (อผส.) ทำหน้าที่ดูแล ช่วยเหลือดูแลผู้สูงอายุทุกคนในชุมชนเฝ้าระวังและเตือนภัยแก่ผู้สูงอายุและผู้ที่เกี่ยวข้อง บริการสวัสดิการสังคม พัฒนาชีวิตความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุทุกคนในเขตพื้นที่ทั้งด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต ปัญญา เศรษฐกิจ สังคม ที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม การนันทนาการ สวัสดิภาพ กระบวนการยุติธรรม(สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ , 2557)จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน เป็นกลุ่มอาสาสมัครที่มีความเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุโดยตรง เพื่อเป็นกลไกในระดับฐานรากของชุมชน โดยมีอาสาสมัคร ซึ่งเป็นคนภายในชุมชนที่ได้รับการฝึกอบรม ฝึกทักษะเสริมสร้างทัศนคติ ให้ความสามารถปฏิบัติหน้าที่ (สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, ม.ป.ป : ออนไลน์)

วิไลลักษณ์ รุ่งเรืองทอง ( 2553 ) ได้กล่าวถึงปัญหาของการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ว่ามีปัญหาในเรื่องการไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้สูงอายุ อีกทั้งจำนวนผู้สูงอายุที่อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุ

ที่บ้าน ดูแลมีจำนวนมากเกินไป อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านขาดความรู้ในการปฏิบัติหน้าที่และมีปัญหาเกี่ยวกับการสื่อสารกับผู้สูงอายุ นอกจากนั้นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านบางคนมีภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบที่หลากหลาย นอกจากเป็นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุแล้วยัง มีภาระงานประจำ เมื่อหน่วยงานจัดฝึกอบรม หรือจัดกิจกรรมที่เพิ่มความรู้ อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุก็ไม่สามารถเข้าร่วมได้ จึงทำให้ในบางเรื่องของการดูแลผู้สูงอายุ อาสาสมัครมีความรู้ไม่เพียงพอ เวลาถ่ายทอดให้แก่ผู้สูงอายุหรือการดูแลผู้สูงอายุอาจทำให้ขาดความมั่นใจ อีกทั้งอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุขาดความมั่นใจในการแนะนำให้ความรู้แก่สมาชิกชุมชนในบางเรื่องที่ได้รับการฝึกอบรมมาน้อย การได้รับความรู้ส่วนใหญ่ของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุนั้นจะเป็นการได้รับความรู้จากการถ่ายทอดของเจ้าหน้าที่ซึ่งอาจทำให้ความรู้ที่มีไม่กว้างขวาง ขาดความทันสมัย และอาจไม่ทันต่อสถานการณ์การระบาดอย่างรวดเร็วของโรคหรือกระแสการดูแลสุขภาพแนวใหม่ในปัจจุบัน อีกทั้งเนื้อหาความรู้ก็เป็นเรื่องที่ถูกกำหนดโดยผู้จัดกิจกรรม ซึ่งบางครั้งอาจจะไม่ตรงกับความต้องการของตัวอาสาสมัครหรือไม่สอดคล้องกับความต้องการของชุมชน ( มณฑลดา ศุขอร่าม , 2556 )

จากข้อเสนอแนะด้านนโยบาย เรื่องมาตรฐานหลักสูตรการฝึกอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ ผู้ดูแลผู้สูงอายุนั้น ควรต้องได้รับการเรียนรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุด้านสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจและสังคม และจิตวิทยาการดูแลผู้สูงอายุ (สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา, 2560 ) ซึ่งเป็นเรื่องที่อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุควรได้รับการเรียนรู้เพื่อเป็นพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น การเข้ารับการฝึกอบรมเพียงอย่างเดียวของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุอาจยังไม่เพียงพอต่อการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน เนื่องจากอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุมีภาระหน้าที่ที่หลากหลาย หรือมี แรงจูงใจ สภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ วิธีการพัฒนาตนเอง และเนื้อหา กิจกรรมการเรียนรู้ อาจไม่ส่งเสริมให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้ได้เท่าที่ต้องการ ดังนั้นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านควรต้องพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้มีความสามารถเพียงพอในการดูแลผู้สูงอายุ

ดังที่ได้กล่าวมาอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเมื่อผ่านการฝึกอบรมแล้วบางคนอาจยังขาดความมั่นใจในการให้คำแนะนำหรือให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ หรือบางครั้งติดธุระอื่นจึงไม่สามารถไปเข้ารับการอบรมได้จึงทำให้มีความรู้ในเรื่องนั้นน้อยไป และในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงของสังคมไปอย่างรวดเร็ว ความรู้ที่ได้รับจากการฝึกอบรมอาจไม่เพียงพอ ดังนั้นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านจึงต้องมีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาถึงเรื่องสภาพ ปัญหา และความต้องการ การพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน โดยศึกษาสภาพการจัดการตนเองการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงาน ปัญหาการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงาน และความต้องการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ครอบคลุมเรื่อง แรงจูงใจที่ส่งเสริมให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเกิดการพัฒนาตนเอง สภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเกิดการพัฒนาตนเองได้ วิธีการพัฒนาตนเองที่เหมาะสมและส่งเสริมให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเกิดการพัฒนาตนเอง และเนื้อหา กิจกรรมการเรียนรู้ที่ช่วยส่งเสริมให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเกิดการพัฒนาตนเอง เพื่อสามารถนำมาเป็นแนวทางส่งเสริมการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเกิดการพัฒนาตนเอง มีความมั่นใจและมีศักยภาพในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน

## วิธีการศึกษา(หรือ)วิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เป็นการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสภาพ การพัฒนาตนเอง ปัญหาที่ขัดขวางการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงาน และความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อ การปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ซึ่งครอบคลุมในเรื่อง แรงจูงใจ สภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการ เรียนรู้ วิธีการพัฒนาตนเอง และเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ โดยมีรายละเอียดการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

### 1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ได้แก่ อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (อผส.) เขตภาคกลางซึ่งมี จังหวัดทั้งหมด 18 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดชัยนาท จังหวัดนครนายก จังหวัดนครปฐม จังหวัดนนทบุรี จังหวัด ปทุมธานี จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จังหวัดลพบุรี จังหวัดสมุทรปราการสมุทรสงคราม จังหวัดสมุทรสาคร จังหวัดสระบุรี จังหวัดสิงห์บุรี จังหวัดสุพรรณบุรี จังหวัดอ่างทอง จังหวัดกาญจนบุรี จังหวัดราชบุรี จังหวัด เพชรบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ซึ่งมีจำนวนอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านทั้งหมด 11,926 คน

### 2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (อผส.) ในเขตภาคกลาง โดย เป็นการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง มีเกณฑ์การคัดเลือกคือ เป็นจังหวัดที่มีจำนวนอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน มากกว่า 1,000 คน จากนั้นคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยแยกเป็นจังหวัด โดยใช้สูตรของทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane) โดยกำหนดระดับค่าความเชื่อมั่นที่ 95% ในการคำนวณเพื่อหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง (Yamane,1973 อ้างถึงใน วรณี แกมเกตุ,2555) ดังนั้นขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณแยกแต่ละจังหวัด 4 จังหวัดได้จำนวนดังนี้คือ จังหวัดพระนครศรีอยุธยาคำนวณได้ 214 คน จังหวัดสระบุรีคำนวณได้ 200 คน จังหวัดสุพรรณบุรีคำนวณได้ 180 คน และจังหวัดเพชรบุรีคำนวณได้ 159 คน ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้มี จำนวน 753 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาสภาพ ปัญหา และความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแล ผู้สูงอายุที่บ้าน ผู้วิจัยใช้เครื่องมือ คือ แบบสอบถามเรื่องสภาพ ปัญหา และความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อ การปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน มีรูปแบบของคำถามแบบประมาณค่า (rating scale) โดยใช้ เกณฑ์การวิเคราะห์ดังนี้ คะแนนระหว่าง 4.51 – 5.00 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คะแนน ระหว่าง 3.51 – 4.50 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คะแนนระหว่าง 2.51 – 3.50 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คะแนนระหว่าง 1.51 – 2.50 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นอยู่ใน ระดับน้อย และ คะแนนระหว่าง 1.00 – 1.50 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับน้อยที่สุด การหา คุณภาพเครื่องมือ ได้ทำการตรวจสอบความตรง (Validity) และความเที่ยง (Reliability) ของแบบสอบถามโดย ส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจจำนวน 5 ท่าน โดยนำคำถามที่ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) มากกว่า 0.5 มาปรับแก้ ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ และนำแบบสอบถามที่ปรับแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับผู้ตอบแบบสอบถามที่

ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน 30 คน พบว่ามีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.95 ซึ่งหมายความว่าแบบสอบถามมีความน่าเชื่อถือ ในการนำไปเก็บข้อมูลต่อไป

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อศึกษาสภาพ ปัญหา และความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน มีขั้นตอนดังนี้ ผู้วิจัยติดต่อประธานอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และทำหนังสือขออนุญาตและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งจัดเตรียมแบบสอบถามสำหรับกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถามพร้อมทั้งหนังสือขออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปส่งที่ประธานอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านด้วยตนเองทั้ง 4 จังหวัด จำนวน 753 ชุด พร้อมทั้งกำหนดวันเวลาขอรับแบบสอบถามกลับคืน เมื่อได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาครบตามจำนวน และตรวจความสมบูรณ์ของแบบสอบถามเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

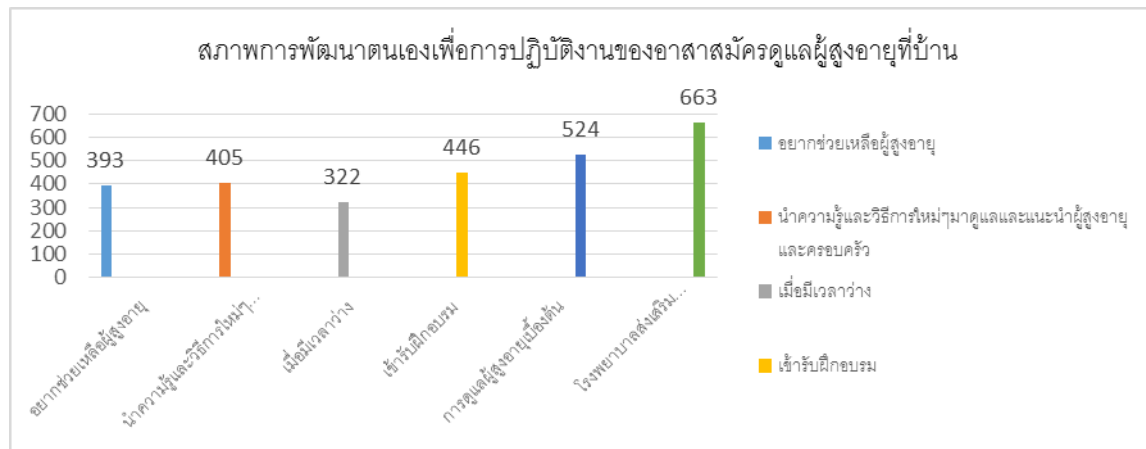
#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามสภาพ ปัญหา และความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านไปวิเคราะห์ข้อมูล โดยผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลของสภาพการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านวิเคราะห์โดยการคำนวณค่าร้อยละ (Percentage) และผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านและความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ซึ่งเป็นแบบวัดประเมินค่า (Rating scale) วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

#### ผลการศึกษา (หรือ) ผลการวิจัย

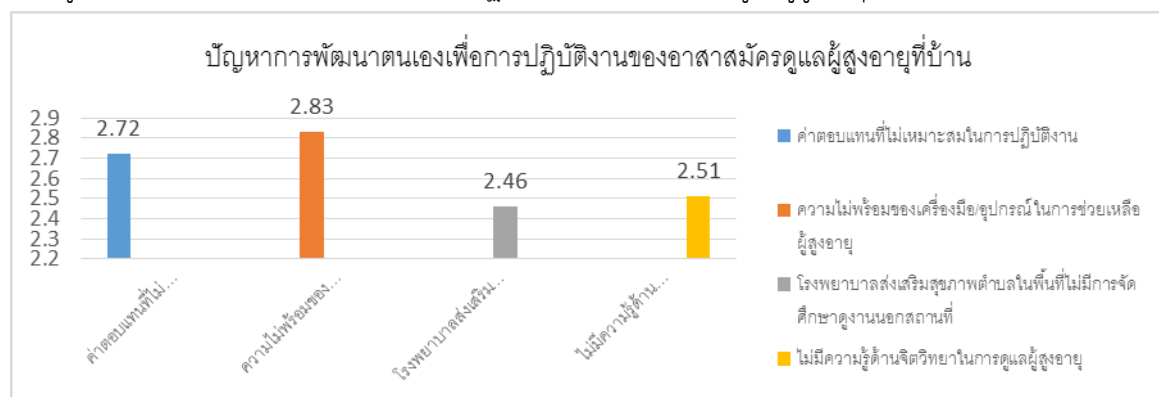
ผู้วิจัยศึกษาสภาพการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ของจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จังหวัดสระบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี และจังหวัดเพชรบุรี โดยมีอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านตอบแบบสอบถามที่สุดดังนี้ จากจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 753 คน พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เลือกแหล่งเรียนรู้ที่ใช้ในการพัฒนาตนเองคือการเรียนรู้จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพสต.) จำนวน 663 คน คิดเป็นร้อยละ 88.0 และเนื้อหาที่เรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองในการดูแลผู้สูงอายุส่วนใหญ่เรียนรู้เรื่องการดูแลผู้สูงอายุเบื้องต้น จำนวน 524 คน คิดเป็นร้อยละ 69.6 8 และวิธีการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านส่วนใหญ่ใช้วิธีการเข้ารับฝึกอบรม จำนวน 446 คน คิดเป็นร้อยละ 59.2 เหตุผลที่พัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานดูแลผู้สูงอายุเพราะ นำความรู้และวิธีการใหม่ๆมาดูแลและแนะนำผู้สูงอายุและครอบครัวมากที่สุด จำนวน 405 คน คิดเป็นร้อยละ 53.8 และเหตุผลที่เป็นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเพราะอยากช่วยเหลือผู้สูงอายุ จำนวน 393 คน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 52.2 และผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างเพื่อพัฒนาตนเองในการเป็นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านมากที่สุด จำนวน 322 คน คิดเป็นร้อยละ 42.8 ดังแผนภูมิที่ 1 ต่อไปนี้

แผนภูมิที่ 1 สภาพการพัฒนาดตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน



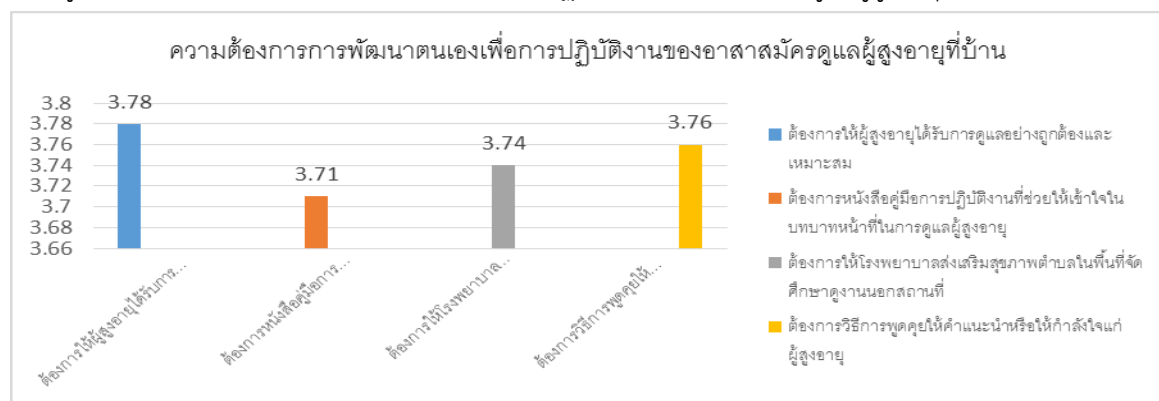
ปัญหาการพัฒนาดตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ของจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จังหวัดสระบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี และจังหวัดเพชรบุรี พบว่าปัญหาด้านสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ส่วนใหญ่มีปัญหาในระดับปานกลาง ได้แก่ ความไม่พร้อมของเครื่องมือ/อุปกรณ์ ในการช่วยเหลือผู้สูงอายุ ( $\bar{x} = 2.83$ , S.D = 1.15) ปัญหาด้านแรงจูงใจในการพัฒนาดตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ส่วนใหญ่มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ค่าตอบแทนที่ไม่เหมาะสมในการปฏิบัติงาน ( $\bar{x} = 2.72$ , S.D = 1.20) และปัญหาด้านเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ ส่วนใหญ่มีปัญหาในระดับปานกลาง ได้แก่ ไม่มีความรู้ด้านจิตวิทยาในการดูแลผู้สูงอายุ ( $\bar{x} = 2.51$ , S.D = 1.15) และพบว่าปัญหาด้านวิธีการพัฒนาดตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ส่วนใหญ่มีปัญหาในระดับน้อย ได้แก่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในพื้นที่ไม่มีการจัดศึกษาดูงานนอกสถานที่ ( $\bar{x} = 2.46$ , S.D = 1.18) ดังแผนภูมิที่ 2 ต่อไปนี้

แผนภูมิที่ 2 ปัญหาการพัฒนาดตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน



ความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านของจังหวัดพระนครศรีอยุธยา จังหวัดสระบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี จังหวัดเพชรบุรี มีดังนี้ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านแรงจูงใจในการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน พบว่าต้องการให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างถูกต้องและเหมาะสม ( $\bar{x} = 3.78, S.D = 0.92$ ) และความต้องการด้านเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ พบว่าต้องการวิธีการพูดคุยให้คำแนะนำหรือให้กำลังใจแก่ผู้สูงอายุ ( $\bar{x} = 3.76, S.D = 0.90$ ) และความต้องการด้านวิธีการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน พบว่าต้องการให้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในพื้นที่จัดศึกษาดูงานนอกสถานที่ ( $\bar{x} = 3.74, S.D = 1.04$ ) และความต้องการด้านสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน พบว่าต้องการหนังสือคู่มือการปฏิบัติงานที่ช่วยให้เข้าใจในบทบาทหน้าที่ในการดูแลผู้สูงอายุ ( $\bar{x} = 3.71, S.D = 0.94$ ) ดังแผนภูมิที่ 3 ต่อไปนี้

แผนภูมิที่ 3 ความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน



ผลการศึกษาข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน

พบว่าอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านต้องการให้มีการจัดฝึกอบรมสำหรับผู้สูงอายุให้มากขึ้น อีกทั้งยังต้องการพัฒนาตนเองเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการดูแลผู้สูงอายุให้ดียิ่งขึ้น และต้องการให้เจ้าหน้าที่นั้นช่วยแนะนำผู้สูงอายุปรับตัวเข้าหาอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุบ้าง

### อภิปรายผล (หรือ)สรุปผล

การศึกษาในครั้งนี้พบประเด็นสำคัญที่ควรนำมาอภิปรายเกี่ยวกับสภาพ ปัญหา และความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน โดยมีรายละเอียดดังนี้

สภาพการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน จากผลการวิจัยพบว่า เหตุผลการมาเป็นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ส่วนใหญ่อยากช่วยเหลือผู้สูงอายุมากที่สุด ในการเป็นอาสาสมัครนั้นเป็นงานที่เกิดจากผู้มีจิตอาสา ซึ่งเป็นผู้ที่มีจิตใจที่เป็นผู้ให้ ให้ความช่วยเหลือต่างๆ รวมไปถึงการเสียสละสิ่งๆ ที่ตนเองมีเพื่อเป็นการเผื่อแผ่และช่วยเหลือผู้อื่นให้เกิดประโยชน์และมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับ อรุณ กันพร้อม ( 2561) กล่าวว่า การมีจิตอาสา ประกอบด้วย การช่วยเหลือผู้อื่น การเสียสละต่อสังคม การมุ่งมั่น



พัฒนาสังคม และจิตสำนึกสาธารณะ โดยผลการวิจัยคือการมีจิตอาสาของนักเรียนนายสิบตำรวจ ศูนย์ฝึกอบรม ตำรวจภูธรภาค 7 อยู่ในระดับมาก โดยการมีจิตอาสาของนักเรียนนายสิบตำรวจที่มีมากที่สุด คือ ด้านการช่วยเหลือผู้อื่นรองลงมาด้านจิตสำนึกสาธารณะด้านเสียสละต่อสังคมและด้านการตั้งใจพัฒนาสังคม นอกจากนี้จากการเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างรวดเร็วทำให้อาสาสมัครต้องมีการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ซึ่งจากผลการวิจัยพบว่าเหตุผลของการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านนั้น เพื่อต้องการนำความรู้และวิธีการใหม่ๆ มาดูแลและแนะนำผู้สูงอายุและครอบครัวของผู้สูงอายุ ซึ่งอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านมีการอบรมขั้นพื้นฐานแล้ว บางครั้งอาจยังไม่เพียงพอต่อการนำมาใช้ในการปฏิบัติหน้าที่ จากผลจากวิจัยพบว่าเมื่อมีเวลารว่างอาสาสมัครจะต้องมีการพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาความรู้ความสามารถของตนเองให้เพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด Self – Development การพัฒนาตนเอง มนต์ชัย คมสาคร (2548) กล่าวว่าการพัฒนาตนเองเป็นการปรับปรุง เปลี่ยนแปลงตัวบุคคลให้ดีขึ้น ทั้งทางด้านร่างกายและด้านจิตใจ ให้กลายเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ อันจะนำมาซึ่งความสุข ความเจริญมาสู่ตนเอง สังคมและประเทศชาติ ซึ่งในการพัฒนาตนเองนั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเนื่องจากปัจจุบัน มีความรู้และข้อมูลต่าง ๆ ที่มีความทันสมัย และสามารถนำมาบูรณาการกับความรู้เดิมที่มีเพื่อมาดูแลผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้อง

จากการศึกษาสภาพการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน พบว่าวิธีการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ใช้วิธีการเข้ารับการฝึกอบรม ในการพัฒนาตนเองเพื่อเพิ่มเติมความรู้ ความสามารถ ฝึกทักษะในการปฏิบัติหน้าที่ ซึ่งการฝึกอบรมนั้นมีวิธีการหลากหลายรูปแบบที่จะช่วยในการพัฒนาความรู้ ความสามารถของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ซึ่งการฝึกอบรมยังมีอีกหลายวิธีการ เครือวัลย์ ลิ้มอภิชาติ (2531) ได้กล่าวถึงวิธีการฝึกอบรมเป็น 4 ประเภท ได้แก่ 1. วิธีการที่มีวิทยากรเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ เช่น การบรรยาย การอภิปรายเป็นคณะ 2. วิธีการที่มีผู้รับการอบรมเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ เช่น การระดมสมอง กรณีศึกษา การสาธิต เป็นต้น 3. วิธีการที่เน้นพัฒนาการเรียนรู้เป็นรายบุคคล เช่น การสอนงาน การใช้คอมพิวเตอร์ช่วยสอน การสอนโดยใช้โปรแกรมการเรียน 4. วิธีการที่ใช้สื่อทัศนูปกรณ์เป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ เช่น การสอนโดยใช้ภาพยนตร์ การสอนโดยใช้สไลด์/เทป

นอกจากนั้นเนื้อหาที่อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุใช้ในการเรียนรู้ พบว่าเนื้อหาเรื่องการดูแลผู้สูงอายุเบื้องต้นเป็นเรื่องที่อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเรียนรู้มากที่สุด ซึ่งเรื่องการดูแลผู้สูงอายุเบื้องต้นนั้นเป็นความรู้พื้นฐานที่นำมาใช้ในการปฏิบัติหน้าที่ นอกจากนี้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านใช้ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ในการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม เพื่อพัฒนาตนเองในการปฏิบัติงาน เนื่องจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนั้นเป็นหน่วยงานที่อยู่ใกล้ชิดกับชุมชน และเป็นแหล่งเรียนรู้ที่มีบุคลากรที่เชี่ยวชาญที่สามารถให้ความรู้แก่ อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ได้แก่ หมอ พยาบาลวิชาชีพ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข นักกายภาพ เป็นต้น ดังนั้นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จึงเป็นแหล่งเรียนรู้ที่ทำให้อาสาสมัครได้ฝึกฝน เรียนรู้ได้ด้วยการนำตนเองทั้งจากผู้เชี่ยวชาญ และจากผู้ป่วยที่มารับการรักษา และนอกจากนั้นการสังเกตตนเองยังทำให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านทราบว่าตนเองต้องการอะไร มีปัญหาเรื่องไหนบ้าง ซึ่งสอดคล้องกับ อัญชลี ชุ่มบัวทอง และคณะ (2559) ว่าการสังเกตตนเองเป็นองค์ประกอบสำคัญที่สุด ซึ่งกระบวนการสังเกตตนเองนี้บุคคลจะไม่มีอิทธิพลใดๆต่อการกระทำของตนเองถ้าผู้นั้นไม่สนใจว่าตนเอง กำลังทำอะไรอยู่ดังนั้นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการ

กำกับตนเองคือบุคคลต้องรู้ว่ากำลังทำอะไรอยู่ หรือสังเกตตนเองเพราะความสำเร็จของการกำกับตนเองนั้นส่วนหนึ่งมาจากความชัดเจน ความสม่ำเสมอและความแม่นยำของการสังเกตกับการบันทึกตนเองในกระบวนการสังเกต ซึ่งสอดคล้องกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง (Self – directed Learning) ของ Knowles (1975) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเป็นกระบวนการที่บุคคลเริ่มวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้ การตั้งจุดมุ่งหมายการเรียนรู้ การพูดคุยกับบุคคลหรือศึกษาจากแหล่งทรัพยากรสำหรับการเรียนรู้ การเลือกและกำหนด แผนการเรียนรู้ และการประเมินผลการเรียน โดยที่ จะได้รับหรือไม่ได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่นก็ได้

ปัญหาการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน จากผลการวิจัยพบว่าปัญหาด้านแรงจูงใจในการพัฒนาตนเองส่วนใหญ่ได้แก่ เรื่องของค่าตอบแทนที่ไม่เหมาะสมในการปฏิบัติงาน ซึ่งในการปฏิบัติงานแต่ละครั้งผู้สูงอายุบางคนที่อยู่ในความดูแลอาจอยู่ในพื้นที่ที่ห่างไกลดังนั้นจึงต้องมีการเดินทางเพื่อไปปฏิบัติหน้าที่ หรือบางครั้งสถานที่ในการฝึกอบรมอยู่ไกลจากที่พักอาศัยของอาสาสมัครต้องใช้ทุนทรัพย์ของตนเองในการเดินทาง หรือไม่มียานพาหนะในการเดินทาง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นภัสกรณ์ ฐปแก้ว (2554) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (อผส.) กรณีศึกษา : อผส.ที่ได้รับการสนับสนุนจากสมาคมพัฒนาผู้ประกอบการผู้สูงอายุชุมชนบพ จังหวัดชัยนาท ซึ่งศึกษา ลักษณะการปฏิบัติงาน ปัญหาและอุปสรรค และความต้องการในการพัฒนาการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน โดยผลการวิจัยพบว่า ในเรื่องของปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุพบว่า ค่าตอบแทนและสิ่งจูงใจ ความรู้ความชำนาญ และการประสานงานเป็นปัญหาในการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านในระดับมาก ซึ่งในเรื่องการสร้างแรงจูงใจนั้นเป็นสิ่งสำคัญที่จะสนับสนุนการทำงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านให้ดียิ่งขึ้น

ปัญหาด้านสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน พบว่าความพร้อมของเครื่องมือ/อุปกรณ์ ที่ใช้ในการช่วยเหลือผู้สูงอายุ ทำให้เป็นอุปสรรคในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ซึ่งอรพันธ์ ประสิทธิ์รัตน์ (2533) ได้กล่าวถึงความสำคัญของสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ว่า สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ส่งผลต่อผู้เรียนทั้งทางบวกทางลบ เช่น สถานที่ที่ถูกสุขลักษณะมีแสงสว่างพอเพียง สะอาด สงบ อากาศเย็นสบาย มีโต๊ะเก้าอี้และสิ่งอำนวยความสะดวก มีสื่อการเรียนที่มีคุณภาพ บรรยากาศในการเรียนเต็มไปด้วยความอบอุ่น สนุกสนาน มีความสมัครสมานสามัคคีกัน ผู้เรียนมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และร่วมมือกันเป็นอย่างดี สิ่งต่างๆเหล่านี้จะส่งผลดีต่อผู้เรียนทำให้ผู้เรียนสนใจ และมีสมาธิในการเรียนทางลบก็จะเป็นสิ่งตรงกันข้าม ซึ่งสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ คือองค์ประกอบต่างๆที่อยู่รอบตัวของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน ที่รวมทั้ง บรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ แหล่งเรียนรู้ และสื่อการเรียนรู้อื่นๆที่จะช่วยส่งเสริมให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเกิดการพัฒนาตนเองด้านการปฏิบัติงาน

ปัญหาด้านวิธีการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน พบว่าโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) ในพื้นที่ไม่มีการจัดศึกษาดูงานนอกสถานที่ การศึกษาดูงานนอกสถานที่นั้นจะทำให้อาสาสมัครเกิดการเรียนรู้ที่ได้จากสถานการณ์จริง หรือบุคคลต้นแบบที่สามารถถ่ายทอดประสบการณ์ของตนเองได้ วิวรรณ ธาราทิรัญโชติ (2560) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการศึกษาดูงานว่า เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการสังเกตการณ์ และได้รับทราบประเด็นย่อยเพิ่มเติมในการปฏิบัติ รวมไปถึงปัญหาต่างๆของผู้ที่เคยปฏิบัติมาแล้วว่าควรต้องระวัง

หรือค่านึงถึงสิ่งใดบ้าง การศึกษาดูงานนั้นจะช่วยให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ ที่สามารถนำมาริเริ่มสิ่งใหม่ๆหรือแม้กระทั่งนำมาต่อยอดจากของเดิมได้ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่ออาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่จะช่วยส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาตนเองมากขึ้น และนำมาปรับใช้ในการปฏิบัติงานได้อีกด้วย

ปัญหาด้านเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านยังขาดความรู้ด้านจิตวิทยาในการดูแลผู้สูงอายุ เมื่อผู้สูงอายุมีอายุมากขึ้นการเปลี่ยนแปลงต่างๆก็เกิดขึ้นทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์หรือจิตใจ ซึ่งอาจนำมาให้เกิดความเครียดในผู้สูงอายุ ความเครียดนั้นจะส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจซึ่งผู้สูงอายุต้องพยายามในการปรับตัวในการเปลี่ยนแปลงของตนเอง อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเป็นอีกบุคคลหนึ่งที่อยู่ใกล้ชิดผู้สูงอายุและครอบครัวผู้สูงอายุ ดังนั้นควรเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงต่างๆของผู้สูงอายุ มีหลักจิตวิทยาในการดูแลผู้สูงอายุ เข้าใจความต้องการทางด้านจิตใจ เพื่อสามารถให้คำแนะนำกับผู้สูงอายุและครอบครัวผู้สูงอายุได้ ซึ่งมีฉันทนา จริยรัตน์ไพศาล (2542) ได้กล่าวว่า ความต้องการทางด้านจิตใจมีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าความต้องการด้านร่างกาย ปัญหาของผู้สูงอายุมักเกิดจากการไม่ได้รับการตอบสนองทางด้านจิตและอารมณ์อย่างเพียงพอ ซึ่งมักเกิดจากความวิตกกังวล ความเครียด และความกลัวต่อการเสื่อมสภาพตามวัยของร่างกาย การสูญเสียหรือการเสียชีวิตของคนใกล้ชิดการถูกลดบทบาทหรือการได้รับการยอมรับจากสังคมน้อยลง บุตรหลานหรือผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุควรทราบความต้องการด้านจิตใจของผู้สูงอายุ เพื่อปรับนิวัติดูแลผู้สูงอายุได้อย่างถูกต้อง

ความต้องการการพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน จากผลการวิจัยพบว่าต้องการให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างถูกต้องและเหมาะสม ซึ่งเป็นแรงจูงใจในตนเองที่ทำให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเกิดการพัฒนาตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ Sharan B. Merriam and Laura L. Bierema (2014) ได้กล่าวถึงแรงจูงใจในการศึกษาของผู้ใหญ่ว่า แรงจูงใจในการเรียนรู้ของผู้ใหญ่นั้นมีความหลากหลาย การเรียนรู้อาจเกิดจากแรงผลักดันจากทั้งภายนอกและภายในและจากความต้องการทางสังคมและจากแรงจูงใจ ผู้เรียนจะเรียนรู้เพื่อมุ่งเน้นในการพัฒนาความรู้ ความชำนาญ ผู้เรียนที่เรียนรู้ด้วยความเข้าใจความต้องการรู้ ก็จะมีแรงกระตุ้นทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี อีกทั้งการวางแผนที่ดีก็มีส่วนทำให้ไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้

ความต้องการด้านของสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านต้องการหนังสือคู่มือการปฏิบัติงานที่สามารถช่วยให้เข้าใจในบทบาทหน้าที่ในการดูแลผู้สูงอายุได้ง่ายขึ้นส่วนใหญ่แล้วอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านอยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น จนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนปลายดังนั้นหนังสือคู่มือการปฏิบัติงานควรเป็นคู่มือที่สามารถอ่านแล้วเข้าใจง่ายไม่ซับซ้อนเกินไป และสามารถนำไปใช้ได้จริง Sullivan, Wircenski, Arnold and Sarkees (1990) กล่าวว่า การจดจำของผู้ใหญ่นั้นจะเกิดขึ้นได้ดีหากได้พัฒนาการความจำโดยนำสิ่งที่เรียนและฝึกเหล่านั้นมาใช้ปฏิบัติในทันที และตามด้วยกิจกรรมที่ได้มีการทบทวนหรือการเขียนสรุปความรู้ และยังพบว่าระดับความสามารถในการจดจำของคนเราต่อวิธีการเรียนรู้ที่แตกต่างกันจะให้ผลที่แตกต่างกันด้วย ดังนี้ การอ่าน 10% การฟัง 20% การเห็น 30% การเห็นร่วมกับการฟัง 50% การที่ผู้เรียนพูดออกมา 70% การลงมือทำ 90%

ความต้องการด้านวิธีการพัฒนาตนเองอาสาสมัครและผู้สูงอายุที่บ้าน ต้องการให้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในพื้นที่ที่มีการจัดศึกษาทำงานนอกสถานที่ เพราะในแต่ละสถานที่ย่อมมีทักษะและประสบการณ์ที่แตกต่างกัน ซึ่งอาสาสมัครจะเรียนรู้ตามวิธีการเรียนรู้ที่หลากหลายตามความต้องการและความเหมาะสมของตนเองภายใต้รูปแบบการเรียนรู้ (Learning Styles) ซึ่งมีนทรา ธรรมบุศย์ (2552) ได้กล่าวถึงรูปแบบการเรียนรู้ไว้ 3 ประเภท ซึ่งแต่ละประเภทจะมีความแตกต่างกันได้แก่ 1) บุคคลที่เรียนรู้ทางสายตา (Visual learner) เป็นคนที่เรียนรู้ได้ดีถ้าเรียนจากรูปภาพ แผนภูมิ แผนผังหรือจากเนื้อหาที่เขียนเป็นเรื่องราว เวลาจะนึกถึงเหตุการณ์ใด ก็จะนึกถึงภาพเหมือนกับเวลาที่ดูภาพยนตร์ 2) บุคคลที่เรียนรู้ทางโสตประสาท (Auditory Learner) เป็นคนที่เรียนรู้ได้ดีที่สุดถ้าได้ฟังหรือได้พูด จะไม่สนใจรูปภาพ ไม่สร้างภาพ และไม่ผูกเรื่องราวในสมอง เป็นภาพเหมือนคนที่เรียนรู้ทางสายตา แต่ชอบฟังเรื่องราวซ้ำๆ และชอบเล่าเรื่องให้คนอื่นฟัง และ 3) บุคคลที่เรียนรู้ทางร่างกายและความรู้สึก (Kinesthetic learner) เป็นคนที่เรียนโดยผ่านการรับรู้ทางความรู้สึก การเคลื่อนไหว และร่างกาย จึงสามารถจดจำสิ่งที่เรียนรู้ได้ดีหากได้มีการสัมผัส ในการพัฒนาตนเองของอาสาสมัครแต่ละบุคคล อาจใช้วิธีการที่แตกต่างกันตามความถนัดของตนเองในการพัฒนาตนเองให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ความต้องการด้านเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ พบว่าอาสาสมัครและผู้สูงอายุที่บ้านต้องการวิธีการพูดคุยให้คำแนะนำหรือให้กำลังใจแก่ผู้สูงอายุที่อยู่ในความดูแล เมื่อผู้สูงอายุมีอายุเพิ่มมากขึ้นปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุก็ตามมาด้วย ซึ่งสำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข (มปป.,ออนไลน์) ได้กล่าวถึงปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุไว้ดังนี้ 1. ปัญหาทางด้านสุขภาพกาย 2. ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ 3. ปัญหาทางด้านความรู้ 4. ปัญหาทางด้านสังคม 5. ปัญหาทางด้าน 6. ปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว 7. ปัญหาค่านิยมที่เปลี่ยนแปลง ซึ่งปัญหาเหล่านี้อาจทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเครียดและอาจส่งผลกระทบต่อในหลายๆด้าน ดังนั้นอาสาสมัครและผู้สูงอายุที่บ้านจำเป็นต้องมีวิธีการพูดคุยหรือการให้คำแนะนำและให้กำลังใจแก่ผู้สูงอายุ ซึ่งสำนักงานเลขาธิการสภา (2560) ได้มีการกำหนดเนื้อหาหลักสูตรขั้นพื้นฐานที่ผู้ดูแลผู้สูงอายุควรจะต้องได้รับการเรียนรู้ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจและสังคม และจิตวิทยาการดูแลผู้สูงอายุซึ่งเหมาะสมในการดูแลผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง ติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน ซึ่งได้กำหนดให้เป็นหลักสูตรพื้นฐานและหลักสูตรมาตรฐานให้แก่หน่วยงานและองค์กรต่าง ๆ

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. การส่งเสริมแรงจูงใจในการพัฒนาตนเอง มีปัจจัยเกี่ยวข้องทั้งภายนอกและภายใน ปัจจัยภายนอก ได้แก่ การเห็นความสำเร็จในการดูแลผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่สุขภาพที่ดีขึ้น และปัจจัยภายนอก ได้แก่ ค่าตอบแทนในการปฏิบัติงาน การให้รางวัล

2. การส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ หน่วยงานภาครัฐและเอกชน ควรมีการสนับสนุนของเครื่องมือและอุปกรณ์ที่อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุนำไปปฏิบัติหน้าที่ และการจัดทำคู่มือการปฏิบัติงานที่เข้าใจง่ายไม่ซับซ้อน

3. ส่งเสริมวิธีการพัฒนาตนเอง มีวิธีการที่หลากหลายแต่เน้นการลงมือปฏิบัติ และการเห็นของจริง ได้แก่ การศึกษาดูงานนอกสถานที่ เพื่อให้อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านเพิ่มประสบการณ์ใหม่ๆทั้งจากตนเองและผู้อื่นเพื่อนำมาใช้ในการปฏิบัติงาน

4. ส่งเสริมเนื้อหากิจกรรมการเรียนรู้ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล / ศูนย์บริการสาธารณสุข / หน่วยงานภาครัฐ ควรส่งเสริมให้อาสาสมัครมีการพัฒนาตนเองในเรื่องของ จิตวิทยาการดูแลผู้สูงอายุ และวิธีการพูดคุยให้กำลังใจแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจที่ดีและเข้าใจตนเองในความเปลี่ยนแปลงของตนเองอีกทั้งยังเป็นประโยชน์ในการดูแลผู้สูงอายุต่อไป

## เอกสารอ้างอิง

## ภาษาไทย

Bureau of Empowerment for Older Persons. (2014). khūmū kān patibat ngān khōng ‘Aphot. [The operating handbook of elderly care volunteers.] 2<sup>nd</sup> edition, Office of Welfare Promotion, Protection and Empowerment of Vulnerable Groups.

สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2557). *คู่มือการปฏิบัติงานของ อพส. พิมพ์ครั้งที่ 2*. สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ.

Bureau of Empowerment for Older Persons. (n.d.). Khūmūkāndamnoēnngān (chabapyō) ‘Āsāsamakdulæphūsung‘āyu (‘aphot.) [The operating handbook (Brief version). Elderly volunteers] [Online]. Source <http://www.npmhomeperson.dsdw.go.th/document/book/aorporsor1.pdf> [ 20 September 2017]

สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. *คู่มือการดำเนินงาน (ฉบับย่อ) อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุ (อพส.)*, [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.npmhomeperson.dsdw.go.th/document/book/aorporsor1.pdf> [20 กันยายน 2560]

Center for Development of Social Welfare for the Elderly in Lampang Province (2009). *rāingān khroṅkān songsaēm ‘āsāsamak nai kāndulæ phū sunṅ‘āyu*. [Report on the Promotion of Volunteer for Elderly Care Project.] [Online]. Source: [http://www.olderlampang.go.th/worksocty /report\\_6/2552-2553/sos52.PDF](http://www.olderlampang.go.th/worksocty /report_6/2552-2553/sos52.PDF) [3 [25 July 2017].

ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุจังหวัดลำปาง. (2552). *รายงานโครงการส่งเสริมอาสาสมัครในการดูแลผู้สูงอายุ*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: [http://www.olderlampang.go.th/worksocty /report\\_6/2552-2553/sos52.PDF](http://www.olderlampang.go.th/worksocty /report_6/2552-2553/sos52.PDF) [3 [25 กรกฎาคม 2560].

Chumbuathong, A et al. (2016). khwāmsamphanrawāṅghwāmīkhunkhānaiton ‘ēṅkapkānkhūāpkhumton ‘ēṅnaikānriānkhōṅnaksuksādānwithhayāsātsukphāpmahāwithhayalāihūāchī aochalōēmprakiānti. [The relationship between self-esteem and self-control in students' learning in health sciences, Huachiew Chalermprakiet University.] Journal of Silpakorn University, Vol. 36, No. 2 (January - April): 90-91.

อัญชลี ชุ่มบัวทอง และคณะ. ( 2559). *ความสัมพันธ์ระหว่างความมีคุณค่าในตนเองกับการควบคุมตนเองในการเรียนของนักศึกษาด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ*. khwāmsamphanrawāṅghwāmīkhunkhānaiton ‘ēṅkapkānkhūāpkhumton ‘ēṅnaikānriānkhōṅnaksuksādānwithhayāsātsukphāpmahāwithhayalāihūāchī aochalōēmprakiānti. วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร ปีที่36, ฉบับที่ 2 (มกราคม – เมษายน ) : 90-91

Damrikanloet, L. (2012). *wēthī sēwana rūamphatthana rabop sukkhaphāp chumchon khrang thī pāet kāndulāe phū sūng'āyu bāep būranakān nai chumchon . samnakngān wīchāi lāe phatthana rabop sukkhaphāp chutha chon ( saphot ) [8<sup>th</sup> Forum on Community Health System Development for Integrated Care for the Elderly in the Community, Office of Community Based Health Care Research and Development]: T Q P Company Limited.*

ลัดดา ดำริการเลิศ. (2555). *เวทีเสวนา “ร่วมพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน” ครั้งที่8 การดูแลผู้สูงอายุแบบบูรณาการในชุมชน.สำนักงานวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน(สพข) :บ.ที คิว พี จำกัด.*

Department of Provincial Administration (2017). *sathiti phū sūng'āyu khōng prathēt Thai chetsipchet chāngwat .[ Statistics of elderly in 77 provinces of Thailand.] [Online] Source: <http://www.dop.go.th/th/know/1/125>[11 August 2018]*

กรมการปกครอง. (2560). *สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย 77 จังหวัด. [ออนไลน์] แหล่งที่มา: <http://www.dop.go.th/th/know/1/125> [11 สิงหาคม 2561]*

Kanprom, A. (2018). [Factors Affecting Volunteerism of Police Cadets, Regional Police Training Center Region 7..] *Journal of Silpakorn University, Vol. 11, No. 3 (September - December): 1290*

อรุณ กั้นพร้อม. ( 2561). *ปัจจัยที่มีผลต่อการมีจิตอาสาของนักเรียนนายสิบตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค 7. วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร ปีที่ 11, ฉบับที่ 3 (กันยายน – ธันวาคม) : 1290*

Komsakorn, M. (2005). *'ēkkasān khamsoṅ rāiwichā phruttkam manut kap kānphatthana ton. [Handout of human behavior and self-development.] Faculty of Education, Valaya Alongkorn Rajabhat University under the Royal Patronage.*

มนต์ชัย คมสาคร. (2548). *เอกสารคำสอนรายวิชาพฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์.*

Jariyaratpaisarn, M. (1999). *sukkhaphāp phū sūng'āyu . kamphāeng phet : prokrāem wīchā wīthayāsāt sukkhaphāp [Health for the Elderly. Kamphaeng Phet: Health Science Program] Faculty of Science and Technology, Kamphaeng Phet Rajabhat Institute.*

มณฑนา จิรายรัตน์ไพศาล. (2542). *สุขภาพผู้สูงอายุ. กำแพงเพชร : โปรแกรมวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีสถาบันราชภัฏกำแพงเพชร.*

Kaemket, W. (2012). *wīthī wīthayākān wīchāi thāng phruttkam sāt. [Research Methods in Behavioral Sciences. ] 3<sup>rd</sup> Edition. Printing of Chulalongkorn University. Bangkok.*

วรรณิ์ แกมเกตุ. (2555). *วิธีวิทยาการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่3. โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ.*

- Limaphichat, K. (1988). lak læ theknik kǎnchātkañ fuk ‘oprom læ kǎnphatthanā : næōthāng kǎng wāngphǎen kǎn khīan khroṅkañ læ kǎnbōrihān khroṅkañ. [Principles and techniques in training and development management: Approaches to project planning, writing, and management. Bangkok. Siamsilp Printing.
- เครีอวัลย์ ลิ้มอภิชาติ. (2531). หลักและเทคนิคการจัดการฝึกอบรมและการพัฒนา: แนวทางกว้างวางแผน การเขียนโครงการ และการบริหารโครงการ. กรุงเทพฯ. สยามศิลป์การพิมพ์.
- Ministry of Social Development and Human Security. (2004). khūmū kǎndamnoēn ngān ‘āsāsamak dūlǎe phū sūng ‘āyū thī bān ( ‘aphot . ) ( Home Care) [*The handbook for elderly home-care volunteers.*] [Online] Source: [https://www.msociety.go.th/article \\_ attach / 8898 / 10867.pdf](https://www.msociety.go.th/article_attach/8898/10867.pdf) [20 September 2017].
- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2547). *คู่มือการดำเนินงานอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (อพส.) (Home Care)*. [ออนไลน์] แหล่งที่มา: [https://www.msociety.go.th/article \\_ attach /8898/ 10867.pdf](https://www.msociety.go.th/article_attach/8898/10867.pdf) [20 กันยายน 2560]
- Ministry of Public Health. (n.d.) kǎn plīanplǎeng læ triāmtuā muā khao sū wai sūng ‘āyū [*Change and preparation for elderly age,* ] [online] Source: [http://hp.anamai.moph.go.th /soongwai/ statics/health/prepared/topic001.php](http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai/statics/health/prepared/topic001.php) [11 August 2018]
- กระทรวงสาธารณสุข. (มปป.) *การเปลี่ยนแปลงและเตรียมตัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ* [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai/statics/health/prepared/topic001.php> [11 สิงหาคม 2561]
- Nantanate, Ch. (2017). thritsadi kǎn rīanrū khōṅg phūyāi [*Adult learning theory* ]. Nakhon Pathom. Faculty of Education. Silpakorn University.
- ชิดขงค์ สอนมะลิ-นันทนาเนตร. (2560). *ทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่*. นครปฐม. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร
- National Health Security Office. (2016). khūmū sanapsanun kǎnbōrihān chātkañ rabop bōrikan dūlǎe raya yāo dān sāthāranasuk samrap phū sūng ‘āyū thī mī phāwa phungphing nai rabop lakprakan sukkhaphāp hǎeng chāt. [A handbook for supporting the management of long-term public care services for the dependent elderly for the National Health Security System. ] 1<sup>st</sup> edition. National Health Security Office (NHSO).
- สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ. (2559). *คู่มือสนับสนุนการบริหารจัดการระบบบริการดูแลระยะยาวด้านสาธารณสุขสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ*. พิมพ์ครั้งที่ 1 . สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.)



Office of the Non-Formal and Informal Education (2011). *nangsū rīan sārā kānphatthana-sangkhom rāiwichā kānphatthana ton'ēng chumchon sangkhom* ( *sok sammūnngphansām* ) *radap matthayommasuksā toṅ plāi* . [Social development learning materials under self-development, community, and society subject. (SC21003). Upper Secondary Education.

สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย. (2554). *หนังสือเรียนสาระการพัฒนาสังคม วิทยาศาสตร์ การพัฒนาตนเอง ชุมชน สังคม ( สค31003) ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย.*

Prasitrat, A. (1990). *Saphāpwaetloṅkānrīanrū*. [Learning Environment ] [Online] Source: <http://ejournals.swu.ac.th/index.php/ENEDU/article/viewFile/5955/5590> [8 October 2017]

อรพันธ์ ประสิทธิ์รัตน์. (2533). *สภาพแวดล้อมการเรียนรู้*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://ejournals.swu.ac.th/index.php/ENEDU/article/viewFile/5955/5590> [8 ตุลาคม 2560]

Rungmueangthong, W. (2010). *kānpramāen khroṅkān 'āsāsamak dulāe phū sunṅ'āyu thī bān : koṅrānī suksā chāngwat phet burī* [ Evaluation of the elderly home-care project : a case study of Phetchaburi province]. (Master Thesis), National Institute of Development Administration.

วิไลลักษณ์ รุ่งเมืองทอง. (2553). *การประเมินโครงการอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน : กรณีศึกษาจังหวัดเพชรบุรี (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์)*, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

Sirathatnaroch, Th. (2014). *chittawitthaya kap kānphatthana ton*. [Psychology and self-development.] 1<sup>st</sup> edition. Bangkok Denex Inter Corporation.

ธัญญภัทร์ ศิริธนะโรจน์. (2557). *จิตวิทยากับการพัฒนาตน*. พิมพ์ครั้งที่ 1 . กรุงเทพฯ. แดเน็กซ์ อินเตอร์คอร์ปอเรชั่น.

Srimeechai, N. (2011). *kānphatthana rūpbāp kān songsoem kān patibat ngān khoṅg 'āsāsamak kānsuksā noṅ rabop roṅrīan lāe kānsuksā tam 'atthayasai phūā kān rīanrū taloṅ chīwit khoṅg prachāchon* [Development of a model for promoting better practices of volunteers in non- formal and informal education for people's lifelong learning] (Doctoral dissertation's thesis), School of Non-Formal Education, Department of Lifelong Education, Faculty of Education, Chulalongkorn University

ณัฐลักษณ์ ศรีมีชัย. (2554). *การพัฒนา รูปแบบการส่งเสริมการปฏิบัติงานของอาสาสมัครการศึกษาอกระบบโรงเรียนและการศึกษาตามอัธยาศัยเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของประชาชน (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์)*, สาขาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์, จุฬาลงกรณ์

- Sukaram, M. (2013). *kañnam sanæ næoṭhañg kañphatthana kañ rianru phañ khruākhañ thañg sangkhom phuā phaēm sakkayaphāp ‘āsāsamak sāthāranasuk pračham muāñ [Presentation of guidelines for developing learning through social networks to increase the potential of village health volunteers.] (Master thesis), Chulalongkorn University.*
- มณฑลดา ศุขอร่าม. (2556). *การนำเสนอแนวทางการพัฒนาการเรียนรู้ผ่านเครือข่ายทางสังคมเพื่อเพิ่มศักยภาพอาสาสมัครสาธารณสุขประจำ (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*
- Tharmasay, M. (2009). *Leelakañriānru [Learning Style]. [Online] Source: <http://portal.edu.chula.ac.th/girl/blog/view.php?Bid=1245038152800790> [5 October 2018]*
- มณฑลดา ศุขอร่าม. (2552). *ลีลาการเรียนรู้ (Learning Style). [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://portal.edu.chula.ac.th/girl/blog/view.php?Bid=1245038152800790> [5 ตุลาคม 2561]*
- TharaHirunchoti, W. (2017). *kañ du ñgañ mi prayoṭ čing ru. [Is a field trip beneficial?] Bangkok Business News [Online] Source: <http://www.Bangkokbiznews.com/blog/detail/641775>.*
- วิวรรณ ธาราหิรัญโชติ. (2560). *การดูงานมีประโยชน์จริงหรือ . กรุงเทพฯธุรกิจ. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.bangkokbiznews.com/blog/detail/641775>*
- Thai Health Promotion Foundation. (2017). *triām khwām phroṭm su sangkhom suñg wai wāngphañ chīwit koṅ kañ. [Preparation for aging society, pre-retirement planning.] [Online]. Source: <http://www.thaihealth.or.th/Content> [4 August 2016].*
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2560). *เตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย วางแผนชีวิตก่อนเกษียณ. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.thaihealth.or.th/Content> [4 สิงหาคม 2560]*
- The Secretariat of the Senate. (2017). *rāñgāñ phonlaka raphi čañ nā suksā khoṅg khana kammaṭhikañ sangkhom kitchakañ dek yaowachon sattri phu suñg ‘āyu khonphikañ læ phu doṅ ‘okaṭ sapha nitibanyat hāñg chaṭ ruāng bukkhalakoṅ nai krabuāñkañ du læ phu suñg ‘āyu. [Report of the study of the Committee on Social, Children, Youth, Women, the Elderly, the Disabled and the Underprivileged Affairs, the National Legislative Assembly on Personnel in the Elderly Care Process] [Online] Source: [http://www.senate.go.th/w3c/senate/pictures/comm/1549/file\\_1500519645.pdf](http://www.senate.go.th/w3c/senate/pictures/comm/1549/file_1500519645.pdf)*
- สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. (2560). *รายงานผลการพิจารณาศึกษาของคณะกรรมการสิทธิการสังคม กิจการเด็กเยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ และผู้ด้อยโอกาสสถานการณ์ปัญหาแห่งชาติ เรื่อง บุคลากรในกระบวนการดูแลผู้สูงอายุ. [ออนไลน์] แหล่งที่มา : [http://www.senate.go.th/w3c/senate/pictures/comm/1549/file\\_1500519645.pdf](http://www.senate.go.th/w3c/senate/pictures/comm/1549/file_1500519645.pdf)*

Thupkaeo, N. (2009). Næothāngkānphatthanākānpatibatngānkhōng ‘āsāsamakdulæphūsūng ‘āyuthībān(‘aphot.)Kranīsuksa: Aphot.thīdairapkānsanapsanunchākāsamākhomphatthan ā phuprakōpkānphūsūng ‘āyuchanabot Changwatchainot [ N.Guideline on operational development of elderly home caregiver volunteers :a case study of elderly caregiver volunteers supported by the Association of Rural Elderly the Association of Rural Elderly Entrepreneur Development, Chainat province Master Thesis (MSc), Thammasat University

นภัสกรณ ฐูปแก้ว.(2552). แนวทางการพัฒนาการปฏิบัติงานของอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (อผส.) กรณีศึกษา: อผส.ที่ได้รับการสนับสนุนจากสมาคมพัฒนาผู้ประกอบการผู้สูงอายุชนบท จังหวัดชัยนาท (สารนิพนธ์มหาบัณฑิต),มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

Wattanawong, S. (2002). Čhitwitthayāphūākānfukobromphūyai (Psychology for Training Adult). [Psychology for Training Adult.] 2<sup>nd</sup> Edition. Expernet, Bangkok.

สุวัฒน์ วัฒนวงศ์. (2545). จิตวิทยาเพื่อการฝึกอบรมผู้ใหญ่ (Psychology for Training Adult). พิมพ์ครั้งที่ 2. เอ็กซ์เปอร์เน็ต. กรุงเทพฯ.

#### ภาษาต่างประเทศ

Knowles, M. S. (1978). *The Adult Learner: A Neglected Species (2nd ed.)*. Houston: Gulf.

Knowles, M.S. (1975). *Self-Directed Learning : A Guide for Learners and Teachers*. Chicago : Follett Publishing Company

Maslow A. H. (1943). *A Theory of Human Motivation*. Journal Psychology Review, 50, pp. 370 – 396

Sharan B. Merriam & Laura L. Bierema. (2014). *Adult Learning Linking Theory and Practice*. First edition. Printed in the United States of America.

Sullivan, R. L., Wircenski, J. L., Arnold, S. S., & Sarkees, M. D. (1990). Creating a positive training climate. In *A practical manual for the design, delivery, and evaluation of training* (pp. 1-3). Rockville, MD: Aspen.