

การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ*

Community Participation in the development of Older Persons' Quality of Life

จรัญญา วงษ์พรหม (Jaranya Wongprom)**

ผศ.ดร.ศิริบุญ จงวุฒิเวศย์ (Asst. Prof. Kiriboon Jongwutiwes Ph.D.)***

รศ.ดร.นวลฉวี ประเสริฐสุข (Prof. Ph.D Nuanchawee Prasertsuk)***

ดร.นิรันดร์ จงวุฒิเวศย์ (Ph.D. Nirun Jongwutiwes)***

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง “การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ” มีวัตถุประสงค์หลักคือ การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และมีวัตถุประสงค์ย่อยดังนี้ 1) เพื่อศึกษาบริบทและ การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2) เพื่อพัฒนากิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อ พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 3) เพื่อประเมินผลการดำเนินกิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพ ชีวิตผู้สูงอายุ และ 4) เสนอแนวทางที่เหมาะสมเพื่อพัฒนากิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพ ชีวิตผู้สูงอายุ โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research-PAR) ซึ่งประกอบไปด้วย กระบวนการวิจัย (Research = R) กระบวนการพัฒนากิจกรรม (Development = D) ผสมผสานกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการบนฐานของชุมชน (Community-based Action Research-CAR) ซึ่งเป็น งานวิจัยปฏิบัติการที่อยู่บนฐานข้อมูลและความคิดของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ประกอบด้วย 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา ในตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น โดยใช้การเก็บข้อมูลแบบ วิธีผสมผสาน (Mixed Methods) ระหว่างวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นหลัก และการวิจัยเชิงปริมาณเป็น องค์ประกอบในการเก็บข้อมูลผู้สูงอายุและครอบครัวเพื่อต้องการได้ข้อมูลตัวเลขเชิงปริมาณ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้สูงอายุมีความสุขความพึงพอใจที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมที่สามารถสนองตอบต่อคุณภาพชีวิตใน 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา/การเรียนรู้

* บทความนี้เขียนขึ้นเพื่อนำเสนอผลงานวิทยานิพนธ์ปริญญาเอก สาขาการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการพัฒนามนุษย์ มหาวิทยาลัย ศิลปากร The article is presented as a part of Ph.D thesis of the Department of Life-long Education and Human Development, Silpakorn University.

** นักวิจัยชำนาญการพิเศษ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยขอนแก่น อ.เมือง จ.ขอนแก่น 40002, e-mail : jarwon@kku.ac.th นักศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาวิชาการศึกษาตลอดชีวิตและการพัฒนามนุษย์ มหาวิทยาลัยศิลปากร Senior Professional Researcher of the Research and Development Institute, KhonKaen University, Muang District, KhonKaen Province 40002. E-mail: jarwon@kku.ac.th. A Ph.D student of the Department of Life-Long Education and Human Development, Silpakorn University.

*** อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ Thesis Advisors

2. เกิดกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนผ่านการจัดกิจกรรมสัจจกรเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และกิจกรรมสานวัยใส่ใจผู้สูงอายุที่ผู้วิจัยและกลุ่มปฏิบัติการหลักร่วมดำเนินการกับชุมชน
3. เกิดการบูรณาการความรู้และกิจกรรมในชุมชนผ่านการสรุปทเรียนจากประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน
4. เกิดความยั่งยืนของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนโดยการดำเนินการต่อเนื่องของชุมชนที่ประกอบด้วย แกนนำผู้สูงอายุ คนวัยอื่น และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในชุมชน

Abstract

The main objective of the research on “Community Participation in the Development of Older Persons’ Quality of Life” was to find out how community participated in the older persons’ quality of life. The minor objectives were: 1) To study the context and participation of the community in the development of the older persons’ quality of life; 2) To develop the community participative activities in the development of older persons’ quality of life; 3) To evaluate the implemented activities to develop the older persons’ quality of life; and 4) To propose the appropriate approach of community participative activities in order to develop community participation aimed at developing the older persons’ quality of life.

The research employed the Participatory Action Research (PAR), which included Research process (R), and Development (D), and mixed with Community-based Action Research (CAR). The action research based on community based data and community members’ opinion concerning the development of the older persons’ quality of life in 4 dimensions: physical, mind, social, and intellectual. The research site was in Sa-ad Sub-district, Nam Pong District of Khon Kaen Province. The data collection employed the mixed methods. Qualitative research method was mainly employed while quantitative research method was used to supplement quantitative data on the older persons and their families.

The research findings were as follows:

1. The older persons were satisfied with participation in the activities which enabled them to develop their quality of life in 4 dimensions: physical, mind, social, and intellectual/learning.
2. The community participation were developed through various implemented activities, namely, mobile activities, three-generation activities, and core group-community activities
3. The integration of knowledge and activities in the community was existed through lessons learned from the experience together.

4. The sustainability of the older persons' quality of life was carried on through community composing of core group, older persons, other generations and agencies concerned.

KeyWords : Participation / Quality of Life / Older Person

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรครั้งสำคัญคือ การเข้าสู่สังคมสูงวัย(Aging Society) โดยสัดส่วนจำนวนประชากรในวัยทำงานและวัยเด็กลดลงกล่าวคือจากการดำเนินนโยบายด้านประชากรและการวางแผนครอบครัวที่ประสบผลสำเร็จและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ส่งผลทำให้ภาวะการเจริญพันธุ์และอัตราการเกิดมีแนวโน้มที่ลดลงในขณะที่ประชากรที่อยู่ในวัยสูงอายุมิมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เพราะอัตราการตายของประชากรลดลงประชากรไทยโดยเฉลี่ยมีอายุยืนยาวขึ้นกล่าวคือด้วยผลของความก้าวหน้าในการพัฒนาประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมส่งผลให้คนไทยมีสุขภาพดีมีอายุยืนยาวมีโอกาสได้รับการศึกษาที่สูงขึ้นมีความรู้และทักษะในการป้องกันและดูแล

การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างของประชากรในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจกันเป็นอย่างมากทั้งในระดับชาติและในระดับโลก โดยองค์การสหประชาชาติ (UN) ได้นิยามว่าประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นสัดส่วนเกินร้อยละ 10 หรืออายุ 65 ปีขึ้นไปเกินร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศถือว่าประเทศนั้นได้ก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัย (Aging Society) และจะเป็นสังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ (Aged Society) เมื่อสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มเป็นร้อยละ 20 และอายุ 65 ปีขึ้นไปเพิ่มเป็นร้อยละ 14 ประเทศไทยก็เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงนี้จะได้เห็นได้จากผลสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ 5 ครั้งที่ผ่านมาพบว่าประเทศไทยมีจำนวนและสัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่องโดยในปี 2537 มีจำนวนผู้สูงอายุคิดเป็นร้อยละ 6.8 ของประชากรทั้งประเทศและเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 9.4 ร้อยละ 10.7 ร้อยละ 12.2 ในปี 2545, 2550, 2554 ตามลำดับผลการสำรวจปี 2557 พบว่ามีจำนวนผู้สูงอายุคิดเป็นร้อยละ 14.9 ของประชากรทั้งหมดประเทศ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ,2557) และมีแนวโน้มจะเพิ่มขึ้น โดยคาดการณ์ว่าในปี 2563 จะมีผู้สูงอายุเพิ่มสูงถึงประมาณร้อยละ 19.13 และในปี 2571 ประเทศไทยจะมีผู้อายุเกิน 60 ปีร้อยละ 23.5 กล่าวโดยรวมคือประเทศไทยจะก้าวจากสังคมผู้สูงอายุ(Aging Society) เป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) ในเวลาเพียง 20 กว่าปีเท่านั้น (สำนักงานสถิติแห่งชาติ,2557)

ประเทศไทยจึงต้องมีการเตรียมความพร้อมทั้งในด้านการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม เนื่องจากมีผลกระทบอย่างกว้างขวางในระดับมหภาคได้แก่ ผลต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (GDP) รายได้ต่อหัวของประชากร การออมและการลงทุน งบประมาณของรัฐบาล การจ้างงาน และผลิตภาพของแรงงานและระดับจุลภาคได้แก่ ผลต่อตลาดผลิตภัณฑ์ และบริการด้านต่างๆโดยเฉพาะด้านการเงินและด้านสุขภาพ (ปรีชา อุปโยธิน และคณะ,2548) ในระดับชุมชนและครอบครัว เป็นการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ที่สำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางเศรษฐกิจ มีการย้ายถิ่นฐานจากชนบทเข้าทำมาหากินในเมือง มีผลทำให้โครงสร้างครอบครัวเปลี่ยนไปเป็นครอบครัวเดี่ยว ครอบครัวมีขนาดเล็กลง บางครอบครัวพ่อแม่ที่เลี้ยงดูลูกโดยลำพัง และยัง

ต้องทำงานเพื่อหาเงินมาใช้จ่าย ลูกเล็กๆ ต้องฝากเลี้ยงไว้ที่สถานเลี้ยงเด็กหรือพี่เลี้ยง เด็กจึงขาดโอกาสในการได้รับการอบรมเลี้ยงดูและรับการกล่อมเกลาทางสังคม (Socialization) ที่เป็นส่วนสัมพันธ์ในครอบครัว และการถ่ายทอดความรู้ภูมิปัญญา ความคิดและทัศนคติที่ดีจากครอบครัวที่อยู่ร่วมกันหลายคน หรือเรียนรู้ภูมิปัญญาจากพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ทำให้ความเชื่อมโยงความรู้ ภูมิปัญญาจากรุ่นหนึ่งสู่คนอีกรุ่นหนึ่งในครอบครัวเฉาจางลง หรือขาดหายไป เกิดช่องว่างความสัมพันธ์ระหว่างวัย เพราะครอบครัวถือได้ว่าเป็นกลุ่มทางสังคมขนาดเล็ก มีความสัมพันธ์ภายในครอบครัวอย่างลึกซึ้งและแน่นแฟ้น การสื่อสารเป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญต่อความสุขและความเข้มแข็งของครอบครัว การสื่อสารที่สร้างสรรค์ (constructive communication) ในครอบครัวจะทำให้สมาชิกในครอบครัวเกิดความเข้าใจกันในเรื่องต่างๆ เช่น เข้าใจความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของกันและกัน แล้วนำมาซึ่งความรู้สึกดีๆ ความปลาบปลื้มยินดี สัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทุกคนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข (นวลฉวี ประเสริฐสุข, 2558)

ด้านผู้สูงอายุเอง มีความกังวลที่จะต้องเผชิญกับช่วงวัยการเปลี่ยนผ่านของชีวิตที่ต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงมากมาย เป็นสาเหตุที่ส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิต หรือต้องมีการปรับระบบวิถีการดำเนินชีวิตใหม่ ซึ่งเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องเผชิญอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งความเปลี่ยนแปลงทางกายภาพหรือร่างกาย (Physiological) ด้านอารมณ์ (Emotional) ด้านการเรียนรู้ สติปัญญา (Cognitive) ด้านเศรษฐกิจ (Economic) และสถานภาพทางสังคม (Social Status) สิ่งเหล่านี้มีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ปัจจุบันครอบครัวมีภาระต้องรับผิดชอบในการทำมาหากิน การปรับตัวในการรองรับเศรษฐกิจที่ต้องใช้จ่ายสูงขึ้น ทำให้สมาชิกในครอบครัวไม่มีเวลาในการเอาใจใส่ สนใจดูแลผู้สูงอายุเหมือนดังสมัยก่อน ขณะที่ระบบเครือญาติและเพื่อนบ้านในชุมชนก็มีปฏิสัมพันธ์กันน้อยลง สังคมในลักษณะ “บ้านใกล้เรือนเคียง” จึงถูกแทนที่ด้วยความสัมพันธ์ที่ฉาบฉวยตัวใครตัวมัน การพบปะสังสรรค์ก็จะมีเฉพาะในช่วงเทศกาลประเพณี หรือมีงานสำคัญในเครือญาติและชุมชนเท่านั้น ซึ่งปรากฏการณ์นี้ไม่เพียงเกิดขึ้นทั่วไปในชุมชนเมืองแต่กำลังคืบคลานสู่ชุมชนชนบทเช่นกัน ความคาดหวังในการดูแลจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจากหน่วยงานรัฐเป็นเรื่องยาก เพราะที่ผ่านมาการดูแลผู้สูงอายุ สังคม/ชุมชนอาจคาดหวังให้รัฐดำเนินการ ซึ่งรัฐก็มีนโยบายและมาตรการในการสงเคราะห์ผู้สูงอายุในด้านต่างๆ เช่น ส่งเสริมการจัดตั้งชมรม เปี้ยยังชีพรายเดือน และสวัสดิการเฉพาะผู้สูงอายุอื่นๆ แต่อย่างไรก็ตามไม่เพียงพอ รัฐจึงมีความพยายามในการขยายขอบเขตการดูแลให้ทั่วถึง และหลากหลายมากขึ้น นอกจากนี้ ผู้สูงอายุยังขาดโอกาสในการส่งเสริมให้สามารถพึ่งตนเอง เพราะเกิดความเคยชินกับการเป็นผู้ขอรับบริการจากรัฐ โดยถูกทำให้คิดว่าเป็นหน้าที่ของรัฐที่ต้องให้การช่วยเหลือเกื้อกูล และรู้สึกว่าเป็นผู้ด้อยโอกาส ประกอบกับระบบครอบครัวเครือญาติ และเพื่อนบ้านในชุมชนขาดปัจจัยหลักใน 3 ประการ คือ 1) การให้ความสำคัญของบทบาทผู้สูงอายุ และการตระหนักถึงบทบาทครอบครัวและชุมชนต่อการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งจะต้องปรับเงื่อนไขของวิถีคิด ปรับจิตใจ และปรับเวลาให้สามารถพร้อมที่จะเข้ามามีส่วนร่วมอย่างใกล้ชิดในการดูแลผู้สูงอายุมากขึ้น 2) การขาดความรู้ความเข้าใจ และทักษะในการดูแล ตลอดจนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้มีสุขภาพกาย ใจ สังคมและปัญหาที่เข้มแข็ง สามารถปรับวิถีชีวิตให้เหมาะสมกับการอยู่ในสังคมปัจจุบันได้อย่างสมดุลและมีความสุข 3) การตระหนักว่าผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีคุณค่าและผ่านประสบการณ์มามากมาย ทำอย่างไรครอบครัวและชุมชนจะนำสิ่งที่

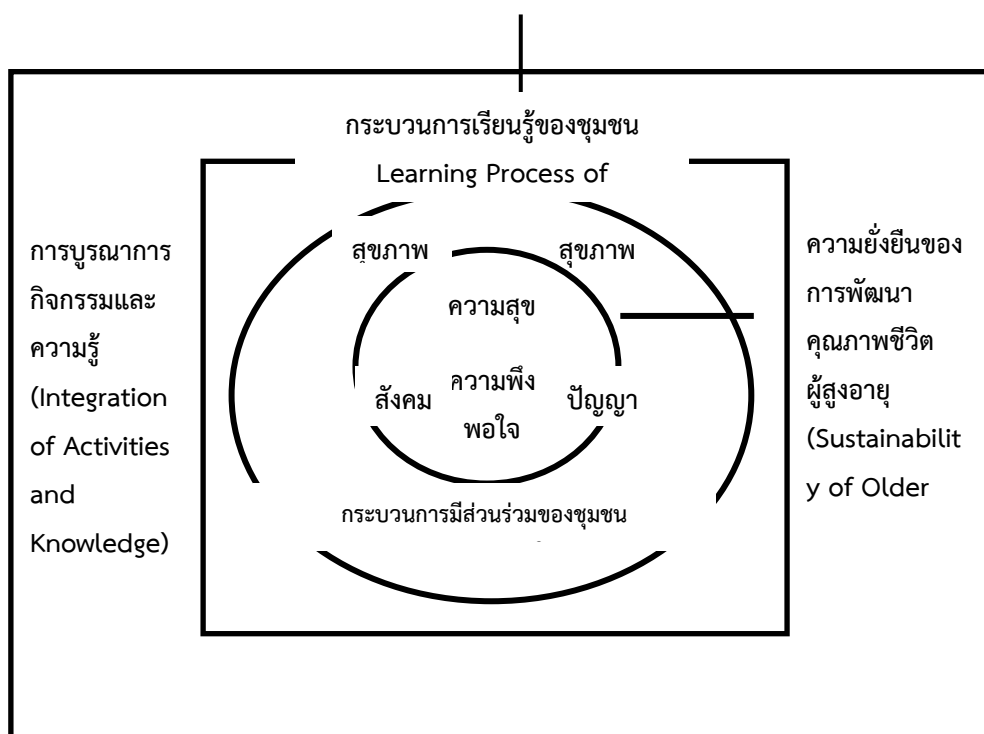
ผู้สูงอายุมีถ่ายทอดสู่คนรุ่นหลังได้ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจที่สามารถทำประโยชน์ให้กับลูกหลานมากกว่า รู้สึกว่าเป็นภาระที่ลูกหลานต้องเลี้ยงดู (วาทีณี บุญชะลักษ์และยุพิน วรสิริอมร,2539)

การเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจึงเป็นเรื่องเร่งด่วนสำคัญที่ต้องการการวางแผนอย่างเป็นระบบและเริ่มดำเนินการล่วงหน้าเนื่องจากมาตรการต่างๆหลายประการล้วนแล้วแต่ต้องใช้เวลาในการดำเนินการกว่าจะเห็นผลอย่างเป็นรูปธรรม ในระดับชุมชนการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุก็เป็นอีกส่วนหนึ่งที่สำคัญที่ดำเนินควบคู่กับนโยบายและการดำเนินการในระดับชาติ เพราะหากสังคม/ชุมชนมีความคิดว่า ผู้สูงอายุเป็นพลังสำคัญในการร่วมสร้างสรรค์ประโยชน์ให้แก่สังคม จากประสบการณ์ความรู้ ความชำนาญที่สั่งสมมาตลอดช่วงชีวิตของผู้สูงอายุแต่ละท่านที่มีความหลากหลายอันไม่สามารถหาได้จากกลุ่มอายุอื่นๆ ทำอย่างไรจะพัฒนาให้สังคมไทยในอนาคตเป็น “สังคมสูงวัย” ที่ผู้สูงอายุอยู่อย่างมีความสุขได้

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

จากความเป็นมาเบื้องต้น งานวิจัย เรื่อง การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จึงมีวัตถุประสงค์หลัก การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และมีวัตถุประสงค์ย่อย 1) เพื่อศึกษาบริบทและการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2) เพื่อพัฒนากิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชน 3) เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเพื่อประเมินผลการดำเนินกิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ 4) เสนอแนวทางที่เหมาะสมเพื่อพัฒนากิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

กรอบแนวคิดการวิจัยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ(Older Persons' Quality of Life)



งานศึกษานี้เป็นงานวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมผสมผสานกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการบนฐานของชุมชนเป้าหมายสำคัญคือ การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ งานศึกษานี้จึงพิจารณาที่องค์ประกอบ 4 ส่วน คือ กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชน(Participation Process of Community) และเกิดกระบวนการเรียนรู้ของชุมชน(Learning Process of Community) โดยการดำเนินการที่นำไปสู่คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็นองค์รวมที่ประกอบด้วย 4 มิติ ได้แก่ ด้านกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านปัญญา การสรุปข้อมูล โดยนักวิจัยและภาคีแกนนำจะร่วมกันประเมินผลในแต่ละขั้นตอน ดังนั้นในการปฏิบัติการวิจัยจึงให้ความสำคัญกับการบูรณาการกิจกรรมและความรู้(Integration of Activities and Knowledge) โดยผลจากการดำเนินการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมกับภาคีต่างๆ ผ่านประสบการณ์และกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนโดยใช้การสรุปบทเรียนเพื่อเกิดการบูรณาการกิจกรรมและความรู้โดยคำนึงถึงความยั่งยืนของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ(Sustainability of Older Persons' Quality of Life) นั่นคือการเป็นการสร้างทฤษฎีพื้นฐานจากการปฏิบัติเพื่อการพัฒนาสู่ความสุข ความพึงพอใจของผู้สูงอายุตามแนวทางการพัฒนาการมีส่วนร่วมและเกิดกระบวนการเรียนรู้ของชุมชน เพื่อให้ชุมชนสามารถดำเนินการต่อเนื่องไปได้ เพราะหากชุมชนมีฐานความคิดว่าผู้สูงอายุเป็นพลังสำคัญในการร่วมสร้างสรรค์ประโยชน์ให้แก่สังคม จากประสบการณ์ความรู้ ความชำนาญที่สั่งสมมาตลอดช่วงชีวิตของผู้สูงอายุแต่ละท่านที่มีความหลากหลายอันไม่สามารถหาได้จากกลุ่มอายุอื่นๆ

การดำเนินการวิจัย

การวิจัย “การมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ” ใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research-PAR) ซึ่งประกอบไปด้วย กระบวนการวิจัย (Research = R) กระบวนการพัฒนากิจกรรม (Development = D) เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ที่ประกอบด้วย 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา ในแต่ละขั้นตอนของกระบวนการใช้กระบวนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุและผู้ที่เกี่ยวข้องในชุมชน (Participatory=P) (วิรัตน์ คำศรีจันทร์,2554)เป็นกลุ่มเป้าหมายการวิจัย ซึ่งต่อไปนี้จะใช้คำว่า “กลุ่มปฏิบัติการหลัก” เป็นการทำงานร่วมกันระหว่างภาคีทั้ง 3 องค์ประกอบ คือ ชุมชน นักวิจัย และองค์กรที่ทำงานในพื้นที่ รวมทั้งสิ้น 15 คน มีปฏิสัมพันธ์ในทุกกระบวนการวิจัยผสมผสานกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการบนฐานของชุมชน (Community – based Action Research-CAR) ซึ่งเป็นงานวิจัยปฏิบัติการที่อยู่บนฐานข้อมูลและความคิดของชุมชนในตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น โดยใช้การเก็บข้อมูลแบบวิธีผสมผสาน (Mixed Methods) โดยเลือกวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นหลัก และวิธีการวิจัยเชิงปริมาณเป็นองค์ประกอบเพื่อต้องการได้ข้อมูลตัวเลขและร้อยละ เป็นการค้นหากิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนที่เหมาะสมที่เกิดขึ้นภายใต้ทุนทางสังคมที่มีอยู่ในชุมชน อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ดังนั้น องค์ความรู้ที่สำคัญของการวิจัยครั้งนี้ เป็นการสร้างทฤษฎีพื้นฐานจากการปฏิบัติการพัฒนาการมีส่วนร่วมและเกิดกระบวนการเรียนรู้ของชุมชน โดยบูรณาการกิจกรรมและความรู้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างยั่งยืนในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลัก(Key-Informant Interview) เช่น ผู้สูงอายุและครอบครัวจำนวน 40 คน กลุ่มคนต่างๆในชุมชน จำนวน 20 คน ผู้นำชุมชนทั้งเป็นทางการและไม่เป็นทางการจำนวน 10 คน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในชุมชนจำนวน 10 คน และการวิจัยเชิงปริมาณเป็นองค์ประกอบในการเก็บข้อมูลผู้สูงอายุและ

ครอบครัวผู้สูงอายุที่เก็บข้อมูลจำนวน 161 คน เพื่อต้องการได้ข้อมูลตัวเลขเชิงปริมาณส่วนในการปฏิบัติการการมีส่วนร่วมใช้วิธีประชุมกลุ่มเป็นหลัก ควบคู่ไปกับการจัดกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้เกิดการมีส่วนร่วมของชุมชน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็นการค้นหากิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนที่เหมาะสมที่เกิดขึ้นภายใต้ทุนทางสังคมที่มีอยู่ในชุมชน อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ดังนั้น องค์ความรู้ที่สำคัญของการวิจัยครั้งนี้ เป็นการสร้างทฤษฎีพื้นฐานจากการปฏิบัติการพัฒนาการมีส่วนร่วมและเกิดกระบวนการเรียนรู้ของชุมชน โดยบูรณาการกิจกรรมและความรู้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างยั่งยืนโดยให้ความสำคัญที่การมีส่วนร่วมของภาคีในทุกขั้นตอนของการดำเนินการวิจัย ดังนี้คือ **ระยะที่ 1** ศึกษาบริบทชุมชนในทุกด้านทั้งกายภาพ โครงสร้างประชากร มิตรสังคม/วัฒนธรรม และการมีส่วนร่วมของชุมชน ตลอดจนศึกษาสถานภาพผู้สูงอายุและครอบครัว **ระยะที่ 2** พัฒนากิจกรรมเพื่อสร้างกระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยการนำผลการศึกษาในระยะที่ 1 มาพัฒนาเป็นกิจกรรมการมีส่วนร่วมในชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ **ระยะที่ 3** การประเมินผลการดำเนินการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ **ระยะที่ 4** การสรุป วิเคราะห์และเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมและการเรียนรู้ของชุมชน อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ยั่งยืน

ระยะที่ 1 การศึกษาบริบทชุมชน ด้านกายภาพ ประวัติความเป็นมา สังคม/วัฒนธรรม ประชากรสูงอายุและครอบครัว และการมีส่วนร่วมของชุมชนในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุที่ผ่านมา และการศึกษาสถานภาพของผู้สูงอายุในชุมชน พบว่า ตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น เป็นตำบลที่อยู่ในเกณฑ์สังคมผู้สูงอายุตามนิยามขององค์การสหประชาชาติ คือมีจำนวนผู้สูงอายุเกินกว่าร้อยละ 10 ของจำนวนประชากรทั้งตำบล เป็นตำบลดั้งเดิมที่มีการตั้งถิ่นฐานมานาน กว่า 200 ปี ซึ่งส่งผลต่อการสะสมทุนทางสังคมที่ชัดเจน เช่น มีระบบความสัมพันธ์ทางเครือญาติที่เหนียวแน่น มีสังคมที่เกื้อกูล ชาวชุมชนมีการประกอบอาชีพที่มั่นคง มีทรัพยากรธรรมชาติที่เอื้ออำนวยต่อการดำเนินชีวิต ชาวบ้านมีความตระหนักและตื่นตัวในการรวมกลุ่มสร้างกิจกรรมการมีพัฒนาอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ และองค์กร/หน่วยงานระดับท้องถิ่นให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ และดำเนินกิจกรรมร่วมกันมาอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีหน่วยงาน/องค์กรภายนอกให้ความสนใจสนับสนุนกิจกรรมด้านสุขภาพผู้สูงอายุ และลักษณะตำบลมีความเป็นเมืองและชนบทอยู่ร่วมกัน เพราะมีทั้งโรงงานอุตสาหกรรมตั้งอยู่ใกล้ คนในวัยแรงงานก็ทำงานในระบบอุตสาหกรรม ในขณะที่ตำบลยังมีวิถีเกษตรกรรมอยู่

ตำบลสะอาดมีประชากรตามสำนักทะเบียนราษฎรอำเภอน้ำพอง ณ วันที่ 17 กันยายน พ.ศ.2556 ใน 14 หมู่บ้าน 968 หลังคาเรือน จำนวนทั้งสิ้น 9,721 คน ในจำนวนนี้มีผู้สูงอายุ 1,250 คน คิดเป็นร้อยละ 12.85 ของประชากรทั้งตำบล ตำบลสะอาด มีสภาพแวดล้อมที่อุดมสมบูรณ์มีทั้งทรัพยากรป่าไม้ น้ำ มีทั้งหนองน้ำใหญ่/น้อย และคลองชลประทานส่งน้ำเพื่อใช้ในการเกษตรและปศุสัตว์ ชาวชุมชนจึงมีอาชีพเกษตรกรรม และปศุสัตว์ มาแต่อดีตจนปัจจุบัน แต่ด้วยกระแสการพัฒนาที่เข้ามาในชุมชนทำให้บริเวณรอบๆมีโรงงานอุตสาหกรรมผุดขึ้น ส่งผลให้คนรุ่นใหม่เปลี่ยนแปลงอาชีพจากการทำเกษตรอย่างเดียว เป็นลูกจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม แต่ก็ยังไม่ทิ้งที่ดินในการทำเกษตร ในหลายครอบครัวผู้สูงอายุยังคงต้องรับภาระในการดูแลกิจกรรมการเกษตร ตั้งแต่การผลิตจนถึงการกู้เงินจากธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์มาเพื่อเป็นทุนในการผลิต

สถานภาพผู้สูงอายุตำบลสะอาดจากข้อมูลแบบสอบถามผู้สูงอายุจำนวน 161 คน ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับครอบครัวที่มีสมาชิกประมาณ 4-6 คน ครอบครัวมีอาชีพเกษตรกรรม ปศุสัตว์ รับจ้างในภาคเกษตรและลูกจ้างโรงงานอุตสาหกรรม อาชีพนอกภาคเกษตรที่ทำงานมากคือ ทอเสื่อ ทอผ้า แต่อย่างไรก็ตามครอบครัวส่วนใหญ่ก็ยังมีกรรมสิทธิ์ที่ดินอยู่อาศัยเป็นของตนเอง ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกมั่นคงในที่อยู่อาศัย ส่วนผู้สูงอายุหลายคนที่ยังทำงานในภาคเกษตร และปศุสัตว์ ส่วนใหญ่แล้วจะทำงานร่วมกับสมาชิกในครอบครัว ไม่ใช่แรงงานหลักเหมือนแต่ก่อน บางคนลดบทบาทในภาคเกษตรลงมาทำงานเพื่อมีรายได้ในภาคนอกเกษตรคือ ทอเสื่อ ทอผ้า

ภาระหน้าที่ของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ส่วนใหญ่จะลดภาระการหารายได้เพื่อการเลี้ยงดูครอบครัวลง งานหลักๆก็จะเป็นงานบ้านเล็กๆน้อยๆ ที่ไม่ต้องใช้กำลังมาก แต่หลายคนก็ยังทำงานในไร่ นา บางคนก็รับภาระในการเลี้ยงหลาน ดังนั้น รายได้ของครอบครัวจึงมาจากการทำงานของลูกหลานเป็นหลัก และผู้สูงอายุที่ยังทำงานในภาคเกษตร ผู้สูงอายุจะได้รับเงินที่ลูกหลานในครอบครัวหาได้/ส่งมาให้ ส่วนรายได้เสริมมาจากการทอเสื่อ ทอผ้าขาย และเบี้ยยังชีพจากสวัสดิการรัฐบาลจ่ายให้ทุกเดือนซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่ก็พอใจ โดยเฉพาะเบี้ยยังชีพ เพราะมองว่าเป็นเงินที่มีสิทธิตามชอบธรรมที่รัฐบาลจ่ายให้ และจะนำไปใช้ในสิ่งที่อยากใช้จ่ายส่วนตัว เช่น ทำบุญ บางคนซื้อหมากพลู และให้หลานซื้อขนม จ่ายค่าน้ำค่าไฟฟ้า ผู้สูงอายุยังอาศัยอยู่กับคู่สมรส จึงเป็นทั้งผู้ดูแลตนเองและดูแลลูกหลาน/คนในครอบครัว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เคยเข้าร่วมในกิจกรรมของชุมชน

ผู้สูงอายุหลายคนยังมีภาระหนี้สินที่ต้องกู้เพื่อนำมาใช้ในการครอบครัว เช่น ทำนา ทำไร่ การที่ผู้สูงอายุต้องเป็นผู้กู้เนื่องจาก กู้ก่อนที่อายุ 60 ปี หรือ กู้เพราะเป็นเจ้าของหลักฐานที่ดินที่ได้ค้ำประกันเงินกู้ ดังนั้น แหล่งเงินกู้ส่วนใหญ่จึงเป็นธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ หรือ ธกส. ส่วนแหล่งเงินออมของผู้สูงอายุ จะต่างวัตถุประสงค์กับเงินกู้เพราะเป็นเงินสะสมที่ผู้สูงอายุเก็บออมไว้จากเงินที่มีอยู่ หลายคนมีเป้าหมายเพื่อเก็บไว้ทำศพตัวเอง จะได้ไม่ลำบากลูกหลาน จึงมีผู้สูงอายุส่วนใหญ่ออมเงินลักษณะนี้ไว้กับกองทุนฌาปนกิจ ซึ่งเป็นกองทุนที่ผู้ออมไม่ได้มีโอกาสใช้เงิน เพราะต้องมอบผลประโยชน์ให้ทายาท การที่ผู้สูงอายุมองการออมเพื่ออนาคตดังกล่าว ก็อาจแสดงว่าปัจจุบันผู้สูงอายุเหล่านั้นมีรายได้เพียงพอต่อการยังชีพแล้ว ส่วนผู้สูงอายุบางคนมีวัตถุประสงค์ของการออมคือ ฝากธนาคารไว้เมื่อต้องการใช้หรือจำเป็นชัดเจนก็เบิกมาใช้ก็ได้ ไม่เป็นภาระของลูกหลาน

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เน้นความสุขและความพึงพอใจของผู้สูงอายุใน 4 มิติ คือ กาย หมายถึง มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงตามวัย มีการให้ความสำคัญกับสุขภาพ มีโภชนาการที่ดี มีเวลาพักผ่อน/ออกกำลังกาย มีสิ่งแวดล้อมดี มีรายได้เพียงพอต่อการยังชีพ จิตใจ/อารมณ์ หมายถึง มีจิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย/ไม่เครียด มีความเมตตา/กรุณา มีเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ มีคุณค่าในตนเองต่อครอบครัวและชุมชน มีความพึงพอใจในชีวิต สังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดีในครอบครัว/ในชุมชน เป็นที่ยอมรับนับถือของสังคม เข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อนและคนอื่นๆ มีจิตอาสา /มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆของชุมชน และ ปัญญา/การเรียนรู้ หมายถึง เรียนรู้ได้รับข้อมูลข่าวสารและการพัฒนาทักษะอย่างต่อเนื่อง มีโอกาสเข้าถึงแหล่งเรียนรู้ มีแรงจูงใจในการเรียนรู้ มีวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสม มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ มีการส่งเสริมนโยบายและมีการถ่ายทอดภูมิปัญญา

ระยะที่ 2 พัฒนากิจกรรมเพื่อสร้างกระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตจากข้อมูลการศึกษาชุมชนและผู้สูงอายุสามารถนำมาพัฒนากิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบลสะอาด คือ “**กิจกรรมสัจจورเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน**” โดยกลุ่มปฏิบัติการหลักและชุมชนกิจกรรมสัจจอร์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน จะมีการจัดขึ้นทุกวันที่ 24 ของเดือนเวียนไปตามหมู่บ้านที่แบ่งโซนไว้ครั้งละ 3 หมู่บ้าน เป็นกิจกรรมที่ประกอบด้วยกิจกรรมย่อย หลายกิจกรรมย่อย ได้แก่ 1) ชมรมจักรยานผู้สูงอายุ 2) การตรวจร่างกายผู้สูงอายุ 3) ฟ้อนรำของสาวน้อยน้ำหมากแดง (ผู้สูงอายุ) 4) ไหว้พระสวดมนต์ 5) บรรยายให้ความรู้ 6) ออกกำลังกาย 7) เรื่องเล่าม่วนๆชวนฮา 8) กองทุนสัจจะกองทุนวันละบาทสรุปสถานะการเงินและมอบเงินสวัสดิการ 9) บายศรีสู่ขวัญให้กับผู้สูงอายุที่เกิดในเดือนนั้นๆ 10) รับประทานอาหารร่วมกัน 11) ปลุกต้นไม้ใส่ใจสิ่งแวดลอมในวัด ซึ่งผลสรุปกิจกรรมสัจจอร์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนผ่านกิจกรรมย่อย 11 กิจกรรม จะสามารถนำไปสู่ความสุขความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่เป็นคุณภาพชีวิตทั้งกายใจ สังคม และปัญญา/การเรียนรู้

ระยะที่ 3 การประเมินผลการดำเนินการจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ผลจากการจัดกิจกรรมสัจจอร์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนพบว่า

1. ผู้สูงอายุให้ความสำคัญมากที่สุดเพราะทุกคนสามารถเข้ามามีส่วนร่วมได้ โดยไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นงานของเทศบาล แต่ภาคภูมิใจว่าเป็นงานของผู้สูงอายุที่เทศบาล หน่วยงานต่างๆ และผู้นำชุมชนเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุ
2. ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมเพื่อให้เกิดความต่อเนื่องยั่งยืนในการประเมินกิจกรรมและเสนอข้อจำกัดในหลายประเด็น เช่น เพิ่มกิจกรรมสันทนาการที่สนุกสนาน เพิ่มกิจกรรมที่สร้างความผูกพันต่อเนื่อง ช่วงเวลาในการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมไม่นานเกินไป สถานที่จัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุควรเป็นที่วัด
3. คนในช่วงวัยอื่นเข้ามาร่วมงาน ผู้สูงอายุได้ชักชวนผู้สูงอายุกลับบ้าน ลูกหลานคนวัยอื่นเข้ามาร่วม
4. ผลการประเมินผลคุณภาพชีวิต 4 มิติ **ด้านกาย** ได้ออกกำลังกายผู้สูงอายุยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ทุกส่วนทั้งแขน ขา หลัง รวมทั้งเป็นการออกกำลังกายที่ได้เหงื่ออีกด้วยได้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน นอกจากนี้ ยังมีการตรวจวัดสุขภาพ เบาหวาน ความดัน และการแนะนำการปฏิบัติตัวเพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรง **ด้านใจ** ได้มาพบปะพูดคุยถามสารทุกข์กับผู้สูงอายุด้วยกัน เป็นการแสดงความห่วงใย เอื้ออาทรต่อกัน การได้รับประทานอาหารร่วมกัน ผู้สูงอายุสะท้อนว่า “ม่วนหลาย เค้าไปไหนก็ไปด้วยไม่ขาด เพื่อนๆรุ่นราวคราวเดียวกันตายไปเกือบหมดแล้ว ที่เหลือก็ไม่ออกจากบ้าน แต่ลุกออกมาแล้วสนุก”¹ “ตั้งแต่เกิดมาไม่เคยมีใครทำวันเกิดให้ จนได้มาร่วมกลุ่มนี้แหละ ได้กินกล้วยกับไข่ต้มวันเกิด ปลื้มใจ”² **ด้านสังคม** การจัดกิจกรรมสัจจอร์ เป็นการจัดพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุในตำบลให้ได้มีโอกาสแสดงออก มีโอกาสพบปะสังสรรค์ และเปลี่ยนพูดคุยกัน เพราะบางคนพูดว่า “แม้จะอยู่บ้านเดียวกันยังไม่ได้เดินไปหากันเลย มาเจอกันก็ได้ร่วมงานนี้ละ”³ ผู้สูงอายุหลายคนก็รอคอยจะได้มาร่วมงานวันที่ 24 ของทุกเดือน เมื่อมาเจอกันในการสัจจอร์ผู้สูงอายุจะหัวขมของฝากมาฝากกัน ผู้สูงอายุที่

¹ สัมภาษณ์นายแสง บึงมูม บ้านโนนดงมัน ตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น วันที่ 24 มีนาคม 2557

² สัมภาษณ์นางน้อม น้อยภักดิ์ บ้านนาศรี ตำบลสะอาด อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น วันที่ 24 มิถุนายน 2557

³ สัมภาษณ์นายแสง บึงมูม (อ้างแล้วใน 7)

มีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่นก็จะเป็นผู้สูงอายุที่มีความสุขและพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ชุมชนและการมีความสัมพันธ์กับคนในชุมชนจะทำให้ชีวิตมีความหมายยิ่งขึ้นถึงแม้ว่าผู้สูงอายุจะมีบทบาททางสังคมลดน้อยลงการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมจึงเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็นต่างๆหรือการถ่ายทอดความรู้ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่าต่อสังคมก็จะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตด้านจิตใจของผู้สูงอายุ **ด้านปัญญา/การเรียนรู้** การที่มีผู้มาศึกษาดูงานในพื้นที่ทำให้ได้พบปะกับคนบ้านอื่นที่มาดูงานด้วย เป็นการเปิดโลกทัศน์ใหม่ๆให้กับผู้สูงอายุในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เมื่อมีผู้คนมากก็ได้เรียนรู้มากขึ้นมีประสบการณ์สูงขึ้น ผู้สูงอายุจะใช้คำว่า “ตาแจ่ม” ขึ้นหมายถึงหูตากว้างไกลขึ้น ได้รู้ได้ยินในสิ่งที่ไม่เคยรู้ไม่เคยได้ยิน

5. ผู้สูงอายุรู้สึกว่าได้สร้างบทบาททางสังคมของตนขึ้นมาใหม่ เพื่อทดแทนบทบาทหน้าที่ที่สูญเสียไปขึ้นกับบทบาททางสังคมและการมองเห็นคุณค่าของตนเองเป็นสำคัญ สิ่งเหล่านี้จะทำให้ผู้สูงอายุอยู่อย่างมีความสุข อยู่ในสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรี และเหมาะสม

นอกจากนี้ความสัมพันธ์ที่มีคุณค่าต่อผู้สูงอายุคือความสัมพันธ์ทางสังคมเชิงคุณภาพ(Qualitative Social Relationship) ซึ่งความสัมพันธ์นั้นจะต้องอยู่บนรากฐานของความจริงใจเช่นความรู้สึกรักใคร่ผูกพันการไปมาหาสู่การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันการสื่อสารกันได้เข้าใจและความรู้สึกสนิทสนมดังนั้น การประเมินความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุจะประเมินจากความสัมพันธ์ระดับบุคคลจากเพื่อนที่ใกล้ชิดผู้สูงอายุที่มีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นไม่ว่าจะร่วมวัยหรือต่างวัยไม่ว่าจะในครอบครัวหรือนอกครอบครัวในรูปแบบของความสัมพันธ์ดังกล่าวแล้วจะเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพจิตดีมีความสุขและสามารถรับรู้ต่อสิ่งเปลี่ยนแปลงต่างๆในชีวิตได้ดีอันจะนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดี

ระยะที่ 4 การสรุป วิเคราะห์และเสนอแนวทางการมีส่วนร่วมและการเรียนรู้ของชุมชน อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ยั่งยืนการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ผู้วิจัยอภิปรายผลใน 4 มิติ คือ การมีส่วนร่วมของชุมชน การบูรณาการกิจกรรมและความรู้ กระบวนการเรียนรู้ของชุมชน และความยั่งยืนของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

1. กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชน การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุสองกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมสัจจورเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนได้ดำเนินการร่วมกับกลุ่มปฏิบัติการหลัก ตั้งแต่ขั้นตอนการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมเมื่อผู้วิจัยเชิญชวนร่วมวิจัยแบบ PAR กลุ่มปฏิบัติการหลักนี้จะต้องร่วมตั้งแต่เก็บข้อมูลบริบทชุมชน ร่วมสรุปสังเคราะห์ และตรวจสอบข้อมูล ร่วมนำเสนอข้อมูลต่อเวทีชุมชนเพื่อให้เกิดกิจกรรมที่ชุมชนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจเลือกกิจกรรมที่จะดำเนินการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ นอกจากนี้ยังร่วมในการติดตามและประเมินผลกิจกรรม ดังนั้นกลุ่มปฏิบัติการหลักจึงทำหน้าที่ควบคู่ไปกับผู้วิจัย โดยมีการแบ่งภารกิจตามความถนัดและสมัครใจ และพัฒนาทักษะเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติการแต่ละขั้นตอน ดังแนวคิดของ Oakly & Marsden (1984) ที่มองว่า การพัฒนาที่เริ่มด้วยการมีส่วนร่วมของคนในจะประสบผลสำเร็จมากกว่าการที่คนนอกเข้าไป ซึ่งการมีส่วนร่วมเกิดขึ้นหลายรูปแบบ เช่น การมีส่วนร่วมเป็นความร่วมมือ(Participation as Collaboration) ลักษณะเป็นการร่วมในกิจกรรมพัฒนาต่างๆ ซึ่งในงานวิจัยนี้จะหมายถึง กลุ่มปฏิบัติการหลัก ซึ่งประกอบด้วย ผู้สูงอายุและครอบครัว ชุมชน และหน่วยงาน/องค์กร

ในชุมชน การมีส่วนร่วมโดยร่วมรับผลประโยชน์ในกิจกรรมหรือโครงการ (Participation as Specific Targeting of Project Benefits) ซึ่งในงานวิจัยนี้จะหมายถึง ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมที่ผู้วิจัยและกลุ่มปฏิบัติการหลักได้ดำเนินการเพื่อให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมอย่างทั่วถึงมากที่สุด นอกจากนี้ ผู้สูงอายุและชุมชนยังได้ร่วมแสดงความคิดเห็นการจัดกิจกรรม โดยสะท้อนถึงความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรม และต้องการให้มีการจัดกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอเช่นนี้ตลอดไป ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Oakly & Marsden (1984) ที่กล่าวถึงการมีส่วนร่วมที่เป็น การเสริมพลังอำนาจ (Participation as Empowerment) เป็นการพัฒนาที่ต้องการการถ่ายโอนอำนาจจากผู้ให้ สู่ผู้รับเพื่อเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับผู้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม ซึ่งถือได้ว่าเป็นการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริง

2. การบูรณาการกิจกรรมและความรู้ เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่มองเป็นองค์รวม การจัด กิจกรรมสังเคราะห์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน คำนึงถึงความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์และบทเรียนจากการทำงาน เนื่องจากประสบการณ์การจัดกิจกรรมของตำบลสะอาดหลายกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุที่ได้จาก การศึกษาบริบทชุมชนและสถานภาพผู้สูงอายุ สามารถนำมาพัฒนาเพื่อยกระดับให้เกิดกิจกรรมที่สามารถพัฒนา ไปสู่คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการศึกษาผู้ใหญ่ที่เชื่อว่า ผู้สูงอายุเป็นผู้ใหญ่ที่ผ่าน ประสบการณ์มากมาย ความต้องการการเรียนรู้ที่สำคัญไม่ใช่การเรียนรู้พื้นฐานแต่ต้องการเรียนรู้เพื่อต่อยอด ความรู้และประสบการณ์

3. กระบวนการเรียนรู้ของชุมชน ในการจัดกิจกรรมสังเคราะห์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน และกิจกรรมสานวิสัยทัศน์คุณค่าผู้สูงอายุ ในแต่ละขั้นตอนของกิจกรรมย่อยคำนึงถึงกระบวนการเรียนรู้ของ ชุมชน โดยเฉพาะผู้ที่เข้าร่วมกระบวนการ ทั้งนี้เพราะได้มีการสรุปบทเรียนการดำเนินการร่วมกันในระดับกลุ่ม ผู้ปฏิบัติงานอย่างสม่ำเสมอเพื่อนำผลจากการสรุปบทเรียนมาปรับปรุงกิจกรรมเพื่อให้สนองตอบต่อเป้าหมาย อย่างชัดเจน ส่วนในระดับชุมชนได้มีการจัดเวทีชุมชนเพื่อนำเสนอข้อมูลและรับฟังข้อคิดเห็นจากชุมชน

4. ความยั่งยืนของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ หลังจากการจัดกิจกรรมสังเคราะห์เพื่อพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน แต่ละครั้งผู้วิจัยและกลุ่มปฏิบัติการหลักได้มีการประชุมเพื่อสรุปบทเรียนการจัด กิจกรรมสังเคราะห์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน พบว่าชาวบ้านให้ความสนใจมากขึ้น มีผู้สูงอายุเข้า มาร่วมเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ยังพบครอบครัวผู้สูงอายุ และผู้ที่เตรียมจะเป็นผู้สูงอายุเข้าร่วมด้วย และด้วยความ พยายามขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่นในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยการบรรจุแผนและงบประมาณ ไว้ในเทศบัญญัติ เพื่อเอื้อให้กลุ่มปฏิบัติการหลัก มีงบประมาณในการดำเนินงาน ซึ่งพบว่า กิจกรรมสังเคราะห์เพื่อ พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน ได้งบประมาณสนับสนุนจากเทศบาลเป็นค่าอาหารครั้งละ 3,000 บาท เงิน สนับสนุนจากกองทุนสัจจะกองบุญวันละบาท จัดสวัสดิการเพื่อผู้สูงอายุและชุมชนตำบลสะอาด อีก 1,500 บาท และมีผู้บริจาคสมทบจากการมาศึกษาดูงานในแต่ละครั้ง ในด้านการขยายผลกิจกรรมต่างๆไปใช้ต่อ เช่น ความรู้เรื่องการลดภาวะโรคเบาหวาน ได้มีการสานกระตือรือร้นชาวบ้านให้เป็น “กระตือรือร้นน้อยลดเบาหวาน” ซึ่ง ผู้สูงอายุที่เป็นโรคเบาหวาน และมีความเสี่ยงจะเป็นได้นำไปใช้กันมากขึ้น นอกจากนี้มีผู้สูงอายุหลายคนนำความรู้ จากการออกกำลังกายแบบยืดเหยียดกล้ามเนื้อไปทำต่อที่บ้านเป็นประจำจากฐานความรู้ที่ได้ร่วมกิจกรรม “ออก กำลังกายสบายชีวิ” กิจกรรมปลูกต้นไม้ในวัดทำให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะกันในช่วงเย็นๆทุกวัน เพื่อมารดน้ำต้นไม้ ได้พูดคุยคลายเหงา บางคนเดินมาวัดไม่ไหว ลูกหลานจะพาซ้อนรถมอเตอร์ไซด์มา บางคนขี่จักรยาน บางคนอยู่ ใกล้ก็เดินมาเอง

ปัจจัยความสำเร็จที่นำไปสู่ความยั่งยืน

1. ภาวะผู้นำของแกนนำผู้สูงอายุซึ่งมีผู้นำที่ดี หมายถึง มีผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่มีวิสัยทัศน์ มีความรู้ความสามารถในการบริหารจัดการ การประสานงาน และการกระตุ้นให้สมาชิกชุมชนมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งในที่นี้คือ ผู้นำที่เป็นทางการ เช่น นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบล ประธานกองทุนสัจจะกองบุญวันละบาท จัดสวัสดิการเพื่อผู้สูงอายุและชุมชน หัวหน้าโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เป็นต้น
2. ความเข้มแข็งของชุมชนในพื้นที่ที่มีการรวมกลุ่มชุมชนที่มีจริยธรรมและมีการบริหารจัดการชุมชนที่ดี หมายถึง ต้องมีการรวมกลุ่มชุมชนที่เข้มแข็ง มีความมุ่งมั่น มีคุณธรรมจริยธรรมบริหารงานโปร่งใส เพื่อให้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเงินกองทุน และการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุและชุมชนสามารถดำเนินงานเจริญและเอื้อต่อการอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุ ตัวอย่างเช่น ประธานกองทุนสัจจะกองบุญวันละบาท จัดสวัสดิการเพื่อผู้สูงอายุและชุมชน
3. มีความร่วมมือจากสมาชิกในชุมชน หมายถึง สมาชิกชุมชนที่มีคุณภาพและมีจิตสำนึกเพื่อส่วนรวม มีความเสียสละเข้ามาร่วมคิดร่วมดำเนินการร่วมรับผิดชอบในทุกกระบวนการ
4. มีกระบวนการเรียนรู้เพื่อการแก้ไขปัญหาและพัฒนาชุมชนอย่างต่อเนื่อง หมายถึง จะต้องมีการเรียนรู้เพื่อใช้ในการแก้ไขปัญหาและการพัฒนาอยู่ตลอดเวลา รวมทั้งต้องมีการถ่ายทอดความรู้ระหว่างชุมชนอย่างสม่ำเสมอ
5. บทบาทของภาคีวิชาการมีการเสริมกระบวนการเรียนรู้และสรุปบทเรียนร่วมกับผู้สูงอายุ และชุมชน
6. การสนับสนุนจากองค์กรภาครัฐมีการสร้างเครือข่ายความร่วมมือทั้งในและนอกชุมชน หมายถึง ต้องมีความร่วมมือในด้านทุนกิจกรรมวิชาการองค์ความรู้ ฯลฯ มีการจัดการกลุ่มและเครือข่ายที่มีประสิทธิภาพให้เกิดการพัฒนาอย่างเชื่อมโยงประสานเกี่ยวเนื่องครอบคลุมการพัฒนาในทุกบริบท
7. มีการสร้างระบบการจัดเก็บและการนำมาใช้ขององค์ความรู้ที่ดี หมายถึง ต้องมีระบบการเก็บความรู้ทั้งความรู้ที่มีอยู่ภายในชุมชนและความรู้ภายนอกชุมชนรวมทั้งต้องรู้จักสร้างและนำภูมิปัญญาความรู้ที่มีอยู่มาใช้ในการพัฒนาด้านต่างๆอย่างต่อเนื่องเป็นระบบโดยเข้าใจได้ง่าย
8. ความสัมพันธ์ทางสังคมในรูปแบบต่างๆซึ่งจะมีตั้งแต่ความสัมพันธ์ในครอบครัว ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรหลาน ตลอดจนความสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อนฝูงหรือญาติฯ จะเป็นสิ่งที่ดีต่อผู้สูงอายุ เพราะทำให้ผู้สูงอายุมีเพื่อนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือสร้างสรรค์กิจกรรมทางสังคมร่วมกัน ทำให้ผู้สูงอายุมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันรู้สึกมีคุณค่าและเป็นส่วนหนึ่งของสังคมส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความสุขในการดำเนินชีวิตมีผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

เงื่อนไขการนำไปใช้

1. ผู้ทำงานพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ควรเป็นผู้มีความเข้าใจเงื่อนไข ข้อจำกัดของสภาพร่างกายผู้สูงอายุ
2. ผู้ทำงานพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ควรมีทัศนคติที่ดีต่อการทำงานร่วมกับผู้สูงอายุ ให้คุณค่าและให้ผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางหรือเกิดจากความต้องการของผู้สูงอายุ

3. กิจกรรมที่จัดขึ้นกับผู้สูงอายุต้องคำนึงถึงเงื่อนไขด้านสุขภาพ ดังนั้น 1) **เวลา** ในการจัดกิจกรรมต้องไม่ยาวนานจนทำให้ผู้สูงอายุเหนื่อยจนเกินไป 2) **สถานที่** ควรเป็นที่ที่ผู้สูงอายุคุ้นเคย เช่น วัด และไม่ไกลเกินไปจนทำให้ผู้สูงอายุลำบากในการเดินทางเข้าร่วมกิจกรรม และ 3) **รูปแบบกิจกรรม** ควรเป็นรูปแบบที่ไม่รุนแรงหรือเสี่ยงต่ออุบัติเหตุที่ไม่ส่งผลให้ผู้สูงอายุบาดเจ็บ

4. รูปแบบกิจกรรมควรคำนึงถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 มิติ คือ กาย ใจ สังคม และปัญญา

5. การกำหนดรูปแบบกิจกรรมควรเกิดจากการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย ทั้งผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงาน/องค์กรสนับสนุนภายนอก

ข้อเสนอต่อการนำผลงานวิจัยไปใช้

1. งานพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนทั่วไปดำเนินไปโดยขาดข้อมูลรองรับ ทำให้การดำเนินงานไม่ทั่วถึง และไม่ตรงกับความต้องการของผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่ เพราะทำโดยนโยบายเดียวกัน ดังนั้นจึงควรมีระบบฐานข้อมูลผู้สูงอายุในระดับชุมชน(ตำบล) ที่สะท้อนลักษณะทางประชากร ปัญหา ความต้องการที่สำคัญคือ **สะท้อนความสุขที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ** ซึ่งฐานข้อมูลนี้ควรมีทุกชุมชนและสามารถเชื่อมโยงเข้าสู่ส่วนกลางเพื่อให้ได้ภาพรวมของประเทศ โดยกำหนดให้ท้องถิ่นเป็นผู้จัดทำและใช้ โดยมีหน่วยงานกลางรับผิดชอบเป็นศูนย์ข้อมูล

2. รัฐบาลควรมีการถ่ายโอนงานด้านผู้สูงอายุไปสู่ท้องถิ่น เพื่อช่วยให้การดำเนินงานด้านผู้สูงอายุเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ตรง ทั้งนี้การถ่ายโอนควรมีทั้งกำลังคน ความรู้และงบประมาณ

3. การดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ประสบผลสำเร็จ ต้องเริ่มด้วยการจัดทำข้อมูลเพื่อค้นหาความต้องการและความสุขของผู้สูงอายุ ประกอบบริบทของชุมชนและผู้สูงอายุเพื่อจะพัฒนากิจกรรมให้สอดคล้องและตรงเป้าหมาย

4. งานพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องดำเนินการโดยกลุ่มผู้สูงอายุร่วมกับสหวิชาชีพเพื่อความครอบคลุมประเด็นที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในชุมชนซึ่งมีระดับความต้องการและความสุขต่างกัน

5. หน่วยงาน องค์กร ที่เกี่ยวข้องต่างๆ ควรต้องมีความรู้ความเข้าใจธรรมชาติ ทัศนคติ ความต่างของเชื้อชาติและศาสนา รวมทั้งการยกย่อง ให้เกียรติผู้สูงอายุ ในการดำเนินงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ เพื่อทำหน้าที่สนับสนุนกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตที่สามารถนำไปสู่การสร้างสุขให้กับผู้สูงอายุได้แท้จริง

6. การคิดกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุควรอยู่บนเป้าหมายของความสุขผู้สูงอายุ และการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ชุมชน หน่วยงาน องค์กร ในชุมชนมีความร่วมมือจากสมาชิกในชุมชน หมายถึงสมาชิกชุมชนที่มีคุณภาพและมีจิตสำนึกเพื่อส่วนรวมเข้ามาร่วมคิดร่วมดำเนินการร่วมรับผิดชอบในทุกกระบวนการ

7. ความสำคัญในการจัดกิจกรรมผู้สูงอายุ คือ การส่งเสริมภาวะผู้นำของแกนนำผู้สูงอายุซึ่งมีผู้นำที่ดีให้มีผู้นำการเปลี่ยนแปลงที่มีวิสัยทัศน์ มีความรู้ความสามารถในการบริหารจัดการการประสานงาน และการกระตุ้นให้สมาชิกชุมชนมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ควบคู่ไปกับการพัฒนาความเข้มแข็งของชุมชนในพื้นที่ให้มีกรรมการชุมชนที่มีจริยธรรมและมีการบริหารจัดการชุมชนที่ดี หมายถึงต้องมีกรรมการชุมชนที่

เข้มแข็งมีความมุ่งมั่นมีคุณธรรมจริยธรรมบริหารงานโปร่งใสเพื่อให้กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเงินกองทุน และการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุและชุมชนสามารถดำเนินงานได้อย่างเจริญก้าวหน้าและเอื้อต่อการอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะต่องานวิจัยในอนาคต

1. ควรมีการถอดบทเรียนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุร่วมกับชุมชน เพื่อให้เกิดรูปแบบของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่หลากหลาย และควรเผยแพร่ที่เป็นตัวอย่างที่ดี (Best Practices) นำไปสู่การขยายผลและปรับใช้ในพื้นที่ต่างๆ ภายใต้บริบทที่คล้ายคลึงกัน
2. การวิจัยด้านผู้สูงอายุในอนาคต ควรต้องเป็นการวิจัยในลักษณะสหสาขาวิชาบูรณาการศาสตร์ต่างๆ เข้าด้วยกัน เพราะประเด็นเกี่ยวกับผู้สูงอายุมีความหลากหลาย เพื่อให้การศึกษารอบคลุมและมีคุณภาพ
3. ควรมีการส่งเสริมให้ศึกษาผู้สูงอายุในเชื้อชาติอื่นที่เข้ามาอยู่ในประเทศไทย โดยเฉพาะในภาคอีสานซึ่งพบว่า มีผู้สูงอายุต่างชาติ(ตะวันตก) ที่แต่งงานข้ามวัฒนธรรมกับผู้หญิงไทยจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ รวมทั้งการเปิดประตูอาเซียนที่อาจจะมีผู้สูงอายุในประเทศเพื่อนบ้านเข้ามามากขึ้น
4. การศึกษาวิจัยที่นำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตในช่วงสูงวัย โดยศึกษาการเตรียมความพร้อมในกลุ่มวัยอื่นๆ เช่นวัยเด็ก วัยแรงงาน วัยเตรียมสูงอายุ เป็นต้น
5. ในอนาคตผู้สูงอายุจะอยู่เดี่ยวมากขึ้น เพราะครอบครัวเล็กลง การศึกษาแนวทางสร้างหลักประกันในชีวิตเมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุจึงมีความจำเป็น เพราะยังมีผู้สูงอายุอีกมากที่ไม่มีหลักประกันเมื่อสูงอายุ มีเพียงเบี้ยผู้สูงอายุที่จำนวนน้อยและยังไม่สามารถเป็นหลักประกันในชีวิตได้อย่างมั่นคง

เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

- นวฉวี ประเสริฐสุข (2558). **สื่อสารอย่างสร้างสรรค์เพื่อสร้างสุขในครอบครัว**. Veridian E-Journal, Slipakorn University ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ ปีที่ 8 ฉบับที่ 2 เดือนพฤษภาคม – สิงหาคม 2558
- ปรีชา อุปโยธิน และคณะ. (2548). **การรับรู้และการเข้าถึงสื่อสาธารณสุขในจังหวัดเชียงราย**. นนทบุรี : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- วาทีณี บุญชะลิกชี และยุพิน วรสิริอมร. (2539). **ผู้สูงอายุในประเทศไทย**. ในกุศล สุนทรธาดา (บรรณาธิการ). **จุดเปลี่ยนนโยบายประชากรประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร :สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- วิรัตน์ คำศรีจันทร์.(2554). **พลังความรู้จากการวิจัยแบบ PAR**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์พี. เอ.ลิฟวิ่ง จำกัด,
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ.(2557). **รายงานผลเบื้องต้นการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2557**. สำนักงานสถิติพยากรณ์ สำนักงานสถิติแห่งชาติ หลัสี่ กรุงเทพมหานคร.

ภาษาต่างประเทศ

- Oakley.P. & Marsden.D. (1984). **Approach to Participation in Rural development**. Geneva: WHO,