



วิถีการมีส่วนร่วมกิจกรรมทางสังคมเพื่อให้เกิดการสูงวัยอย่างมี ศักยภาพ:กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุประเทศไทย

Trajectories of Engagement in Social Activities for Active Aging: A Case Study of Older Adult Schools in Thailand

สุวรรณ วุฒิธรณารัตน์¹, จุฑามาศ วงจันทร์², กฤษณา อุไรศรีพงษ์¹, พรพรรณ มนัสจกุล³

Suwanna Vudhironarit¹, Jutamast Wongjan², Krisana Uraisipong¹, Pornpun Manasatchakun³

¹วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครบุรี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

²วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

³วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครเชียงใหม่ คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

Received: June 12, 2023 Revised: July 20, 2023 Accepted: July 31, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายวิถีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุที่ทำให้เกิดการสูงวัยอย่างมีศักยภาพ โดยครอบคลุมมิติของการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรม วิถีการร่วมกิจกรรม การจัดการปัญหาและอุปสรรค และผลของการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอนจาก 6 ภูมิภาคของประเทศไทย ภูมิภาคละ 1 โรงเรียน ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 60 คนคัดเลือกอย่างเจาะจงโดยเป็นผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมต่อเนื่องมากกว่า 3 ปี เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เจาะลึกตามแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้น นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์สร้างข้อสรุปแบบอุปนัย พบว่า วิถีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ ประกอบด้วย การตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมจากเหตุผล 5 ประการ ได้แก่ 1) ได้รับข้อมูลการจัดกิจกรรม 2) การบริหารจัดการตนเอง 3) รูปแบบของกิจกรรมทางสังคม 4) มีบุคคลที่รู้จักในกิจกรรม และ 5) ผลของกิจกรรม และการเข้าร่วมกิจกรรมแบ่งเป็น 4 ระยะ ได้แก่ 1) เริ่มจากกิจกรรมที่มีประสบการณ์ มีความรู้ความสามารถ และเหมาะสมกับภาวะสุขภาพ 2) ดำเนินกิจกรรมตามความสามารถตนเอง 3) ประเมินตนเอง และประโยชน์ที่เกิดขึ้น และ 4) เสนอวิธีการปรับเปลี่ยนกิจกรรมให้เหมาะสม เพื่อทำให้เกิดความต่อเนื่องของการเข้าร่วมกิจกรรม ผลการศึกษาสะท้อนว่ากิจกรรมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมได้ต่อเนื่องและมีศักยภาพ ต้องเป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับเวลาว่างของผู้สูงอายุ และสามารถบริหารจัดการให้ตนเองมาร่วมกิจกรรมได้ นอกจากนี้ผู้สูงอายุควรได้รับการสนับสนุนทรัพยากรในการมาร่วมทำกิจกรรม และมีส่วนร่วมในการกำหนดกิจกรรมให้เป็นไปตามบริบทของชุมชน เกิดประโยชน์ และเหมาะสมกับตนเอง

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ; ผู้สูงอายุ; กิจกรรมผู้สูงอายุ; การมีส่วนร่วมทางสังคม



Trajectories of Engagement in Social Activities for Active Aging: A Case Study of Older Adult Schools in Thailand

Suwanna Vudhironarit¹, Jutamast Wongjan², Krisana Uraisipong¹, Pornpun Manasatchakun³

¹Boromarajonani College of Nursing, Chon Buri Nursing Faculty, Praboromarajchanok Institute

²Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Ratchasima Nursing Faculty, Praboromarajchanok Institute

³Boromarajonani College of Nursing, Chiang Mai Nursing Faculty, Praboromarajchanok Institute

Corresponding author: Suwanna Vudhironarit; Email: suvudhi@gmail.com

Received: June 12, 2023 Revised: July 20, 2023 Accepted: July 31, 2023

Abstract

This qualitative study aimed at explaining the nature and mode of continuous engagement in social activities that lead to active aging among older adults regarding four dimensions, including engagement in activities, mode of engagement, management of problems and barriers, and results of the engagement in social activities. The sample was selected through multi-stage sampling from six regions of Thailand. One school was selected from each region, and 60 key informants were purposively selected from older adults who engaged in school-based activities for more than three years. Data were collected by conducting in-depth interviews using semi-structured interview forms developed by the researchers. The data obtained were analyzed to create an inductive conclusion. The findings revealed that the way of continuous engagement in social activities leading to active aging in older adults consists of a decision to participate in activities for the following five reasons: 1) received information about the activity; 2) self-management; 3) the form of social activity; 4) known acquaintances in activities; and 5) the benefits of activities, and engagement in activities, which was divided into four phases: 1) starting from activities in which older adults had experience, knowledge, ability, and which were suitable for older adults' health; 2) performing activities according to one's abilities; 3) self-assessment and resulting benefits; and 4) proposing methods to modify activities to ensure continuity of participation in activities. The findings indicated that activities that older adults can engage in on an ongoing basis to support active aging must be compatible with their leisure time and allow them to manage their engagement. In addition, older adults should receive support in order to participate in the activities, and be able to identify activities that are consistent with community context, beneficial, and suitable for older adults.

Keywords: active aging; older adults; older adult activities; social engagement



ความเป็นมาและความสำคัญ

จากการที่ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์แล้วในปี พ.ศ. 2565 โดยมีจำนวนผู้สูงอายุร้อยละ 20-30 และคาดว่าไทยจะกลายเป็นสังคมสูงวัยระดับสุดยอด โดยมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปร้อยละ 28 ในปี พ.ศ. 2573¹ นอกจากจำนวนประชากรสูงอายุที่เพิ่มจำนวนขึ้นยังพบว่าประชากรไทยมีอายุยืนยาวขึ้นโดยจากการคาดการณ์ อายุของคนไทยโดยประมาณจะอยู่ที่ 85 ปี ในปี พ.ศ. 2568² แสดงให้เห็นว่าโครงสร้างประชากรของประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วจากอัตราการเกิดที่น้อยลง และคนมีอายุยืนยาวขึ้น เมื่อบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุสมรรถนะในการทำงานลดลงจากการเปลี่ยนแปลงตามวัย ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงต่อการเผชิญกับความเจ็บป่วยหรือโรคที่เกิดจากความเสื่อมของร่างกาย³ เกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เกิดความสามารถในการทำกิจกรรมลดลง เกิดความพิการ หรือ เผชิญต่อการเกิดภาวะฉุกเฉินทางการแพทย์ รวมถึงเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและการรู้สึกถูกทอดทิ้งจากการที่ต้องแยกจากของสมาชิกครอบครัว เช่น บุตร หลาน ซึ่งไปทำงาน หรือแยกครอบครัวไป หรือ การเสียชีวิตของคู่ชีวิต ผู้สูงอายุบางคนอาจมีอาการซึมเศร้า⁴ รู้สึกเศร้า จิตใจหม่นหมอง หดความกระตือรือร้น เบื่อหน่าย แยกตัวเอง ชอบอยู่เฉยๆ คนเดียว ท้อแท้ บางครั้งมีความรู้สึกสิ้นหวัง มองชีวิตมีคุณค่าลดลง ซึ่งส่งผลกระทบต่อในมิติของสุขภาพของผู้สูงอายุ⁴⁻⁵ นอกจากผลกระทบที่เกิดกับภาวะสุขภาพในระดับบุคคล การมีประชากรสูงอายุที่เพิ่มสูงขึ้นอาจจะกระทบต่อระบบเศรษฐกิจและสังคมของประเทศเช่น เกิดปัญหาขาดแคลนแรงงานเป็นผลจากการที่วัยแรงงานมีสัดส่วนที่น้อยลงอย่างต่อเนื่อง ผลกระทบจากค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพในระบบสุขภาพ หรือผลกระทบต่อผู้ดูแลซึ่งต้องรับภาระดูแลผู้สูงอายุที่มีการเจ็บป่วยหรือขาดความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน จากผลกระทบทั้งในระดับบุคคลและเชิงระบบ สะท้อนความสำคัญในการดูแลผู้สูงอายุให้คงไว้ซึ่งความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน ความสามารถในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ซึ่งจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้คงไว้ซึ่งคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเอง มีความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งจะส่งเสริมให้เกิดสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีภายใต้การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น⁵

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าระดับการร่วมกิจกรรมของบุคคลมีความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และความพึงพอใจในชีวิต เพราะการร่วมกิจกรรมทางสังคม ทำให้ผู้สูงอายุมีการปรับตัวในการดำเนินชีวิตต่อเนื่อง⁶ จากการมีสุขภาพกายที่ดี⁷ จากได้รับการเสริมสร้างให้มีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรมเกิดความพร้อมเข้าร่วมกิจกรรมในลักษณะต่างๆ เพิ่มขึ้น เกิดความผูกพัน จึงร่วมกิจกรรมต่อเนื่อง⁸ นอกจากนี้ยังพบว่าการเสริมสร้างให้มีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรม ควรเป็นกิจกรรมสอดคล้องกับความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ของผู้สูงอายุ^{7,9} จากการศึกษาพบว่ากิจกรรมทางสังคมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมส่งผลให้ผู้สูงอายุมีศักยภาพในการทำกิจกรรมเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ³ โดยการทำกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุมีเป้าหมายสำคัญเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตในผู้สูงอายุ¹⁰ และเป็นเครื่องมือสำคัญในการสนับสนุนให้เกิดการสูงวัยอย่างมีศักยภาพ (active aging)¹¹ จากความสำคัญของการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุผ่านการดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุ ผู้ดูแลด้านสุขภาพในระบบสุขภาพของไทยจำเป็นต้องมีการวางแผนในการส่งเสริม/สนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้คงไว้ซึ่งการดำเนินชีวิตประจำวันร่วมกับการสนับสนุนให้เกิดการมีส่วนร่วมกิจกรรมทางสังคม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้คงไว้ซึ่งศักยภาพแห่งตนภายใต้การมีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุ⁸

ในการนี้คณะผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวิธีการมีส่วนร่วมทางสังคมของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ เพื่อให้ได้แนวทางการมีส่วนร่วมทางสังคมของผู้สูงที่มีความต่อเนื่อง ผ่านกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ อันนำไปสู่การแนวทางในการเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุตัดสินใจมาร่วมกิจกรรมทางสังคม และดำรงความต่อเนื่องของกิจกรรมทางสังคมไว้เพื่อคงไว้ซึ่งศักยภาพของผู้สูงอายุ



วัตถุประสงค์

เพื่ออธิบายวิธีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่องในโรงเรียนผู้สูงอายุที่ทำให้เกิดการสูงวัยอย่างมีศักยภาพ

การดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้ใช้ระเบียบวิธีเชิงคุณภาพเพื่ออธิบายวิธีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่องซึ่งครอบคลุมการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ขั้นตอนและลักษณะการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ รวมทั้งการจัดการปัญหาและอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรม และผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในโรงเรียนผู้สูงอายุของประเทศไทย โดยดำเนินการดังนี้

ผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้สูงอายุอายุ 60 ปีขึ้นไปเข้าร่วมกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุซึ่งจัดขึ้นโดยองค์กรท้องถิ่นใน 6 ภูมิภาคของไทยโดยแต่ละภูมิภาคมีความแตกต่างกันใน 4 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) กายภาพทั่วไปของพื้นที่ 2) สถานการณ์การพัฒนาภาค ด้านเศรษฐกิจ สังคม และทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม 3) บริบทของพื้นที่ และ 4) เป้าหมายและแนวทางการพัฒนา ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคใต้ตอนบน ภาคใต้ตอนล่าง¹² คัดเลือกพื้นที่ในการศึกษาแบบเจาะจง โดยผู้วิจัยมีการกำหนดคุณลักษณะเฉพาะของพื้นที่โดย 1) ต้องเป็นโรงเรียนผู้สูงอายุที่มีความโดดเด่นด้านการดำเนินการโรงเรียนผู้สูงอายุ 2) มีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่องมากกว่า 5 ปี 3) มีการจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุซึ่งมีรูปแบบกิจกรรมที่หลากหลาย 4) มีความหลากหลายทางบริบทด้านวัฒนธรรมและประเพณี 5) มีความแตกต่าง/หลากหลายของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม เช่น ระดับการศึกษา รายได้ ภาวะเจ็บป่วย/โรคประจำตัว และ ช่วงอายุของผู้สูงอายุ โดยผลจากการคัดเลือกพบว่าได้จำนวนโรงเรียนผู้สูงอายุทั้งหมด 6 พื้นที่ ดังนี้ 1) ภาคเหนือ ได้แก่ จังหวัดแพร่ เทศบาลตำบลเด่นชัย โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเด่นชัย 2) ภาคกลาง ได้แก่ จังหวัดสิงห์บุรี องค์การบริหารส่วนตำบลท่างาม โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลท่างาม 3) ภาคตะวันออก ได้แก่ จังหวัดตราด องค์การบริหารส่วนตำบลห้วยแร้ง โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลห้วยแร้ง 4) ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ จังหวัดขอนแก่น เทศบาลเมืองศิลา โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองศิลา 5) ภาคใต้ตอนบน ได้แก่ จังหวัดระนอง เทศบาลตำบลบางนอน โรงเรียนพ่อเผ่าแม่เผ่า และ 6) ภาคใต้ตอนล่าง ได้แก่ จังหวัดสงขลา เทศบาลนครสงขลา โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลนครสงขลา

จากพื้นที่ทั้งหมด 6 พื้นที่ผู้วิจัยทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างอย่างเจาะจง (purposive sampling) โดยพิจารณาจาก 1) เป็นผู้ที่มีาร่วมกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ 3 ปีขึ้นไป 2) มีการร่วมกิจกรรมทางสังคมอื่นๆ นอกเหนือจากกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุอย่างน้อย 1 กิจกรรม 3) ยินดีเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ โดยจำนวนได้ผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งหมดจำนวน 60 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ประกอบด้วย

1) แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนสมาชิก รายได้ โรคประจำตัว จำนวนการเป็นสมาชิกทางสังคม กิจกรรมทางสังคมที่เข้าร่วม

2) แบบสัมภาษณ์วิธีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกึ่งโครงสร้าง (semi-structured interview) คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม แบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่

2.1) การตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรม ประกอบด้วย ทศนคติต่อข้อมูลที่ได้รับ การจัดการตนเอง การสนับสนุน



บทบาทในกิจกรรม ประโยชน์จากกิจกรรม และผลกระทบจากกิจกรรม ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น ท่านได้รับข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมที่ท่านได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างไรบ้าง? ท่านมีหลักในการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อย่างไร? ท่านรู้สึกต่อข้อมูลที่ท่านได้รับอย่างไร?

2.2) ขั้นตอนและลักษณะการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ รวมทั้งการจัดการปัญหาและอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรม ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น ท่านเริ่มเข้าร่วมกิจกรรมอย่างไร มีกระบวนการดำเนินกิจกรรมที่ให้ต่อเนื่องมาจนถึงบัดนี้อย่างไร? ท่านมีบทบาทอะไรบ้างในกิจกรรมที่ท่านเข้าร่วม? กิจกรรมที่ท่านเข้าร่วมมีลักษณะอย่างไร ท่านมีอุปสรรค หรือปัญหาอะไรบ้างในการเข้าร่วมกิจกรรม และท่านจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างไร?

2.3) ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น ท่านมีความรู้สึกอย่างไรบ้างต่อการเข้าร่วมต่อกิจกรรม? ท่านคิดว่ากิจกรรมที่เข้าร่วมเกิดประโยชน์ต่อท่านหรือไม่ อย่างไร? อะไรเป็นเหตุผลให้ท่านเข้าร่วมกิจกรรมต่อเนื่อง?

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

นำแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นไปรับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (content validity) จากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ได้ค่าความตรงตามเนื้อหา (content validity index) = .93 พร้อมทั้งปรับแก้แบบสัมภาษณ์ตามคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อให้มีความครอบคลุมในการนำไปใช้จริง นอกจากนั้นได้ การนำไปทดลองใช้โดยใช้สัมภาษณ์กลุ่มที่มีความคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 3 คนและทำการปรับแก้ไขข้อคำถามให้เกิดความชัดเจนและให้เกิดความสอดคล้องมากขึ้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยนัดหมายเวลาที่ผู้เข้าร่วมวิจัยสะดวกในการให้ข้อมูล มีการนัดการสัมภาษณ์ทางโทรศัพท์ และไลน์
2. ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพและอธิบายวัตถุประสงค์การวิจัย พร้อมขออนุญาตในการจัดบันทึก การบันทึกเทป และชี้แจงรายละเอียดขณะทำการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งแสดงเอกสารได้รับอนุมัติในการรับอนุญาตให้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยจากคณะกรรมการวิจัยในมนุษย์ อธิบายสิทธิผู้ให้ข้อมูล แสดงหนังสือเพื่อยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย พร้อมทั้งแจ้งระยะเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ครั้งละประมาณ 45-60 นาที
3. ผู้วิจัยดำเนินการส่งแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลแก่ผู้เข้าร่วมวิจัยก่อนการสัมภาษณ์
4. ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์แบบตัวต่อตัวตามแนวทางการสัมภาษณ์เชิงลึกโดยใช้แบบสัมภาษณ์วิธีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่โครงสร้างตามที่ได้ออกแบบ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้สัมภาษณ์ได้นำมาถอดเทปแบบคำต่อคำ และผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยการสร้างข้อสรุปเชิงพรรณนาแบบอุปนัย (analytic induction)¹³ ดังนี้

1. ถอดเทปแบบคำต่อคำ โดยการแยกอ่านแบบบันทึกการถอดเทป (transcription)
2. จำแนกข้อมูลและจัดระบบข้อมูลให้เป็นหมวดหมู่
3. นำหมวดหมู่ที่ได้ จำแนกชนิดข้อมูลที่ได้นำมาเปรียบเทียบความเหมือนกันและแตกต่างกันของแต่ละหมวดหมู่
4. นำข้อมูลที่จัดหมวดหมู่มาตีความเพื่อค้นหาความหมายจากข้อมูลที่ได้
5. สร้างข้อสรุปวิธีการมีส่วนร่วมทางสังคมของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ



การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ชลบุรี เลขที่ BNC REC No. 01/2565 เมื่อวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2565 ผู้วิจัยมีการชี้แจงสิทธิ์แก่ผู้เข้าร่วมวิจัย โดยผู้เข้าร่วมวิจัยมีสิทธิ์ที่จะปฏิเสธการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ และเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้โดยสมัครใจ ผู้วิจัยคำนึงถึงความเสี่ยงหรือความไม่สบายทุกประการที่คาดว่าจะเกิดขึ้นกับผู้เข้าร่วมวิจัยโดยสามารถยกเลิกความยินยอมได้ทุกเมื่อ และไม่มีผลใด ๆ กับผู้เข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยมีการดูแลรักษาความลับของข้อมูลต่าง ๆ ของผู้เข้าร่วมวิจัยจะไม่ถูกเปิดเผยชื่อ สกุล โดยจะเปิดเผยเฉพาะข้อสรุปจากผลการวิจัย และการเปิดเผยข้อมูลจะกระทำต่อผู้มีหน้าที่ที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุน และกำกับดูแลการวิจัยเท่านั้น ข้อมูลจะถูกเก็บรักษาโดยผู้เข้าถึงคือผู้วิจัยเท่านั้น และข้อมูลจะถูกทำลายภายใน 1 ปี

ผลการศึกษา

การศึกษานี้ คณะผู้วิจัยได้นำเสนอผลการศึกษาโดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1) ข้อมูลส่วนบุคคล 2) วิธีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่องในโรงเรียนผู้สูงอายุที่ทำให้เกิดการสูงวัยอย่างมีศักยภาพ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 73.33 เป็นผู้สูงอายุวัยต้น ร้อยละ 70.00 มีสถานภาพสมรสร้อยละ 66.67 มีการศึกษาระดับประถมศึกษาร้อยละ 41.67 ร้อยละ 56.67 ไม่ได้ประกอบอาชีพ จำนวนสมาชิกในครอบครัวอาศัยอยู่ด้วยกันร้อยละ 95.00 ส่วนใหญ่มีรายได้ตั้งแต่ 3,000 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 73.33 ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัวคิดเป็นร้อยละ 58.33 เป็นสมาชิกชมรม สมาคมอื่น ๆ นอกจากโรงเรียนผู้สูงอายुर้อยละ 95.00 และส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมตั้งแต่ 2 แห่งขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 73.33

ส่วนที่ 2 วิธีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างต่อเนื่องในโรงเรียนผู้สูงอายุที่ทำให้เกิดการสูงวัยอย่างมีศักยภาพ มีข้อค้นพบ ดังนี้

2.1 การตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพมีการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมโดย

1) ได้รับข้อมูลการจัดกิจกรรม ที่ประกอบด้วย ข้อมูลที่นำเสนอลักษณะของกิจกรรมที่ชัดเจน และประโยชน์ของกิจกรรมต่อผู้สูงอายุ ครอบครัว สังคม และชุมชน จากการได้รับเชิญให้เข้าร่วมกิจกรรมจากผู้จัดกิจกรรมผ่านทางผู้นำท้องถิ่น เพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน หรือสมาชิกในครอบครัว ถ้าไม่เชิญส่วนใหญ่จะไม่ไป เพราะรับรู้ถึงคุณค่าและสมรรถนะที่ลดลง ทำให้ไม่มั่นใจตนเองว่าจะสามารถร่วมกิจกรรมได้ตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม

2) การบริหารจัดการให้ตนเองมีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่

2.1) เวลา มีเวลาว่างอยู่แล้ว หรือสามารถบริหารให้มีเวลาว่างตรงกับการจัดกิจกรรมได้ และเวลาเข้าร่วมในกิจกรรมมีความยืดหยุ่นได้ เพื่ออำนวยความสะดวกการจัดการปัญหาทางสุขภาพให้มีความพร้อม

2.2) ความพร้อมด้านร่างกาย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาทางสุขภาพ เช่น การปวดหลัง ปวดขา เหนื่อยง่าย ความทนต่อกิจกรรมลดลง ความสามารถในการทำกิจกรรมลดลง การมองเห็น ขาดอ่อนแรง และความบกพร่องต่าง ๆ ด้านร่างกายอื่น ๆ ต้องสามารถแก้ปัญหาให้พอไปร่วมกิจกรรม โดยนำการสนับสนุนด้านต่าง ๆ ที่หน่วยงานที่จัดกิจกรรมมาเสริมให้ตนเองมีความพร้อม และสามารถไปร่วมกิจกรรมได้โดยไม่เป็นภาระ หรือต้องพึ่งพาผู้อื่น

2.3) ค่าใช้จ่ายในการไปร่วมกิจกรรม เช่น ค่าพาหนะ ค่าวัสดุ อุปกรณ์ ทรัพยากร ที่ต้องใช้ในการทำกิจกรรม ซึ่งส่วนใหญ่ทางหน่วยงานสนับสนุน จึงไม่มีภาระเรื่องค่าใช้จ่ายในการไปร่วมกิจกรรม

3) รูปแบบของกิจกรรมทางสังคม ระยะแรกเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีประสบการณ์ หรือมีการฝึกอบรมให้ความรู้ เพิ่มทักษะ ก่อนเริ่มกิจกรรม อีกทั้งมีการสนับสนุนอุปกรณ์ เทคโนโลยี ให้เหมาะสมกับความสามารถของ



ผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุมั่นใจว่าเริ่มทำกิจกรรมได้ทันที ดังคำกล่าวที่ว่า

“.....สิ่งแรกเลยที่ต้องดูว่า เวลาที่เขาจัดที่ว่างใหม่ ถ้าว่างค่อยมาดูว่ากิจกรรมเป็นอะไร แบบไหน พี่จะไปร่วมไหวไหม ไปแล้วจะทำได้ไหม พี่ก็ไม่ได้มีความสามารถอะไรมากมาย อีกอย่างสุขภาพก็แย่ง ไม่เก่งเหมือนเมื่อก่อนแล้ว ต่อมาเพื่อนพี่ที่ข้างบ้านก็มาชวนอีก มาเคยยันคะยอ เพราะเพื่อนไม่ยอมไปคนเดียว กลัวไปแล้วไม่รู้จักใคร อีกทั้งบอกว่าเราไม่ต้องจ่ายอะไรเลยนะ ที่อบต จัดให้เราหมดเลย.... พี่คิดนะ เลยตัดสินใจ ไปก็ไป เลยบอกไปว่าเธอต้องมารับฉันนะ ให้ไปเองฉันไปไม่ไหวหรอก”

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 42

4) บุคคลที่รู้จัก ได้แก่ เพื่อน หรือผู้จัดกิจกรรม เพราะถ้าไม่มีคนรู้จักในการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้สูงอายุจะรู้สึกไม่มั่นใจในการไปร่วมกิจกรรม รู้สึกโดดเดี่ยว ขาดความมั่นใจ เมื่อผู้สูงอายุมีความพร้อมในประการต่างๆ ดังกล่าว จึงตัดสินใจไปร่วมกิจกรรมทางสังคม ดังคำกล่าวที่ว่า

“...พอไปถึงพี่เห็นเขาล้อมวงกินข้าวกัน ป้าก็เอ๊ะ ป้าจะไปอยู่ที่ไหน ลูก ๆ ที่อบต. เขาเห็นก็รีบมาเรียกไปร่วมกินข้าว หลังจากนั้นเขาก็บอกป้าว่า ป้าไปเข้ากลุ่มปลูกต้นไม้กัน ป้าน่าจะชอบ พอเข้ากลุ่มป้าก็รู้จักเพื่อน ๆ หลายคน นี่นะถ้าลูก ๆ ไม่เรียกป้า อะป้ากลับบ้านแล้ว ฮ่า ฮ่า...”

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 34

5) ผลของกิจกรรม เป็นกิจกรรมทางสังคมที่เกิดประโยชน์ต่อตัวผู้สูงอายุ ครอบครัว สังคม หรือชุมชน และไม่มีผลกระทบทั้งต่อผู้สูงอายุ ครอบครัว สังคม ชุมชน ดังคำกล่าวที่ว่า

“...ตอนแรกที่ได้ข่าว แม่ก็ไม่ไปหรอก แต่ป้าข้างบ้านชิมาชวนบอกว่าไปเถอะ สนุกมาก เพื่อนเยอะ เขามีกิจกรรมให้ทำเยอะเลย ดูแกชืดเย็นนี้แกไม่ปวดหลังแล้วนะ ต้นรำนี้เก่งมากเลย เมื่อก่อนนี้แกชื้อยา แอมยังเอากระเป๋ามาฝากอีก บอกเนี่ยแกทำเอง แม่ก็ว่าลองดูเนาะแกดูสำหามาชวน เพื่อเราจะไม่ลูกโอยนั่งโอ้ยเหมือนแก จะได้ไปไหนมาไหนสนุกสนานเหมือนแก ตอนนี้อารมณ์รู้ใหม่ นี่แม่ไม่ยอมให้มันหยุดเลย....”

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7

2.2 ขั้นตอนและลักษณะการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ แบ่งออกเป็น 4 ระยะดังนี้

ระยะที่ 1 เริ่มเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ผู้สูงอายุร่วมทำกิจกรรมที่มีประสบการณ์ ความรู้ ความสามารถ ทำให้รู้สึกมั่นใจ ติงใจที่ได้กลับทำกิจกรรมต่างๆ อีกครั้ง ได้ถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์ ความสามารถ ยิ่งมีความภาคภูมิใจเพิ่มขึ้น สำหรับผู้สูงอายุ ที่สนใจกิจกรรมที่ชอบ หรือเหมาะสมกับภาวะสุขภาพของตนเอง แต่ไม่มีความรู้ ประสบการณ์ ก็ไปเริ่มเรียนรู้ แบ่งปัน ประสบการณ์จากผู้สูงอายุด้วยกัน และทดลองทำ และบางครั้งหน่วยงานที่จัด ได้จัดอบรมให้ความรู้เพิ่มทักษะ ทำให้ผู้สูงอายุร่วมทำกิจกรรมที่ได้รับการพัฒนาความรู้ความสามารถ และเหมาะสมกับภาวะสุขภาพ เลือกเข้าร่วมเป็นกิจกรรมใหม่ ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุเลือกเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่ง่าย สะดวก มีขั้นตอนไม่ซับซ้อน ใช้เวลาไม่ต่อเนื่องเป็นเวลานาน เน้นการร่วมกิจกรรมเป็นกลุ่ม ได้พูดคุยกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ต่างๆ ผลของกิจกรรมเป็นประโยชน์กับชุมชน สังคม ที่เป็นรูปธรรม ผู้สูงอายุจะรู้สึกภูมิใจ ที่ได้มีโอกาสทำประโยชน์เพื่อสังคม ดังคำกล่าวที่ว่า

“...ป้าชอบทำอะไรง่าย ๆ ไม่ละเอียดมาก เพราะตาไม่ดี นั่งนาน ๆ ก็ไม่ไหว เลยต้องแบบที่เปลี่ยนทำบ่อย ๆ ทำอะไรแต่ละอย่างก็ไม่ยุ่งยาก ใช้เวลาไม่มาก แต่ป้าก็พยายามระมัดระวังให้มากที่สุด เพราะเวลาทำเสร็จก็ตั้งใจได้เอาผลงานมาโชว์กัน แต่ทำ ๆ ไปป้าก็ชอบนะ สนุกดี แจกคนข้าง ๆ บ้าน เขาก็ชอบเอาไปใช้ได้ ป้าดีใจมากขึ้น



หลัง ๆ มีขายได้เงินอีก ปากก็เลยชอบมาโรงเรียน อยากให้มีทุกวันด้วยซ้ำ อยู่บ้านทำงานบ้านเสร็จ ก็ไม่รู้จะทำอะไร เบื่อเนาะ...”

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 24

ระยะที่ 2 ระยะทำกิจกรรม เมื่อผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่ตนเองได้เลือกแล้วว่าตนเองสามารถทำได้ เป็นกิจกรรมทำแล้วไม่เกิดปัญหาต่อตนเอง โดยกิจกรรมเป็นกิจกรรมที่ปฏิบัติง่าย ไม่ซับซ้อน หรือใช้เทคนิคที่ยาก มีอิสระในการเข้าร่วม แต่ละอย่างแต่ละครั้งใช้เวลาไม่นานเกินไป สอดคล้องกับบริบทของตนเองและชุมชน และทำให้รับรู้ถึงประโยชน์ต่อตนเอง โดยเฉพาะความสามารถในการดำเนินชีวิตเพิ่มขึ้น คุณภาพชีวิตดีขึ้น

ระยะที่ 3 ระยะประเมินผล เมื่อผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมไประยะหนึ่ง ผู้สูงอายุได้ประเมินผลตนเอง พบว่าเริ่มด้วยการได้ผลผลิตมาใช้ในชีวิตประจำวัน แบ่งปันกันนำไปใช้ หลังการอบรม แลกเปลี่ยนความรู้ให้ทำให้การร่วมทำกิจกรรมมีความมั่นใจมากขึ้น มีการแลกเปลี่ยนทักษะ ทำให้ผู้สูงอายุเปิดใจยอมรับลักษณะกิจกรรมและปรับให้เป็นบริบทของตนเอง ทำให้ได้ความรู้ ทักษะ ความสามารถเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะด้านเทคโนโลยีที่พัฒนาก้าวหน้าไป ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจ ภาคภูมิใจในตนเอง มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น จากความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เพิ่มขึ้น มีรายได้เพิ่มขึ้น มีเครือข่าย และเพื่อนในสังคมมากขึ้น และยังทำให้เป็นคนรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเพิ่มขึ้น มีความสามารถในการใช้สื่อเทคโนโลยีเพิ่มขึ้น และรู้สึกว่าคุณค่าเพิ่มขึ้นจากการได้มีโอกาสเสนอความคิดเห็น และได้ร่วมในการทำกิจกรรมทางสังคมที่เป็นประโยชน์ จึงมีความพร้อมในการร่วมกิจกรรมทางสังคมต่อไป และพบว่าผู้สูงอายุส่วนหนึ่งมีความคับข้องใจ หรือมีปัญหาในการร่วมกิจกรรมทางสังคมเช่นกัน ซึ่งได้มีการนำเสนอเพื่อปรับกิจกรรมให้เหมาะสมต่อไป ดังคำกล่าวที่ว่า

“...ชอบ ๆ ที่ว่ามาโรงเรียนได้รู้อะไรมากมาย ได้ตั้งคด้วย นอกจากนี้นั่งได้ไปสอนเด็ก ๆ เห็นลูกหลานชุมชนเรา มีความสุข โดยเฉพาะเวลาเอาของไปแจก เด็ก ๆ ดีใจ พักก็ภูมิใจ ผลัดเปลี่ยนเวียนไปกันสอนเด็ก บางคนก็ได้เอาความรู้เดิมที่มีอยู่มาสอนเพื่อน ๆ เป็นกลุ่ม ๆ ช่วงบ่าย ๆ ดินะ พักก็ได้รับเชิญให้ไปสอนเหมือนกัน ฮ่า...ฮ่า...ฮ่า สอนปลูกต้นไม้ หนอย่ายว่าง่ายนะ ถ้าคนปลูกไม่เป็นอะ ตายนะ....”

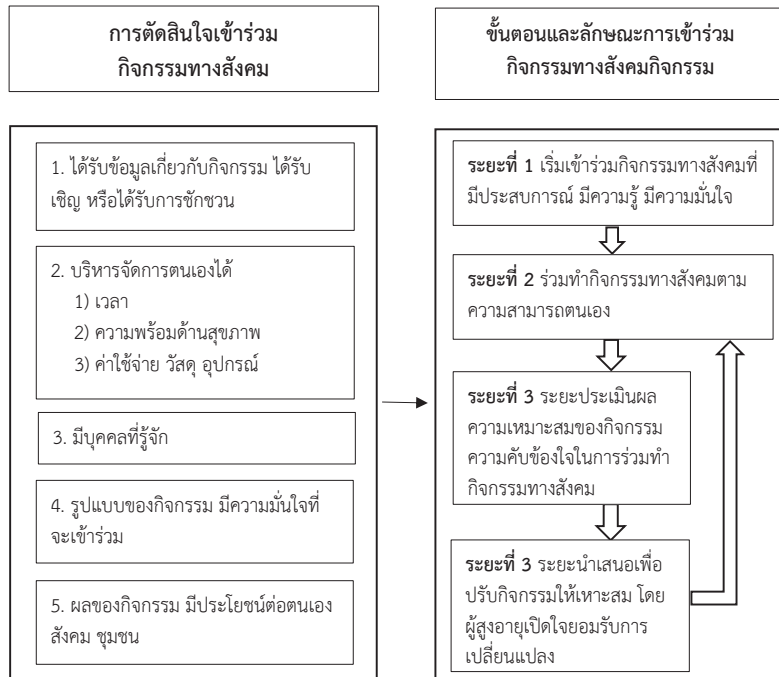
ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 58

ระยะที่ 4 ระยะนำเสนอเพื่อปรับกิจกรรม เมื่อผู้สูงอายุร่วมกิจกรรมทางสังคมไประยะหนึ่งผู้สูงอายุได้ประเมินความเหมาะสมของตนเองในแต่ละด้าน ภาวะสุขภาพ มีคับข้องใจในการร่วมกิจกรรมทางสังคมที่เลือก จากกิจกรรมไม่ใช่บริบทชีวิตของตนเอง ได้มีการนำเสนอ และร่วมกันปรับกิจกรรมให้เหมาะสม และร่วมกันให้กำลังใจ ช่วยเหลือ รวมทั้งผู้สูงอายุมีการเปิดใจยอมรับ พัฒนาให้เกิดประโยชน์เพิ่มขึ้น ทำให้สามารถร่วมกิจกรรมนั้น ๆ ได้อย่างต่อเนื่อง และรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินกิจกรรม ผูกพันกับกิจกรรมที่จัดขึ้น และยืนยันว่าจะร่วมต่อไปอีกไม่มีกำหนด ดังคำกล่าวที่ว่า

“...เอาแต่วันแรกเลยนะคะ พอไปถึงวันแรกเขาก็เชิญไปนั่งเหมือนนักเรียนเลย ป้าไม่โอเคเลย แต่ก็เปิดใจยอมรับสิ่งที่เขาพูดเขาสอน แต่ก็ดินะพอมีประโยชน์ พอบ่ายก็มีกลุ่มต่าง ๆ หลายกลุ่ม ปากก็ไปร่วมถักปลาตะเพียน เพราะว่าเคยทำมาก่อน พอสักพักมีน้อง ๆ ที่อบต. มาสอนการแต่งปลาตะเพียน ร้อยลูกปัด ทาสีทำเสร็จสวยมาก ๆ เอาไปแจกเด็ก ๆ ต่อมาวันหลัง ๆ ก็จะมีกลุ่มเรียนมากขึ้น ได้ทำอะไร ๆ เยอะเลย ป้ารู้จักคนเยอะ ทุกคนคุยสนุกสนาน ได้ออกกำลังกาย ได้เต้นรำ กิจกรรมเขาเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ นะไม่น่าเบื่อ....มีวันหนึ่งนะเขาสอนการใช้โทรศัพท์เล่นไลน์ ถ่ายรูป สนุกกันใหญ่เลย พอ ๆ เส่แล้วมันส์...”

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 54

จากผลการศึกษาครั้งนี้สามารถเขียนเป็นแผนภาพวิธีการมีส่วนร่วมทางสังคมของผู้สูงอายุได้ดังนี้



แผนภาพวิธีการมีส่วนร่วมทางสังคมของผู้สูงอายุ

ความน่าเชื่อถือในการศึกษาเชิงคุณภาพ (Trustworthiness)

การศึกษานี้ผู้วิจัยคำนึงถึงความน่าเชื่อถือในการศึกษาเชิงคุณภาพ¹⁴ โดยครอบคลุมประเด็นดังนี้

- 1) ความน่าเชื่อถือ (credibility) การศึกษานี้มีการระบุวัตถุประสงค์การวิจัย ระเบียบวิธีการวิจัยที่ชัดเจน มีการคัดเลือกพื้นที่/ผู้เข้าร่วมการศึกษาที่สามารถให้ข้อมูลได้ตรงตามวัตถุประสงค์การวิจัย และ อธิบายขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูล/การวิเคราะห์ข้อมูลอย่างชัดเจน
- 2) การพึ่งพา (dependability) กระบวนการวิจัยครั้งนี้มีทีมนักวิจัยร่วมในกระบวนการวิจัยเพื่อสร้างความน่าเชื่อถือของข้อมูลและลดอคติที่อาจเกิดขึ้นได้ระหว่างการศึกษ
- 3) การยืนยันของการวิจัย (confirmability) การวิจัยนี้คำนึงถึงความเป็นกลางของผลการวิจัยโดยในกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูลได้มีการพิจารณาตรวจสอบโดยทีมวิจัยในทุกขั้นตอน นักวิจัยร่วมให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับสิ่งที่ค้นพบเพื่อให้แน่ใจว่าข้อมูลที่ได้ถูกต้องและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย
- 4) ความสามารถในการถ่ายโอนข้อมูล (transferability) ผลการศึกษานี้จะนำไปใช้เพื่อผู้สนใจหรือผู้ที่เกี่ยวข้องได้นำไปใช้ในพื้นที่ที่มีบริบทที่ใกล้เคียงกันเพื่อสร้างความเข้าใจในการมีส่วนร่วมทางสังคมของผู้สูงอายุประเทศไทย

สรุปและอภิปรายผล

ผลการวิจัยการศึกษาวิธีการมีส่วนร่วมกิจกรรมทางสังคมเพื่อให้เกิดการสูงวัยอย่างมีศักยภาพ: กรณีศึกษาในโรงเรียนผู้สูงอายุประเทศไทย พบว่า วิธีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ ประกอบด้วย

- 1) การตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เมื่อผู้สูงอายุได้รับข้อมูลการจัดกิจกรรมทางสังคมแล้วสามารถการบริหาร



จัดการให้ตนเองมีความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรม โดยมีเวลา มีความพร้อมด้านร่างกาย มีค่าใช้จ่ายในการไปร่วมกิจกรรม มีรูปแบบของกิจกรรมทางสังคมที่ผู้สูงอายุมั่นใจว่าเข้าร่วมได้ มีบุคคลที่รู้จักในกิจกรรมนั้น และผลของกิจกรรมเกิดประโยชน์ต่อตัวผู้สูงอายุ ครอบครัว สังคม หรือชุมชน 2) ขั้นตอนและลักษณะการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม แบ่งออกเป็น 4 ระยะ ได้แก่ ระยะเริ่มเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ระยะดำเนินกิจกรรมทางสังคม ระยะประเมินผลของกิจกรรม และระยะนำเสนอเพื่อปรับกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของภักธพรดา อุ่นกมล⁷ ที่พบว่าผู้สูงอายุนำข้อมูลมาประเมินความพร้อมของตนเองเกี่ยวกับองค์ประกอบต่างๆ เพื่อการตัดสินใจ ได้แก่ มีเวลาว่างพอที่สามารถไปร่วมกิจกรรมได้ รวมทั้งจัดการความพร้อมด้านร่างกาย ค่าใช้จ่าย มีเพื่อนหรือคนรู้จักในการไปร่วมกิจกรรมทางสังคมนี้หรือไม่ ความสามารถในการร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้น และกิจกรรมนั้นมีประโยชน์⁶ ทั้งนี้โดยนำสิ่งสนับสนุนที่ผู้จัดกิจกรรมสนับสนุนมาร่วมพิจารณาว่าเอื้อให้เกิดความพร้อมในการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งเป็นไปตามการศึกษาที่พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมที่ตนเองมีประสบการณ์จากการดำเนินชีวิตที่ผ่านมา และนำมาสิ่งสนับสนุนต่างๆ ที่ได้รับมาผสมผสานกับภาวะสุขภาพให้สามารถเข้าร่วมได้⁵ ดังนั้น การสนับสนุนจึงต้องมีความสอดคล้องกับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ¹⁶ เพื่อลดปัญหาที่ประสบอยู่หรือเป็นเพราะประโยชน์ที่เกิดขึ้น และร่วมกันขับเคลื่อนของเครือข่าย แต่ในขณะเดียวกันพบว่าผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนรับ – ส่งมาร่วมกิจกรรมมีภาวะเครียดในขณะเดินทางจากการกังวลเรื่องความปลอดภัยในระหว่างเดินทาง¹⁷ และสอดคล้องกับการศึกษาของ Lai DWL และ Qin N¹² ที่พบว่า เมื่อผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ผู้สูงอายุมีส่วนในการนำเสนอ ร่วมคิด ร่วมแก้ไขกิจกรรมที่จัดขึ้นให้เหมาะสมกับบริบทของผู้สูงอายุ และชุมชน จะทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกผูกพัน หรือมีส่วนในกิจกรรมนั้น นอกจากนี้จะเห็นว่ากิจกรรมที่ผู้สูงอายุเลือกในการเข้าร่วมนั้น เป็นกิจกรรมที่ตนเองมีประสบการณ์ มีความรู้ความสามารถ มีทักษะ มีลักษณะที่เหมาะสมกับความสามารถทางกาย¹⁸ ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุจะพอใจกับการทำกิจกรรมที่เหมาะสมกับภาวะสุขภาพ และมีความสามารถในกิจกรรมนั้นๆ จะกระทำได้สำเร็จ¹⁹ มีการถ่ายทอด ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เมื่อกิจกรรมนั้นเกิดประโยชน์ขึ้น ไม่ว่าจะเป็นตนเอง ครอบครัว สังคม หรือชุมชน ผู้สูงอายุก็จะรู้สึกว่าได้ตนเองมีคุณค่า และเกิดประโยชน์ และเมื่อผู้สูงอายุประเมินตนเองว่าความสามารถในการดำเนินชีวิตก็จะนำเสนอข้อมูลที่เป็นปัญหา และร่วมกันปรับแก้ไข ให้เหมาะสมกับตนเอง กลุ่มผู้สูงอายุต่อไป จึงเกิดความต่อเนื่องในการดำเนินกิจกรรม และนำมาซึ่งความพร้อมในการดำเนินชีวิต อันนำไปสู่คุณภาพชีวิตต่อไป^{9,20,21} สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่ามีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ เป็นการกิจกรรมทางสังคมที่มีผลต่อตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม มีการแบ่งปัน หรือการใช้ทรัพยากรร่วมกันให้เกิดประโยชน์ได้ยิ่งมีความพึงพอใจ¹⁶

ข้อเสนอแนะ

คณะผู้วิจัยได้นำผลการศึกษามาเป็นข้อเสนอแนะในการใช้ประโยชน์ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมทางสังคมเพื่อเสริมสร้างศักยภาพของผู้สูงอายุ ควรดำเนินการ ดังนี้
 - 1.1 ประชาสัมพันธ์ข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมให้ชัดเจน โดยครอบคลุมในประเด็นของลักษณะกิจกรรม การสนับสนุนจากผู้จัดกิจกรรม ประโยชน์ที่ผู้สูงอายุ สังคม และชุมชน จะได้รับ เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้เป็นข้อมูลในการจัดการกับตนเอง ในการตัดสินใจมาร่วมกิจกรรม
 - 1.2 ประสานงานให้ผู้สูงอายุทราบ และเชิญชวน หรือแสดงให้เห็นว่าผู้จัดประสงค์ให้ผู้สูงอายุมาร่วมกิจกรรมอย่างแท้จริง
 - 1.3 เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมตัดสินใจเลือกกิจกรรม โดยกิจกรรมควรมีความสอดคล้องกับบริบทของผู้สูงอายุและชุมชนนั้นๆ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมนำเสนอข้อมูล ปัญหา แนวทางการปรับเปลี่ยนลักษณะ



ของกิจกรรมรวมถึงความต้องการการสนับสนุนให้มีความเหมาะสมกับภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ และเกิดประโยชน์สูงสุดตามความต้องการของผู้สูงอายุและชุมชน

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

2.1 ศึกษาความแตกต่างของศักยภาพของผู้สูงอายุที่ร่วมกิจกรรมทางสังคมที่มีลักษณะแตกต่างกัน

2.2 ศึกษาความแตกต่างของศักยภาพของผู้สูงอายุที่ร่วมกิจกรรมทางสังคมในพื้นที่ที่มีบริบททางสังคมที่แตกต่างกัน

2.3 ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับการร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อนำข้อมูลมาพัฒนาการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างศักยภาพของผู้สูงอายุ

References

1. Chayomchai A, Petmee P, Treemek W, Sarnthong J, Autum J, Ngao-ngam R. Recreation in the elderly Thai people: supporting, motivation, satisfaction, and benefit view of recreational activities. IJSR 2020;6(3):177–93.(in Thai)
2. Danpradit P, Kittichottipanich B, Sribhen R. Problems and needs in basic elderly care of health volunteers in Nakorn Pathom Province. VNJ 2019;21(2):23–33.(in Thai)
3. Rupavichet P, Rupavichet P. Strategic of education management for the elderly forwards developing active ageing. CMU J. Edu. 2018;2(3):17–30.(in Thai)
4. Amnauy S. Model of health promotion behaviors for the elderly in Janlan Sub-district, Kuchinarai District Kalasin Province. JESEH 2023;8(1):576–81.(in Thai)
5. Vichean U, Sornjaeng D, Boonrasri J. Development of the health care new normal model for elderly Chachoengsao Province. JR TAN. 2021;22(3):151–9.(in Thai)
6. Aunkamol P. Social participation, self-esteem and life satisfaction of the elderly at Jatuchak District in Bangkok Metropolitan. Journal of Social Sciences Srinakharinwirot University. 2019;22(1):125–36. (in Thai)
7. Narushima M, Liu J, Diestelkamp N. Lifelong learning in active ageing discourse: its conserving effect on wellbeing, health and vulnerability. Ageing & Society 2018;38(4):651–75.
8. Wongprom J, Jongwutiwes K, Prasertsuk N, Jongwutiwes N. Community participation in the development of older persons' quality of life. Veridian E-Journal, Silpakorn University 2015;8(3):41–54. (in Thai)
9. Vudhironarit S, Yuhan-ngoh N, Sarai K. The developing a participation-building model for promoting active ageing among older adults. IRR 2023;18(1):23–30.
10. Homsombat P, Tabaselo PS, Fangkham B, Sornsakda S. Elderly school: enhancing potentials of elderly in aging society. IJERI 2022;6(2):540–51.(in Thai)
11. Worawong C, Sridawruang C, Thawinkarn D, Manasatchakun P. The development of aged friendly community: Tambon Naphu aging school, Amphur Phen, Udonthani . NJPH 2020;30(2):150–63. (in Thai)



12. Office of the National Economic and Social Development Council. A goals and guidelines for regional development 2023–2028. Bangkok: The National Economic and Social Development; 2022. (in Thai)
13. Larson J, Johnson A, Aiken-Wisniewski SA, Barkemeyer J. What is academic advising? An application of analytic induction. *NACADA Journal* 2018;38(2):81–93.
14. Connelly LM. Trustworthiness in qualitative research. *Medsurg Nursing*. 2016;25(6):435–36.
15. Wongsala M, Anbäcken EM, Rosendahl S. Active ageing–perspectives on health, participation, and security among older adults in northeastern Thailand–a qualitative study. *BMC geriatrics* 2021; 21:1–10.
16. Aroogh MD, Shahboulaghi FM. Social participation of older adults: a concept analysis. *IJCBNM* 2020;8(1):55–72.
17. Levasseur M, Génereux M, Bruneau JF, Vanasse A, Chabot E, Beaulac C, et al. Importance of proximity to resources, social support, transportation and neighborhood security for mobility and social participation in older adults: results from a scoping study. *BMC Public Health* 2015; 15:503.
18. Lai DW, Qin N. Extraversion personality, perceived health and activity participation among community-dwelling aging adults in Hong Kong. *PloS one* 2018;13(12):e0209154.
19. Ohnuma T, Hashidate H, Yoshimatsu T, Abe T. Clinical usefulness of indoor life-space assessment in community-dwelling older adults certified as needing support or care. *Nihon Ronen Igakkai Zasshi* 2014; 51:151–160.
20. Aroogh MD, Shahboulaghi FM. Social participation of older adults: a concept analysis. *IJCBNM*. 2020;8(1):55–72.
21. Levasseur M, Routhier S, Clapperton I, Doré C, Gallagher F. Social participation needs of older adults living in a rural regional county municipality: toward reducing situations of isolation and vulnerability. *BMC geriatrics* 2020; 20: