

แนวทางการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในการเสริมสร้างคุณค่าและการพึ่งพิงตนเองด้านเศรษฐกิจ The Development Guideline of Elderly Potential to Promote Self Esteem and Economic Self Reliance

กษม ชนะวงศ์¹, วิณา อิศรางกูร ณ อยุธยา²,
จุฬารัตน์ โสตะ³, ทิพวัลย์ ด้านสวัสดิกุล⁴,
มุกดาวรรณ ชนะวงศ์⁵, วุฒิชัย โยธา⁶

บทคัดย่อ

สถานการณ์ในประเทศไทยที่กำลังจะเข้าสู่สังคมสูงวัยประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้นและส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพการทำงาน ร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจลดลง การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาด้านการพึ่งพิงตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ 2) เพื่อศึกษาการเสริมสร้างคุณค่าให้ตนเองของผู้สูงอายุ 3) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งพิงตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุ ในตำบลศิลา อำเภอมือง จังหวัดขอนแก่น โดยการสุ่มแบบง่าย ผู้สูงอายุ 60-80 ปี 4 หมู่บ้าน จำนวน 67 คน และแกนนำหมู่บ้าน จำนวน 11 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งพิงตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ซึ่งมีความสอดคล้อง อยู่ระหว่าง 0.8-1.0 2) แนวคำถามเพื่อสนทนากลุ่ม 3) แนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยการประยุกต์ใช้ทฤษฎีความสามารถแห่งตนวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้การวิเคราะห์เป็นหมวดหมู่

ผลการวิจัยพบว่า 1) แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งพิงตนเองในผู้สูงอายุในด้านพฤติกรรม ความสามารถ และผลการกระทำ มีค่าเฉลี่ยในระดับที่สูง 2) ผลการสนทนากลุ่ม พบว่าผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตนเองได้ เห็นคุณค่าในตนเองและสามารถพึ่งพิงตนเองได้จากอาชีพเสริมทำให้มีรายได้เพิ่มขึ้น และ 3) ผลการสัมภาษณ์เชิงลึกจากกลุ่มแกนนำชุมชนพบว่า การพึ่งพิงตนเอง ยังสามารถประกอบอาชีพ ทำนา ทำสวน ทำเกษตรรายได้ โดยเฉพาะผู้สูงอายุวัยต้น อายุระหว่าง 60-70 ปี สุขภาพยังแข็งแรง พึ่งพิงตนเองได้ ประกอบภารกิจต่างๆได้ และ มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง บางคน สามารถแบ่งปันเงินทองให้ลูกหลานได้ มีผู้สูงอายุส่วนน้อย ที่ไม่ทำงาน ไม่หารายได้ แต่มีลูกหลานดูแล ดังนั้นการนำแนวทางการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในการเสริมสร้างคุณค่าและการพึ่งพิงตนเองด้านเศรษฐกิจ ในการนำไปใช้จะเป็นรูปธรรมเพื่อช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพองค์รวมที่ดี จะสามารถช่วยลดค่าใช้จ่ายทางเศรษฐกิจได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: แนวทางการพัฒนา, ศักยภาพผู้สูงอายุ, การเสริมสร้างคุณค่า, การพึ่งพิงตนเองด้านเศรษฐกิจ

Abstract

The situation in Thailand that is about to enter an aging society. The aging society population is increasing and affecting physical, mental, social and economic performance decreases. This research aims to 1) To study the economic self reliance problems of the elderly 2) To study the self esteem of the elderly 3) To study the potential develop of the elderly to improve their self reliance and self esteem.

¹⁻⁶คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย



The samples were chosen by elderly people in Sila Subdistrict, Mueang District, Khon Kaen Province through purposive sample technique. The elderly 60-80 years old in 4 villages. They were divided into 2 groups through a simple random sampling technique, the first group of 67 was the elderly and the second group of 11 was the village leaders. The instruments were: 1) Assessment of the potential develop of the elderly to improve their self reliance and self esteem content validity with Item-Objective Congruence Index of 0.8-1.0 2) Focus group discussion 3) In-depth interview. Application of self efficacy theory. This study was mixed method research. The statistics for data analyses were quantitative data by descriptive statistics and qualitative data by content analysis.

The results revealed that: 1) Assessment of self-esteem and self-reliance in elderly people have a high sense of behavior competence and action results. 2) Focus group discussion of self-esteem and self-reliance in elderly people from ancillary occupations contribute to increased income. 3) In-depth interview of self-esteem and self-reliance in elderly people can also pursue a career, farm, garden in to make money, Especially in the elderly aged 60 to 70. In a healthy senior people, some people could share their money with their daughter and son. There is a small number of old people who do not work but take care by their children and Economic Self Reliance. Therefore, The development guideline of elderly potential to promote self-esteem in applying a concrete way to help promote good holistic health for the elderly. It can help reduce economic costs effectively.

Keywords: Development Guideline, Elderly Potential to Promote, Self Esteem , Economic Self Reliance

1. บทนำ

ปัจจุบันประชากรโลกมีอายุยืนยาวขึ้น ซึ่งมีระบบทางการแพทย์และสาธารณสุขที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น และอัตราการเกิดของประชากรทั่วโลกที่มีแนวโน้มลดลง เป็นปัจจัยที่ทำให้หลายประเทศในโลกเกิดการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างสังคมที่สำคัญ นั่นคือ การเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรสูงอายุ องค์การอนามัยโลก (WHO) มีการคาดการณ์ว่าจำนวนประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จะมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างน้อยร้อยละ 3 ต่อปี โดยในปี พ.ศ. 2573 คาดว่าจะมีจำนวนประชากรสูงอายุมากถึงประมาณ 1.4 พันล้านคนและจะเพิ่มขึ้นถึง 2 พันล้านคนในปี พ.ศ. 2593 ทวีปเอเชียจะมีประชากรสูงวัยมากที่สุดในโลก โดยคาดว่าสัดส่วนผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว พบได้ว่าในทวีปเอเชียประเทศญี่ปุ่นซึ่งถือเป็นประเทศที่มีประชากรสูงวัยมากที่สุดในโลกและถือเป็นประเทศแรกๆ ของโลกที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว (Super-aged society) สำหรับประเทศไทยนั้น (Sutthisanmethi P., Wetprasit S. and Ponsen K., 2020) จำนวนผู้สูงอายุมีตัวเลขเทียบเท่ากับประเทศที่พัฒนาแล้วหลายประเทศซึ่งถือว่ามีอัตราการเติบโตเป็นอันดับ 3 ในทวีปเอเชีย โดยประเทศไทยได้เข้าใกล้สังคมสูงวัย ประชากรประเทศไทยมีทั้งสิ้น 66.5 ล้านคน เฉพาะผู้สูงอายุมีมากถึง 11.1 ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ 16.73 ประเทศไทยมีประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจำนวนมากกว่า 12 ล้านคน คิดเป็น ร้อยละ 18 และเพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 20 ในปี พ.ศ.2564 (Vajirapañño P.C. Srikrueadong S., Titichoatrattana W.,2021) ซึ่งให้เห็นว่าประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว และกำลังจะเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบในอีกไม่กี่ปีข้างหน้า

ประเทศไทยมีการกำหนดด้วยผู้สูงอายุเป็นวาระแห่งชาติ และได้มีแผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ (พ.ศ.2545-2565) เตรียมพร้อมสังคมไทยเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ในปี พ.ศ.2564 แผนปฏิบัติการพบได้ว่าการดำเนินงานบางด้านที่ต้องปรับปรุง เช่น การเตรียมความพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ การส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ และการคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ โดยการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย เป็นสัญญาณที่หน่วยงานภาครัฐและภาคส่วนต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง จำเป็นต้องมีการให้ความสำคัญ ความสุขของผู้สูงอายุเป็นอย่างมากโดยระบุว่า ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีศักดิ์ศรีและสมควรดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนของตนเองอย่างมีความสุข (Silpcharu, T., and Boonrattanukul,2021) และควรมีการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุเนื่องจากการเห็นคุณค่าในตนเองจะทำให้บุคคลเผชิญอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างมั่นใจ หากแนวทางแก้ไขปัญหามาให้ผ่านไป ได้ด้วยดี การเห็นคุณค่าในตนเองจะเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่ทุกคนควรมี แต่หากบุคคลไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ไม่ยอมรับ ไม่เข้าใจในตนเองแล้ว บุคคลนั้นก็จะมีไม่มีความมั่นใจต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของตน และ ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมาได้ ลักษณะของผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองเช่น มีความเชื่อมั่นในตนเอง เห็นว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีลักษณะเป็นผู้นำมากกว่าผู้ตาม กล้าแสดงออกและสามารถปรับตัวได้ดี มีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่แข็งแรง (Yi Ding, Zhe Zhang, Meiyun Yang, and Fengqi Sun., 2021) (Yota W., 2022) ส่วน ในปี พ.ศ. 2574 ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมสูงวัยระดับสุดยอด คือ ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมีสัดส่วนสูงถึง ร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งในวัยผู้สูงอายุ จะมีกระบวนการเปลี่ยนแปลงไปในทางถดถอย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว จะส่งผลกระทบต่อกระบวนการดำรงชีวิต การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ จะมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและสังคม ผู้สูงอายุมักจะมีชีวิตวิตกกังวลต่อตนเอง อารมณ์อ่อนไหวและเปลี่ยนแปลงได้ง่าย ขาดความมั่นคงทางจิตใจ มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นภาระของครอบครัวลูกหลานและสังคม การเกิดความกลัวในผู้สูงอายุ รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า (Maneerat S., Isaramalai S. and Boonyasopun U.,2019) ส่วนการเปลี่ยนแปลงในด้านสังคมและเศรษฐกิจเนื่องจากในวัยสูงอายุเป็นวัยที่หมดภาระทางด้านหน้าที่การงาน เกิดความรู้สึกสูญเสียอำนาจ และขาดรายได้ หรือมีรายได้ลดลง ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นมากขึ้น (Sirikitsathien C.et.al.,2017) (Chaisthaporn T., 2018) การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีรายได้ เป็นสิ่งสำคัญในการนำไปสู่การพึ่งพาตนเองมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

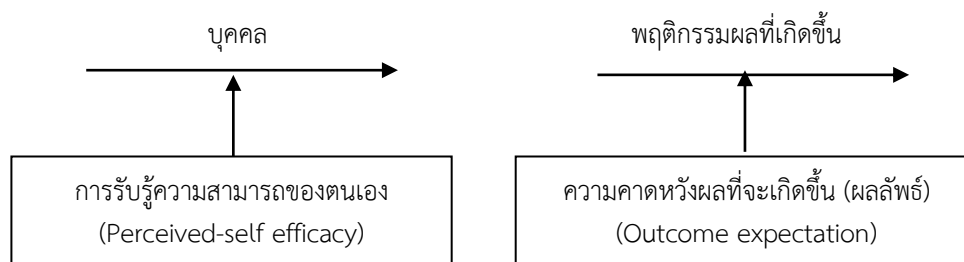
จังหวัดขอนแก่นได้ให้ความสำคัญกับปัญหาผู้สูงอายุมาตลอด เนื่องจากประชากรวัยเด็กและวัยทำงานมีแนวโน้มลดลง มีประชากรผู้สูงอายุจำนวนมากขึ้น จากร้อยละ 14.5 ในปีพ.ศ. 2553 จะเพิ่มเป็นร้อยละ 29.0 ในปี พ.ศ. 2573 จึงจำเป็นต้องเร่งเตรียมการสังคมวัยสูงอายุ อย่างเร่งด่วน มีประสิทธิภาพ เพื่อการพึ่งพาตนเองได้ของผู้สูงอายุ ตำบลศิลา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น มีจำนวนผู้สูงอายุเป็นจำนวนมาก และมีปัญหาสุขภาพ ปัญหาเศรษฐกิจ ไม่มีรายได้เพียงพอ จึงเป็นพื้นที่สำคัญในการศึกษาแนวทางการพัฒนาการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าตนเองและการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจ ดังนั้น คณะผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญและจำเป็นในการวิจัย เรื่องแนวทางการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในการสร้างคุณค่าและการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาผู้สูงอายุ ให้มีศักยภาพในการพึ่งตนเอง ในการสร้างรายได้ และความมั่นคงทางด้านเศรษฐกิจต่อไป

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาสภาพปัญหาด้านการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ
- 2.2 เพื่อศึกษาการเสริมสร้างคุณค่าให้ตนเองของผู้สูงอายุ
- 2.3 เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ

3. ทบทวนวรรณกรรม

ทฤษฎีความสามารถตนเอง (Self Efficacy Theory) โดย Bandura (1977) ได้อธิบายถึงแนวคิดของทฤษฎีความสามารถตนเอง (Self-Efficacy) มาเป็นแนวคิดหนึ่งในทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ซึ่งการที่บุคคลจะตัดสินใจในความสามารถของตนเอง ที่จะดำเนินการกระทำให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่กำหนดนั้น มีผลจากการรับรู้ความสามารถ คนมีความเชื่อว่าตนเองมีความสามารถอย่างไร ก็จะแสดงการกระทำออกมาอย่างนั้น รวมถึงการมีความพยายามไม่ท้อถอย สามารถกระทำได้นั้นเกิดความสำเร็จ ซึ่งเกิดความสามารถของแต่ละบุคคล ก็จะแตกต่างกัน



ภาพที่ 1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้น
ที่มา: Bandura (1997)

4. โครงสร้างของทฤษฎีแสดงองค์ประกอบของทฤษฎีคือ

4.1 การรับรู้ความสามารถตนเอง (Self-Efficacy) ซึ่งหมายถึงการตัดสินใจความสามารถของตนเองว่าสามารถกระทำได้ในระดับไหนหรือความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตและความเชื่อในความสามารถตนเองพิจารณาจากความรู้สึกความคิดแรงใจและพฤติกรรม

4.2 ความคาดหวังในผลลัพธ์ของการปฏิบัติ (Outcome expectation) ซึ่งหมายถึงความเชื่อที่บุคคลจะประเมินค่าของการปฏิบัติที่จะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่คาดหวังไว้หรือกล่าวได้ว่าเป็นการคาดหวังในสิ่งที่จะเกิดขึ้น

การรับรู้ความสามารถของตนเองและความคาดหวังในผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นมีความสัมพันธ์กันโดยความสัมพันธ์ระหว่างสองตัวแปรนี้จะมีผลต่อการตัดสินใจที่จะปฏิบัติหรือตัดสินใจที่จะแสดงพฤติกรรมโดยผู้ที่มีความรู้ความสามารถตนเองสูงจะส่งผลให้บุคคลกล้าเผชิญปัญหาต่างๆแม้กระทั่งสิ่งที่ยากหรือความล้มเหลวต่างๆโดยมีความคาดหวังเกี่ยวกับผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นสูงตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีการรับรู้ความสามารถตนเองต่ำจะส่งผลให้เกิดความไม่มั่นใจในการกระทำของตนเอง ทำให้แนวโน้มของการกระทำหรือแสดงพฤติกรรมนั้นต่ำ หรืออาจกล่าวได้ว่าการรับรู้ความสามารถของตนเอง

วิธีในการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง ซึ่งเกิดมาจาก 4 แหล่ง Bandura (1994) ได้กล่าวว่า คือ

1. ประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จ (Mastery Experience) หรือประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จจากการกระทำด้วยตนเองหากบุคคลลงมือปฏิบัติหรือกระทำสิ่งใดแล้วสำเร็จก็จะช่วยเสริมความสามารถของตนเองให้บุคคลรับรู้ความสามารถตนเองมีความสามารถที่จะทำจะทำให้บุคคลสามารถใช้ทักษะที่ได้นั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพบุคคลที่รับรู้ว่าจะตนเองมีความสามารถก็ย่อมที่จะมีความพยายามกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อที่จะสามารถทำให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้

2. การพบเห็นประสบการณ์ของผู้อื่น (Vicarious Experience) หรือการได้รับประสบการณ์จากตัวแบบ โดยการสังเกตพฤติกรรม ของตัวแบบที่คล้ายคลึงกัน จะทำให้ผู้สังเกต รู้ว่าตนเองมีความสามารถ ที่จะประสบความสำเร็จได้ เช่นตัวแบบนั้น ซึ่งตัวแบบ มี 3 ประเภท (Bandura, 1994) คือ ตัวแบบที่เป็นบุคคล (Live model) คือบุคคลที่ได้มีโอกาส

สังเกตและมีปฏิสัมพันธ์กันโดยตรง, ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic model) คือ ตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อต่างๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ การ์ตูน วีดิทัศน์ และตัวแบบที่เป็นคำสอน (Instruction model) ได้แก่ หนังสือ ตำราต่างๆ

3. การใช้คำพูดชักจูง (Verbal Persuasion) เป็นการบอกให้บุคคลนั้นเชื่อว่าตนเองทำได้มีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จได้ แต่การใช้เพียงคำพูดชักจูงยังไม่ค่อยได้ผลดีมากนัก ซึ่งหากจะให้ได้ผลควรใช้คำพูดชักจูงใจ ร่วมกับการกระทำให้บุคคลนั้น มีประสบการณ์ของความสำเร็จ ค่อยๆเป็น ค่อยๆไป ตามขั้นตอน และให้เกิดความสำเร็จตามลำดับขั้น

4. การกระตุ้นอารมณ์ (Emotional Arousal) การกระตุ้นทางอารมณ์ มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง ในสภาพที่ถูกขู่ ในการตัดสินใจ แต่พบว่าการกระตุ้นที่รุนแรงจะไม่ส่งผลดีมากนัก บุคคลจะมีความคาดหวังความสำเร็จเมื่อบุคคลไม่ได้ถูกกระตุ้นด้วยสิ่งที่ไม่พอใจ หรือความกลัว ซึ่งความกลัวจะยิ่งส่งผลให้เกิดความกลัวมากขึ้น ทำให้เกิดความล้มเหลวที่จะทำให้เกิด การรับรู้ความสามารถของตนเองน้อยลง

5. วิธีการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed method) ศึกษาข้อมูลทั้งเชิงปริมาณ (Quantitative data) และเชิงคุณภาพ (Qualitative data) ซึ่งจะนำไปสู่แก้ไขปัญหาการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในอนาคต

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ ผู้สูงอายุ ตำบลศิลา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น และกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้สูงอายุช่วงอายุ 60-80 ปี จำนวน 4 หมู่บ้าน ได้แก่ บ้านห้วยชัน บ้านดงพอง บ้านเต่าอ และบ้านดอนยาง รวมทั้งสิ้น 67 คน และแกนนำหมู่บ้าน ได้แก่ นายกองค้การบริหารส่วนตำบล ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลผู้สูงอายุ ส่งเสริมสุขภาพตำบล กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ทั้งหมด 4 หมู่บ้าน รวมทั้งสิ้น 11 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาในการวิจัย

2.1 เครื่องมือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ มีลักษณะเป็น Rating scale ให้เลือก ใช่, ไม่ใช่ และไม่แน่ใจ จำนวน 20 ข้อ โดยสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งพาตนเองในผู้สูงอายุแบบประเมินพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุซึ่งได้ผสมผสานเทคนิคทฤษฎีทฤษฎีความสามารถตนเอง (Self efficacy theory) ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) เพื่อพิจารณาว่าโปรแกรมการให้คำปรึกษาแบบผสมผสานเทคนิค ซึ่งมีค่าความสอดคล้อง (Item-Objective Congruence Index : IOC) อยู่ระหว่าง 0.8-1.0

2.2 เครื่องมือสำหรับเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ แนวคำถามเพื่อสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) และแนวคำถามสำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเอง (Self efficacy theory)

3. ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ขั้นที่ 1 ศึกษาข้อมูลทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทฤษฎีการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งตนเอง (Self esteem and self reliance) โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้ความสามารถตนเอง (Self efficacy theory)

ขั้นที่ 2 ผู้วิจัยได้ประสานงานในพื้นที่ และ กลุ่มตัวอย่าง ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ได้แก่ นายกเทศมนตรี หัวหน้าหมวดสาธารณสุขเทศบาล ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ผู้อำนวยการศูนย์การแพทย์ ประธาน อสม.ประธานชมรมผู้สูงอายุ พระภิกษุ ผู้ใหญ่บ้าน ผู้สูงอายุ อายุระหว่าง 60 -80 ปี

ขั้นที่ 3 ผู้วิจัยเตรียมเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปและแบบสอบถามเกี่ยวกับการการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งตนเอง (Self esteem and self reliance)



ขั้นที่ 4 ทดสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยก่อนการดำเนินการเก็บข้อมูลจริงนำเครื่องมือมาหาความเชื่อมั่นนำไปทดลองใช้กับผู้ที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง (Try out) จำนวน 30 คน ในพื้นที่ หมู่บ้านอื่นที่มีลักษณะ ใกล้เคียงกันเพื่อหามาตรฐานเครื่องมือ ก่อนนำไปเก็บข้อมูลจริง

ขั้นที่ 5 ผู้วิจัยเก็บข้อมูล ทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อไปจัดกระทำข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติทางการวิจัย

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) วิเคราะห์ความแตกต่างข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างได้แก่ อายุ เพศ

การศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้ ด้วยการแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้การวิเคราะห์เป็นหมวดหมู่ (Content analysis)

6. ผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed method) เป็นการศึกษาแนวทางการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในการเสริมสร้างคุณค่าและการพึ่งพิงตนเองด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุช่วงอายุ 60-80 ปี จำนวน 4 หมู่บ้านรวมทั้งสิ้น 67 คน และแกนนำหมู่บ้าน ได้แก่ นายกองค้การบริหารส่วนตำบลผู้อำนวยการ โรงพยาบาลผู้อำนวยการ ส่งเสริมสุขภาพตำบล กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ทั้งหมด 4 หมู่บ้าน รวมทั้งสิ้น 11 คนซึ่งผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ตารางที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้อายุ 60-80 ปี

คุณลักษณะ	Mean ± SD
เพศ: ชาย/หญิง	10/57
อายุ 60-65 ปี (คน)	26±1.73
อายุ 66-70 ปี (คน)	15±2.50
อายุ 75-80 ปี (คน)	26±0.58
วุฒิการศึกษาสูงสุด ประถมศึกษา (คน)	66±0.57
วุฒิการศึกษาสูงสุด มัธยมศึกษาตอนปลาย (คน)	1±0.50
ฐานะทางเศรษฐกิจรายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย (คน)	42±3.20
ฐานะทางเศรษฐกิจรายได้รายได้พอดีกับรายจ่าย (คน)	25±3.00

จากตารางที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้อายุ 60-80 ปี จำนวน 67 คน ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า หญิง 57 ชาย 10 ช่วงอายุ 60-65 จำนวน 26±1.73 คน และ อายุ 66-70 จำนวน 15±2.50 คน และอายุ 71-80 จำนวน 26±0.58 คน วุฒิการศึกษาสูงสุด ประถมศึกษา จำนวน 66±0.57คน และมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 1±0.50 คน ฐานะทางเศรษฐกิจ รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย 42±3.20 และรายได้พอดีกับรายจ่าย 25±3.00 คน

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งพาตนเองในผู้สูงอายุ

ข้อความพฤติกรรม	ผล	
	Mean± SD	แปลผล
การเห็นคุณค่าในตนเอง		
พฤติกรรมและความสามารถ		
ท่านสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากับครอบครัวและชุมชนได้	97.64±3.23	ใช่
ท่านสามารถทำงานร่วมกับคนอื่นได้	100±2.79	ใช่
ท่านเป็นคนมีคุณค่าเท่าเทียมผู้อื่น	94.02±5.26	ใช่
ท่านเชื่อว่า ตนเอง คือ ส่วนหนึ่งของครอบครัว	98.53±2.63	ใช่
ท่านภูมิใจกับการดำรงชีวิตที่ผ่านมา	100± 2.79	ใช่
ผลที่เกิดขึ้น		
ท่านรู้สึกพอใจในชีวิตตนเอง	97.06±2.63	ใช่
ท่านรู้สึกว่าตนเองมีคุณสมบัติที่ดีหลายอย่าง	90.99±5.32	ใช่
ท่านรู้สึกว่าตนเองมีจุดเด่นไม่แพ้คนอื่น	87.96±7.67	ใช่
ท่านคิดว่าความชราทำให้ฉันดูไร้ค่า	85.45±8.32	ไม่ใช่
ท่านรู้สึกว่าตนเองสามารถช่วยเหลือตนเองและคนอื่นได้	92.46±2.63	ใช่
การพึ่งพาตนเอง		
พฤติกรรมและความสามารถ		
ท่านมีความสามารถในการทำสิ่งที่ตั้งใจให้สำเร็จได้ด้วย	95.29±4.92	ใช่
ท่านสามารถมีรายได้ มีเงินเพียงพอค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน	93.75±7.65	ใช่
ท่านดูแลสุขภาพกายและใจอยู่เสมอ	97.64±3.23	ใช่
เมื่อท่านมีปัญหาเกิดขึ้น ท่านจะพยายามแก้ปัญหา	95.29±4.92	ใช่
ท่านให้ความร่วมมือกับกิจกรรมในชุมชนอย่างสม่ำเสมอ	95.29±4.92	ใช่
ผลที่เกิดขึ้น		
ท่านรู้สึกว่าท่านตัดสินใจได้ด้วยตนเอง	91.76±6.71	ใช่
ท่านยังเป็นที่พึ่งพาของลูกหลานเสมอ	90.00±5.59	ใช่
ท่านพอใจกับสถานะหรือสภาพของท่าน	95.29±2.63	ใช่
ท่านรู้สึกเป็นที่พึ่งพาตัวเองได้	91.76±3.21	ใช่
ท่านตัดสินใจได้ด้วยตัวของท่านเอง	91.76±6.71	ใช่

จากตาราง 2 พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านพฤติกรรมและความสามารถในด้านท่านภูมิใจกับการดำรงชีวิตที่ผ่านมาเท่ากับ 100 ± 2.79 ท่านเชื่อว่าตนเองคือส่วนหนึ่งของครอบครัว เท่ากับ 98.53 ± 2.63 ท่านสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากับครอบครัวและชุมชนได้ เท่ากับ 97.64 ± 3.23 และท่านเป็นคนมีคุณค่าเท่าเทียมผู้อื่นเท่ากับ 94.02 ± 5.26 แปลผล ใช่ อยู่ใน



ระดับสูง ตามลำดับ และผลที่เกิดขึ้นจากการเห็นคุณค่าในตนเองในด้านท่านรู้สึกพอใจในชีวิตตนเอง เท่ากับ 97.06 ± 2.63 ท่านรู้สึกว่าคุณสามารถช่วยเหลือตนเองและคนอื่นได้ เท่ากับ 92.46 ± 2.63 ท่านรู้สึกว่าคุณมีคุณสมบัติที่ดีหลายอย่าง เท่ากับ 90.99 ± 5.32 ท่านรู้สึกว่าคุณมีจุดเด่นไม่แพ้คนอื่นเท่ากับ 87.96 ± 7.67 แปลผล ไข้อยู่ในระดับสูง ตามลำดับ และด้านท่านคิดว่าความซื่อสัตย์ให้ฉันดูไร้อำนาจ เท่ากับ 85.45 ± 8.32 แปลผล ไข้อยู่ในระดับต่ำ

การพึ่งพาตนเองด้านพฤติกรรมและความสามารถในการด้านท่านดูแลสุขภาพกายและใจอยู่เสมอ เท่ากับ 97.64 ± 3.23 ท่านมีความสามารถในการทำสิ่งที่ตั้งใจให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง เท่ากับ 95.29 ± 4.92 เมื่อท่านมีปัญหาเกิดขึ้นท่านจะพยายามแก้ปัญหาทันที เท่ากับ 95.29 ± 4.92 ท่านให้ความร่วมมือกับกิจกรรมในชุมชนอย่างสม่ำเสมอเท่ากับ 95.29 ± 4.92 ท่านสามารถมีรายได้ มีเงินเพียงพอค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน เท่ากับ 93.75 ± 7.65 แปลผล ไข้อยู่ในระดับสูง และผลที่เกิดขึ้นจากการพึ่งพาตนเองท่านพอใจกับสถานะหรือสภาพของท่าน เท่ากับ 95.29 ± 2.63 ท่านรู้สึกว่าคุณตัดสินใจได้ด้วยตนเอง เท่ากับ 91.76 ± 6.71 ท่านรู้สึกเป็นที่พึ่งพาตัวเองได้ เท่ากับ 91.76 ± 3.21 ท่านตัดสินใจได้ด้วยตัวของตนเอง เท่ากับ 91.76 ± 6.71 ท่านยังเป็นที่พึ่งพาของลูกหลานเสมอ เท่ากับ 90.00 ± 5.5926 แปลผล ไข้อยู่ในระดับสูง ตามลำดับ

ผลการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพการสนทนากลุ่ม (Focus group Discussion)

โดยผู้วิจัยได้สร้างประเด็นการสัมภาษณ์ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ได้ข้อสรุปจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุกลุ่มเป้าหมาย อายุ 60 – 80 ปี หญิงและชายที่เป็นกลุ่มติดสังคมโดยใช้ประเด็นคำถามดังกล่าวเช่นกันทั้ง 4 หมู่บ้านสรุปผลจากการสัมภาษณ์แบบ Focus group Discussion ดังนี้

ผู้สูงอายุกลุ่มเป้าหมายที่ติดสังคมอายุระหว่าง 60 – 80 ปี ทั้งชายและหญิง จำนวน 4 หมู่บ้าน ส่วนมากคนที่นี่จะเป็นคนในพื้นที่ตั้งแต่เกิด หลังเกษียณอายุ ได้รับเงินเบี้ยยังชีพที่ได้รับเป็นประจำทุกเดือนจากรัฐบาล ผู้สูงอายุในกลุ่มเป้าหมายเกิดในพื้นที่เติบโตทำมาหากินในพื้นที่ ดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “คนส่วนมากในที่นี่จะมีบ้านและที่ดินทำมาหากิน ทำนา ทำไร่ ทำสวน สืบทอดกันมาของบรรพบุรุษ รายได้พิเศษได้จากการร้อยพวงมาลัยดอกไม้สด และทำนาทำสวนในที่ดินของตนเองมีรายได้พอกินพอใช้เกิดที่นี่ ก็ต้องตายที่นี่ มีความสุขดีรักใคร่ช่วยเหลือกันดีในชุมชน” ซึ่งงานพิเศษทำตามความถนัดของตนแต่ละบุคคล ทำให้มีการพึ่งตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นส่วนใหญ่ “ไม่มีความรู้สึกด้วยคุณค่าในตนเอง โดยทั่วไปรู้สึกว่าคุณค่าต่อชุมชนบ้านเกิดดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “เกิดที่นี่ ก็ต้องตายที่นี่ มีความสุขดีรักใคร่ช่วยเหลือกันดีในชุมชน” ด้านเทคโนโลยีในยุค Thailand 4.0 ผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่มีโทรศัพท์มือถือใช้ เพื่อติดต่อกับลูกหลานที่โทรมาหาเท่านั้น ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พอใจในสิ่งที่เป็นตัวตนของตัวเองที่มีชีวิตบั้นปลายในแผ่นดินเกิด มีเงินพอมีพอกิน พอเพียง และพอใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน

ผลการสัมภาษณ์เชิงลึก (In depth Interview) กลุ่มแกนนำชุมชน

คณะผู้วิจัย ได้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการพึ่งตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกแกนนำหมู่บ้าน ได้แก่ นายกองค้การบริหารส่วนตำบล ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลผู้อำนวยการ ส่งเสริมสุขภาพตำบล กำนันผู้ใหญ่บ้าน ประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ทั้งหมด 4 หมู่บ้าน รวมทั้งสิ้น 11 คน 4 หมู่บ้าน ได้แก่ บ้านห้วยชัน บ้านดงพอง บ้านเต่าอ และบ้านดอนยาง

ด้านการพึ่งตนเอง (Self Reliance) พบว่า การพึ่งตนเอง (Self Reliance) ดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “ส่วนมากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ 60 -70 ปีสุขภาพยังดี ยังสามารถประกอบอาชีพ ทำนา ทำไร่ ทำสวนได้ จึงมีรายได้ดี พอที่จะเลี้ยงชีพได้ โดยไม่ต้องขอความช่วยเหลือจากลูกหลาน และยังมีเงินสนับสนุนจากรัฐ ผู้สูงอายุ บางคน สามารถเงินซื้อลูกหลานได้” ประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน วัย 63 ปี ส่วนผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ระหว่าง 70-80 ปี ความแข็งแรงลดลง ไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ อยู่บ้านเป็นส่วนใหญ่ ไม่มีอาชีพเสริมใดๆถึงแม้ทางแกนนำได้จัดอบรมกิจกรรมเสริมต่างๆ ก็มาร่วมมือเฉพาะช่วงแรก ไม่มีการต่อเนื่อง เพราะผู้สูงอายุ ใช้เงินไม่ค่อยมาก จึงไม่สนใจหารายได้เพิ่มเติม ผู้ใหญ่บ้าน A ดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า

“ผู้สูงอายุวัย 70-80ปี ไม่ค่อยได้ทำงาน แต่อยู่บ้านเลี้ยงหลาน นอกจากเงินช่วยเหลือจากรัฐบาลแล้ว ลูกหลานก็ช่วยเหลือ ดูแลอาหารการกิน แต่ในวัยทำงานและผู้สูงอายุที่แข็งแรง ก็มีการทำกลุ่มปลาแดดเดียวที่ห้วยชัน เพื่อนำไปขาย เพิ่มรายได้ ซึ่งมีจำนวนมากพอสมควร โดยมีนายทุน เป็นเจ้าของ บางหมู่บ้านทำปลาร้าบองขาย บางหมู่บ้าน ผู้สูงอายุ มีการทอเสื่อ จากกก เป็นรายได้เสริม” และผู้ใหญ่บ้าน B กล่าวว่า ดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “ผู้สูงอายุบางคน ไปเก็บไผ่ ผี มาตาก ทอเสื่อเอาไปขาย การทำมาหากิน เพื่อขายมีน้อย เนื่องจากไม่มีตลาด ที่จะทำให้ประชาชนนำสินค้ามาแลกเปลี่ยน ซื้อขายกัน ทำให้ไม่ค่อยมีคนทำอาชีพเพื่อหารายได้ แต่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ พออยู่ พอกิน มีอาหารการกินจาก ทุ่ง จากสวน ไร่ นา พอมีปู ปลา พืชผัก เป็นอาหาร โดยไม่ต้องซื้อ” และผู้ใหญ่บ้าน C กล่าวว่า ดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “เนื่องจากเป็นชุมชนชนบท ไม่มีตลาด ทำอะไรขาย ก็ขายไม่ดึ๊ง ทำให้ขาดการกระตุ้น ทำมาหากิน มีบางคนปลูกผักขาย เช่น ผักกาด ผักชี”

ด้านการเห็นคุณค่าในตน (Self esteem) ผู้สูงอายุ ที่อายุ 60-70 ปี ยังมีเรี่ยวแรง ยังทำงาน มีเงิน มีทอง สามารถจุนเจือลูกหลาน ได้ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าและความสามารถตนเอง ยังไม่ต้องพึ่งพิงใคร สามารถพึ่งตนเองได้ ประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้านกล่าวดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “ผู้สูงอายุบางคน ทำงาน ขายข้าวได้ สามารถแบ่งปันเงินทองให้ลูกหลานได้ เพราะที่นี้ทำทั้งนาปรังและนาปี นาปี เอาไว้กิน ส่วนนาปรังเอาไปขาย ส่วนกิจกรรมสำคัญ ที่เคยทำมา ในวันสงกรานต์ และปีใหม่ ที่ลูกหลาน แสดงความเคารพ มาไหว้ พ่อแม่ปู่ย่าตายาย ก็มีสม่ำเสมอทุกปี ปีนี้ถึงแม้มีปัญหาโควิดก็ยังจัดกิจกรรมสงกรานต์รดน้ำ ดำหัวให้ผู้สูงอายุเช่นเคย”

ประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน A กล่าวดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “ลูกหลานส่วนมาก มีความเคารพนับถือพ่อแม่ ปู่ย่าตายายนอกจากบางคนที่มีปัญหา ยาเสพติด มีการซื้อขายยาเสพติด แต่ไม่มากนัก เขาก็ทำงานได้ ใช้ชีวิตตามปกติ ไม่กระทบเพื่อนต่อผู้อื่น” ส่วนประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน B กล่าวดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “ผู้สูงอายุส่วนมากอาศัยอยู่กับลูกหลาน ลูกหลานให้ความรัก เคารพ ตามวิถีชีวิตในชุมชน ตามปกติ ที่ยังมีความเอื้ออาทร ช่วยเหลือเกื้อกูลกันตามปกติ ครอบครัวยุคใหม่ ก็ดูแล พ่อแม่ ปู่ย่าตายายของตนเอง จึงไม่มีปัญหาอะไร” และวนประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน C กล่าวดังคำตอบจากการสัมภาษณ์ที่ว่า “ผู้สูงอายุส่วนมาก อยู่กับลูกหลานอย่างมีความสุข มีการดูแล ช่วยเหลือกันอย่างดี แต่มีส่วนน้อยที่มีปัญหา ที่ถูกรังแก ทำร้ายร่างกาย จนไม่สามารถอยู่ในหมู่บ้านต่อไปได้ ผู้สูงอายุ บางคน ลูกหลานทำร้าย ร่างกายไม่สามารถอยู่ในหมู่บ้านได้ จึงนำไปอยู่กับญาติพี่น้องที่อื่นเพราะหลานติดยาเสพติด”

7. อภิปรายผล

จากวัตถุประสงค์ 1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาด้านการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุโดยจากการทำแบบสอบถามผู้สูงอายุจำนวน 67 คน พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านพฤติกรรมและความสามารถจากค่าเฉลี่ยมากที่สุดไปน้อยที่สุดในด้านท่านภูมิใจกับการดำรงชีวิตที่ผ่านมา, ท่านเชื่อว่าตนเองคือส่วนหนึ่งของครอบครัว, ท่านสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากับครอบครัวและชุมชนได้ตนเอง และท่านเป็นคนมีคุณค่าเท่าเทียมผู้อื่น อยู่ในระดับสูงตามลำดับ และผลที่เกิดขึ้นจากการเห็นคุณค่าในตนเองในด้านท่านรู้สึกพอใจในชีวิตตนเอง, ท่านรู้สึกว่าตนเองสามารถช่วยเหลือตนเองและคนอื่นได้, ท่านรู้สึกว่าตนเองมีคุณสมบัติที่ดีหลายอย่าง, ท่านรู้สึกว่าตนเองมีจุดเด่นไม่แพ้คนอื่น มีค่าระดับสูง ตามลำดับ และด้านท่านคิดว่าความชราทำให้ฉันดูไร้ค่ามีค่าระดับต่ำ และด้านการพึ่งพาตนเองด้านพฤติกรรมและความสามารถพบว่าในด้านท่านดูแลสุขภาพกายและใจอยู่เสมอ, ท่านมีความสามารถในการทำสิ่งที่ตั้งใจให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง, เมื่อท่านมีปัญหาเกิดขึ้นท่านจะพยายามแก้ปัญหา, ท่านให้ความร่วมมือกับกิจกรรมในชุมชนอย่างสม่ำเสมอ, ท่านสามารถมีรายได้ มีเงินเพียงพอกับใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน อยู่ในระดับสูง และผลที่เกิดขึ้นจากการพึ่งพาตนเองท่านพอใจกับสถานะหรือสภาพของท่าน, ท่านรู้สึกว่าท่านตัดสินใจได้ด้วยตนเอง, ท่านรู้สึกเป็นที่พึ่งพาตัวเองได้, ท่านตัดสินใจได้ด้วยตัวของตนเองและท่านยังเป็นที่พึ่งพาของลูกหลานเสมอ มีค่าอยู่ในระดับสูง ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Thojampa S., Daengthern L., and Kumpeera K. (2020) ที่ศึกษาผลกระทบของโครงการเสริมศักยภาพสำหรับผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและอายุยืนยาว โดยเปรียบเทียบการรับรู้ถึงคุณภาพชีวิตที่ดีและพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปปรากฏผลคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตและพฤติกรรม



สุขภาพหลังการทดลองสูงกว่าครั้งก่อนคะแนนก่อนการทดลองของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมในโครงการส่งเสริมศักยภาพ, คะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตและพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับงานวิจัย Kaewsuwanna K. (2017) นวัตกรรมสังคมด้านสุขภาพในการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุควรมีลักษณะดังนี้ 1) มีการเตรียมตัวเพื่อเป็นผู้สูงอายุ ในด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัย 2) การสร้างจิตสำนึกในการดูแลผู้สูงอายุให้แก่ครอบครัวและชุมชน โดยเน้นใน 4 ด้านหลักคือ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านสวัสดิการสังคม ด้านเศรษฐกิจและด้านสังคม 3) การเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมหลากหลายรูปแบบ ได้แก่ การตั้งชมรม การร่วมกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ที่มีเทคโนโลยีสมัยใหม่ การฝึกอบรมผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ เพื่อให้มีความรู้ออกไปช่วยเหลือผู้สูงอายุภายนอกในการแนะนำสุขภาพ การดูแลตนเอง การปรับตัวให้เข้ากับสังคม เปรียบเสมือนกับการออกช่วยเหลือสังคม ทำให้รู้สึกภาคภูมิใจที่ทำประโยชน์ต่อสังคม การที่ผู้สูงอายุได้อยู่กับคนใกล้ชิดหรืออยู่กับเพื่อนวัยเดียวกันก็ทำให้ผู้สูงอายุไม่ต้องรู้สึกปรับตัวมากนักและเข้าใจสภาพของร่างกายซึ่งเป็นรูปแบบบริการทางจิตใจที่สำคัญในอนาคต 4) มีความรู้ในการดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจของตนเอง โดยอาศัยมาตรการของสังคมได้วางปัจจัยเอื้อและปัจจัยสนับสนุนอย่างเหมาะสม ข้อเสนอแนะจากการวิจัย คือนวัตกรรมสังคมในการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในจังหวัดนครราชสีมา ควรประกอบไปด้วย 3 องค์ประกอบที่สำคัญ คือ 1) การส่งเสริมบุคลิกลักษณะของปัจเจกบุคคลที่มีเหตุผลได้แก่ สภาพความแข็งแรงของร่างกาย การศึกษาและการเรียนรู้ อาชีพ สถานะทางเศรษฐกิจ และทัศนคติต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ 2) องค์ประกอบในด้านชุมชน สังคมและรัฐ ได้แก่ การให้บริการทางสุขภาพ กิจกรรมทางสังคมในด้านศาสนาและวัฒนธรรม การให้บริการการคมนาคมขนส่ง และ 3) องค์ประกอบในด้านการสื่อสารและสารสนเทศ

2. เพื่อศึกษาการเสริมสร้างคุณค่าให้ตนเองของผู้สูงอายุจากการสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) พบว่าผู้สูงอายุกลุ่มเป้าหมายที่ติดสังคมอายุระหว่าง 60 – 80 ปี ทั้งชายและหญิง จำนวน 4 หมู่บ้านเป็นคนในพื้นที่ตั้งแต่เกิด หลังเกษียณอายุ มีรายได้หลัก คือ เงินเบี้ยยังชีพที่ได้รับเป็นประจำทุกเดือนจากรัฐบาล ผู้สูงอายุในกลุ่มเป้าหมายเกิดในพื้นที่เติบโต ทำมาหากินในพื้นที่ มีบ้านและที่ดินทำมาหากิน ทำนา ทำไร่ ทำสวน สืบทอดกันมาของบรรพบุรุษ รายได้พิเศษได้จากการรื้อยพวงมาลัยดอกไม้สด และทำนาทำสวนในที่ดินของตนเองมีรายได้พอกินพอใช้ ซึ่งงานพิเศษทำตามความถนัดของตนแต่ละบุคคล ทำให้มีการพึ่งตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นส่วนใหญ่ ไม่มีความรู้สึกด้วยคุณค่าในตนเอง โดยทั่วไปรู้สึกว่าคุณค่าต่อชุมชนบ้านเกิด ซึ่งสอดคล้องกับ Bandura (1977) ในแนวคิดของทฤษฎีความสามารถตนเอง (Self-efficacy) มาเป็นแนวคิดหนึ่งในทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม ซึ่งการที่บุคคลจะตัดสินใจในความสามารถของตนเอง ที่จะดำเนินการกระทำให้สามารถบรรลุเป้าหมายที่กำหนดนั้น มีผลจากการรับรู้ความสามารถ คนมีความเชื่อว่าตนเองมีความสามารถอย่างไร ก็จะแสดงการกระทำออกมาอย่างนั้น รวมถึงการมีความพยายามไม่ท้อถอย สามารถกระทำได้จนเกิดความสำเร็จ ซึ่งเกิดความสามารถของแต่ละบุคคลก็จะแตกต่างกัน และในผู้สูงอายุกลุ่มเป้าหมายที่ติดสังคมอายุระหว่าง 60 – 80 ปี ทั้งชายและหญิง จำนวน 4 หมู่บ้านซึ่งเป็นคนในพื้นที่ตั้งแต่เกิด หลังเกษียณอายุ มีรายได้หลักคือ เงินเบี้ยยังชีพที่ได้รับเป็นประจำทุกเดือนจากรัฐบาล รายได้พิเศษได้จากการรื้อยพวงมาลัยดอกไม้สด และทำนาทำสวนในที่ดินของตนเองมีรายได้พอกินพอใช้ ไม่มีเหลือเก็บ ส่วนน้อยได้รับเงินจากลูกหลานเป็นประจำ ไม่มีรายได้อื่น ๆ เป็นส่วนใหญ่ ทุกคนที่บ้าน ที่ดินเพาะปลูกเป็นของตนเองและเป็นคนในพื้นที่งานพิเศษตามความถนัดของตนแต่ละบุคคลไม่โดดเด่น ส่วนใหญ่บทบาทหน้าที่ของผู้สูงอายุในชุมชนไม่มีการดำเนินการหาเงินจากการทำมาค้าขาย โดยมีลูกหลานมาช่วยต่อยอดด้านการพึ่งตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองส่วนใหญ่มีกินมีใช้รื้อยละรื้อย ไม่มีความรู้สึกด้วยคุณค่าในตนเอง โดยทั่วไปรู้สึกว่าคุณค่าต่อชุมชนบ้านเกิดพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า “เกิดที่นี่ ก็ต้องตายที่นี่ มีความสุขดีรักใคร่ช่วยเหลือกันดีในชุมชน และสำหรับด้านเทคโนโลยี Thailand 4.0 ที่มีความรู้เรื่องผู้สูงอายุอยู่จริงนะ ส่วนใหญ่มีโทรศัพท์มือถือใช้ เพื่อติดต่อกับลูกหลานที่โทรมาหาเท่านั้น ด้านสมรรถนะของผู้สูงอายุ ภูมิปัญญาโดยทั่วไป คือ ทำพวงมาลัย ทำสวน ทำนา นวดแผนไทย เป็นอาชีพพิเศษเสริมรายได้ แต่ไม่ได้มีกิจการ ร้านค้าในการเสริมสร้างผลงานตาม ด้านสมรรถนะด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุ ได้แก่ ทำพวงมาลัย สอนทำนา ทำตุ๊กตาวัด นวดแผนไทย ไม่มีความรู้

ความสามารถด้านเทคโนโลยี Thailand 4.0 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Chachvarat T. and Udornluck S. (2017) ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาแนวทางการส่งเสริมการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าของผู้สูงอายุ ซึ่งพบว่าแนวทางการส่งเสริมผู้สูงอายุในการสร้างคุณค่าการดำรงชีวิตด้วยตนเอง ประกอบด้วย 1) การส่งเสริมความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ ได้แก่มีความเข้าใจและยอมรับการเปลี่ยนแปลง มีทัศนคติที่ดีต่อชีวิต มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง มีความเบิกบานและสดชื่น มีชีวิตชีวา มีความสงบสุขและการยอมรับ และเป็นที่เคารพรักของคนทั่วไป 2) การส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกาย ได้แก่ อาหาร น้ำ อากาศ การขับถ่าย การออกกำลังกาย การนอนหลับ การป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ และการดูแลสุขภาพของตนเอง และ 3) การส่งเสริมกิจกรรมทางสังคม ได้แก่การแสวงหาเพื่อนต่างวัย การทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองครอบครัวและสังคมการออกสังคม การร่วมงานของชุมชนชมรมผู้สูงอายุได้อย่างมีคุณค่า

3. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งตนเองด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ โดยในขณะผู้วิจัย ได้ศึกษา ข้อมูลเกี่ยวกับการพึ่งตนเองและการเห็นคุณค่าในตน ของผู้สูงอายุ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก แกนนำชุมชน ได้แก่ นายกองค์การบริหารส่วนตำบล ผู้อำนวยการ โรงพยาบาลผู้อำนวยการ ส่งเสริมสุขภาพตำบล กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ประธานอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน 4 หมู่บ้าน ได้แก่ ห้วยชัน ดงพอง เต่านอ และดอนยาง ผลการศึกษาพบว่า ส่วนมากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ 60 -70 ปี สุขภาพยังดี ยังสามารถประกอบอาชีพ ทำนา ทำไร่ ทำสวนได้ จึงมีรายได้ดี พอที่จะเลี้ยงชีพได้โดยไม่ต้องขอความช่วยเหลือจากลูกหลาน และยังมีเงินสนับสนุนจากรัฐ และในวัยทำงานและวัยผู้สูงอายุที่แข็งแรง ก็มีการทำกลุ่มปลาแดดเดียวที่ห้วยชัน เพื่อนำไปขาย เพิ่มรายได้ ซึ่งมีจำนวนมากพอสมควร โดยมีนายทุน เป็นเจ้าของ บางหมู่บ้านทำปลาข้าวบองขาย บางหมู่บ้าน ผู้สูงวัย มีการทอเสื่อ จากทอตก เป็นรายได้เสริม โดยที่สูงอายุบางคนไปเก็บใบไหล ผีอ มาตาก ทอเสื่อ เอาไว้ขาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Sutthisanmethi P., Wetprasit S. and Ponsen K. (2020) การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท ในชุมชนอำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม นี้ในการพึ่งตนเองของผู้สูงอายุและเพื่อนำเสนอแนวทางการพึ่งตัวเองของผู้สูงอายุตามหลักพุทธปรัชญา เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาและ วิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ นโยบายแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545- 2564) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 1 พ.ศ.2552 การสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลคนสำคัญได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุใน 5 ชุมชนๆ 3 ท่าน พบว่าผู้สูงอายุในชุมชนอำเภอพุทธมณฑล มีการนำหลักพุทธปรัชญามาเป็น แนวทางในการพึ่งตนเองในด้านต่าง ๆ 3 ด้าน ได้แก่ การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุในด้านร่างกาย ตาม หลักอายุสธรรมหรือหลักอายุวัฒนธรรม การพึ่งตนเองของผู้สูงอายุด้านจิตใจตามหลักไตรลักษณ์ และการพึ่งตนเองด้านสังคม ตามหลักสังคหวัตถุ นั้นทำให้ผู้สูงอายุมีการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข และมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่เกิดจากการนำหลักพุทธปรัชญามาเป็นแนวทางในการพึ่งตนเอง และช่วย ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เห็นคุณค่าในตัวเอง ไม่ประมาทในชีวิต มีการเตรียมใจไว้ให้พร้อมที่จะยอมรับ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Sukanan S. (2020) ส่วนกลยุทธ์ส่งเสริมการทำงานของสูงอายุ เพื่อศึกษาสถานการณ์การทำงานและลักษณะการทำงานของผู้ใหญ่และผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน ทัศนคติและความต้องการการสนับสนุนด้านการทำงานของผู้ใหญ่และผู้สูงอายุไทยและการกำหนดกลยุทธ์ในการส่งเสริมการทำงานของผู้ใหญ่และผู้สูงอายุไทย ใช้วิธีการวิจัยแบบผสมผสานวิธี คือ การวิจัยเชิงเอกสาร การวิจัยเชิงปริมาณ และการวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างคือผู้ใหญ่และผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 55 – 65 ปี การวิจัยเชิงปริมาณใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการศึกษาลักษณะการทำงาน ทัศนคติและความต้องการการสนับสนุนการทำงานของผู้ใหญ่และผู้สูงอายุโดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่มีอายุระหว่าง 55 – 65 ปี จำนวน 3,600 คน และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้วิธีการสนทนากลุ่ม (Focus Group) กับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการทำงานของผู้สูงอายุ จำนวน 180 คน (12 กลุ่ม) ในส่วนของการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) พบว่า แหล่งรายได้หลักส่วนใหญ่มาจากการทำงาน ส่วนใหญ่เป็นแรงงานนอกระบบที่จบการศึกษาในระดับ ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า อาชีพส่วนใหญ่เป็นอาชีพเกษตรกร รับจ้าง ค่าขาย เป็นอาชีพที่ไม่มั่นคงและมีรายได้ไม่แน่นอน ส่งผลให้ผู้สูงอายุที่ยากจนมีจำนวนค่อนข้างมาก ทำให้มีภาระที่ต้องดูแลบุคคลในครอบครัว และระดับคะแนนของทัศนคติในเชิงบวกต่อการทำงานของสูงอายุโดยเฉพาะทัศนคติด้านเศรษฐกิจและการทำงาน จากการวิจัยเชิงปริมาณทำให้สามารถจำแนกกลุ่มตัวอย่างได้เป็น 3 กลุ่มคือ กลุ่มที่ทำงานอยู่ในปัจจุบันและต้องการทำงานต่อเนื่อง, กลุ่มที่ปัจจุบันทำงานแต่ต่อไปไม่



ต้องการทำงาน และ กลุ่มที่ไม่ได้ทำงานแต่อนาคตต้องการที่จะทำงาน พบว่าในเชิงคุณภาพทำให้ทราบถึงเหตุผลของความ ต้องการทำงานในแต่ละกลุ่ม โดยกลุ่มแรกมีความจำเป็นในด้านเศรษฐกิจเป็นหลัก และมีความพร้อมด้านสุขภาพ กลุ่มที่สอง ส่วนใหญ่มีปัญหาด้านสุขภาพ และครอบครัวไม่ต้องการให้ทำงาน ส่วนกลุ่มที่สามมีความจำเป็นที่จะต้องทำงานเนื่องจากมี ภาระในครอบครัวมากขึ้น ปัจจัยที่เป็นอุปสรรค ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสุขภาพ การขาดฐานข้อมูลด้านผู้สูงอายุ ผลิตภัณฑ์จากผู้สูงอายุยังไม่สอดคล้องกับความต้องการของตลาด และการบูรณาการระหว่างหน่วยงานขาดความเป็นเอกภาพ ส่วนของการสัมภาษณ์เชิงลึกของผู้สูงอายุ เช่น แนวทางการส่งเสริมการทำงานของผู้สูงอายุที่เหมาะสม คือ การเตรียมความ พร้อมในด้านสุขภาพและทักษะของผู้สูงอายุ รวมทั้งการจัดการด้านข้อมูลและส่งเสริมการทำงานอย่างบูรณาการ

8. สรุปผลการศึกษา

8.1 สรุปผู้สูงอายุมีช่วงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองและการพึ่งพา ตนเองในผู้สูงอายุในด้าน โดยการเห็นคุณค่าในตนเองด้านพฤติกรรมและความสามารถ อยู่ในระดับสูงตามลำดับ และผลที่ เกิดขึ้นจากการเห็นคุณค่าในตนเองในด้านทำนุรู้สึกละเอินในชีวิตตนเอง, ทำนุรู้สึกว่าตนเองสามารถช่วยเหลือตนเองและคนอื่น ได้, ทำนุรู้สึกว่าตนเองมีคุณสมบัติที่ดีหลายอย่าง, ทำนุรู้สึกว่าตนเองมีจุดเด่นไม่แพ้คนอื่น มีค่าระดับสูง ตามลำดับ และด้าน ทำนุคิดว่าความชราทำให้ฉันดูไร้ค่ามีค่าระดับต่ำ และด้านการพึ่งพาตนเองด้านพฤติกรรมและความสามารถและผลที่เกิดขึ้น จากการพึ่งพาตนเองพบว่าอยู่ในระดับสูงเช่นกัน

8.2 สรุปผลการสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) พบว่าผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตนเองได้ เห็นคุณค่าใน ตนเองและสามารถพึ่งพาตนเองได้จากอาชีพเสริมทำให้มีรายได้เพิ่มขึ้น

8.3 สรุปผลการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) จากกลุ่มแกนนำชุมชนพบว่า การพึ่งตนเอง (Self Reliance) ผู้สูงอายุยังสามารถประกอบอาชีพ ทำนา ทำไร่ ทำสวน ทำเกิดรายได้ และยังพอที่จะเลี้ยงชีพได้ ยังไม่ต้องพึ่งพิงใคร และความสามารถพึ่งตนเองได้ การเห็นคุณค่าในตน (Self esteem) พบว่าผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าในตนเองและ ความสามารถอย่างมาก

9. ข้อเสนอแนะ

9.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

9.1.1 ประเทศไทยที่กำลังจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นภาครัฐจึงควรมีมาตรการ รณรงค์ หรือเผยแพร่ข้อมูล รวบรวมข้อมูลจากงานวิจัยในการนำแนวทางการดูแลผู้สูงอายุตามการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุใน การเสริมสร้างคุณค่าและการพึ่งพิงตนเองด้านเศรษฐกิจ แนวทางในการนำไปใช้อย่างเป็นรูปธรรมเพื่อช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมี สุขภาพองค์รวมที่ดี จะสามารถช่วยลดค่าใช้จ่ายทางสุขภาพของผู้สูงอายุได้อย่างเป็นรูปธรรม

9.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

9.2.1 ชุมชนควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าการพึ่งตนเองทางด้านร่างกายด้วยการดูแลด้านเศรษฐกิจ พร้อมทั้ง สุขภาพกาย สุขภาพใจให้เหมาะสมกับบริบทพื้นที่สังคม เพื่อให้มีความยืดหยุ่นในการปฏิบัติตามสถานการณ์และเพื่อรองรับการ เปลี่ยนแปลงในสังคมโลกในยุคเศรษฐกิจปัจจุบัน พร้อมทั้งดูแลร่างกาย และผู้นำชุมชนควรแนะนำส่งเสริมวิธีปฏิบัติในการ พึ่งตนเองด้านจิตใจให้แก่ผู้สูงอายุ ด้วยการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุเข้าใจวิธีคิดแบบสร้างสุขภาวะทางใจ ทำใจยอมรับกับการ เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

9.3 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

9.3.1 ควรวิจัยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนเมืองเพราะสังคมเมืองมีปัญหาที่ซับซ้อนมากจึงควรศึกษา เพื่อนำข้อมูลมาช่วยส่งเสริมการพึ่งพาตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองด้านเศรษฐกิจให้ผู้สูงอายุเขตเมืองมีคุณภาพชีวิตที่ดี

9.3.2 ควรวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบในการนำหลักการพึ่งพาตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองด้านเศรษฐกิจไปใช้ในการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตให้ผู้สูงอายุทุกกลุ่มวัย

9.3.3 ควรวิจัยเกี่ยวกับการนำหลักการพึ่งพาตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองด้านเศรษฐกิจในสังคมโลกในยุคเศรษฐกิจปัจจุบัน ไปบูรณาการการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุขององค์กรชุมชนต่าง ๆ

10. การพิทักษ์สิทธิของจริยธรรมมนุษย์

ผู้วิจัยได้ผ่านการรับรองจริยธรรมการทำวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการการจริยธรรมในมนุษย์ ของสำนักบัณฑิตศึกษา วิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย โครงการวิจัย เลขที่ CASHE6400011 ลง 20 มกราคม 2565

11. เอกสารอ้างอิง

- Chachvarat T. and Udomluck S. (2017). **Development of Guidelines to Promote the Valuable Living in Elderly.** The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health. 4 (3).176-188.
- Chaisthaporn T.(2018). **The guidelines to create a social networkA case study of the bilateral to enhance the quality of Thai labors.** Thesis of Thai NDC National Defence College.
- Kaewsuwanna K. (2017). **Active Ageing Innovation for Self-Independence of Ageing People in Nakhon Ratchasima Province.** Journal of Rangit Graduate studies in Business and Social Sciences. 2 (2). 28-42.
- Maneerat S., Isaramalai S. and Boonyasopun U. (2019). Development of the Thai Elderly Resilience Scale: TERS. **Asian Journal for Public Opinion Research.** 7(1). 40-56.
- Silpcharu, T., and Boonrattanukul, (2021). Second order confirmatory factor analysis of guidelines for the elderly business in Thailand. **Academy of Strategic Management Journal; Arden.** 20(4). 1-8.
- Sirikitsathien C.et.al. (2017). **Guideline for Enhancing Elders' Quality of Life in Pho Pattana Village, Kon Tee Sub-District, Mueng District, Kamphaeng Phet Province, by Adopting the Principle of the Sufficiency Economy.** Proceeding of National conference 6th Kamphaengphet Rajabhat University.
- Sukanan S. (2020). The Promoting Work Strategy for Thai Aging. **Journal of Social Synergy,** 11(1). 1-17.
- Sutthisanmethi P., Wetprasit S. and Ponsen K. (2020). The Self-Dependent of Elderly According to Theravda Buddhist Philosophy in Community of Phutthamonthon District, Nakhonpathom Province. **Journal of Yanasangvorn Research Institute.** 11(2).1-11.
- Thojampa S., Daengthern L., and Kumpeera K. (2020). The effects of an empowerment program to have a good quality of life and long life for elderly people in Phrae Province, Thailand. **International Journal of Africa Nursing Sciences.** 1-6.
- Vajirapañño P.C. Srikrueadong S., Titichoatrattana W.(2021). **Model of Development Happiness to Aging with Buddhist Psychology in Modern Societ.** Journal of Educational Review Faculty of Education in MCU, 8(2).41-53



- Yi Ding, Zhe Zhang, Meiyun Yang, and Fengqi Sun. (2021). **Design of New Elderly Care Service Acquisition Mode from the Perspective of Internet Economic Innovatio**. International Conference on Economic Innovation and Low-carbon Development. 275-280.
- Yota W. (2022). The Effect of Group Counseling using Eclectic on World Health Organization Quality of Life Brief – Thai of Health Professionals in COVID-19 Situation. **Journal of College of Asian Scholars**, 12(1).29-37