



รายงานการวิจัย

รายงานโครงการวิจัยย่อยที่ ๓ เรื่อง

การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
Development of Community Innovation Care for Sustainable Elderly with
Disabilities Based on Buddhism of Local Administrative Organizations
in Lamphun Province

ภายใต้แผนงานวิจัยเรื่อง

นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
Community-based innovation with sustainable healthcare towards the elderly
with disabilities in accordance with the Buddhism of Lamphun Local
Administrative Organization

โดย

อาภากร ปัญโญ

ญาดาวิมินทร์ พิษทองกลาง

ประทีป พิษทองกลาง

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง

พ.ศ. ๒๕๖๓

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS ๘๐๐๗๖๓๐๔๑



รายงานการวิจัย

รายงานโครงการวิจัยย่อยที่ ๓ เรื่อง

การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
Development of Community Innovation Care for Sustainable Elderly with
Disabilities Based on Buddhism of Local Administrative Organizations
in Lamphun Province

ภายใต้แผนงานวิจัยเรื่อง
นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
Community-based innovation with sustainable healthcare towards the elderly
with disabilities in accordance with the Buddhism of Lamphun Local
Administrative Organization

โดย

อากาศกร ปัญโญ

ญาติาวินรินทร์ พิชทองกลาง

ประทีป พิชทองกลาง

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง

พ.ศ. ๒๕๖๓

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS ๘๐๐๗๖๓๐๔๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Research Report

Sub – Research Report 3

Development of Community Innovation Care for Sustainable Elderly with
Disabilities Based on Buddhism of Local Administrative Organizations

in Lamphun Province

Under Research Plan

Community-based innovation with sustainable healthcare towards the elderly
with disabilities in accordance with the Buddhism of Lamphun Local
Administrative Organization

By

Dr. Apakon Panyo

Mrs. Yathaweemintr Peuchthonglang

Asst. Prof. Dr. Prateep Peuchthonglang

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Nakhon Lampang Buddhist College

B.E. 2563

Research Project Supported by Mahachulalongkornrajavidyalaya University

MCU RS 800763041

(Copyright Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อรายงานการวิจัย	: การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
ผู้วิจัย	: ดร.อาภากร ปัญโญ : นางญาตาวีมินทร์ พิษทองกลาง : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ประทีป พิษทองกลาง
ส่วนงาน	: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง
ปีงบประมาณ	: ๒๕๖๓
ทุนอุดหนุนการวิจัย	: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๒) เพื่อศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓) เพื่อพัฒนานวัตกรรมดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพพื้นที่วิจัย คือ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ๑) ผู้บริหารเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๑๕ คน ๒) ผู้สูงอายุ ๖๐ คน ๓) ชาวบ้านที่มาทำจิตอาสา ๖๐ คน คัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และแนวทางการสนทนากลุ่ม ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา แล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า

๑. ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ ต้องการความช่วยเหลือหรือเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น ผู้มีบทบาทสำคัญ คือ บุคคลในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายในการช่วยเหลือด้านสวัสดิการ

๒. บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น มี ๕ ประการ คือ ๑) บทบาทตามพระราชบัญญัติตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด ๓) บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ และ ๕) บทบาทการผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา

๓. นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่ นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

คำสำคัญ: การดูแลผู้สูงอายุ, องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น, นวัตกรรมเชิงชุมชน

Name of research report : Development of Community Innovation Care for Sustainable Elderly with Disabilities Based on Buddhism of Local Administrative Organizations in Lamphun Province

Researcher : Dr. Apakon Panyo
: Miss Yathaweemintr Peuchthonglang
: Asst. Prof. Dr. Prateep Peuchthonglang

The division of : Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Lumpang College

Fiscal Year : 2020

Research funding : Mahachulalongkornrajavidyalaya University

ABSTRACT

The aim of this research is (1) to study sustainable healthcare for elderly people with disabilities by the Local Administrative Organization, (2) to study the role of community participation in sustainable healthcare for elderly people with disabilities by the Local Administrative Organization and (3) to establish innovative sustainable healthcare for elderly people with disabilities by multilateral Local Administrative Organizations.

This research model was a qualitative research and research areas consisted of three Li District Local Administrative Organizations, Lamphun Province, namely, Wang Din Sub-district Municipality, Dong Dam Sub-district Municipality, and Kor Sub-district Municipality. The key informants were; 1) 15 local administrators and officers, 2) 60 elderly people, and 3) 60 volunteer communities using a specific selection. The research instruments were questionnaires, interviews and group discussion. The content analysis was being used to write a descriptive narrative for qualitative research. The results illustrated that;

1. Elderly people with disabilities are unable to function independently and need assistance or supervision from others. People who play a significant role are members of the family, such as sons, daughters, nephews, etc. This requires the formation of welfare assistance policies by Local Administrative organizations.

2. There are 5 roles of Local Administrative Organizations; 1) the role of the elderly B.E. 2546, 2) role according to the local government organization's policies at the provincial level, 3) roles according to local plans and strategies, 4) role in welfare

provision under the Elderly Act, B.E. 2546 corresponding to Section 11, and 5) roles of volunteer support and creation.

3. The community-based innovation that arises, referred to as "Volunteer (Mahachula) Mind" or VMCU Model, has four components: 1) volunteering, 2) engagement and empowerment (moral support), 3) loving and caring, and 4) supporting facilities (Universal Design). Public volunteer associations and Local Administrative Organizations will guide this innovation to continue improving policies to specifically assist elderly people with disabilities.

Keywords: elderly healthcare, Local Administrative Organizations, Community-based innovation



กิตติกรรมประกาศ

รายงานการวิจัยโครงการย่อยที่ ๓ เรื่อง “การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน” ภายใต้แผนงานวิจัยเรื่อง “นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน” ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ประจำปี ๒๕๖๓ โดยการสนับสนุนจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ขอขอบคุณพระเดชพระคุณ พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร. อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และพระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ.ดร. ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ที่ให้การอนุเคราะห์ สนับสนุน ส่งเสริม และให้คำแนะนำในการดำเนินการวิจัยด้วยดีเสมอมาจนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอขอบคุณคณะผู้บริหารมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง ที่ให้โอกาสแก่คณะผู้วิจัยได้นำเสนอโครงการวิจัยจนได้รับทุนอุดหนุนจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ แล้วส่งเสริมให้ศึกษาวิจัยอย่างเต็มที่จนแล้วเสร็จสมบูรณ์

ขออนุโมทนาขอบคุณกัลยาณมิตรคณะทำงานโครงการวิจัยโครงการย่อยที่ ๓ ทุกท่านที่ได้ทุ่มเทในการดำเนินการวิจัยร่วมกันอย่างเต็มที่จนสำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

คุณค่าของงานวิจัยฉบับนี้ ขอมอบเป็นวิทยาทานให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ทั้ง ๓ แห่ง กลุ่มจิตอาสา ๓ ตำบล และวัด ๓ แห่ง ตลอดจนจนถึงผู้สนใจในการพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน เพื่อเป็นแนวทางการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมในชุมชนต่อไป

ดร.อากาศ ปัญญา และคณะ

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

สารบัญ

เรื่อง.....	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญภาพ.....	ณ
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญแผนภูมิ.....	ฎ
สารบัญแผนผัง.....	ฐ
บทที่ ๑ บทนำ.....	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	๓
๑.๓ ปัญหาการวิจัย.....	๔
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย.....	๔
๑.๕ นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย.....	๖
๑.๖ กรอบแนวคิดการวิจัย.....	๖
๑.๗ ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย.....	๗
บทที่ ๒ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	๘
๒.๑ ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพผู้สูงอายุ.....	๘
๒.๒ ทฤษฎีและแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามศาสตร์สมัยใหม่	๑๘
๒.๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวทางพระพุทธศาสนา.....	๒๓
๒.๔ หลักธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ	๓๒
๒.๕ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ	๕๘
๒.๖ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖๓

บทที่ ๓ วิธีการดำเนินการวิจัย.....	๖๘
๓.๑ รูปแบบการวิจัย.....	๖๘
๓.๒ พื้นที่การศึกษาวิจัย	๖๘
๓.๓ ประชากร กลุ่มตัวอย่าง ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	๖๘
๓.๔ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	๖๙
๓.๕ การรวบรวมข้อมูลและปฏิบัติการวิจัย.....	๖๙
๓.๖ การวิเคราะห์ข้อมูล.....	๖๙
๓.๗ สรุปขั้นตอนและวิธีการวิจัย	๗๐
บทที่ ๔ ผลการศึกษาวิจัย.....	๗๑
๔.๑ การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน	๗๑
๔.๒ บทบาทของขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการดูแลผู้สูงอายุที่มี ความพิการร่วมอย่างยั่งยืน.....	๘๓
๔.๓ การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม อย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน.....	๑๑๑
บทที่ ๕ สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	๑๑๓
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๑๓
๕.๒ อภิปรายผล	๑๑๔
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๑๑๙
บรรณานุกรม.....	๑๒๐
ภาคผนวก.....	๑๒๙
ภาคผนวก ก เครื่องมือการวิจัย.....	๑๓๐
ภาคผนวก ข สำเนาหนังสือขอความอนุญาตเข้าพื้นที่วิจัย.....	๑๓๘
ภาคผนวก ค ภาพกิจกรรมการวิจัย.....	๑๔๐
ภาคผนวก ง หนังสือรับรองการนำไปใช้ประโยชน์.....	๑๕๒
ภาคผนวก จ ผลผลิต ผลลัพธ์ และผลกระทบจากงานวิจัย.....	๑๕๕
ภาคผนวก ข ชุดความรู้จากงานวิจัย คู่มือ จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา เพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม	๑๕๙

ภาคผนวก ซ การเผยแพร่ผลงาน..... ๑๗๓

ภาคผนวก ฉ แบบสรุปผลการวิจัย ๑๘๕

ภาคผนวก ฉู การวิจัยเปรียบเทียบวัตถุประสงค์การวิจัย/กิจกรรมที่เสนอ
 ในข้อเสนอโครงการและกิจกรรมที่ทำจริงจากโครงการวิจัย.....๑๘๙

ประวัติผู้วิจัย.....๑๙๓



สารบัญตาราง

ตาราง.....หน้า



สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ	หน้า
แผนภูมิที่ ๑ กรอบแนวคิดการวิจัย.....	๖
แผนภูมิที่ ๒ สรุปภาพรวมกระบวนการวิจัย.....	๔๐



สารบัญแผนผัง

แผนผัง

หน้า



บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

องค์การสหประชาชาติ ได้ระบุไว้ว่าประเทศใดมีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปในสัดส่วนเกินร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งประเทศ ถือว่าประเทศนั้นก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) และจะเปลี่ยนเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) เมื่อสัดส่วนประชากรที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้น เป็นร้อยละ ๒๐ สำหรับประเทศไทยนั้น ได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๘ โดยมีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๑๐.๔ และจากการคาดการณ์ประชากรของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๔๓-๒๕๗๓ คาดว่า จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นเป็น ร้อยละ ๑๔.๗ ในปี พ.ศ. ๒๕๗๓ หรือ ในอีก ๑๒ ปีข้างหน้า โดยที่ประเทศไทยมีแนวโน้มที่จะเป็นสังคมผู้สูงอายุเต็มรูปแบบในปี พ.ศ. ๒๕๖๔ เมื่อมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็น ๑๓.๑ ล้านคน หรือร้อยละ ๒๐ ของประชากรทั้งหมด (นิตยสารประเทศไทย, ๒๕๔๙) ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ซึ่งมีสัดส่วนประชากรสูงอายุ (อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป) เกินกว่า ร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งหมด (ร้อยละ ๑๐.๔๓) มา ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๘ (United Nation, ๒๐๑๒) ทั้งนี้ สัดส่วนประชากรสูงอายุของประเทศไทยเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยคิดเป็นร้อยละ ๑๒.๙ ของประชากรทั้งหมด ในปี พ.ศ. ๒๕๕๓ และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๑๘.๓ และ ๒๔.๓ ในปี พ.ศ. ๒๕๖๓ และ พ.ศ. ๒๕๗๓ ตามลำดับ^๑ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรดังกล่าวทำให้นักวิชาการในประเทศไทย จำนวนมากให้ความสำคัญกับงานวิจัยเกี่ยวกับความอยู่ดีมีสุข (Well-Being) ของผู้สูงอายุในประเทศไทย เนื่องจากเชื่อว่าการที่ผู้สูงอายุอยู่ดีมีสุขจะช่วยให้ผู้สูงอายุ ไม่เป็นเพียงประชากรพึ่งพิงหรือเป็นภาระให้แก่ครอบครัว สังคม และประเทศ แต่จะช่วยให้ผู้สูงอายุกลายเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญและมีส่วนในการพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมของประเทศได้ และหากประเทศมีแนวทางในการยกระดับความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุได้อย่างยั่งยืน การพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทยย่อมเป็นไปได้เป็นอย่างดี

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณางานวิจัยเกี่ยวกับสังคมผู้สูงอายุในประเทศไทย กลับพบว่างานวิจัยส่วนใหญ่เน้นศึกษาผู้สูงอายุในเชิงพื้นที่หรือกลุ่มอาชีพ เช่น ศุภเจตน์ จันทรสาส์น^๒ และ

^๑ United Nation. (๒๐๑๒).

^๒ ศุภเจตน์ จันทรสาส์น. (๒๕๖๐).การพัฒนาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในภาพรวมทั้งประเทศไทย. มหาวิทยาลัยขอนแก่น

Knodel et al^๓. ศึกษาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในภาพรวมทั้งประเทศไทย วิทยา ธรรมเจริญ^๔ ศึกษาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในจังหวัด ชุมติเดช เจียนตอน และคณะ^๕ และอารดา ธีระเกียรติ กัจจร^๖ ศึกษาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในเขตที่อยู่อาศัยแห่งใดแห่งหนึ่ง และทวีชัย เชสูงเนิน และ ปิยธิดา คูหิรัญญรัตน์^๗ ศึกษาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุตามกลุ่มอาชีพ ลักษณะดังกล่าว ทำให้ประเทศไทยยังคงมีข้อจำกัดขององค์ความรู้เกี่ยวกับสังคมผู้สูงอายุในมิติอื่นๆ ซึ่งจะก่อให้เกิดข้อจำกัด ต่อภาครัฐในการสร้างนโยบายที่มีประสิทธิภาพเพื่อยกระดับศักยภาพและความเอื้ออาทรในสังคมสูงวัยของผู้สูงอายุ จากข้อมูลทั้งหมดที่ได้กล่าวมาข้างต้น จึงเป็นที่มาของแผนงานวิจัยนี้ซึ่งมุ่งเน้น นำเสนอการพัฒนาศักยภาพและความเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในอีกหนึ่งมิติ นั่นคือ การเพิ่ม ศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในประเทศไทย

การดูแลผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิงและมีภาวะความพิการร่วม แม้ว่าภาครัฐส่วนกลาง ส่วนท้องถิ่น รวมทั้ง ชุมชนบางแห่งเริ่มบริการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวในครอบครัวและชุมชน เช่น มี อาสาสมัครผู้สูงอายุหรือเพื่อนผู้สูงอายุที่ยังแข็งแรงไปเยี่ยมเยียนช่วยเหลือ มีพยาบาลจากหน่วย บริการสุขภาพปฐมภูมิเข้าไปดูแลผู้สูงอายุที่ทุพพลภาพหรือที่ลูกจากเตียงไม่ได้ แต่ก็มีปัญหาการ ดำเนินงานยังไม่เป็นระบบที่เหมาะสม ยังขาดการบูรณาการ การดูแลด้านสุขภาพและสังคม บุคลากร ไม่เพียงพอ ผู้ดูแลขาดความรู้ในการดูแลและขาดระบบสนับสนุนที่ชัดเจน โดยเฉพาะปัญหาผู้สูงอายุ ไทยที่ต้องเผชิญในอนาคต คือ การขาดผู้ดูแล อันเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ การย้ายถิ่นไปหางานทำที่อื่นของสมาชิกวัยแรงงาน ทำให้ผู้สูงอายุในชนบทจำนวนไม่ น้อยถูกทอดทิ้ง ต้องช่วยตัวเองมากกว่าที่ควรจะเป็น

การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพิการร่วม โดยเฉพาะพื้นที่จังหวัดลำพูน ซึ่งจากการสำรวจ ประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย ปี ๒๕๖๐ โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ ที่พบว่า ผู้สูงอายุในจังหวัด ลำพูนนี้มีรายได้ต่ำกว่าเส้นความจน (๒,๔๗๒ บาทต่อเดือน) สูงสุดก่อปรกกับการเปลี่ยนแปลงสังคม เศรษฐกิจ ความเป็นเมือง การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของครัวเรือนมีขนาดเล็กลง ส่งผลต่อศักยภาพ ของครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิง โดยมีประเด็นคำถามว่าครอบครัวดูแลผู้สูงอายุที่ อยู่ในภาวะพึ่งพิงอย่างไร ปัญหาและต้องการความช่วยเหลือจากกลไกที่อยู่ในชุมชนท้องถิ่นหรือไม่ ชุมชนท้องถิ่นดำเนินการหรือมีแผนงาน ตลอดจน แสวงหาแนวทางในการดูแลที่เหมาะสมอย่างไร โดยกำหนดเกณฑ์ในการเลือกพื้นที่ศึกษา คือ ๑) เป็นชุมชนเกษตรกรรมที่อยู่นอกเขตชลประทาน มี

^๓ Knodel et al . (๒๐๑๗). ความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในภาพรวมทั้งประเทศไทย. มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

^๔ วิทยา ธรรมเจริญ (๒๕๕๘). “คุณภาพชีวิตคุณภาพชีวิตในการทำงานและพฤติกรรมความเป็นสมาชิกที่ดี ขององค์กร : กรณีศึกษาข้าราชการนายทหารประทวนในสังกัดกรมทหารปืนใหญ่ที่๓ ”. วิทยานิพนธ์การจัการ มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

^๕ ชุมติเดช เจียนตอน และคณะ. (๒๕๕๘). สุขภาพเพื่อชีวิต. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,

^๖ อารดา ธีระเกียรติ กัจจร. (๒๕๕๘). เพื่อความสุข. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.

^๗ ทวีชัย เชสูงเนิน และปิยธิดา คูหิรัญญรัตน์. (๒๕๕๘).การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว สำหรับเจ้าหน้าที่. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข

อาชีพหลัก คือ การทำนาปี ๒) กลุ่มหรือชมรมผู้สูงอายุยังไม่เข้มแข็งหรือไม่ได้รับการส่งเสริมสนับสนุนเท่าที่ควร และ ๓) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นยังไม่ได้ทำงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนอย่างจริงจัง ไม่ว่าจะเป็นการทำงานด้านผู้สูงอายุหรือประชากรในกลุ่มอื่น ทั้งนี้ เพื่อประโยชน์สำหรับกลไกที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มเป้าหมายต่อไป

ประเทศไทยกำลังอยู่ในช่วงการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) คาดว่าไม่เกินในอีก ๔ ปีข้างหน้า เนื่องจากความเอาใจใส่ด้านการดูแลสุขภาพและวิทยาการทางการแพทย์ทำให้คนอายุยืนมากขึ้น แต่อย่างไรก็ตาม ด้วยความจริงที่ว่าคนยิ่งมีอายุมากขึ้นก็ยังมีโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยและความพิการหรือช่วยเหลือตัวเองไม่ได้เพิ่มมากขึ้น จากรายงานข้อมูลสถานการณ์คนพิการในประเทศไทย ณ เดือนกันยายน พ.ศ. ๒๕๕๙ โดยกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ พบว่า ประเทศไทยมีผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมด้วยจำนวน ๘๑๒,๘๒๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๙.๕ ของคนพิการทั่วประเทศ โดยพบความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายมากที่สุด รองลงมาคือความพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย และทางการมองเห็น ตามลำดับ สาเหตุของความพิการส่วนใหญ่ร้อยละ ๓๐.๘ เกิดจากภาวะความเจ็บป่วยและโรคต่างๆ ได้แก่ ความดันโลหิตสูงหลอดเลือดหัวใจตีบข้อสันหลังอักเสบโรคติดเชื้อเบาหวาน และลมชัก ตามลำดับ ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมด้วยนั้น ส่วนใหญ่จัดอยู่ในกลุ่มของผู้ป่วยติดเตียง หรือผู้ที่มีภาวะพึ่งพิงมากที่สุด นอกจากนี้ ยังพบว่าในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ ร้อยละ ๓๔ ของผู้สูงอายุมีรายได้ต่ำกว่าเส้นยากจนมาก โดยแหล่งรายได้หลักที่เคยได้จากบุตรลดลงจากร้อยละ ๕๒ ในปี พ.ศ. ๒๕๕๐ เหลือเพียงร้อยละ ๓๔ ในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ ทำให้ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาการดูแลด้านสุขภาพและสวัสดิการต่างๆ จากรัฐบาลมากขึ้น^๕

ในปี พ.ศ. ๒๕๖๐ ประเทศไทยมีประชากรทั้งหมดประมาณ ๖๖.๒ ล้านคน เป็นประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปมากถึง ๑๐.๒ ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ ๑๕.๔ ของประชากรทั้งหมด แสดงให้เห็นว่าประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว๑ทั้งนี้จากการคาดการณ์ พบว่าในปี พ.ศ. ๒๕๖๘ ประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๑๙.๘ ทำให้ประเทศไทยจะกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอด การเข้าสู่สังคมสูงวัยทำให้สังคมไทยต้องเผชิญกับประเด็นท้าทายต่อคุณภาพชีวิตของประชากรสูงอายุ ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม และสุขภาพ เช่น การเข้าถึงบริการทางสังคม รวมถึงสุขภาพของผู้สูงอายุที่พบว่า ผู้สูงอายุไทยมีแนวโน้มที่จะเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง สอดคล้องกับข้อมูลของมูลนิธิผู้สูงอายุไทย พบว่า ประมาณครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุ รายงานว่าตนเอง มีโรคเรื้อรังหรือโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันเลือดสูง ผู้สูงอายุเพศหญิงมีอัตราป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูงสูงกว่าเพศชาย โดยมีอัตราป่วยในช่วงผู้สูงอายุวัยต้น วัยกลาง และวัยปลาย คิดเป็น ร้อยละ ๕๐, ๖๐ และ ๖๙ ตามลำดับ นอกจากนี้ผู้สูงอายุมีภาวะทุพพลภาพมากขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุ ๘๐ ปีขึ้นไป ที่ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรพื้นฐานได้ด้วยตนเอง ซึ่งจะเป็นกลุ่มที่ต้องการการดูแลระยะยาวมากที่สุด ๒ จากข้อมูลข้างต้น จำนวนผู้สูงอายุที่มากขึ้น อายุขัยที่ยืนยาว การเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หาย และความเสื่อมถอยของสมรรถภาพทางกายของผู้สูงอายุ ระบบ

^๕ ปัทมา ล้อพงศ์พานิชย์. (๒๕๖๐). “คุณภาพชีวิตคุณภาพชีวิตในการทำงานและพฤติกรรมความเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กร : กรณีศึกษาข้าราชการนายทหารประทวนในสังกัดกรมทหารปืนใหญ่ที่๓ ”. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

การดูแลระยะยาวจึงได้รับการพัฒนาอย่างเป็นระบบโดยมีการกำหนดเป็นนโยบายของรัฐบาลในปี พ.ศ. ๒๕๕๘๓ สำหรับการดูแลระยะยาว (Long term care) รวมถึงบริการที่ครอบคลุมความจำเป็นของการดูแลโรคเรื้อรัง หรือภาวะพิการ ในช่วงเวลานาน การดูแลระยะยาวเกี่ยวข้องกับภาวะเรื้อรังทางการแพทย์ เช่น ภาวะข้ออักเสบ อัมพาต สมองเสื่อม การบาดเจ็บไขสันหลัง หรือ อาการเจ็บป่วยทางจิตเรื้อรัง เป็นต้น การจัดบริการระยะยาว ได้แก่ การช่วยเหลือในการทำกิจวัตรประจำวัน การกระตุ้นให้มีการฟื้นฟูสภาพ หรือการจัดบริการชดเชยความเป็นอิสระที่เสียไปในผู้ที่อยู่ในภาวะพึ่งพิง ผู้ให้บริการแบบไม่เป็นทางการ (Informal caregiver) ได้แก่ ครอบครัว เพื่อน หรือโดยผู้ให้บริการแบบเป็นทางการ (Formal caregivers) ที่ผ่านการอบรมแบบวิชาชีพหรือบุคลากรกึ่งวิชาชีพ (Paraprofessionals) ๔ เป้าหมายสำคัญของการดูแลระยะยาว คือการยืดอายุของการพึ่งพาตนเองของผู้สูงอายุให้ได้อย่างยาวนานที่สุด การช่วยเหลือผู้ช่วยให้มากที่สุดที่สุดในกรณีที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้หรือไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ทางสังคมได้ในขณะนั้น อันจะส่งผลให้ผู้ปวยมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สามารถดำเนินชีวิตให้เป็นอิสระเท่าที่จะเป็นไปได้^๔ (กิริติ กิจธีระวุฒิมวงษ์ และนิทรา กิจธีระวุฒิมวงษ์, ๒๕๖๑)

โครงการวิจัยนี้ จะช่วยพัฒนาไกลไกล พลังจิตอาสาชุมชน และสร้างนวัตกรรมเชิงชุมชนที่เป็นต้นแบบในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ดังนั้น ผลผลิต ผลลัพธ์ที่เกิดจากงานวิจัยนี้หน่วยงานราชการ เอกชน ชุมชน และท้องถิ่นได้มีข้อมูลเชิงลึก เทียงตรงและทันต่อเหตุการณ์ ซึ่งอาจนำไปใช้ในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในมิติใหม่ๆ เพื่อขยายโอกาสให้ชุมชนหรือท้องถิ่นได้พื้นฟูมีส่วนร่วมในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยและนำเสนอเนื้อหาควบคู่กันไป ทั้งนี้ องค์ความรู้ที่ได้จากข้อค้นพบจะนำไปสร้างข้อเสนอเชิงนโยบายในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยของประเทศไทย ซึ่งจะสะท้อนถึงความเชื่อมโยงของบทบาทของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในภาครัฐและภาคเอกชน ตลอดจนชุมชนและท้องถิ่นที่สามารถนำมาปรับใช้ได้

งานวิจัยเรื่องการพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนที่เป็นต้นแบบในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ดังนั้น ผลผลิต ผลลัพธ์ที่เกิดจากงานวิจัยนี้หน่วยงานราชการ เอกชน ชุมชน และท้องถิ่นได้มีข้อมูลเชิงลึก เทียงตรงและทันต่อเหตุการณ์ ซึ่งอาจนำไปใช้ในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในมิติใหม่ๆ เพื่อขยายโอกาสให้ชุมชนหรือท้องถิ่นได้พื้นฟูมีส่วนร่วมในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยและนำเสนอเนื้อหาควบคู่กันไป ทั้งนี้ องค์ความรู้ที่ได้จากข้อค้นพบจะนำไปสร้างข้อเสนอเชิงนโยบายในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยของประเทศไทย ซึ่งจะสะท้อนถึงความเชื่อมโยงของบทบาทของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในภาครัฐและภาคเอกชน ตลอดจนชุมชนและท้องถิ่นที่สามารถนำมาปรับใช้ได้ต่อไป

^๔ กิริติ กิจธีระวุฒิมวงษ์ และนิทรา กิจธีระวุฒิมวงษ์. (๒๕๖๑).การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุนระยะยาว สำหรับเจ้าหน้าที่. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์

- ๑) เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
- ๒) เพื่อศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
- ๓) เพื่อพัฒนานวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูน

๑.๓ ปัญหาการวิจัย

- ๑) การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูนเป็นอย่างไร
- ๒) บทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูนอยู่ในระดับใด
- ๓) นวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูนที่เหมาะสมควรเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ พื้นที่วิจัย/องค์กรที่วิจัย

- ๑) พื้นที่วิจัย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดลำพูน ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ผ่านเครือข่ายวิจัยในสถาบันอุดมศึกษา ๓ แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
- ๒) พื้นที่ขยายผลและใช้ประโยชน์ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน หน่วยงานอื่นๆ และกลุ่มองค์กรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุ

๑.๔.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

- ๑) ประชากร คือ ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม จิตอาสา และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน
- ๒) กลุ่มตัวอย่าง ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม จิตอาสา และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จำนวน ๑๐๐ คนที่สมัครเข้าร่วมโครงการและผ่านการคัดเลือกโดยคณะกรรมการที่มีคุณสมบัติตามที่คณะผู้วิจัยกำหนดขึ้น โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ๑๐๐ คน โดยครอบคลุมตัวแปรด้านเพศ อายุ อาชีพ การศึกษา สถานภาพ ศาสนา ลักษณะเขตที่อาศัย จังหวัด โดยใช้แบบแผนในการสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างซึ่งเน้นให้ครอบคลุมผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และวางอยู่บนหลักเกณฑ์ความน่าจะเป็นทางสถิติ (Probability Sampling) และดำเนินการสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการผสมผสาน (Multi-Stage Sampling) เริ่มต้นจากการกำหนดพื้นที่ที่จะทำการวิจัย โดยวิธีการ

สุ่มตัวอย่างแบบชั้น (Stratified Sampling) ซึ่งแบ่งพื้นที่วิจัย หลังจากนั้นใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) และใช้การเก็บข้อมูลแบบเจาะจงจากกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติเบื้องต้นที่คณะผู้วิจัยกำหนดไว้ สำหรับคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างในการสัมภาษณ์และให้ข้อมูลเชิงลึก

ก) การสุ่มตัวอย่าง ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ตามคุณสมบัติที่กำหนดขึ้น คือ

๑) ต้องมีความรู้เบื้องต้นเกี่ยวหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ๒) ต้องมีความพร้อม ความเสียสละและความพยายามในการฝึกอบรมครบหลักสูตร ๓ วัน และ ๓) ต้องมีประสบการณ์ในการสอนและจิตอาสาในการพัฒนาสังคม

๑.๕ นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ การพัฒนา หมายถึง การกระทำเพื่อการเจริญ การเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องเกิดขึ้น อันเนื่องมาจากความต้องการของมนุษย์ที่อยากเห็นสิ่งดีๆเกิดขึ้นในสังคมของตน ให้คลี่คลายไปในทางที่ดี โดยมีการวางแผน ปรับปรุงไว้ล่วงหน้าในงานวิจัยนี้หมายถึงการเปลี่ยนแปลงในทางด้านกาย ด้านศีล ด้านจิต และด้านปัญญาดีขึ้น

๑.๕.๒ คุณภาพชีวิต หมายถึง การรับรู้ของบุคคลต่อสภาพการดำรงชีวิตของตนทางด้านร่างกายทำให้มีสุขภาพแข็งแรง ด้านสังคมอยู่ร่วมกันได้ดี ด้านจิตมีจิตใจที่มั่นคง ด้านปัญญาทำให้เข้าใจชีวิตและสิ่งแวดล้อม

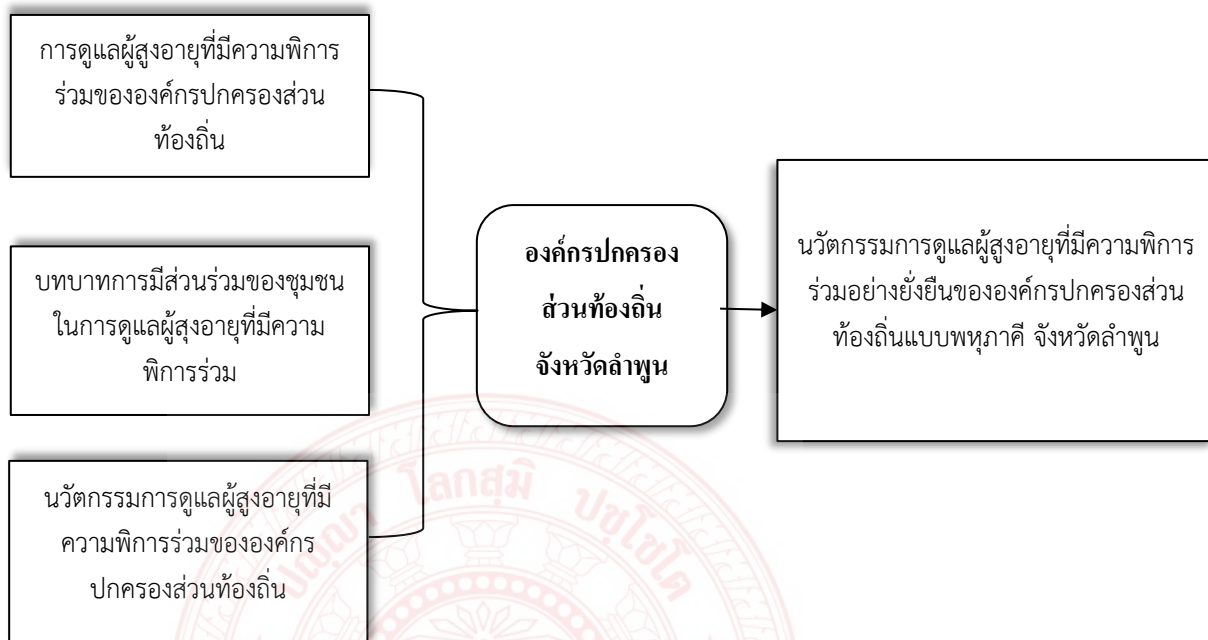
๑.๕.๓ ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปี ขึ้นไป บางครั้งอาจเรียกว่าผู้สูงอายุ ผู้เฒ่า คนชรา หรือคนแก่ ในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง สมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน

๑.๕.๔ วิธีพุทธบูรณาการ หมายถึง การนำหลักธรรมคำสอน ของพระพุทธศาสนา ที่เกื้อหนุนต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ นำมาประยุกต์ใช้ ส่งเสริมสนับสนุน ก่อให้เกิดองค์รวมที่สมบูรณ์เพื่อเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

๑.๕.๕ หลักธรรมในพระพุทธศาสนา หมายถึง หลักธรรมที่นำมาใช้ใน การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน หลักธรรมตรง หมายถึง จักร ๔ หลักธรรมรอง ได้แก่ กาวนา ๔ นำมาประยุกต์ใช้เป็นเครื่องมือ เพื่อให้ตรงกับหลักธรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดลำพูน จำนวน ๓ แห่ง นอกจากนี้ยังใช้หลักธรรมส่งเสริมอื่น ๆ ประกอบ ได้แก่ สติปัญญา ๔, สังคหะวัตถุ ๔, ไตรสิกขา ๓, บุญกิริยาวัตถุ ๓

๑.๖ กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยได้นำแนวคิดดังกล่าวมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้



แผนภาพที่ ๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๑.๗ ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย

- ๑) ได้ระบบการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
- ๒) ได้ทราบบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
- ๓) ได้ นวัตกรรมในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูน

บทที่ ๒

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยเรื่อง “นวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูน” นี้ คณะผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการวิจัยไว้ดังนี้

- ๒.๑ ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพผู้สูงอายุ
- ๒.๒ ทฤษฎีและแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามศาสตร์สมัยใหม่
- ๒.๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวทางพระพุทธศาสนา
- ๒.๔ หลักธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
- ๒.๕ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ
- ๒.๖ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๑ ทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ในสังคมปัจจุบัน จำนวนประชากรที่อยู่ในวัยสูงอายุได้เพิ่มมากขึ้นทุกปี ความมีอายุยืน (Longevity) ของผู้สูงอายุ ถือว่า เป็นเครื่องหมายของการพัฒนาทางร่างกายของผู้สูงอายุ ในด้านการรู้จักดูแลสุขภาพ รักษาอนามัยของตนเอง รวมถึงวิวัฒนาการความเจริญก้าวหน้าด้านการสาธารณสุขและทางการแพทย์ ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความเข้าใจนำมาพัฒนาให้มีสุขภาพที่ดี สามารถทำให้มีอายุยืนยาวได้นานในการดำรงชีวิต ทั้งนี้เกิดจากปัจจัยหลายๆด้าน ที่มีผลต่อการที่มีสุขภาพแข็งแรง เช่น การศึกษาหาความรู้ ในด้านโภชนาการ รวมถึงพร้อมด้วยปัจจัย ๔ และการดำเนินชีวิตที่ผ่านมา การปรับตัวให้เข้ากับความเป็นจริง ไม่หมกมุ่นในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์กับชีวิต ทำจิตใจให้เบิกบาน ไม่ซึมเศร้า หมั่นออกกำลังกาย มองโลกในแง่ดีก็สามารถมีอายุที่ยืนยาวได้

๒.๑.๑ ความหมายการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ที่ต้องการเปลี่ยนแปลงให้การดำรงชีวิตอยู่ได้โดยมีการพัฒนาที่ดีขึ้น สิ่งนั้นคือความสุข ความสุขที่เกิดจากการแสวงหาของแต่ละบุคคล เป้าหมายหลักในการ พัฒนาคุณภาพชีวิต คือ ความต้องการให้มีความสามารถในการพึ่งตนเอง เพื่อให้ดำรงตนอยู่ได้อย่างมีความสุข การพัฒนา มักจะถูกตีความให้หมายถึงการทำให้ทันสมัย คือ การเจริญเติบโตทางวัตถุ การใช้เทคโนโลยีใหม่ สิ่งเหล่านี้ คือการพัฒนาประเทศสู่ความทันสมัย ความเจริญความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลกระทบต่อสังคม จากความเรียบง่ายกลายเป็นความฟุ้งเฟ้อ ในแบบสังคมบริโภคนิยม ก่อให้เกิดปัญหาสังคมตามมามากมาย จนทำให้สภาพทางสังคมนั้น เริ่มเสื่อมโทรมทางด้านศีลธรรม จริยธรรม และเป็นความจริงที่ได้เกิดขึ้นใหม่ในอนาคต มองเห็นวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณีเป็นของเขยล้าหลัง ล้าสมัย โบราณ ไม่ทันสมัย สนใจแต่เทคโนโลยีที่ถูกป้อนเข้ามาจนหลีกเลี่ยงไม่ได้ หมกมุ่นตัวเองไปกับไอที ไม่สนใจสิ่งแวดล้อมรอบๆ ข้าง

ขาดปัญญาพื้นฐานของชีวิตที่จะรู้จักเป็นอยู่ให้ถูกต้อง ไม่เข้าใจระบบการดำเนินชีวิตของตน และไม่ตระหนักถึงการที่จะพัฒนาการดำเนินชีวิตนั้นให้เป็นอยู่ด้วยดี จึงวាយเวียนอยู่ในวังวนแห่งปัญหาของชีวิต ที่เราเรียกว่าไม่มีสุขภาวะ^{๑๐}

คูเปอร์ สมิธ (Cooper Smith, S)^{๑๑} ได้เสนอแนวทาง ในการพัฒนาบุคคลให้คุณค่าของตนเองเพิ่มสูงขึ้น โดยใช้หลักสำคัญ ๔ ประการ คือ

๑. การได้รับความนับถือ การยอมรับ ความสนใจ การใส่ใจ จากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิตของเขา

๒. การประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย ซึ่งทำให้บุคคลเป็นที่รู้จัก อันมีผลต่อสถานภาพและตำแหน่งในสังคม ปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าตนประสบความสำเร็จ คือ

(๑) มีอิทธิพลและควบคุมคนอื่นได้ ซึ่งแสดงถึงควมมีอำนาจ

(๒) ได้รับการยอมรับ ความสนใจ และความรักใคร่ ซึ่งทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีความสำคัญ

(๓) เป็นผู้ที่มีศีลธรรม จรรยา ตามมาตรฐานสังคม ซึ่งแสดงถึงการเป็นบุคคลที่มีคุณงามความดี เป็นที่น่าเชื่อถือ

(๔) ประสบผลสำเร็จสมความมุ่งมั่น ซึ่งแสดงถึงการเป็นคนมีความสามารถ

๓. การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมและความปรารถนาของตน

๔. การไม่ใส่ใจต่อสิ่งที่จะทำให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลง เช่น การไม่สนใจต่อข้อวิจารณ์ของคนอื่น เพื่อปกป้องการเห็นคุณค่าของตนเอง

ปัจจุบันได้มีการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมต่างๆ อย่างรวดเร็ว ส่งผลให้ต้องปรับปรุงและพัฒนา รูปแบบในการใช้ชีวิตเพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมของมนุษย์ จึงต้องมีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันภายใต้ความแตกต่างกันทั้ง วยุฒิ คุณวุฒิ รวมถึงรายได้ ค่านิยม เป้าหมายในการดำเนินชีวิต บนพื้นฐานในความต้องการและพฤติกรรมของมนุษย์ จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ในเรื่องของ ค่านิยม ความพึงพอใจ โดยมีวัฒนธรรมร่วมอยู่ในการดำเนินชีวิตของบุคคล เป็นตัวพิจารณาถึงการบริโภค และการใช้บริการต่างๆ ทำให้มนุษย์ต้องศึกษาหาความรู้อยู่ตลอดเวลา เพื่อให้ทันต่อความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น โดยเริ่มต้นจากการพัฒนาตนเองที่มีความต้องการที่จะให้ตนเองได้พบกับความเจริญก้าวหน้า จึงต้องพยายามพัฒนาตนเองเพื่อให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดียิ่งขึ้น มีการคำนึงถึงสิ่งแวดล้อม และผลภาวะที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของการดำเนินชีวิต การเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านสังคมและวัฒนธรรม ทำให้มนุษย์มีรสนิยมสูงขึ้น ปรารถนาสิ่งที่เกิดขึ้นให้ดีที่สุด มีความสามารถที่จะทำตัวเองร่วมกับบุคคลอื่นได้ และเป็นที่รักใคร่แก่ทุกๆ คน การพัฒนาตนเอง เป็นทั้งการพัฒนาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมไปสู่การพัฒนาทัศนคติ แรงจูงใจ

^{๑๐} พันตรี เสริบศักดิ์ แสงสุข, การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: www.phd.mbu.ac.th/index.php/2014-08-28-08-57-4/79-2014-09-11-03-48-21 [๒๘ สิงหาคม ๒๕๕๙].

^{๑๑} คูเปอร์ สมิธ (Cooper Smith, S), อังใน ภารดี พูลประภา เอี่ยมเจริญ, “กระบวนการเพิ่มคุณค่าตนเองโดยใช้พุทธวิธีบูรณาการ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๓๒-๓๓.

และอุปนิสัยเพื่อค้นหาตนเอง อาจเป็นการพัฒนาที่จิตใจของตนเองหรือพัฒนาไปสู่ความสำเร็จ ทำให้มีคุณภาพชีวิต มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นตามที่ใจปรารถนา การพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต จะต้องมีการพัฒนาในมิติต่างๆ ดังต่อไปนี้^{๑๒}

๑) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ได้แก่ การให้ความสำคัญกับสุขภาพร่างกาย การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ เป็นการพัฒนาที่ทำให้ร่างกายมีความแข็งแรง สมบูรณ์ และไม่มีโรคภัย ไข้เจ็บ

๒) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านอารมณ์ ได้แก่ การสร้างเสริมสุขภาพจิตใจที่ดี รู้จักควบคุมอารมณ์ โดยการพัฒนาทางด้านจิตใจ ด้วยการให้ทาน การทำงานอดิเรกที่ชื่นชอบ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การฝึก ทำสมาธิ การผ่อนคลายด้วยการฟังเพลง การท่องเที่ยว เป็นต้น

๓) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสังคม เป็นการสร้างการยอมรับ และการได้รับการยกย่องจากสังคม ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมกับสังคม หรือหน่วยงานต่างๆ ใช้เวลาว่างเป็นประโยชน์ เพื่อชุมชน ให้ความร่วมมือกับสังคมในด้านต่างๆ ทั้งด้านสิ่งแวดล้อม และ การปฏิบัติตนโดยยึดหลักของกฎหมาย คุณธรรมและจริยธรรม

๔) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสติปัญญา เป็นการเพิ่มทักษะทางด้านความรู้ ให้กับตนเอง ได้แก่ การอ่านหนังสือ การเข้ารับการฝึกอบรมเพิ่มพูนความรู้ในด้านต่างๆ การศึกษาข้อมูลสารสนเทศจากสื่อต่างๆ การสังเกต และติดตามการเปลี่ยนแปลงของสภาพ สิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นในสังคม การพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลจะต้องเริ่มต้นด้วยตนเอง เปิดใจยอมรับกับการพัฒนาตนเอง พัฒนาคุณภาพชีวิต ต้องมีความพร้อมสำหรับการการศึกษาเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลง แล้วจะทำให้บุคคลนั้น สามารถใช้ชีวิตร่วมกับคนอื่น ๆ ในสังคมได้อย่างมีความสุข

คะเนิงนิจ อนุโรจน์^{๑๓} ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาตนเองสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิต ในขณะที่สังคมโลกกำลังมีการเปลี่ยนแปลง สังคมของชุมชนกำลังได้รับผลกระทบด้านเศรษฐกิจ เทคโนโลยีสมัยใหม่ การที่จะพัฒนาตนเอง ให้เกิดความสมดุล สามารถปรับตนเองให้มีชีวิตเป็นสุขนั้น ควรจะเริ่มสร้างค่านิยมที่เหมาะสม ดังนี้

๑. การพึ่งตนเอง การขยันหมั่นเพียรและมีความรับผิดชอบ เป็นการฝึกตนเองในความรับผิดชอบ การใช้จ่ายของตนเองและครอบครัว การหารายได้ที่เหมาะสม หลีกเลี่ยงการพึ่งผู้อื่น

๒. การประหยัดและอดออม เป็นการฝึกฝนตนเองเรื่องการใช้จ่ายที่เหมาะสมกับฐานะ

๓. การมีระเบียบวินัย และการเคารพกฎหมาย เป็นการฝึกฝนตนเองในการเคารพกฎ และกติกา ไม่ละเว้นปฏิบัติตามกฎระเบียบเพื่อให้ตนเองสบาย

๔. การปฏิบัติตามคุณธรรมของศาสนา หลักศาสนามุ่งให้ทุกคนทำความดี มีความเมตตา กรุณาในแก่นแท้ของศาสนา คือการให้ทุกคนรู้จักวิเคราะห์ญาณ เพื่อให้เข้าใจวิถีและธรรมชาติของชีวิต

^{๑๒} สุวัฒน์ชัย, การพัฒนาตนเอง พัฒนาคุณภาพชีวิต, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.bp.or.th/webboard/index.Php> [๒ กันยายน ๒๕๕๙].

^{๑๓} คะเนิงนิจ อนุโรจน์, แนวทางในการพัฒนาตนเองสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิต, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.gotoknow.org/posts>. [๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐].

๕. ความรักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ชาติหมายถึง กลุ่มชนที่มีเชื้อชาติ ศาสนา และวัฒนธรรมเดียวกันมาอยู่รวมกัน ชาติจึงเป็นสมบัติส่วนรวมที่ทุกคนต้องรักและหวงแหนการรวมกันเป็นชาติ การเลือกนับถือศาสนา

การพัฒนาคุณภาพชีวิตในระดับที่ก้าวไปจากการพัฒนาตนเอง คือการพัฒนาครอบครัว เนื่องจากครอบครัวเป็นศูนย์รวมความรัก ความอบอุ่น ครอบครัวของคนไทยเป็นครอบครัวที่มีพื้นฐานของสมาชิก ประกอบไปด้วย พ่อ แม่ ลูก ที่เป็นศูนย์รวมแห่งความรักของครอบครัว เป็นครอบครัวที่มีความรัก ความอบอุ่น และความมั่นคง เป็นพื้นฐานในการปกครองดูแล โดยพฤติกรรมครอบครัวของคนไทย จะให้ความเคารพซึ่งกันและกันและให้ความเคารพเชื่อฟังพ่อแม่ และรับฟังข้อคิดเห็นต่างๆ เพื่อนำไปพัฒนาครอบครัว ให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

๒.๑.๑ ความสำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อการมีชีวิตที่ดีขึ้นมีความสำคัญมาก คือเพื่อให้เกิดการดำรงอยู่ของชีวิตได้อย่างไม่มีปัญหา ทั้งต่อตนเอง ครอบครัวและสังคมชุมชน การที่จะพัฒนาให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้นั้นจะต้องรู้จักแบ่งแยก หรือเลือกสรรในสิ่งที่จะนำพาให้วิถีชีวิตเกิดความสุขได้ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งจะต้องคำนึงถึงผลที่จะตามมา การพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง ๔ ด้าน^{๑๔} ดังนี้

๑. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย
๒. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิตใจ
๓. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านความสัมพันธ์ทางสังคม
๔. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสิ่งแวดล้อม

๑. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านกาย หมายถึง การพัฒนาร่างกายให้มีความแข็งแรง สมบูรณ์ในทุกๆด้าน หรือการปราศจากความเจ็บป่วยของอวัยวะทุกส่วนในร่างกาย บุคคลที่มีสุขภาพกายดี คือบุคคลที่ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ และไม่เป็น "พาหะ" ของโรค หรือไม่มีเชื้อโรคซ่อนอยู่ซึ่งจะติดต่อเผยแพร่ไปยังผู้อื่นได้ เพื่อให้ถึงพร้อมดังนี้^{๑๕}

(๑) ความสำคัญทางด้านสุขภาพ คือ การดูแลสุขภาพให้แข็งแรง สมบูรณ์ การมีสุขภาพที่ดีสามารถที่จะปฏิบัติภารกิจต่างๆ ได้อย่างไม่มีปัญหา ผู้ที่มีสุขภาพดีย่อมเป็นผู้ที่มีความสุข ทำให้เป็นที่ชื่นชมของผู้พบเห็นจะทำกิจการสิ่งใดย่อมประสบผลสำเร็จ

(๒) ความสำคัญด้านอาหาร อาหารเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิตของคนเรา สุขภาพจะสมบูรณ์แข็งแรงหรือไม่ ร่างกายจะสามารถซ่อมแซมส่วนที่ชำรุดสึกหรอได้เร็วช้าอย่างไร ล้วนขึ้นอยู่กับคุณภาพของอาหารที่เรารับประทานทั้งสิ้น การบริโภคอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม ร่วมกับพื้นฐานการบริโภคนิสัยที่ดี ก็จะช่วยยืดอายุให้มีสุขภาพที่ดีในระยะยาว ในกรณีที่มีการเจ็บป่วยอยู่

^{๑๔} คุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย) WHOQOL – BREF – THAI), [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.dmh.go.th/> [๓ มีนาคม ๒๕๕๙].

^{๑๕} ความสำคัญทางด้านสุขภาพ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://sites.google.com>. [๖ ตุลาคม ๒๕๕๙].

แล้วก็จะช่วยทำให้อาการของโรคดีขึ้น หรือคงสภาพอยู่ในระดับปกติมีความเสื่อมถอยหรือก้าวหน้าของโรคช้าลง^{๑๖}

(๓) ความสำคัญด้านการพักผ่อน การพักผ่อนอย่างเพียงพอ เป็นสิ่งสำคัญสำหรับคนทุกเพศ ทุกวัย รวมไปถึงการพักผ่อนนอนหลับของทุกๆคน สังเกตได้หากวันไหนนอนพักผ่อนไม่เพียงพอ วันนั้นจะทำให้เกิดอาการเพลียและทำงานอย่างไม่มีความสุข สมองจะมีมึนตื้อคิดอะไรไม่ออก คนเราใช้เวลา ๑ ใน ๓ ของชีวิตเพื่อการนอนหลับ การนอนหลับจึงเป็น กระบวนการตามธรรมชาติ เพื่อป้องกันอันตรายเนื่องจากความเหน็ดเหนื่อยและรักษาไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีของหัวใจ การไหลเวียนของโลหิต และการทำงานของร่างกายขณะหลับจะลดระดับลงสู่ระยะพัก ช่วยลดความเหนื่อยล้า ลดความเครียดของร่างกายและจิตใจ ขณะเดียวกันก็เป็นการฟื้นฟู สะสมพลังกำลังของร่างกายให้พร้อมสำหรับทำกิจกรรมในแต่ละวันต่อไป ยิ่งหลับได้นานและหลับได้สนิท ยิ่งจะเป็นประโยชน์ต่อร่างกายและจิตใจมากขึ้น^{๑๗}

(๔) ความสำคัญด้านการออกกำลังกาย การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เป็นการสร้างเสริมความแข็งแรง สมบูรณ์ให้กับร่างกาย ช่วยชะลอความเสื่อมโทรมของอวัยวะในส่วนต่างๆ ทำให้เกิดการต้านทานต่อโรค ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและเส้นเลือดตีบ ทำให้แก่ช้า มีอายุยืน บรลุ ศิริพานิช กล่าวถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายไว้ใน สร้างกาย-ใจให้แข็งแรง ไว้ดังนี้^{๑๘}

๑) ช่วยลดความชรา ผู้ที่ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ดูเป็นหนุ่ม เป็นสาว ความเสื่อมของสมรรถภาพทางกาย และการลดของประสิทธิภาพในการทำงานเกิดช้ากว่าที่ควร เป็นช่วยยืดอายุให้ยืนยาว

๒) การทรงตัว และการทำงานของอวัยวะต่างๆ มีการประสานกันดีขึ้น ร่างกายมีความกระฉับกระเฉง ว่องไว เคลื่อนไหวได้ดี ลดโอกาสการพลัดตกหกล้ม ซึ่งเป็นปัญหาในวัยของผู้สูงอายุ

๓) ลดน้ำหนักตัว ควบคุมไม่ให้อ้วน รูปร่างดีขึ้น เพราะการออกกำลังกายช่วยเผาผลาญพลังงานส่วนเกิน

๔) ลดความเครียดและอาการซึมเศร้า ทำให้จิตใจแจ่มใสสดชื่น เพราะขณะออกกำลังกาย ร่างกายจะหลั่งสาร เอนดอร์ฟิน ซึ่งเป็นสารสุขออกมาด้วย จะสังเกตได้ว่าหลังออกกำลังกาย หน้าตาจะอึมเิบ สดใส

๕) ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง

๖) ลดความดันโลหิต การออกกำลังกายให้ได้ผล ผู้สูงอายุจำเป็นต้องปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง โดยคำนึงถึงความเหมาะสมกับสุขภาพร่างกาย ทั้งนี้หัวใจต้องเด่นเป็นจิงหะติดต่อกัน จนกระทั่งชีพจรถึงเป้าหมาย คือ อยู่ที่ ๖๕ - ๘๐ เเปอร์เซ็นต์ ของชีพจรสูงสุด

^{๑๖} บรลุ ศิริพานิช, สร้างกาย-ใจให้แข็งแรง, พิมพ์ครั้งแรก, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์ดี จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๕๙.

^{๑๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๙.

^{๑๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๔-๗๕.

๒. การพัฒนาคุณภาพทางด้านจิตใจ ในสภาพสังคมปัจจุบัน ปัญหาทางด้านอารมณ์ในการควบคุมอารมณ์ คือ ต้องเป็นคนที่ยืดหยุ่นต่อปัญหาอุปสรรคต่างๆ สิ่งที่สำคัญที่สุด คือการอยู่ร่วมกันในสังคม และงานในหน้าที่ ชั้นดีหรือความอดทน มีความสำคัญเทียบเท่ากับการบรรลุธรรมเลยทีเดียว ชั้นดี คือความอดทน ครอบคลุมไปถึงการอดทนต่อความทุกข์ ทนต่อความยากลำบาก ยอมรับความคิดเห็นของผู้คน ที่มีความคิดเห็นแตกต่างจากตนเอง ให้อภัยและมีความมั่นคงทางอารมณ์ ชั้นดีจึงเป็นปัจจัยที่ช่วยวัดความสามารถในการรู้เท่าทัน เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ได้^{๑๙} สุขภาพทางร่างกาย และสุขภาพทางจิตเป็นสิ่งที่ต้องพัฒนาควบคู่กันไป กายดี จิตต้องดี หากขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดไปแล้วจะส่งผลให้ความสมบูรณ์ของชีวิตขาดหายไป การที่อยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุขที่ดี จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ทุกๆ คนควรจะต้องปฏิบัติตน และดูแลสุขภาพจิตให้พร้อมต่อการอยู่ร่วมกับคนรอบข้าง อันจิตที่ได้รับการฝึกอบรมในทางที่ถูกนั้น ต้องเป็นจิตที่มีความสงบเยือกเย็นเป็นสุข^{๒๐} ปัจจุบันปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นถือว่าการทดสอบ ความอดทนของตนเองเป็นสิ่งที่เราจะต้องก้าวข้ามผ่านมันไปให้ได้หากเรามีการฝึกควบคุมสุขภาพจิตให้ดีก็ย่อมเป็นอีกหนึ่งตัวช่วยที่จะทำให้สามารถเอาชนะอุปสรรคที่กีดขวางความสำเร็จของเราได้^{๒๑}

๓. การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม หมายถึง การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่นๆ ในสังคม การรับรู้ถึง การที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นๆ ในสังคม รวมถึงการรับรู้ว่า ตนเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นๆ ในสังคมด้วย เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีทางสังคม ในการดำเนินชีวิตให้เกิดความสุข เป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนาแต่การให้มีคุณภาพชีวิตทางสังคมที่ดีได้นั้น ต้องขึ้นอยู่กับการกระทำของคนที่มาต่อชุมชน สังคมนั้นๆ ไม่เป็นคนที่ไม่เห็นแก่ตัวและพวกพ้อง ทำจิตใจให้เป็นกุศล มองโลกในแง่ดี มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เป็นเบื้องต้น ในปัจจุบันมีการสื่อสารที่จะนำไปสู่ปฏิสัมพันธ์ในทางที่ดีของสังคมอยู่มากมาย เช่น

๑) การทำงานร่วมกับผู้อื่น เป็นสิ่งที่ดีสำหรับสังคมมนุษย์ ในชีวิตประจำวันจะขาดเสียมิได้ หรือจะปฏิเสธไม่ได้เลยว่า เราจะต้องทำงานร่วมกับคนอื่นอยู่ตลอดเวลา แต่การจะทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ต้องเป็นคนใจกว้าง มีพรหมวิหารธรรม มองโลกในแง่ดี รู้จักการให้อภัย รู้จักแบ่งปันให้กับผู้อื่น

๒) การเป็นจิตอาสา ให้ความช่วยเหลือกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน การที่ไม่ทำตัวเป็นคนที่นั่งดูตาย แต่ให้สนใจ ให้ความช่วยเหลือการเป็นอยู่ในกิจกรรมในชุมชน สังคม ถือว่าบุคคลผู้นั้นเป็นผู้มีจิตใจที่สูง จิตอาสา หมายถึง การให้ และอาสาให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันในสังคม ซึ่งมีอยู่ร่วมกับสังคมมาช้านาน ให้ความช่วยเหลือในความเดือดร้อนทั้งด้านภัยพิบัติต่างๆ รวมถึงความขาดแคลนเรื่องอาหารและน้ำดื่มบริโภคต่างๆ และยอมให้ความช่วยเหลือในทุกกิจกรรม ที่สามารถจะ

^{๑๙} พระคำภาย ธรรมสมาธิ, มงคลสูตรสร้างได้, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๓๕.

^{๒๐} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก, วิธีฝึกใจไม่ให้โกรธ, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ๖๔ การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๙.

^{๒๑} สุขภาพจิตดี-สร้างได้ด้วยตัวคุณ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.สุขภาพน่ารู้.com/สุขภาพจิตดี/สร้างได้ด้วยตัวคุณ-> [๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙].

ทำได้ทั้ง แรงกาย แรงใจ และทรัพย์สิน สังคมจะยั่งยืนได้อย่างสันติสุข ทุกคนจะต้องให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

๔. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสิ่งแวดล้อม หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นและมีผลต่อการดำเนินชีวิต สามารถนำความรู้ มาพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เข้าใจเพื่อแสวงหาเหมาะสม ในการมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ มีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต การได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ปราศจากมลพิษต่างๆ การอยู่ในสถานที่ที่มีคมนาคมสะดวก การมีสถานบริการทางสุขภาพและสังคมสงเคราะห์ การได้รับข่าวสารหรือฝึกฝนทักษะต่างๆ การมีกิจกรรมนันทนาการ ทำในเวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เป็นต้น

คุณภาพชีวิตของบุคคล คือความพึงพอใจของบุคคล ที่เกิดจากการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ที่ต้องมีการพัฒนา ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง การคิดวิเคราะห์ รู้เท่าทันในการดำเนินชีวิตสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข คือการมีสุขภาพกายที่แข็งแรง การมีสุขภาพจิตใจดี การอยู่ในสังคมและครอบครัวดี การอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคที่จะมากระทบตน และเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นสามารถนำปัญญามาช่วยแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และรู้เท่าทันต่อเหตุการณ์ สามารถยอมรับสถานการณ์นั้นๆ ได้ด้วยความคิดที่แยบคาย

๒.๒.๒ แรงจูงใจในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

แรงจูงใจ เป็นแรงส่งเสริมการพัฒนาชีวิตให้ตั้งมั่นขึ้นด้วยปัญญา แรงจูงใจ คือ ใฝ่ดีและใฝ่รู้ หรือใฝ่ในความดีงามในความรู้ แรงจูงใจเป็นสภาวะจิตใจของบุคคล ที่ถูกกระตุ้นทำให้เกิดความต้องการที่นำไปสู่ แรงขับเคลื่อนภายในที่จะแสดงพฤติกรรม แรงจูงใจเป็นสิ่งที่สำคัญของทุกคน และเกิดขึ้นกับทุกเพศทุกวัย ที่จะทำได้ในสิ่งที่ดีและไม่ดีให้เกิดขึ้นกับตัวเองและผู้อื่น แรงจูงใจที่เกิดขึ้นเกิดจากนามธรรม ภายในจิตใจ ที่ส่งผลปรากฏออกมาเป็นรูปธรรม ที่สามารถจำต้องได้ เช่นเดียวกับแรงจูงใจในการพัฒนาคุณภาพชีวิต จากความเป็นจริงของสัตว์โลกที่เกิดขึ้นมาบนโลกใบนี้ เมื่อเกิดมาแล้วต้องมีความเจริญเติบโต จนถึงวัยแก่เฒ่าและตายจากกันไปคนแล้วคนเล่า ไม่มีใครจะหนีความจริงไปได้ แต่ก่อนที่ทุกคนจะไปถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ไม่มีใครปรารถนาที่จะให้วันนั้นมาถึง ต่างหาวิธีการที่จะยืดอายุและสังขารของตัวเอง ให้อยู่บนโลกนี้ได้ยาวนานที่สุด ต่างก็มีแรงจูงใจที่จะพัฒนาร่างกายตัวเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถอยู่ในสังคมครอบครัว และสังคมชุมชนได้อย่างมีความสุข

แรงจูงใจ (Motive) มาจากภาษาลาตินว่า “Movere” หมายถึง ความเคลื่อนไหว (To move) คือ แรงที่มีอำนาจทำให้คนได้แสดงพฤติกรรมออกมาอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นแรงผลักดันให้คนแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างตั้งใจ หรืออย่างมีการสั่งการจากภายใน ซึ่งพอแยกออกได้ดังนี้

๑. แรงกระตุ้น (Stimulus) หมายถึง เงื่อนไขที่มีผลต่อความพร้อมที่ทำให้มนุษย์เริ่มแสดงพฤติกรรมต่างๆ

๒. ความต้องการ (Needs) คือ ความอยากได้หรือความขาดแคลน เกิดขึ้นเนื่องจากสภาพของอวัยวะและจิตใจ ไม่อยู่ในสภาพที่สมดุล ร่างกายจึงจำเป็นต้องได้รับความต้องการต่าง ๆ มาบำบัด

๓. แรงขับ (Drives) เกิดขึ้นจากอวัยวะภายในร่างกาย เมื่อร่างกายอยู่ในสภาพที่ไม่สมดุล เกิดความอดอยากขาดแคลน ก็จะเกิดแรงขับมาผลักดันให้ร่างกายมีปฏิกิริยาอย่างหนึ่งอย่างใด

๔. แรงจูงใจ (Motivation) หมายถึง เหตุจูงใจที่ทำให้ความต้องการของคนได้รับความพอใจ และทำให้พฤติกรรมของคน บรรลุเป้าหมาย

๕. แรงล่อใจ (Incentive) หมายถึง สิ่งที่มาล่อใจเพื่อนำคนให้ไปสู่จุดหมายปลายทาง

๖. เป้าหมาย (Goals) เป็นตัวลดแรงขับให้น้อยลง เมื่อใดที่เราสามารถลดแรงขับลงมาได้ ก็แสดงว่าเราคิดความพึงพอใจในความต้องการนั้นแล้ว ความต้องการ การเร่งเร้า การจูงใจ แรงกดดัน ความปรารถนา จุดหมายปลายทาง สิ่งล่อใจต่างๆ ทั้งหมดล้วนแต่มากระตุ้นให้คนแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา^{๒๒}

แรงใจหรือกำลังใจในตัวคนมีอยู่ ๓ ชนิด คือ

๑. แรงที่เกิดจากความต้องการของร่างกาย (Physiological motives) เรียกว่า แรงทางอวัยวะหรือแรงทางกาย เช่น อาหาร น้ำดื่ม การนอน การถ่ายของเสียออกจากร่างกาย เป็นต้น

๒. แรงส่วนตัว (Personal motives) หมายถึง แรงที่เกิดจากส่วนตัว อยากรให้ตัวเองได้รับความสุข ความสะดวกสบายมากที่สุด

๓. แรงทางสังคม (Social motives) หมายถึง แรงที่อยากจะให้สังคมได้มาช่วยเหลือตน เช่น เด็กเล็ก ๆ ร้องให้หาแม่เพื่อจะได้อยู่ใกล้ชิดแม่หรือให้แม่กอดอุ้ม เด็กไม่ต้องการนมแต่ต้องการความรัก ความสนใจ ความอบอุ่น หรือการยอมรับ

ภาวะที่ทำให้คนเกิดแรงจูงใจ คือ ภาวะที่บุคคลถูกกระตุ้นด้วยแรงขับ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายหรือหลักชัย

แรงจูงใจในวรรณคดีของนักจิตวิทยา ได้กล่าวไว้ในหนังสือ จิตวิทยาพัฒนาคุณภาพชีวิต เรียบเรียงโดย มนูญ ตนะวัฒนา ดังนี้^{๒๓}

๑) วิลเลียม เจมส์ นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ได้กล่าวว่า แรงจูงใจเกิดจากสัญชาตญาณ คือ การกระทำใดๆ ที่ทำไปโดยไม่มีเหตุผล เช่น การร้องไห้ การเคลื่อนไหวของร่างกาย ความอยากรู้ อยากรเห็น การเรียนแบบ การเข้าสังคม ความรู้สึกเห็นอกเห็นใจ ความกลัวที่มีต ความอิจฉาริษยา และความรัก

๒) วิลเลียม แมคโดคอลล์ นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ได้กล่าวว่า แรงจูงใจเป็นความรู้สึก ตั้งใจที่อยู่ภายในตัวตน ซึ่งทำให้สิ่งมีชีวิตรับรู้ และ ให้ความสนใจบางสิ่งบางอย่าง แล้วแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างเฉพาะเจาะจง

๓) ซิกมันด์ ฟรอยด์ นักจิตวิทยาชาวเยอรมัน ได้อธิบายว่า แรงจูงใจเกิดจากจิตไร้สำนึก (Unconscious motivation) มีลักษณะคล้ายกับสัญชาตญาณ เช่น แรงจูงใจทางเพศ และความก้าวร้าวตามธรรมชาติ

^{๒๒} มนูญ ตนะวัฒนา, จิตวิทยาพัฒนาคุณภาพชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : อีรพวงษ์การพิมพ์, ๒๕๒๑), หน้า ๕๐, ๕๑.

^{๒๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๑, ๕๓.

๔) สไตเนอร์ แรงจูงใจ คือ สภาพภายในอินทรีย์ ที่ไปกระตุ้นริเริ่มให้ทำกิจกรรมและความเคลื่อนไหว ซึ่งนำไปสู่การกระทำตามแนวทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

๕) แซนฟอร์ด และ โรซแมน นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ได้กล่าวว่า การจูงใจเป็นความรู้สึกที่ไม่อยากหยุดนิ่งเป็นการขาดแคลนหรือเป็นพลังอะไรก็ได้ที่มนุษย์ต้องอยู่ภายใต้การจูงใจนั้น ๆ มนุษย์ก็จะทำอะไรบางอย่างออกมาออกมาเหมือนกัน ซึ่งเขาสรุปว่าการจูงใจ คือการกระทำเพื่อลบสภาพการณ์ที่ไม่หยุดนิ่ง เพื่อทดแทนการขาด หรือทดแทนพลังบางอย่าง

การที่จะพัฒนาในสิ่งใดก็ตาม จะต้องขึ้นอยู่กับแรงจูงใจของแต่ละบุคคล ที่ผลักดันเป็นแรงจูงใจออกมาเป็นรูปธรรม แรงจูงใจที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนาที่จะให้การดำรงตนอยู่อย่างมีความสุข ปราศจากปัญหาและมลภาวะของชีวิต

องค์ประกอบของแรงจูงใจ

จันท์ ชุ่มเมืองปัก^{๒๔} ให้แนวคิดไว้ว่า องค์ประกอบสำคัญของแรงจูงใจประกอบด้วยแรงจูงใจที่สำคัญ ๒ ประการ คือ

๑. ธรรมชาติของแต่ละบุคคลเพราะคนแต่ละคนไม่เหมือนกัน (Individual Differences) มีความแตกต่างกันในสิ่งที่ป็นธรรมชาติ เช่น กรรมพันธุ์ นิสัย อารมณ์ความต้องการ ผิพรรณ สีของนัยน์ตาเป็นต้น แต่ธรรมชาติที่เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของแรงจูงใจ คือ

๑.๑ แรงขับ (Drive) เป็นความตึงเครียดของร่างกายที่ทำให้เกิดกิจกรรมที่จะบรรเทาหรือลดความตึงเครียดนั้นๆ เช่น ความหิวความกระหาย ความรู้สึกทางเพศต่อการที่เป็นความประสงค์อย่างรุนแรงจนกลายเป็นราคะ Desire) เป็นต้น แรงขับเหล่านี้จะต้องก่อพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งให้แรงขับหายไป ซึ่งแรงขับเหล่านี้มี ๒ ประเภทด้วยกัน

(๑). แรงขับภายในร่างกาย (Primary Drive) หรือแรงขับปฐมภูมิ ได้แก่ แรงขับที่เกิดอยู่ภายในร่างกาย การเกิดแรงขับภายในร่างกายแปลว่าร่างกายขาดสภาวะสมดุลจนทำให้เกิดความรู้สึกต่างๆ เช่นหิวกระหายความรู้สึกทางเพศ หรือวังเหงาแรงจูงใจภายในร่างกายของแต่ละคนมีไม่เท่ากัน

(๒). แรงขับภายนอกในร่างกาย (Secondary Drive) หรือแรงขับทุติยภูมิ แรงขับที่มาจากภายนอกในร่างกาย ได้แก่ พวกแรงขับที่เกิดจากความต้องการด้านสติปัญญา ด้านอารมณ์และสังคม ตัวอย่าง อยากรับสมาชิกวุฒิสภา อยากรับกรรมการตุลาการ อยากรับกรรมการเลือกตั้ง ความต้องการเหล่านี้ ล้วนมาจากภายนอกในร่างกายทั้งสิ้น และแต่ละบุคคลจะมีความสนใจความต้องการ และแรงกระตุ้นที่มากน้อยต่างกันและกัน แรงขับประเภทนี้มีได้ทั้งบวกและลบ

๑.๒ ความวิตกกังวล (Anxiety) ความวิตกกังวลเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์ เป็นเจตคติด้านอารมณ์ และเป็นความรู้สึกของบุคคลที่วาดภาพไปถึงอนาคตที่ยังมาไม่ถึง เรียกว่า Sentiment Concerning the Future จะเกิดความกลัวต่างๆ

๒. สถานการณ์ต่างๆ ในแต่ละสิ่งแวดล้อม เป็นองค์ประกอบที่ ๒ ของแรงจูงใจ เนื่องจากองค์ประกอบที่ ๒ เป็นเรื่องของสถานการณ์ต่างๆ ในแต่ละสิ่งแวดล้อม เช่น บ้านที่ตั้งริมถนนใหญ่ มีคน

^{๒๔} จันท์ ชุ่มเมืองปัก, วรณี สินอักษร, องค์ประกอบของแรงจูงใจ ,[ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://my.dek-d.com/plugna99/writer/viewlongc.php?id=675528&chapter=25> [๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙].

ชวักไขว่ มีรถเล่นเสียงดัง นักศึกษาที่อยู่ในสภาพแวดล้อมนี้ ก็คงไม่เกิดแรงจูงใจมากพอที่จะอ่านและท่องหนังสือ

วรรณิ์ สีนอักษร^{๒๕} ให้แนวคิดว่ แรงจูงใจประกอบไปด้วย องค์ประกอบที่สำคัญ ๕ ประกอบด้วยกัน คือ

๑. ผู้รับแรงจูงใจ เช่น ในชั้นเรียนผู้รับแรงจูงใจคือ นักเรียนซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายที่ครูผู้สอนจะใช้กระบวนการจูงใจเข้าไปดำเนินการ ให้นักเรียนปฏิบัติในสิ่งที่ผู้สอนต้องการ

๒. วิธีการจูงใจ เป็นกระบวนการที่เป็นศาสตร์และศิลป์ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของผู้ถูกจูงใจ ให้เขามีความคิดคล้อยตามและลงมือปฏิบัติจนบรรลุเป้าหมายของการจูงใจ

๓. เป้าหมายของการจูงใจ คือ พฤติกรรมที่ผู้จูงใจ มุ่งหวังจะให้เกิดขึ้น ในตัวผู้ถูกจูงใจในขั้นสุดท้าย ภายหลังจากที่ได้ใช้แรงจูงใจไปแล้ว

๔. องค์ประกอบภายนอกตัวบุคคล หรือองค์ประกอบสภาพการณ์ทางสังคมที่ประกอบด้วย

๔.๑ ลักษณะของสิ่งแวดล้อมภายนอกทั้งที่เป็นบุคคล กลุ่มคน สิ่งแวดล้อมที่เป็นสภาพการณ์ต่าง ๆ

๔.๒ ความคาดหวังของสังคมที่มีต่อบุคคล

๔.๓ การเสริมแรงด้วยรางวัล คำชม หรือสิ่งล่อใจต่าง ๆ

๕. องค์ประกอบภายในตัวบุคคล ประกอบไปด้วยลักษณะต่างๆ ที่มีอยู่ในตัวบุคคล ได้แก่

๕.๑ ความสนใจและความอยากรู้อยากเห็น

๕.๒ เป้าหมายที่บุคคลเป็นผู้กำหนด

๕.๓ ระดับความวิตกกังวล

๕.๔ ความคาดหวังของบุคคลที่มีต่อความสำเร็จหรือความล้มเหลวในงานที่ทำ

๕.๕ ประสบการณ์ในอดีตของบุคคล

สรุป แรงจูงใจ คือ สภาวะที่อยู่ในตัวที่เป็นพลัง ทำให้ร่างกายเคลื่อนไหวไปในทิศทางที่นำไปสู่จุดหมายปลายทาง แรงจูงใจจึงเป็น แรงขับเคลื่อนที่อยู่ภายในของบุคคลที่กระตุ้นพฤติกรรมให้มีการกระทำที่สนองตามความต้องการ ทางร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นได้ทั้งจากปัจจัยภายในและปัจจัยนอก

^{๒๕} เรืองเดียวกัน.

๒.๒ ทฤษฎีและแนวความคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามศาสตร์สมัยใหม่

การพัฒนาคุณภาพชีวิต ช่วยทำให้บุคคลดำเนินชีวิต อยู่ในสังคม โดยมีแนวทางในการดำรงชีวิตที่ดีขึ้น แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต (Concept of quality of life) คณะทำงานทางด้านคุณภาพชีวิตสนับสนุนโดย องค์การอนามัยโลก ได้กล่าวถึงคุณภาพชีวิตว่า มีความหมายที่หลากหลายแตกต่างกันตามบริบทของผู้ศึกษา กล่าวคือ ระดับผู้กำหนดนโยบายทางสังคม เช่น รัฐบาล คุณภาพชีวิตมีความหมายในด้านหลักประกันแก่ประชาชนในด้านการบริการ หรือการสงเคราะห์ทางสังคมด้านต่างๆ เช่น การให้บริการด้านสาธารณสุขโรค การช่วยเหลือด้านสิ่งของการยกระดับรายได้ และการส่งเสริมประชากรทุกคนให้มีสิทธิเท่าเทียมกันในด้านต่างๆ ในมุมมองของนักเศรษฐศาสตร์ คุณภาพชีวิตหมายถึง รายได้มวลรวมของประเทศ อัตราเงินเฟ้อ หรือดัชนีผู้บริโภค รายได้เฉลี่ยประชากร หากเป็นทางการแพทย์ เช่น นักกิจกรรมบำบัด หรือแพทย์ คุณภาพชีวิตหมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางบวกของการรักษาหรือการฟื้นฟูสมรรถภาพที่ผู้ใช้บริการได้รับ ดังนั้นความหมายของคุณภาพชีวิตจึงเปลี่ยนไปตามบริบทของงาน ซึ่งส่งผลต่อการวัด และการแปลผล หากวิธีวัด มีความแตกต่างกัน^{๒๖}

สำนักงานสถิติแห่งชาติอเมริกา ได้ทำการศึกษา ปัจจัยที่ทำให้บุคคลมีอายุยืนยาว ซึ่งสรุปผล ออกมาได้หลายข้อ ดังนี้^{๒๗}

๑. เป็นเพศหญิง
๒. มีบรรพบุรุษอายุยืน
๓. ไม่ทำอะไรรีบร้อน เร่งรัด
๔. ยังกระฉับกระเฉง ว่องไว คล่องแคล่ว แม้เข้าสู่วัยสูงอายุ
๕. มีการศึกษาสูง
๖. มีอาชีพที่มีเกียรติ หรือที่ตนรู้สึกภาคภูมิใจ
๗. ยังทำงานหารายได้หรือมีรายได้ในยามสูงอายุ
๘. เป็นพระหรือชี
๙. มีคู่สมรสอยู่ด้วย
๑๐. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
๑๑. ดื่มพอประมาณและงดเว้นสุบบุหรี
๑๒. หลีกเลี่ยงการอยู่ในภาวะสงคราม อุบัติเหตุ และทุกภิกขภัย
๑๓. มีกิจกรรมที่ทำให้ได้ใช้กำลังกายพอสมควร
๑๔. ไม่อ้วนเกินไป
๑๕. ญาติใกล้ชิดไม่เป็นโรคหัวใจ มะเร็ง หอบหืด ไทรอยด์
๑๖. อาศัยอยู่ในชนบท

^{๒๖} ปิยะวัฒน์ ตริวิทยา, บทความ, **กรอบแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.tci-thaijo.org/index.php/bulletinAMS/viewFile/59887/49191> [๒๓ กรกฎาคม ๒๕๕๙].

^{๒๗} ดร.ศรีเรือน แก้วกังวาล, “ความมีอายุยืนยาว”, **จิตวิทยาการชีวิตทุกช่วงวัย วัยรุ่น-วัยสูงอายุ**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๕๒๐- ๕๒๑.

๑๗. ตรวจร่างกายสม่ำเสมอ

การปรับตัวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ไม่มีแนวทางใดที่จะนำมาเป็นข้อปฏิบัติให้ตายตัวได้ เป็นเรื่องของปัจเจกบุคคล ขึ้นอยู่กับสถานะของความเป็นจริงของแต่ละบุคคล เช่น บุคลิกภาพ การดูแลรักษาสุขภาพ ฐานะความเป็นอยู่ รวมถึงฐานะทางด้านสังคม สภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมของผู้สูงอายุ ได้มีการศึกษา ถึงรูปแบบการปรับตัวของผู้สูงอายุ มีแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ดังนี้

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต

๑. แนวคิดทฤษฎี PRECEDE Framework พัฒนาโดย Lawrence W. Green and Enabling Cause in Educational Diagnosis and Evaluation หมายถึง กระบวนการใช้ปัจจัยหลักหรือปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ในการวินิจฉัยและประเมินผลการดำเนินงานเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นกรอบแนวคิดในการวิเคราะห์ พฤติกรรมสุขภาพ แบบสหปัจจัย (Multiple causality assumption) โดยมีสมมุติฐานว่า พฤติกรรมของบุคคลมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัยการดำเนินงานเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น ต้องวิเคราะห์สาเหตุของพฤติกรรมก่อน โดยอาศัยกระบวนการ วิธีการต่างๆ ร่วมกันเพื่อวางแผนและกำหนดกลยุทธ์ได้อย่างเหมาะสม^{๒๘}

๒. แนวคิดทฤษฎี Compression of morbidity เชื่อว่า จำนวนปีที่ยืนยาวมากขึ้นสามารถทำให้เป็นปีที่มีสุขภาพดี ปราศจากความพิการ และจะมีผลให้ภาวะเจ็บป่วยในกลุ่มผู้สูงอายุลดลง จำเป็นต้องมีมาตรการด้านการป้องกันโรคที่มีประสิทธิผลต่อการลดการเจ็บป่วยมากกว่าลดการตายโดยการเจ็บป่วยที่มีภาวะทุพพลภาพเรื้อรังนั้น สัมพันธ์กับผลสะสมของพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ดีและมลภาวะแวดล้อม ซึ่งป้องกันและหลีกเลี่ยงได้ ดังนั้น ทฤษฎีนี้จะเป็นจริงได้จำเป็นต้องส่งเสริมวิถีชีวิตพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และเสริมสร้างสภาวะแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพถูกสุขลักษณะมากขึ้น เนื่องจากปัญหาของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เกิดจากภาวะเสื่อมถอยของร่างกาย การเจ็บป่วยเรื้อรัง และมีภาวะทุพพลภาพพร้อมด้วย ภาวะดังกล่าว ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้เพียงด้านเดียว โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงวัยกลางและวัยปลาย^{๒๙}

๓. แนวคิดทฤษฎี อีริคสัน^{๓๐} เป็นลูกศิษย์ของ ฟรอยด์ ได้สร้างทฤษฎี ในแนวทางการความคิดของ ฟรอยด์ แต่ได้ดำเนินความสำคัญทางด้านสังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมด้านจิตใจ (Psychological Environment) ว่า มีบทบาทในพัฒนาการบุคลิกภาพมาก ความคิดของ อีริคสัน ต่างกับ ฟรอยด์ หลายประการ เป็นต้นว่า เห็นความสำคัญของ Ego มากกว่า Id และถือว่าพัฒนาการของคนไม่ได้จบแค่วัยรุ่น แต่จะพัฒนาต่อไปจนกระทั่งวาระสุดท้ายของชีวิต คือ วัยชรา และตอนที่ยัง

^{๒๘} ญัตติสารณ์ ปัญจพันธ์ และคณะ, กรอบแนวคิดของ PRECEDE การสร้างเสริมสุขภาพองค์กรรวม การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาสุขภาพวิถีไทย, พิมพ์ที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : กฤตญ์การพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า ๔๑.

^{๒๙} สมศักดิ์ ภัทรกุลวณิชย์, การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว สำหรับเจ้าหน้าที่, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๕๔), หน้า ๑๖.

^{๓๐} ครูบ้านนอก.คอม : ทฤษฎีจิตสังคมของอีริคสัน, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.kroobannok.Com/105>, [๕ สิงหาคม ๒๕๕๙].

มีชีวิตอยู่ บุคลิกภาพของคนก็เปลี่ยนไปเรื่อยๆ ทฤษฎีจิตสังคม (Psychological Theory) ได้แบ่งพัฒนาทางบุคลิกภาพออกเป็น ๘ ชั้น ดังนี้คือ

ขั้นที่ ๑ ความไว้วางใจ – ความไม่ไว้วางใจ (Trust vs Mistrust) ซึ่งเป็นขั้นในวัยทารก อีริคสัน ถือว่าเป็นรากฐานที่สำคัญของพัฒนาการในวัยต่อไป เด็กวัยทารกจำเป็นต้องมีผู้เลี้ยงดูเพราะช่วยตนเองไม่ได้ ผู้เลี้ยงดูจะต้องเอาใจใส่เด็ก ถึงเวลาให้นมก็ควรจะให้และปลดเปลื้องความเตื่อร้อน ไม่สบายของทารกอันเนื่องมาจากการขับถ่าย เป็นต้น

ขั้นที่ ๒ ความเป็นตัวของตัวเองอย่างอิสระ – ความสงสัยไม่แน่ใจตัวเอง (Autonomous vs Shame and Doubt) อยู่ในวัยอายุ ๒ - ๓ ปี วัยนี้เป็นวัยที่ เริ่มเดินได้ สามารถที่จะพูดได้และความเจริญเติบโตของร่างกาย ช่วยให้เด็กมีความอิสระ พึ่งตัวเองได้ และมีความอยากรู้อยากเห็น อยากจับต้องสิ่งของต่างๆ เพื่อต้องการสำรวจว่า คืออะไร เด็กเริ่มที่อยากเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเอง

ขั้นที่ ๓ การเป็นผู้คิดริเริ่ม – การรู้สึกผิด (Initiative vs Guilt) วัยเด็กอายุประมาณ ๓ - ๕ ปี อีริคสัน เรียกวัยนี้ว่า เป็นวัยที่เด็กมีความคิดริเริ่ม อยากจะทำอะไรด้วยตนเอง จากจินตนาการของตนเอง การเล่นสำคัญมากสำหรับวัยนี้เพราะเด็กจะได้ทดลองทำสิ่งต่างๆ จะสนุกจากการสมมติของต่างๆ เป็นของจริง เช่น อาจจะใช้สิ่งกระดาษเป็นรถยนต์ ขับรถยนต์เหมือนผู้ใหญ่

ขั้นที่ ๔ ความต้องการที่จะทำกิจกรรมอยู่เสมอ – ความรู้สึกด้อย (Industry vs Inferiority) อีริคสัน ใช้คำว่า Industry กับเด็กอายุประมาณ ๖ - ๑๒ ปี เนื่องจากเด็กวัยนี้ มีพัฒนาการด้านสติปัญญาและทางด้านร่างกาย อยู่ในขั้นที่มีความต้องการที่จะทำอะไรอยู่เรื่อยๆ ไม่เคยว่าง

ขั้นที่ ๕ อัตภาพหรือการรู้จักว่าตนเองเป็นเอกลักษณ์ – การไม่รู้จักตนเองหรือสับสนในบทบาทในสังคม (Ego Identity vs Role Confusion) อีริคสัน กล่าวว่า เด็กในวัยนี้ มีอายุระหว่าง ๑๒ - ๑๘ ปี จะรู้สึกตนเองว่า มีความเจริญเติบโต โดยเฉพาะทางด้านร่างกายเหมือนกับผู้ใหญ่ทุกอย่าง ร่างกายเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มีการเปลี่ยนแปลงทางเพศทั้งหญิงและชาย เด็กวัยรุ่นจะมีความรู้สึกในเรื่องเพศ และบางคนเป็นกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

ขั้นที่ ๖ ความใกล้ชิดผูกพัน – ความอ้างว้างตัวคนเดียว (Intimacy vs Isolation) วัยนี้เป็นวัยผู้ใหญ่ระยะต้น (Young Adulthood) เป็นวัยที่ทั้งชายและหญิง เริ่มที่จะรู้จักตนเองว่ามีจุดมุ่งหมายในชีวิตอย่างไร เป็นวัยที่พร้อมที่จะมีความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ ในฐานะเพื่อนสนิทที่จะเสียสละให้กันและกัน รวมทั้งสามารถยินยอมเห็นใจซึ่งกันและกันโดยไม่เห็นแก่ตัวเลย และมีความคิดสร้างฐานะเป็นหลักฐาน หรือคิดที่จะมีครอบครัวเป็นของตนเอง

ขั้นที่ ๗ ความเป็นห่วงชนรุ่นหลัง – ความคิดถึงแต่ตนเอง (Generativity vs Stagnation) อีริคสัน อธิบายคำว่า Generativity เป็นวัยที่เป็นห่วงเพื่อนร่วมโลกโดยทั่วไป หรือเป็นห่วงเยาวชนคนรุ่นหลัง อยากจะให้ความรู้ สอนคนรุ่นหลังต่อไป คนที่แต่งงานมีบุตรก็สอนลูกหลาน คนที่ไม่แต่งงาน ถ้าเป็นครูก็สอนลูกศิษย์ ถ้าเป็นนายก็สอนลูกน้อง หรือช่วยทำงานทางด้านศาสนา เพื่อที่จะปลูกฝังให้คนรุ่นหลังเป็นคนดีต่อไป

ขั้นที่ ๘ ความพอใจในตนเอง – ความสิ้นหวังและความไม่พอใจในตนเอง (Ego Integrity vs Despair) วัยนี้เป็นระยะบั้นปลายของชีวิต ฉะนั้น บุคลิกภาพของคนวัยนี้มักจะเป็น

ผลรวมของ ๗ วัย ที่กล่าวมา ผู้สูงอายุบางท่านยอมรับว่าที่ผ่านมา มีชีวิตที่ดีและได้ทำดีที่สุด ยอมรับว่าอยู่ในช่วงบั้นปลายของชีวิต ต้องการจะมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข และมีความพอใจในสภาพชีวิตของตน ไม่กลัวความตาย พร้อมทั้งจะตาย ยอมรับว่าคนเราเกิดมาแล้วก็ต้องตาย^{๓๑}

ทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ได้แก่ ทฤษฎีปล่อยวาง (disengagement theory) ทฤษฎีกิจกรรม (engagement theory) และทฤษฎีตำแหน่งบทบาท (role theory) มีรายละเอียด ดังนี้^{๓๒}

๑. ทฤษฎีปล่อยวาง (disengagement theory)

ทฤษฎีนี้ได้อธิบายว่า การปรับตัวยามสูงวัย คือ การปล่อยวาง ผู้สูงอายุควรลดบทบาทต่างๆ ทางสังคม (social role) ลงบ้าง การเก็บตัว เพราะวิธีนี้ เหมาะสมกับสภาพร่างกายที่เริ่มเสื่อมถอย นอกจากนี้กิจกรรมงานและกิจกรรมทางสังคม ควรได้รับการปล่อยวางแล้ว ดังนั้น ผู้สูงอายุควรอยู่อย่างเรียบง่าย เยียบๆ ไม่เข้าไปวุ่นวายกับภารกิจทางสังคมและครอบครัวให้มากนัก เมื่อผู้สูงอายุมีความต้องการและความเกี่ยวข้องทางสังคมน้อย วิธีนี้จะเป็นวิธีรักษาคุณภาพแห่งชีวิต อารมณ์ จิตใจ และร่างกาย

๒. ทฤษฎีกิจกรรม (engagement theory)

ทฤษฎีนี้มีแนวคิดที่ว่า หากผู้สูงอายุละสังคม โลกและสังคมก็จะละทิ้งเขา โดยเชื่อว่าตามความเป็นจริงในส่วนลึกของจิตใจแล้ว ผู้สูงอายุยังต้องการสังคม ผู้สูงอายุจะพอใจและมีความสุขในตนเอง ถ้าหากผู้สูงอายุยังคงทำกิจกรรมทางสังคมเพื่อสังคม ทฤษฎีนี้เชื่อว่าความสุขในยามสูงวัยตัดสินใจได้จากความสามารถที่ผู้สูงวัยทำอะไร ให้แก่สังคมได้มากน้อยเพียงไร ดังนั้นถ้าผู้สูงอายุได้วางมือจากงานอย่างหนึ่งแล้วก็ควรหางานอย่างหนึ่งมาทดแทน

๓. ทฤษฎีตำแหน่งบทบาท (role theory)

ทฤษฎีนี้ คล้ายคลึงกับทฤษฎีกิจกรรมแต่มองในแง่ของสังคมวิทยา โดยมีแนวคิดที่ว่า มนุษย์มีความสุขผูกพันกับความสุข ความพอใจ กับตำแหน่งบทบาททางสังคม บุคคลมีบทบาทและตำแหน่งต่างๆ มากมายก่อนวัยสูงอายุ ทั้งสังคมในบ้าน และนอกบ้านในงานอาชีพ แต่ต้องลดบทบาทลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ การลดบทบาทลงทำให้ตนเสียความมั่นคงของชีวิตในด้านต่างๆ ดังนั้น วิธีปรับตัวที่ดีก็คือ การหาบทบาทตำแหน่งใหม่ๆต่อไป เช่น หาความสนใจใหม่ๆ หากกลุ่มสังคมใหม่ๆ หางานใหม่ๆ แนวคิดของทฤษฎีนี้ คือ อัตลักษณ์ (Identity) ของบุคคล ตระหนักรู้ได้จากบทบาทตำแหน่งของตน และคนเราจะปรับตัวได้เมื่อผูกพันตนเองกับบทบาทเท่านั้น

สรุป การพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นการเปลี่ยนแปลง การกระทำในทางที่ดี เพื่อการมีชีวิตที่สมบูรณ์ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นกระบวนการ การใช้ปัจจัยหลัก ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม เพื่อนำมาเป็นหลักในการเปลี่ยนแปลง ปรับปรุงพฤติกรรมตนเอง ทั้งในด้านสุขภาพร่างกาย ด้านอารมณ์และจิตใจ รวมทั้งด้านความสามารถและสติปัญญา เพื่อให้การดำเนินชีวิตให้ดีขึ้นมีความสุข มีความสมบูรณ์ และความพอใจในสภาพชีวิตของตน

^{๓๑} อ่างแล้ว.

^{๓๒} ดร.ศรีเรือน แก้วกังวาล, “ความมีอายุยืนยาว”, จิตวิทยาการชีวิตทุกช่วงวัย วัยรุ่น-วัยสูงอายุ, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๐), หน้า ๕๒๒ - ๕๒๓.

๒.๒.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามองค์การอนามัยโลก

องค์การอนามัยโลก (The WHOQOL group, ๑๙๙๔) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า คุณภาพชีวิตเป็นมโนทัศน์หลายมิติ ที่ประสานการรับรู้ของบุคคล ในด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านระดับความเป็นอิสระไม่ต้องพึ่งพา ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านความเชื่อ ส่วนบุคคลภายใต้วัฒนธรรม ค่านิยม และเป้าหมายในชีวิตของแต่ละบุคคล^{๓๓} ด้วยเหตุนี้ องค์การอนามัยโลก จึงได้คิดริเริ่มสร้างเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต เพื่อชี้วัดสถานะทางสุขภาพ เครื่องมือชี้วัดเกิดขึ้นจากความต้องการที่จะวัดคุณภาพชีวิตอย่างแท้จริงเพื่อต้องการส่งเสริมการดูแลสุขภาพอย่างองค์รวม ให้ดำเนินการได้อย่างต่อเนื่อง

เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิต WHOQOL-๑๐๐ เป็นเครื่องมือที่มีคำถามประกอบด้วย ๒ แบบคือ แบบภาวะวิสัย (Perceived objective) และอัตวิสัย (self-report subjective) ประกอบด้วยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ๖ ด้าน ดังนี้^{๓๔}

๑. ด้านร่างกาย (physical domain) คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกาย ของบุคคล ซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสบาย ไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกายได้ การรับรู้ถึงผลกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้เรื่องการนอนหลับ และการพักผ่อนรวมทั้งการรับรู้เรื่องการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งการรับรู้เหล่านี้มีผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน

๒. ด้านจิตใจ (psychological domain) คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง การรับรู้ถึงความรู้สึกภาคภูมิใจตนเอง การรับรู้ถึงความมั่นใจในตนเอง การรับรู้ถึงความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจ และความสามารถในการเรียนรู้เรื่องราวต่างๆของตน และการรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความเครียดหรือกังวล เป็นต้น

๓. ด้านระดับความเป็นอิสระของบุคคล (level of independence) คือ การรับรู้ถึงความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น การรับรู้ถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการทำงาน การรับรู้ว่าคุณไม่พึ่งพายา หรือการรักษาทางการแพทย์ เป็นต้น

๔. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ทางเพศ หรือการมีเพศสัมพันธ์

๕. สิ่งสิ่งแวดล้อม (environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่ามีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัย และมั่นคงในชีวิต การ

^{๓๓} สุวัฒน์ มหัตถนิรันดร์กุล และคณะ, **เปรียบเทียบแบบวัดคุณภาพชีวิต** องค์การอนามัยโลก ชุด ๑๐๐ ตัวชี้วัด และ ๒๖ ตัวชี้วัด, **งานวิจัย**, (โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๔๐) หน้า ๕.

^{๓๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔-๑๕.

รับรู้ว่าได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ปราศจากมลพิษต่างๆ การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงิน สถานบริการทางสุขภาพ และสังคมสงเคราะห์ การรับรู้ว่ามีโอกาสที่จะได้รับข่าวสาร หรือฝึกฝนทักษะต่างๆ การรับรู้ว่ามีกิจกรรมสนทนา และมีกิจกรรมในเวลาว่าง

๖. ด้านความเชื่อส่วนบุคคล (spirituality religion/personal beliefs) คือ รวมไปถึงการรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อมั่นต่างๆของตน ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ถึงความเชื่อด้านจิตวิญญาณ ศาสนา การให้ความหมายของชีวิต และความเชื่ออื่นๆ ที่มีผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิตมีผลต่อการเอาชนะอุปสรรค เป็นต้น

องค์การอนามัยโลกจึงให้ความสนใจที่จะต้องดูแลคุณภาพชีวิตของคนทั้งโลก เพื่อต้องการคนในโลกนี้ดำเนินวิถีชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขในทุกๆด้าน ไม่ว่าจะเป็ทางด้านกายเพื่อต้องการให้ทุกคนมีสุขภาพที่ดีแข็งแรงสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุข ด้านจิตต้องการให้มีสุขภาพจิตที่ดีไม่เป็นคนมองในแง่ลบ ยกกระดับจิตให้สูงกว่าปัญหา ด้านระดับความเป็นอิสระของบุคคล ต้องการมีความเป็นอิสระในการดำเนินชีวิตทุกๆด้าน ไม่ให้มีความกดดันใดๆ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ทุกคนสามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข สิ่งสิ่งแวดล้อมอยู่ร่วมกันได้ปราศจากมลพิษต่าง ๆ ด้านความเชื่อส่วนบุคคล เชื่อมั่นต่อตนเองที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตด้วยดี ทั้งหมดนี้เป็นสิ่งองค์การอนามัยโลกต้องการให้ทุกคนมีศักยภาพในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

๒.๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวทางพระพุทธศาสนา

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา หมายถึง การฝึกและพัฒนาตนเองให้พ้นไปจากภวการณ์ถูกความทุกข์ บีบคั้น เพื่อดำรงชีวิตได้อย่างอิสรภาพ ที่อยู่เหนือเหตุปัจจัยที่จะทำให้เกิดทุกข์ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวถึง การเรียนรู้และการพัฒนา ให้เป็นผู้รู้ในการดำเนินชีวิต ในทางที่ติงามด้วยตนเอง ช่วยให้สังคมดำรงอยู่ได้ด้วยสันติสุข ไม่ให้เกิดความขัดแย้งในสังคม คุณสมบัติที่เป้นต้นทุน ๗ ประการ ที่จะพัฒนาสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีดังนี้^{๓๕}

๑. กัลยาณมิตตตา (มีกัลยาณมิตร) แสวงแหล่งปัญญาและแบบอย่างที่ดี คือ การได้อยู่ร่วมหรือใกล้ชิดกับกัลยาณชน ที่มีอิทธิพลชักนำและชักชวนกันให้มีเจริญงอกงามในการพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และ ปัญญา โดยเฉพาะให้เรียนรู้และการพัฒนาสื่อสารสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยความเมตตา มีศรัทธาที่จะดำเนินตามแบบอย่างที่ดี และรู้จักใช้ปัจจัยภายนอก ทั้งที่เป็นบุคคล หนังสือ และเครื่องมือสื่อสารทั้งหลาย ให้เป็นประโยชน์ในการแสวงหาความรู้และความติงาม เพื่อใช้ในการพัฒนาชีวิต แก้ปัญหา และทำให้เกิดการสร้างสรรค์

๒. สีสัมปทา (ทำศิลปให้ถึงพร้อม) มีวินัยเป็นฐานของการพัฒนาชีวิต คือ รู้จักจัดระเบียบความเป็นอยู่ของกิจกรรมหรือกิจการ และสิ่งแวดล้อมให้อื้อโอกาสแก่การพัฒนาชีวิต อย่างน้อยมีศีลขั้นพื้นฐาน คือ มีพฤติกรรมที่ถูกต้องในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม ด้วยการอยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์อย่างเกื้อกูล ไม่เบียดเบียนกัน และในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุด้วยการกิน

^{๓๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **ธรรมนุญชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, ๒๕๒๓), หน้า ๑-๔.

การใช้ใน ปัจจัย ๔ ตลอดจนอุปกรณ์เทคโนโลยีทั้งหลาย ในทางที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิต เกื้อหนุน การศึกษา การสร้างสรรค์ และระบบคูลยพันธ์ของธรรมชาติ

๓. ฉันทสัมปทา (ทำฉันทะให้ถึงพร้อม) มีจิตใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค์ คือ เป็นผู้มีพลังแห่ง ความใฝ่รู้ ใฝ่ดี ใฝ่ทำ ใฝ่สร้างสรรค์ ใฝ่สัมฤทธิ์ ใฝ่ความเป็นเลิศ อยากช่วยทำทุกสิ่งทุกคนที่ตนประสบ ผลสำเร็จ และเกี่ยวข้องให้เข้าถึงภาวะที่ดียิ่ง ไม่หลงติดอยู่แค่คิดว่าจะได้จะเอาและหาความสุขจาก การเสพบริโภคที่ทำให้จมอยู่ใต้วังวนแห่งความมัวเมาและการแย่งชิง แต่รู้จักใช้อินทรีย์ มีตาที่ดู มีหูที่ ฟัง เป็นต้น ในการเรียนรู้ หาความสุขจากการศึกษา และมีความสุขจากสิ่งที่ดีงาม ด้วยการใช้สมองและ มือในการสร้างสรรค์

๔. อัตตสัมปทา (ทำตนให้ถึงพร้อม) มุ่งมั่นฝึกตนจนเต็มภาวะเต็มสุดภาวะที่ความเป็นคน จะให้ถึงได้ คือ ระลึกอยู่เสมอถึงความจริงแท้แห่งธรรมชาติของมนุษย์ที่เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ และต้องฝึก ซึ่งเมื่อฝึกแล้วจะประเสริฐเลิศสูงสุด แล้งตั้งใจฝึกตนจนมองเห็นความยากลำบาก อุปสรรคและปัญหา เป็นจุดเวทีที่ทดสอบและพัฒนาสติปัญญาความสามารถ มีจิตสำนึกในการพัฒนาตนยิ่งขึ้นไป จนเต็ม สุดแห่งศักยภาพด้วยการพัฒนาที่พร้อมทุกด้าน ทั้งพฤติกรรม จิตใจ และ ปัญญา

๕. ทัฏฐิสัมปทา (ทำทัฏฐิให้ถึงพร้อม) ถือหลักเหตุปัจจัยมองอะไร ตามเหตุและผล คือ ตั้งอยู่ในหลักความคิด ความเชื่อถือที่ดีงามมีเหตุผล อย่างน้อยถือนหลักเหตุปัจจัย ที่จะนำไปพิจารณา ไตร่ตรองสืบสวนค้นคว้า เป็นทางเจริญปัญญา และเชื่อว่าการกระทำเป็นอำนาจใหญ่สุดที่บันดาล ชะตากรรม มีพฤติกรรมและจิตใจที่อยู่ในอำนาจเหตุผล แม้จะใฝ่ทำให้สำเร็จและดีงามสูงสุด ก็รู้เท่า ทันความเป็นไปได้ภายในขอบเขตของเหตุปัจจัยที่มีและที่ทำ เมื่อเกิดผลสำเร็จก็ไม่หลงระเริง ถึงพลาด ก็ไม่ท้อถอย ดำรงจิตผ่องใสเป็นอิสระได้ ไม่ว้าวามโววายเอาแต่ใจตน ตลอดจนไม่ปล่อยตัวให้เลื่อน ไหลไปตามกระแสความตื่นข่าวและค่านิยม

๖. อัปปมาทสัมปทา (ทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม) ตั้งตนอยู่ในความไม่ประมาท คือ มีจิตสำนึกในความไม่เที่ยง มองเห็นตระหนักถึงความไม่คงที่ ไม่คงทนและไม่คงตัว ทั้งของชีวิตและสิ่ง ทั้งหลายรอบตัว ซึ่งเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย ทั้งภายในและภายนอกตลอดเวลา ทำให้นิ่งนอนใจ อยู่ไม่ได้ และมองเห็นคุณค่าของกาลเวลา มีกระตือรือร้นชวนชวน เร่งศึกษาและป้องกันแก้ไขเหตุ ปัจจัยของความเสื่อม และเสริมสร้างเหตุปัจจัยของความเจริญงอกงาม โดยใช้เวลาทั้งคืนวันที่ผ่านไป ให้เป็นประโยชน์มากที่สุด

๗. โยนิโสมนสิการสัมปทา (ทำโยนิโสให้ถึงพร้อม) ฉลาดมีความคิดแยกคายให้ได้ ประโยชน์และความจริง รู้จักคิด รู้จักพิจารณา มองเป็น คิดเป็น เห็นสิ่งทั้งหลายที่มันเป็นไปในระบบ ความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย โดยใช้ปัญญาพิจารณาสอบสวนสืบค้น วิเคราะห์ วิจัย ไม่ว่าเพื่อให้เห็น ความจริง หรือเพื่อให้เห็นแง่ด้านที่จะใช้ให้เป็นประโยชน์ กับทั้งสามารถแก้ไขปัญหาและจัดทำ ดำเนินการต่างๆ ให้สำเร็จได้ด้วยวิธีการแห่งปัญญา ที่จะทำให้พึ่งตนเองและเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้

มนุษย์เราทุกคนเมื่อเกิดมา ต่างก็มีความต้องการให้มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ชีวิต เนื่องจากการที่ทุกคนมีคุณภาพชีวิตที่ดีแล้ว ย่อมหมายถึง ในชีวิตนั้นต้องพบกับความสุขที่แท้จริง เพราะความสุขที่เกิดขึ้นมานั้นเป็นความสุขที่มีคุณค่ากับตนเอง ความสุขอยู่ที่ความพอดี ถ้าเกินไปมันก็

เป็นทุกข์ ขาดไปก็เป็นทุกข์เหมือนกัน จึงทำอะไรให้พอดีพองาม^{๓๖} การที่จะมีคุณค่าของชีวิตที่ดีนั้น ชีวิตจะต้องมีการพัฒนาทางด้าน กาย ศีล จิต และปัญญา มีรายละเอียดดังนี้

๑. การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านกาย

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางกาย พระพุทธเจ้าทรงตรัสคาถาประพันธ์ดังนี้ว่า^{๓๗} “ภิกษุใด คู้มครองทวารทั้ง ๖ นี้ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ทั้งรู้จักประมาณในการบริโภค สวรรวมอินทรีย์ทั้งหลาย ภิกษุนั้นย่อมประสบสุขทั้งทางกายและทางใจ ภิกษุเช่นนั้นจะไม่มีความร้อนรนกาย เราร้อนใจเลย ชื่อว่าอยู่เป็นสุขทั้งกลางวันและกลางคืน” การทำให้ร่างกายเจริญเติบโตแข็งแรง หรือการมีสุขภาพกายที่ดี ผักผ่อนให้มีความคล่องแคล่ว ต่อการพัฒนาอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ที่ใช้สำหรับสัมพันธ์กับโลกภายนอก ให้ได้ผลดีถ้ามองให้กว้างออกไป ในทางพระพุทธศาสนาสอนว่า การที่จะเข้าถึงความจริงนั้นเราใช้อายตนะหรืออินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ การที่จะพิสูจน์สิ่งใดสิ่งหนึ่ง

๒. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านศีล

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านศีล คือ การฝึกตนเองให้หลีกเลี่ยงโทษทางกาย และ วาจา ซึ่งเป็นกิเลสระดับที่หยาบ มิให้กำเริบขึ้นและเป็นการบำเพ็ญบุญบารมีที่สูงกว่า การให้ทาน^{๓๘} พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสพระคาถานี้ว่า ผู้มีศีล เฟ่งพินิจ แม้มีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว ประเสริฐกว่าคนทุศีล ไม่มีจิตตั้งมั่นที่มีชีวิตอยู่ตั้ง ๑๐๐ ปี^{๓๙} เมื่อนำเอาศีลในองค์มรรค มาพิจารณาจะเห็นได้จากการพัฒนาศีลด้าน สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ และสัมมาอาชีวะ^{๔๐} ถือว่า เป็นกฎระเบียบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านศีล ที่สามารถนำมาประพฤติตนอยู่ในสังคม และยังเป็นการรักษาระเบียบวินัย รวมถึงการปฏิบัติหน้าที่ความรับผิดชอบต่อสังคมอย่างถูกต้อง ดังนี้

๑) สัมมาวาจา หมายถึง เจรจาชอบ ได้แก่ วจีสัจจริต^{๔๑} ประพฤติตนชอบด้วยการพูด ซึ่งมี ๔ อย่าง คือ

(๑) ไม่พูดเท็จ ไม่พูดโกหก และพูดไม่จริง ต้องเป็นคนพูดด้วยความจริง ไม่หลอกลวงด้วยคำพูด

(๒) ไม่พูดส่อเสียด หรือ ปิสุนาวาจา เป็นคนที่มีเจตนาที่จะพูดส่อเสียดเหน็บแนม ถากถาง เย้ยหยันทำให้ผู้อื่นเสียใจ อับอาย ทำให้ผู้อื่นเกิดความทุกข์

^{๓๖} พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ), ความสุขทำอะไรจึงจะพบสุข, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา), หน้า ๑๐.

^{๓๗} ชู. อิติ. (ไทย) ๒๕/๒๙/๓๗๖.

^{๓๘} พระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, วิธีสร้างบุญบารมี, (กรุงเทพมหานคร : พี.ดี. การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๒๖.

^{๓๙} ชู. อิติ. (ไทย) ๒๕/๑๑๐/๖๔.

^{๔๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๒๙๓.

^{๔๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๓๕๕.

(๓) ไม่พูดคำหยาบ หรือ ผลุสวาจา หมายถึง คำที่ไม่สุภาพ มีความหมายไปในทางที่ไม่ดี ได้ฟังแล้วไม่ไพเราะ เช่น การด่าทอ การดูหมิ่น ดูแคลน

(๔) ไม่พูดจาเพื่อเจ้อ หรือ สัมผัสปลापะ คือ การพูดเรื่องราวเหลวไหลไม่เป็นความจริง ไร้สาระ

๒) สัมมากำมัมมันตะ หมายถึง ทำการชอบ หรือการงานชอบ ได้แก่ การกระทำที่เว้นจากความประพฤติชั่วทางกายสามอย่าง คือ ๑.ปาณาติบาต เว้นจากการฆ่าสัตว์ ๒.อทินนาทาน เว้นจากการลักทรัพย์ ๓. กามเมสุมิจจาจารา เว้นจากการประพฤติผิดในกาม

๓) สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ เว้นจากการเลี้ยงชีพโดยทางที่ผิด เช่น การโกงหรือการหลอกลวง เว้นจากการประจบสอพลอ การบีบบังคับขู่เข็ญ ค้าขายในสิ่งที่ผิดกฎหมายต่างๆ รวมถึงการเว้นจาก มิจฉาวณิชา^{๔๒} คือ การค้าขายสิ่งที่ไม่ชอบธรรม ๕ ประการ คือ

- (๑) สัตถวณิชา ค้าอาวุธ
- (๒) สัตตวณิชา ค้ามนุษย์
- (๓) มังสวณิชา ค้าสัตว์สำหรับฆ่าเป็นอาหาร
- (๔) มัชชวณิชา ค้าของเมา
- (๕) วิสวณิชา ค้ายาพิษ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านศีล ส่งผลต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมต้อง โดยรู้จักการให้อภัย ไม่เก็บปัญหาเล็กๆน้อยๆ มาขยายเป็นประเด็นปัญหาให้เกิดความแตกแยก และทำลายความสุขให้กับสังคม องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ผู้มีศีลเข้าไปอาศัยหมู่บ้านหรือตำบลใดอยู่ มนุษย์ทั้งหลายในหมู่บ้านหรือตำบลนั้นย่อมประสพสุข^{๔๓}

๓. การพัฒนาคุณภาพทางด้านจิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิต คือ การฝึกจิตเพื่อความหลุดพ้น ต้องผ่านการฝึกจิต พระพุทธองค์ ได้กล่าวไว้ว่า การฝึกจิตเป็นการดี เพราะจิตที่ฝึกแล้ว คุ่มครองแล้ว ย่อมนำสุขมาให้^{๔๔} พระพุทธดำรัสนี้ ตรัสไว้เพื่อให้พุทธบริษัทผู้มุ่งหมายความสุข ต้องการความสุข ตระหนักว่าทางที่จะบรรลุความสุขอันปลอดภัยคือ การฝึกจิต อบรมจิต คุ่มครองจิต^{๔๕} ขันติจึงเป็นปัจจัยที่ใช้วัดความสามารถในการรู้เท่าทัน เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ได้^{๔๖} ภายกับจิตเป็นสิ่งที่ต้องพัฒนาควบคู่กันไป ภายดี จิตต้องดี หากขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดไปจะส่งผลให้ความสมบูรณ์ของชีวิตขาดหายไป พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า “คบดี เมื่อบุคคลรักษาจิต ย่อมมีการตายที่ดี กาลกิรียากังาม”^{๔๗} การที่อยู่ร่วมกับ

^{๔๒} อจ. ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๗๗/ ๒๙๕.

^{๔๓} อจ. เอกก. (ไทย) ๑๑/๔๖/๒๐๘.

^{๔๔} ชู. อิติ. (ไทย) ๒๕/๓๕/๓๖.

^{๔๕} วศิน อินทสระ, **เพื่อเสรีภาพทางจิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (สมุทรปราการ : บริษัทขุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๒๕.

^{๔๖} พระคำภาย ธรรมสามิ, **มงคลสูตร สร้างได้**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๓๕.

^{๔๗} อจ. ทุก. (ไทย) ๒๐ /๑๑๐/๓๕๒.

สังคมที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ทุกคนควรจะต้องปฏิบัติตน ดูแลสุขภาพจิตให้พร้อมต่อการอยู่ร่วมกับคนรอบข้าง อันจิตที่ได้รับการฝึกอบรมในทางที่ถูกนั้น ต้องเป็นจิตที่มีความสงบเยือกเย็นเป็นสุข^{๔๘} ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นถือว่เป็นการทดสอบความอดทน เป็นสิ่งที่เราจะต้องก้าวข้ามผ่านมันไปให้ได้ หากเรามีการฝึกควบคุมสุขภาพจิตให้ดีย่อมเป็นอีกหนึ่งตัวช่วยที่จะทำให้สามารถเอาชนะอุปสรรคที่เกิดขวางความสำเร็จของเราได้^{๔๙}

การฝึกสมาธิ^{๕๐} ปัจจุบันมีคนจำนวนมากที่ได้หันเข้ามาดูแลสุขภาพ ด้วยวิธีการฝึกสมาธิ เนื่องจากสังคมปัจจุบัน เป็นสังคมที่มีความวุ่นวาย ทำให้อยู่ในสภาวะของความเครียดเมื่อมีความเครียดมากๆ ส่งผลให้มีโรคต่างๆเกิดขึ้น ทางออกที่ดีสำหรับชีวิต ทุกคนจะต้องไม่เครียด ไม่ฟุ้งซ่าน จึงทำให้คนทั้งหลายหันมาหาความสงบด้วยการฝึกสมาธิ สมาธินั้นพระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า มีอานิสงส์ คือ ทำให้ได้ปัญญา ดังได้ตรัสไว้แปลความว่า “ภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงอบรมสมาธิ ผู้มีจิตเป็นสมาธิ คือ ตั้งมั่นแล้ว ย่อมรู้ตามความเป็นจริง”^{๕๑}

ประพฤตินตามหลักคุณธรรมและจริยธรรม คุณธรรม^{๕๒} หมายถึง สภาพความดีความงาม จริยธรรม^{๕๓} หมายถึง ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ เมื่อทั้งสองสิ่งมารวมอยู่ในตัวคนเรา ย่อมเป็นคนที่มีความประพฤติปฏิบัติที่ดี มีความเข้มแข็งทั้งภายในและภายนอก เข้มแข็งภายใน คือ มีความอดทนต่อผลกระทบต่างๆ ที่เกิดขึ้น สามารถ ลด ละ กิเลสลงได้ ส่วนความเข้มแข็งภายนอก มีความรู้รักสามัคคี ในการอยู่ร่วมกันของสังคม เพื่อช่วยกันจรรโลงสร้างสรรค์สังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

๔. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านปัญญา

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านปัญญา เป็นการเพิ่มทักษะทางด้านความรู้ให้กับตนเอง ได้แก่ การอ่านหนังสือ การเข้ารับการฝึกอบรมเพิ่มพูนความรู้ด้านต่างๆ การศึกษาข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่างๆ การฟังพระธรรมเทศนา การสังเกตและติดตามความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับสิ่งแวดล้อม การพัฒนาคุณภาพชีวิต จะต้องเริ่มต้นที่ตนเอง และพร้อมเปิดใจที่จะยอมรับกับการพัฒนาที่เกิดขึ้น องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่

^{๔๘} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก, **วิธีฝึกใจไม่ให้โกรธ**, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ๖๔ การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๙.

^{๔๙} **สุขภาพจิตดี-สร้างได้ด้วยตัวคุณ**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.สุขภาพน่ารู้.com/สุขภาพจิตดี-สร้างได้ด้วยตัวคุณ/.com>. [๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙].

^{๕๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๔๐๑.

^{๕๑} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, **สมาธิในพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๖.

^{๕๒} บุญทวี ไกรสิทธิ์กุล, **พจนานุกรมไทย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : วิชั่น พลีเพรส, ๒๕๕๖), หน้า ๑๑๕.

^{๕๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๓.

สำเร็จด้วยใจ”^{๕๔} การกระทำทุกอย่างจะสำเร็จได้ต้องเริ่มต้นที่ใจ มีความพร้อมต่อการศึกษารเรียนรู้ และการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้รู้จักการใช้ปัญญาแก้ไขปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น พระอรหันต์กล่าวไว้ว่า “สัตว์ทั้งหลายที่ไม่เสื่อมจากอริยะปัญญา ชื่อว่าไม่เสื่อม สัตว์เหล่านั้นย่อมอยู่เป็นสุข ไม่คับแค้น ไม่อึดอัด ไม่เร่าร้อนในปัจจุบัน หลังตายแล้วพึงหวังได้สุดดี”^{๕๕} ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นสามารถใช้ชีวิตร่วมกับคนอื่น ๆ ในสังคมได้อย่างมีความสุข ในทางพุทธศาสนา ปัญญาที่เกิดจากการพัฒนาฝึกฝนตนเอง ใช้ปัญญา คือ การดำเนินชีวิตด้วยปัญญา ในการทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยความคิด เมื่อประสบเหตุใด ๆ ก็ไม่วุ่นวายตามอารมณ์ หรือหลงไปตามสิ่งเย้ายวน ศึกษาสิ่งต่างๆ ให้มีความรู้ชัด หยั่งเห็นเหตุผลเข้าใจ ภาวะสิ่งทั้งหลายจนเข้าถึงความจริง^{๕๖} และสามารถนำไปพัฒนาจนถึงขั้นปลายของชีวิต จนทำให้เกิด การรู้แจ้งถึงสรรพสิ่ง คือ ปัญญา ในทางพระพุทธศาสนา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงสอนให้ทุกคน พิจารณาตัดสินทุกสิ่ง ทุกอย่าง ก่อนที่จะปลงใจเชื่อด้วยปัญญา

ในความเชื่อนั้นต้องใช้ปัญญา พิจารณา ไตร่ตรองให้รอบครอบ พระผู้มีพระภาคทรงตรัส กับ กาลามะว่า^{๕๗} กาลามะทั้งหลายว่า เมื่อใดท่านทั้งหลายพึงรู้ด้วยตนเองเท่านั้นว่า “ธรรมเหล่านี้ เป็นอกุศล ธรรมเหล่านี้มีโทษ ธรรมเหล่านี้ผู้รู้ดีเตียน ธรรมเหล่านี้ที่บุคคลถือปฏิบัติ บริบูรณ์แล้วย่อม เป็นไปเพื่อไม่เกื้อกูล เพื่อทุกข์” เมื่อนั้น ท่านทั้งหลายควรละ (ธรรมเหล่านั้น) เสีย เพราะอาศัยคำที่ เรากล่าวไว้นั้น เราจึงกล่าวไว้เช่นนั้น มาเถิดกาลามะทั้งหลาย ท่านทั้งหลาย

อย่าปลงใจเชื่อด้วยการฟังตามกันมา
 อย่าปลงใจเชื่อด้วยการถือสืบๆ กันมา
 อย่าปลงใจเชื่อด้วยการเล่าลือ
 อย่าปลงใจเชื่อด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์
 อย่าปลงใจเชื่อเพราะตรรกะ
 อย่าปลงใจเชื่อเพราะอนุমান
 อย่าปลงใจเชื่อด้วยการคิดตรองตามแนวเหตุผล
 อย่าปลงใจเชื่อเพราะเข้าได้กับฤๅษี ที่พินิจไว้แล้ว
 อย่าปลงใจเชื่อเพราะมองเห็นรูปลักษณ์น่าจะเป็นไปได้
 อย่าปลงใจเชื่อเพราะนับถือว่า ท่านสมณะนี้เป็นครูของเรา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)^{๕๘} ได้กล่าวถึง ปัญญา ขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในไตรสภามว่า พระพุทธเจ้าทรงมีพระปัญญา จึงตรัสรู้ธรรม สามารถสั่งสอนประกาศพระศาสนาและ บริหารหมู่สงฆ์ได้สำเร็จ เราก็ต้องพยายามศึกษาให้รู้เข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลาย และดำเนินชีวิต

^{๕๔} ชู.อิติ (ไทย) ๒๕/๑/๒๓.

^{๕๕} ชู.อิติ (ไทย) ๒๕/๔๑/๓๘๙.

^{๕๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ปยุตโต .อ.ป.), **ธรรมบุญชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, ๒๕๕๖), หน้า ๓๒.

^{๕๗} อจ. ดิก. (ไทย) ๒๐/๖๖/๒๕๙.

^{๕๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **สามไตร**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๔-๑๕.

ทำกิจการต่างๆ ด้วยปัญญาที่รู้เข้าใจความจริงนั้นอย่างน้อยในการเป็นอยู่ของเรา คือ ในการดำเนินชีวิตนั้น เราจะต้องใช้ปัญญา คนเราจะรับผิดชอบต่อตัวเอง และสร้างสรรค์จัดการสิ่งต่างๆ ได้ถูกต้องจะต้องมีความรู้ มีความเข้าใจ และใช้ปัญญา

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)^{๕๙} ได้อธิบายไว้ว่า ปัญญาเป็นความรู้สึกรวมถึงความรู้แจ้งแทงตลอด ไปถึงเบื้องหลังแห่งการปรากฏการณ์ทั้งปวง ดังเช่น ความรู้ตามไตรลักษณ์ ที่ว่าสรรพสิ่งเป็น อนิจจัง คือ ไม่เที่ยง ทุกขัง คือ เป็นทุกข์ และอนัตตา คือ ไม่มีแก่นสารถาวร ปัญญาความรู้สึกรวมเช่นนี้ ช่วยให้ผู้นำและผู้บริหารสามารถใช้คน ให้เหมาะกับงานเพราะเขาอ่านคนออก บอกคนได้ ใช้คนเป็น เห็นคนชัด ปัญญาที่ทำให้เราทุกคนมีความรู้ทั่ว ปรินิพพานรู้ถึงเหตุและผล ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจได้อย่างชัดเจน ถึงสิ่งที่ดีและสิ่งชั่ว ทำให้รู้ถึงสิ่งที่เป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ และสามารถนำไปแก้ไข ปรับปรุง เพื่อใช้ในการดำเนินชีวิต ให้ได้ล่องพ้นปัญหา ดังนี้

๑. สุตมยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากการฟัง)
๒. จินตามยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากการคิด)
๓. ภวานามยปัญญา (ปัญญาที่เกิดจากอบรม)^{๖๐}

วศิน อินทสระ^{๖๑} ได้กล่าวว่า ปัญญาในทางธรรม คือ ปัญญามองเห็นโลกและชีวิต ตามความเป็นจริงว่า สัตว์โลกตกอยู่ในกระแสธรรมดา คือ ต้องแก่ เจ็บ ตาย และไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตนที่แท้จริงซึ่งพอจะยึดมั่นถือมั่นได้ มันเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของเรา ความรู้แจ้งอย่างนี้ทำให้ไม่หลงโลก ปล่อยวางโลกได้เมื่อถึงคราวจำเป็นไม่แบกโลกไว้อันเป็นเหตุให้หนักอกหนักใจ ปัญญาในทางธรรมนี้แหละจะช่วยให้เราได้ในเรื่องประกอบอาชีพ การตั้งตัวและความทุกข์ทางใจ ในการประกอบอาชีพนั้น ต้องการความซื่อสัตย์ สุจริต ความขยันหมั่นเพียร สติปัญญาในอาชีพนั้นๆ อยู่น้อย ปัญญาในทางธรรมจะช่วยให้คุณธรรมเหล่านั้น ดำเนินไปอย่างถูกต้องเหมาะสม เมื่อมีความทุกข์ทางใจชั่วคราวหรือเกิดขึ้นบ่อยๆ ปัญญาในทางธรรมจะช่วยให้คุณจัดหรือบรรเทาความทุกข์นั้น ให้น้อยลงหรือให้สิ้นไป

๑) สุตมยปัญญา^{๖๒} ปัญญาเกิดจากการฟัง คือ ปัญญาที่เกิดจากการศึกษาเล่าเรียน เมื่อได้ศึกษาเล่าเรียน ได้ฟังมา ทำให้เกิดเป็นความรู้ ความเข้าใจอย่างชัดเจน และสามารถนำเอาปัญญา ที่ได้จากการฟังทั้งทางโลก ทางธรรม ได้เพิ่มพูนความรู้ในสิ่งใหม่ๆ เพิ่มขึ้น นับตั้งแต่เด็กจนโต ในปัจจุบัน นำปัญญานั้นมาพัฒนาให้เป็นประโยชน์ต่อการประกอบสัมมาอาชีพ เพื่อทำการเลี้ยงดูตนเองและครอบครัวได้อย่างสมบูรณ์ ซึ่งเป็นปัญญาของชาวโลกที่ได้ถือประพฤติปฏิบัติสืบต่อๆ กันมา สุตมยปัญญา เป็นปัญญาที่เกิดจากการได้รับฟังมาแล้ว ทำให้เป็นผู้มีความรู้เพิ่ม ขึ้นเป็นผู้ที่ฉลาด

^{๕๙} พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส กบการปฏิรูปการศึกษาพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๕๙.

^{๖๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๔๓/๒๗๑.

^{๖๑} วศิน อินทสระ, พระไตรปิฎก ฉบับขยายความ เล่ม ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๑.

^{๖๒} อภิ. วิ. (ไทย) ๓๕/๗๖๘/๕๐๔.

สามารถอธิบายและยกเหตุผลให้กับผู้ที่ต้องการมาขอความช่วยเหลือในด้านปัญหาต่างๆ ทำให้เป็นที่ชื่นชอบของผู้ที่ได้พบเห็น

๒) จินตามยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากกระบวนการของจิตที่คิดพิจารณา ในสิ่งที่ได้พบเจอมา ให้แล้วนำมาพิจารณา ไตร่ตรอง ให้ละเอียดแบบคาย ในทางพระพุทธศาสนา เรียกการคิดแบบนี้ว่า โยนิโสมนสิการ การคิดแบบแบบคาย มีลักษณะดังนี้ “จะเป็นผู้ที่มีความตรึกตรองเพ่งพินิจ เพราะผู้มีปัญญา เพ่งพินิจ แม้มีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว ประเสริฐกว่าผู้มีปัญญาทรม ไม่มีจิตตั้งมั่น ที่มีชีวิตอยู่ตั้ง ๑๐๐ ปี”^{๖๓} พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ)^{๖๔} ได้กล่าวถึง สภาพของจิตที่เป็นปกติดังนี้ “สภาพจิตเป็นปกติ คือ ไม่ขึ้นไม่ลง ขึ้น มั่นก็ไม่ดี ลง มั่นก็ไม่ดี เอียงขวาก็ไม่ดี เอียงซ้ายก็ไม่ดี มันต้องตรงอยู่ในความเป็นธรรมในความถูกต้อง มีสติปัญญาคอยประคับประคองจิตไว้ ถ้าเราประคับประคองจิตไว้ จิตก็ไม่ขึ้นไม่ลงไปตามอารมณ์ที่มากระทบ รูปผ่านตา เสียงผ่านหู กลิ่นผ่านจมูก รสผ่านลิ้น สิ่งถูกต้องผ่านกายประสาท เรามีสติรู้ทัน ว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วมันก็ดับไป ไม่มีอะไรที่จะทำให้เราเป็นอะไร และเราไม่ควรไปติดไปยึดอยู่ในสิ่งนั้น คิดอย่างนั้นสภาพจิตใจก็ดีขึ้น”

๓) ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการปฏิบัติ สืบแต่ปัญญาทั้งสุตมยปัญญาและจินตมยปัญญา บำเพ็ญปฏิบัติในทางธรรม ด้าน สมาธิ และภาวนาเพื่อความหลุดพ้น ทำให้มองเห็นคุณ เห็นโทษของการกระทำที่ผ่านมา เมื่อมองเห็นแล้วไม่นำมาประพฤติปฏิบัติให้เกิดภัยขึ้นกับตัวเองอีก เมื่อมีปัญญามองเห็นได้เช่นนี้ ย่อมจะต้องลด ละ เลิกต่อการกระทำที่ไม่ดีอีกต่อไป แต่การที่จะมองเห็นคุณและโทษในสิ่งต่างๆ ได้ ต้องหมั่นฝึกปฏิบัติให้ต่อเนื่อง ไม่เช่นนั้นแล้วจะทำให้เกิดความผิดพลาดตามมามากมายหลังได้

การใช้ปัญญา การกระทำอะไรต่างๆ เราจะต้องพยายามทำด้วยปัญญา ด้วยความรู้ ด้วยความเข้าใจในเหตุและผล อย่างน้อยก็ไม่ทำตามอารมณ์ถ้ามีปัญหาอะไรเกิดขึ้น ไม่ว่าจะปัญหาต่อการดำเนินชีวิต ปัญหาทางสังคมเราจะต้องใช้ปัญญาก่อนและพิจารณาให้เข้าใจเหตุผล ถามตนเองก่อนในเรื่องที่เราจะแสดงออก เรามีความรู้ความเข้าใจอย่างชัดเจนแค่ไหน เรารู้ข้อมูลเพียงพอหรือไม่ เราได้วิเคราะห์เรื่องตามที่เห็นแจ้งเข้าถึงหลัก จับเป็นขั้นเป็นตอน มองเห็นเหตุปัจจัยของปัญหาหรือยัง เห็นเหตุเห็นผลของมันใหม่ที่ว่าเห็นเหตุเห็นผล ก็คือ เห็นเหตุของมันในแง่ของการสืบทอดว่าเรื่องราวเป็นอย่างนี้ เหตุปัจจัยมีความเป็นมาอย่างไร ถ้าแยกเป็นลำดับได้เป็นสิ่งยิ่งดี แล้วก็เห็นผลในแง่ที่ว่าเมื่อเราทำเหตุอย่างนี้ลงไปแล้ว ผลอะไรจะตามมาอย่าง เป็นผลดีหรือผลเสียเป็นต้น ปัญญาต้องมีการนำไปใช้อย่างจริงจัง เพื่อเป็นการทำให้เป็นผู้มีความรับผิดชอบของตนเองให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ในการพัฒนาปัญญาต้องพิจารณาปัญญาทั้ง ๓ ประการ คือ สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟัง จินตามยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากกระบวนการของจิตที่คิด ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการปฏิบัติ ในการพัฒนาปัญญา ภาวนามยปัญญา จึงต้องฝึกปฏิบัติธรรม เพื่อให้จิตมีความสงบและเป็นการตั้งจิตไม่ให้ซัดส่าย เมื่อจิตนิ่งแล้วไม่มีสิ่งอื่นใดเข้ามารบกวนได้ปัญญาในที่นี้ เป็นปัญญาที่เกิดขึ้นในสภาวะของการดำเนินชีวิตของตนเอง ที่ได้พบเจอต่อปัญหาและอุปสรรคต่างๆ และน้อม

^{๖๓} พุ. อิติ. (ไทย) ๒๕/๑๑๑/๖๕.

^{๖๔} พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ), ความทุกข์ทำอะไรจึงพ้นทุกข์, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา), หน้า ๓๐.

นำเอาปัญหาอุปสรรคนั้น มาพิจารณาหาเหตุและผลให้ละเอียดแยกคาย ตามสภาวะของความเป็นจริงของปัญหา ให้ได้รู้ถึงความถูกต้องเพื่อนำมาแก้ไข เพื่อได้เล็งเห็นประโยชน์และโทษของปัญหา ช่วยในการแก้ปัญหาชีวิตและดำรงตนอย่างมีความสุขต่อไป

๒.๓.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ คือ การรับรู้ ความต้องการของบุคคล เป็นการกระทำเพื่อการเจริญ ที่เปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นต่อสภาพการดำรงชีวิตตน ที่มีความพึงพอใจในเรื่องการมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรง มีสุขภาพจิตใจที่เข้มแข็ง เป็นความต้องการของผู้สูงอายุ คือ มีความต้องการให้มีความสามารถในการพึ่งพาตนเอง การพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นการสร้างฐานของระดับ การดำเนินชีวิตตนให้ดีขึ้น โดยการให้ความรู้ การฝึกด้านคุณธรรม การส่งเสริมสุขภาพอนามัย การประกอบอาชีพ การอยู่ร่วมกันในสังคม การอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี คุณภาพชีวิตเป็นสิ่งที่ต้องการของบุคคล ที่มีเป้าหมายต่อการดำเนินชีวิตในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้สมบูรณ์ ทางด้านร่างกายและด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุขององค์การปกครองท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอสีจิงหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงคำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสีจิงหวัดลำพูน

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ถือเป็นที่ยึดของทุกคน ในปัจจุบันมีคนจำนวนไม่น้อยที่พบปัญหาชีวิตแล้วไม่รู้ว่าหาทางออกของปัญหา เพื่อหาที่พึ่งทางใจเพื่อช่วยคลายทุกข์ที่เกิดขึ้น และเพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี คุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา แบ่งองค์ประกอบเป็น ๒ ด้าน คือ ด้านร่างกาย และด้านจิตใจ ชีวิตที่มีคุณภาพจะประกอบด้วยกายที่มีคุณภาพ และจิตที่มีคุณภาพ คุณภาพทั้งสองถือว่า เป็นองค์รวมของชีวิต ที่สามารถดำเนินชีวิต ให้เป็นไปในโลก ท่ามกลางสภาพแวดล้อม ที่รวมถึงเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้น และยังส่งผลต่อการดำรงชีวิต ในทางพระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึง หลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตไว้มากมาย เนื่องจากหลักของพระพุทธศาสนา เมื่อได้ศึกษาแล้วสามารถนำมาประพฤติปฏิบัติ สามารถทำให้คุณภาพชีวิตได้พัฒนายิ่ง ๆ ขึ้นไป สิ่งสำคัญยิ่ง เมื่อเข้าใจในหลักธรรมคำสอน ในพระพุทธศาสนาแล้ว ผู้ปฏิบัติต้องหมั่นฝึกฝน อบรมแล้วนำแนวทางที่ดี มาพิจารณาเพื่อประยุกต์ใช้ให้ได้ผลตามความเป็นจริง หลักของพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงสอน ให้ทุกคนใช้ปัญญา ในการพิจารณาไตร่ตรองว่าสิ่งใดดี สิ่งใดไม่ดี สิ่งใดควร สิ่งใดไม่ควร เมื่อพบกับสิ่งที่ดีสิ่งที่มีประโยชน์ ก็สามารถนำสิ่งนั้นมาปฏิบัติ ให้พบเห็นความเป็นจริงด้วยตนเอง และยังสามารถนำสิ่งที่ปฏิบัติ และได้ผลจริง ไปบอกต่อให้คนอื่นได้ปฏิบัติตาม ดังเช่น ในปัจจุบันการปฏิบัติธรรม ในด้านวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถือว่า เป็นหลักพระพุทธศาสนา เมื่อผู้ปฏิบัติลงมือปฏิบัติจริง จะทำให้ได้ผลเห็นได้จริง

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ)^{๒๕} กล่าวถึง ความสุขที่มนุษย์ต้องการ คนเราที่เกิดมาแล้วแต่รักสุข เกลียดทุกข์ด้วยกันทั้งสิ้น ความสุขที่มนุษย์ต้องการมีอยู่ ๒ สิ่ง คือ ความสุขทางกาย และ ความสุขทางใจ ความสุขทั้งสองอย่างนี้ ต้องอาศัยกันและกัน คือ ถ้าร่างกายเป็นสุขแล้ว ก็จะทำให้จิตใจเป็นสุขด้วย หรือถ้าจิตใจเป็นสุขแล้ว ก็จะทำให้ร่างกายเป็นสุขด้วย เช่นเดียวกันกับ ในเรื่อง

^{๒๕} พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), **ธรรมะเพื่อการบริหาร**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา และสถาบันบัณฑิตธรรม), หน้า ๔๕.

ของความทุกข์ เพราะร่างกายกับจิตใจ มีส่วนเกี่ยวเนื่องกัน หลักพระพุทธศาสนา ยอมรับความสุขทั้ง ๒ อย่างนี้ แต่ก็ยกย่องว่าจิต ประเสริฐกว่า ร่างกาย เพราะร่างกายรวมทั้งสมองนั้น เป็นผู้ปฏิบัติตามคำสั่งของจิต จิตจึงถือเป็นผู้นำ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักธรรมพระพุทธศาสนา เป็นสิ่งสำคัญที่ผู้สูงอายุทุกคนจำเป็นต้องศึกษาให้เข้าใจ เพื่อนำไปปฏิบัติตามแนวทางด้วยตนเอง จึงจะสามารถพัฒนาคุณภาพตนเองได้ เพราะการพัฒนาตนในลักษณะนี้เป็นการฝึกตนหรือฝึกจิต ให้หลุดจากกิเลส คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง และเกิดความอดกลั้น คือ การสำรวมระวัง มีสติระลึกรู้ อดทนต่อสิ่งยั่วยู่ทั้งหลาย ทำให้ตนถึงจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุขององค์กรปกครองท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอ ลี้ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน เพื่อการดำเนินชีวิตด้วยความเข้าใจ และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมด้วยความสุข

๒.๔ หลักธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

หลักธรรม ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ หลักคำสอนขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงวางเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ความเป็นอยู่ เพื่อให้เข้าใจถึงหลักของความเป็นจริง รู้ทันต่อกฎแห่งธรรมชาติที่เกิดขึ้นจริง เป็นหลักธรรมเมื่อได้นำไปประพฤติปฏิบัติแล้วจะพบความจริงของชีวิต พระพุทธเจ้าทรงค้นพบหลักธรรมที่เป็นความจริง จึงได้ทรงนำหลักธรรมแสดงเผยแผ่ต่อชาวโลก

๒.๔.๑ หลักธรรมตรงในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำหลักธรรม จักร ๔ เป็นหลักธรรมตรง มาใช้ในการทำข้อมูลเครื่องมือวิจัย โดยแยกเป็นส่วนออกจาก หลักพุทธธรรมส่งเสริมกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอ ลี้ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต หลักพุทธธรรมในการศึกษา ค้นคว้า หลักธรรม จักร ๔ และหลักภาวนา ๔ เป็นหลักธรรมตรง ในการวิจัย การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดความสุขในการดำเนินชีวิต หลักธรรมในพัฒนาคุณภาพชีวิตในทางตรง คือ หลักธรรม จักร ๔ เป็นหลักธรรมหลัก และภาวนา ๔ นำหลักธรรมเสริมเพื่อให้สอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต มีรายละเอียด ดังนี้

๒.๔.๑.๑ หลักจักร ๔

หลักจักร ๔ หมายถึง หลักธรรม เพื่อให้ผู้ปฏิบัติ มีความมุ่งหวังที่จะเป็นการก้าวเดินไปข้างหน้าให้ถึงเป้าหมายของชีวิต เสมือนเป็นวงล้อของจักรธรรมที่เกี่ยวข้องกันเป็นธรรมที่อาศัยซึ่งกันและกัน รวมถึงเป็นเหตุเป็นผลของกันและกัน เป็นหลักธรรมในการดำเนินชีวิตได้อย่างดี มีความสุขของทุกๆ คน หากได้นำเอาหลักธรรมในแต่ละข้อมาศึกษาให้เป็นที่เข้าใจ หลักธรรมนั้นคือ ๑. การเลือกถิ่นที่อยู่ ๒. การเลือกสมาคมกับผู้อื่น ๓. การตั้งตนไว้ชอบ ๔. ความเป็นผู้ทำความดีไว้ และนำมาประพฤติปฏิบัติย่อมทำให้เกิดผลดีต่อตนเองรวมถึงสมาชิกในครอบครัว และสังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย จักร ๔ นี้เป็นเหตุทำให้ เทวดาและมนุษย์ผู้ประกอบแล้วเป็นไปได้ และถึงความเป็นใหญ่ความไพบลูย์ในโกศะทั้งหลายต่อกาลไม่นานนัก จักร ๔ ประการ มีรายละเอียด ดังนี้ คือ

๑. ปฏีรูปเทสวาสะ (การอยู่ในถิ่นที่ดี)
๒. สัปปริสุสัสสะ (การสมาคมกับสัตบุรุษ)
๓. อัตตสัมมาปณิธิ (การตั้งตนไว้ชอบ)
๔. ปุพเพตปุญญา (ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว)^{๖๖}

๑. ปฏีรูปเทสวาสะ หมายถึง การอยู่ในประเทศหรือถิ่นที่อยู่ที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสม ความหมาย คือ การอยู่ในท้องถิ่นที่ดี สามารถที่จะประกอบกิจการสิ่งใดได้อย่างสะดวกสบาย เช่น เป็นถิ่นที่อยู่ร่วมกันเป็นสังคมใหญ่ มีสาธารณูปโภค รวมถึงการคมนาคมสะดวกสามารถที่จะเดินทางไปติดต่อสถานที่แห่งไหนก็ง่าย ใกล้ที่ทำงาน แม้แต่เป็นนักเรียนนักศึกษาใกล้สถานศึกษาไม่ต้องเสียเวลาในการเดินทาง ส่วนของชาวสวนชาวไร่ที่ต้องทำอาชีพทางการเกษตรก็ต้องหาพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ทั้งดินและน้ำ เพื่อให้เกิดความสะดวกต่อการเพาะปลูก ใกล้ถนนสามารถทำการขนส่งสินค้าได้ สำหรับผู้ที่ต้องการจะเข้าวัดปฏิบัติธรรม สามารถที่จะเข้าศึกษาปฏิบัติธรรมได้ เนื่องจากอยู่ใกล้วัด พระภิกษุสงฆ์ สามารถที่จะออกเดินบิณฑบาตโปรดญาติโยมได้สะดวก

ไสว มาลัยทอง^{๖๗} ได้กล่าวว่า โดยทั่วไปทางพระพุทธศาสนาเมื่อเอ่ยถึงที่อาศัยอันสมควร หรือ ปฏีรูปเทสวาสะ ได้แก่ ประเทศ หรือถิ่นที่อยู่อาศัย อันประกอบด้วย สัปปายะ ๔ อย่าง คือ

- ๑) อาวาสสัปปายะ สถานที่สบาย คือ ดินฟ้าอากาศใช้ได้
- ๒) บุคคลสัปปายะ บุคคลในถิ่นนั้นก็เป็นคนดีมีศีลธรรม
- ๓) อาหารสัปปายะ อาหารกินอุดมพอสมควร
- ๔) ธรรมสัปปายะ มีหลักการปกครองจารีตประเพณีดีงาม

๒. สัปปริสุสัสสะ หมายถึง การคบหาสมาคมกับสัตบุรุษ เป็นธรรมชาติของบุคคล เมื่อเข้ามาสู่การดำเนินชีวิตร่วมกับสังคม ชั้นแรกในวัยเด็กทุกคนจะต้องการ มีเพื่อนในชุมชน มีเพื่อนเรียนในห้องเรียนที่สนิทและไวใจ จนเติบโตมีครอบครัวแล้วก็ต้องมีเพื่อนร่วมงาน มีเพื่อนร่วมในชุมชน ในสังคม เช่นเดิม แต่ในการที่จะอยู่ในสังคม ชุมชน ได้อย่างเป็นสุข ต้องคำนึงถึงการที่จะเลือกคบใคร เพื่อที่จะไม่พบกับความเดือดร้อน ที่จะตามมาภายหลัง คือ การเลือกคบสัตบุรุษ สัปปริสุธรรม ^{๖๘} มี ๗ ประการ ดังนี้ คือ

๑. ฌัมมัญญาตา รู้หลักหรือรู้จักเหตุ
๒. อัตถัญญาตา รู้ความมุ่งหมายหรือรู้จักเหตุผล
๓. อัตตัญญาตา รู้จักตน
๔. มัตตัญญาตา รู้จักประมาณ

^{๖๖} ที. ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๔/๓๗๕.

^{๖๗} ไสว มาลัยทอง, การศึกษาจริยธรรม สำหรับนักเรียน นิสิต นักศึกษา นกบริหาร นักการปกครอง และประชาชนผู้สนใจทั่วไป, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๒), หน้า ๓๓.

^{๖๘} ที. ปา. (ไทย) ๑๑/๓๓๐/๓๓๓.

๕. กาลัญญุตตา รู้จักกาล
๖. ปริสัญญุตตา รู้จักชุมชน
๗. ปุคคลัญญุตตา รู้จักบุคคล

(๑) ธัมมัญญุตตา หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักเหตุ เหตุที่ในความเป็นอยู่ของสังคัม ปัจจุบัน ต่างก็แสวงหาความรู้ที่อยู่ตลอดเวลา ซึ่งความรู้มีอยู่มากมาย แต่ความรู้ที่ทุกคนให้ความสำคัญ มีเหตุอยู่ ๒ อย่างคือ ความรู้จักเหตุแห่งทุกข์ และเหตุแห่งสุข ซึ่งเหตุทั้งสองอย่างย่อมจะให้ผลที่ต่างกัน จึงเป็นเหตุให้ทุกคนจะต้องตระหนักที่อยู่ตลอดเวลาว่า ใครทำอะไรลงไป ย่อมได้รับสิ่งนั้น ตามมา ไม่ว่าจะเป็นเหตุของสุข หรือเหตุของทุกข์

(๒) อตถัญญุตตา หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักผล คือผลจากการกระทำที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นผลดีหรือไม่ดี ย่อมเป็นผลที่เกิดจากการกระทำของเราเอง สิ่งใดที่ทำแล้วทำให้การดำเนินชีวิตของตนเองและผู้อื่นมีความสุข ย่อมถือว่าเราทำในสิ่งสิ่งที่ถูกต้องผลที่ได้กลับมาคือความถูกต้อง ทำให้ตนเองและผู้อื่นได้พบกับความสุขได้ แต่เมื่อเราทำสิ่งต่างๆ ทั้งอดีตและปัจจุบันไม่ถูกต้องสิ่งไม่ดีเหล่านั้นส่งผลให้ตัวเราและผู้อื่นได้รับความทุกข์ ย่อมปรากฏผลที่ไม่ดีกับตัวผู้กระทำ

(๓) อัตตัญญุตตา หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักตน คือการรู้จักอัตภาพสถานะของตนเอง ทั้งทางด้านคุณวุฒิ วิทยุฒิ ได้อย่างถูกต้องไม่เป็นคนอวดดีถือตน ไม่เป็นคนที่ยกตนข่มผู้อื่น ไม่สำคัญผิดในตัวเอง ต้องเป็นคนรู้จักประมาณตน อยู่ร่วมกับสังคัมได้อย่างพอดี ทำในสิ่งที่ถูกที่ควร ไม่ทำสิ่งอื่นด้วยเพียงความคิดของตนเองเท่านั้น

(๔) มัตตัญญุตตา หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักประมาณ คือรู้จักปฏิบัติตนอยู่ในความพอดีของสถานะที่ตนมีหรือเป็นอยู่ ไม่ให้เกินความพอดีเพื่อเป็นการป้องกันความเดือดร้อนที่จะเกิดขึ้นตามมา หรือให้เดินทางสายกลาง ให้รู้จักประมาณทั้งสุขภาพกายสุขภาพใจ รวมถึงประมาณต่อการใช้จ่ายต่อทรัพย์ที่หามาได้ ไม่ใช่จ่ายจนเกินตัวเกินรายรับที่หามาได้ เพื่อหลีกเลี่ยงการเป็นหนี้สินต่างๆ ให้คงไว้กับความสุขตามอัตภาพของตนเอง

(๕) กาลัญญุตตา หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักกาล คือ การเป็นคนที่มีรู้จักกาลเวลา และให้ความสำคัญ เห็นคุณค่าของกาลเวลา ควรทำในสิ่งที่จำเป็นประโยชน์ อย่าปล่อยให้เวลาต้องล่วงเลยไปอย่างไร้คุณค่า การทำกิจการงานต่างๆ จะประสบผลสำเร็จได้ย่อมขึ้นกับเวลาที่ผ่านไป คนที่ประสบผลสำเร็จในชีวิต ย่อมเป็นคนที่มีคุณค่าของกาลเวลา

(๖) ปริสัญญุตตา หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักชุมชน คือ เป็นผู้ที่มีรู้จักการเข้าร่วมกับสังคัมกับชุมชนในที่อยู่อาศัย รวมถึงที่สถานที่ทำงานและประกอบการต่างๆ ที่ร่วมอยู่ ต้องรู้จักการปรับตัวเข้าสังคัมเพื่อจะได้ร่วมกันพัฒนาสังคัม ชุมชนไปในทางที่ดีเพื่อ ให้สังคัมอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขปราศจากความขัดแย้งในความคิด

(๗) ปุคคลปโรปรัญญุตตา หมายถึง ความรู้จักบุคคล คือ การรู้จักคบบุคคลที่สมควรจะคบหาสมาคม หรือปรึกษาหารือในกิจการต่างๆ ที่ทำ เพื่อไม่ให้เกิดความผิดพลาด ความเสียหายที่จะตามมาภายหลัง ต้องทำการศึกษาดูทั้งทางด้านคุณธรรมและจริยธรรมต่อบุคคล ที่จะคบหาสมาคมเมื่อได้คบหาแล้ว ทำให้เกิดความสบายทั้งกายและจิตใจ ไม่ต้องระแวงต่อสิ่งต่างๆ ที่จะตามมา

๓. อัตตสัมมาปณิธิ หมายถึง ตั้งตนไว้ชอบ การตั้งจิตคิดมุ่งหมายนำตนไปถูกทาง คือ การตั้งตนไว้ชอบประกอบด้วยธรรม ดำเนินชีวิตในทางที่ถูกต้อง มีเป้าหมายในอาชีพการงานที่ชัดเจน โดย

ไม่หวั่นไหวต่อปัญหาอุปสรรค เป็นคนที่ซื่อสัตย์ต่อตนเอง และผู้อื่นมีความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน ไม่เป็นคนพลัดวันประกันพรุ่ง พร้อมนำตนเองมุ่งสู่จุดหมายของชีวิตได้อย่างแน่วแน่ มั่นคง

ไสว มาลัยทอง^{๖๔} ได้กล่าวไว้ว่า การตั้งตนไว้ชอบประกอบด้วยธรรมนั้น หมายถึงการ ปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรม ดำเนินชีวิตตามแนว อริยมรรค ๘ ประการ คือ

- ๑) มีความเห็นชอบ
- ๒) ดำริชอบ
- ๓) เจรจาชอบ
- ๔) เลี้ยงชีพชอบ
- ๕) ทำการงานชอบ
- ๖) ทำความเพียรชอบ
- ๗) ตั้งสติชอบ
- ๘) ทำสมาธิชอบ

๔. ปุพเพกตปุญญตา หมายถึง ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว มีพื้นเดิมดี ได้สร้าง สมคุณความดีเตรียมพร้อมไว้แต่ต้น คือ เป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถ มีสติปัญญาที่ดี รวมถึงมีสภาพ ของกายและจิต เป็นพื้นฐานที่ดี มีปฏิภาณไหวพริบในการแก้ปัญหาชีวิต สั่งสมการทำคุณงามความดี เพื่อเตรียมพร้อมต่อการดำเนินชีวิต

หลักธรรม จักร ๔ เป็นหลักพุทธธรรม ในทางตรง ที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพ ชีวิตเพื่อให้การดำเนินชีวิตในทุกๆด้าน ให้มีความสุข หมายถึง การเลือกถิ่นที่อยู่ได้อย่างเหมาะสม การ เลือกรับคนที่มีความจริงใจทั้งต่อหน้าและลับหลัง สามารถให้พึ่งพาอาศัยได้ในยามสุข และยามที่เรา ประสบปัญหา การวางตัวที่เหมาะสมในการที่อยู่ร่วมในสังคม และการทำคุณงามความดีอยู่ตลอดเวลา ทำให้เกิดผลดีต่อการดำเนินชีวิตได้ทั้งทางโลก และทางธรรม สามารถที่จะแสวงหาความรู้เพื่อนำ ความรู้นั้นมาทำมาหาเลี้ยงชีพได้โดยสุจริต ไม่ต้องไปพึ่งพาผู้อื่น และรวมถึงการไม่สร้างความ เดือดร้อนให้กับผู้อื่น อยู่ร่วมกับชุมชนและสังคม ให้ความร่วมมือ ร่วมใจช่วยกันสร้างและดูแลชุมชน สังคม ด้วยความเต็มใจและมีความสามัคคี ร่วมกันรักษาสิ่งแวดล้อม ให้อยู่กับสังคมและรักษาไว้ให้คน รุ่นหลังต่อไป

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวถึงความหมายของหลักธรรม จักร ๔ ไว้ในหนังสือ ธรรมานุญชีวิต ดังนี้^{๗๐}

๑. ปุริรูปเทสวาสะ เลือกอยู่ถิ่นที่เหมาะสม คือ เลือกหาถิ่นที่อยู่ หรือแหล่งเล่าเรียน ดำเนินชีวิตที่ดีซึ่งมีบุคคลและสิ่งแวดล้อมที่อำนวยแก่การศึกษาพัฒนาชีวิต การแสวงหาความรู้ การสร้างสรรค์ความดีงาม และความเจริญก้าวหน้า

๒. สปัจริสุปัสสยะ เสาะเสวนาคณตี คือ รู้จักเสวนาคบหา หรือร่วมหมุกกับบุคคลผู้รู้ ผู้ทรง คุณ และผู้ที่จักเกื้อกูลแก่การแสวงหาธรรมหาความรู้ ความก้าวหน้าองงาม และความเจริญโดยธรรม

^{๖๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๖-๓๗.

^{๗๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ธรรมานุญชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๓๔-๓๕.

๓. อัดตสัมมาปณิธิ ตั้งตนไว้ถูกวิถี คือ ดำรงตนมั่นอยู่ในธรรม และทางดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ตั้งเป้าหมายชีวิตและการงานให้ตั้งมาแน่ชัด และนำตนไปถูกทางสู่จุดหมาย แน่วแน่ มั่นคง ไม่พร่าส่าย ไม่ไกลเชือนแซ

๔. ปุพเพกตปุญญตา มีทุนดีได้เตรียมไว้ ทุนดีส่วนหนึ่ง คือ ความมีสติปัญญา ความถนัด และร่างกายดี เป็นต้น ที่เป็นพื้นมาแต่เดิม และอีกส่วนหนึ่ง คือ อาศัยพื้นเดิมที่ตัวมีอยู่ รู้จักแก้ไข ปรับปรุงตน ศึกษาหาความรู้ สร้างเสริมคุณสมบัติ ความดีงาม ฝึกฝนความชำนาญเตรียมไว้ก่อนแต่ต้น ซึ่งเมื่อมีเหตุต้องใช้ก็จะเป็นผู้พร้อมจะต้อนรับความสำเร็จ สามารถสร้างสรรค์ประโยชน์สุข และก้าวสู่ความเจริญยิ่งขึ้นไป

สรุป หลักธรรม จักร ๔ คือ หลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่มีผลในทางตรงต่อการดำรงชีวิตของตนเอง ในทุกๆด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านปัญญา เพื่อที่สามารถดำเนินชีวิตให้ได้พบความสุข ความเจริญ และมีชีวิตที่ปราศจากความทุกข์ ส่งผลต่อการพัฒนาสังคมมากยิ่งขึ้น หลักธรรม จักร ๔ เมื่อนำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต จึงส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ยกระดับคุณภาพชีวิตที่ดี การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง การทำให้ชีวิตดีขึ้น และมีความสุข มีความสมบูรณ์ทั้งด้านสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตใจ รวมถึงด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี และด้านเศรษฐกิจ ในการประกอบสัมมาอาชีพ ทำให้มีรายได้เลี้ยงตนเองและครอบครัว รวมถึงมีความเป็นอยู่อย่างพอเพียง สามารถดำรงตนให้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและสังคม ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยไม่ทำตนให้เป็นภาระและปัญหาให้เกิดขึ้นในสังคมและประเทศ

๒.๔.๑.๒. หลักภาวนา ๔

ภาวนา ๔ เป็นหลักธรรม ที่ทำให้เกิดการเจริญขึ้น การทำให้สิ่งที่ไม่ดีให้เกิดขึ้น รวมถึงการเข้ารับการอบรม และเพื่อการพัฒนาให้ยิ่งๆ ขึ้นไป พระพุทธทรงตรัส ในคำสอนพระองค์เองเพื่อใช้เป็นสมบัติของบุคคลท่านใช้คำว่า ภาวิตกาโย ภาวิตสีโล ภาวิตจิตโต ภาวิตปัญญา คำว่าภาวนา เวลาใช้เป็นคุณศัพท์เป็น ภาวิตะภาวิตกาโย ผู้มีกายที่เจริญแล้วหรือฝึกอบรมแล้ว ภาวิตสีโล ผู้มีศีลที่ฝึกอบรมแล้ว ภาวิตปัญญา ผู้มีปัญญาที่เจริญแล้ว ถ้าเป็นคำนาม ๔ อย่าง คือ

- | | |
|--------------------------------|------------------------------------|
| ๑. กายภาวนา คนที่เป็นภาวิตกาโย | ตัวการกระทำเป็นกายภาวนา |
| ๒. ศีลภาวนา คนเป็นภาวิตสีโล | ตัวการกระทำเป็นศีลภาวนา |
| ๓. จิตภาวนา คนเป็นภาวิตจิตโต | ตัวการกระทำเป็นจิตภาวนา |
| ๔. ปัญญาภาวนา คนเป็นภาวิตปัญญา | ตัวการกระทำเป็นปัญญา ^{๑๑} |

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตต์)^{๑๒} ได้กล่าวถึง ภาวนา ๔ ว่า (การเจริญ การทำให้เป็นให้ดีขึ้น การฝึกอบรม การพัฒนา : growth; cultivation; training; development)

^{๑๑} อ่างใน พระปลัดนพพล ภูธมโน, “การพัฒนาเด็กตามหลักภาวนา ๔ : กรณีศึกษาอบรมเด็กก่อนเกณฑ์วัดทุ่งครุ เขตทุ่งครุ กรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๓๒.

^{๑๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตต์), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๗๐.

กายภาวนา การเจริญกาย การพัฒนากาย การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดจ่อเกี่ยวกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ : physical development

ศีลภาวนา การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน : moral development

จิตภาวนา การเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงาม ด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อุตหน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น : cultivation of the heart; emotion development

ปัญญาภาวนา การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา : cultivation of wisdom; intellectual development; wisdom development

แนวคิดหลักภาวนา ๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)^{๗๓} ได้กล่าวไว้ว่า ภาวนาคือ การทำให้มีขึ้นเป็นขึ้น การให้เกิดขึ้น การเจริญ การบำเพ็ญ

๑. การฝึกอบรม ตามหลักพระพุทธศาสนา มีสองอย่าง คือ

๑.๑ สมาธภาวนา ฝึกอบรมให้เกิดความสงบ

๑.๒ วิปัสสนา ฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้เข้าใจเป็นจิต อิกนัยหนึ่ง คือ

๑) จิตภาวนา การฝึกจิตให้เจริญงอกงาม ด้วยคุณธรรมความเข้มแข็งมั่นคง เบิกบาน สงบสุข ผ่องใสด้วยความเพียร สติ และสมาธิ

๒) ปัญญาภาวนา การฝึกอบรมเจริญปัญญา ให้รู้เท่าทันเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนมีใจเป็นอิสระ ไม่ครอบงำด้วยกิเลสและความทุกข์

๒. การเจริญสมถ กรรมฐาน เพื่อให้เกิดสมาธิ มี ๓ ชั้น คือ

๒.๑ บริกรรมภาวนา ภาวนาขั้นเตรียมเตรียม คือ กำหนดอารมณ์กรรมฐาน

๒.๒ อุปจารภาวนา ภาวนาขั้นจวนเจียน คือ เกิดอุปจารสมาธิ

๒.๓ อัปปนาภาวนา ภาวนาขั้นแน่วแน่ คือ เกิดอัปปนาสมาธิ ขึ้นสู่ฌาน

การพัฒนาตนตาม หลักภาวนา ๔ ในทางพระพุทธศาสนาอยู่ในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาติชีวิต การกระทำของมนุษย์ ย่อมเป็นไปตามระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย มนุษย์ทำอะไรขึ้นมา มีผลในระบบเหตุปัจจัย ทำดีย่อมได้รับแต่สิ่งที่ดี ทำในสิ่งที่ไม่ดีก็ย่อมได้ผลที่ไม่ดี ตอบสนอง ทำให้เกิดผลกระทบต่องานภายนอก และกระทบตัวเอง และในขณะเดียวกัน สิ่งที่เกิดขึ้นภายนอก ก็จะมีผลกระทบต่อการพัฒนาตนเอง คือ ทั้งในมุมกิริยาและปฏิกิริยา ตัวเองทำไปก็กระทบ สิ่งอื่น สิ่งอื่นเป็นอย่างไรมาก็จะมากกระทบต่อการพัฒนาตน สิ่งสำคัญคือ มองไปให้ครบตลอดทั่วระบบ

^{๗๓} พระโสภณ วิจิตรธมโม, พุทธจักร โลกธรรมยืนดับเข็ญได้ด้วยศาสนา, (พระนครศรีอยุธยา : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙), หน้า ๕๗-๕๘.

ความสัมพันธ์ว่า ชีวิตและกิจกรรมการกระทำของการพัฒนาตน ทั้งเป็นไปตามระบบเหตุปัจจัย แล้วก็ทำให้เกิดผลตามระบบเหตุปัจจัยนั้นได้ด้วย

การที่จะทำให้ชีวิตมีความสุขได้ในปัจจุบัน และในอนาคต เราจำเป็นต้องมีการพัฒนาตนเองเพื่อให้ชีวิตของเรามีคุณค่า และคุณค่าของชีวิตจะต้องประกอบไปด้วยคุณธรรม หลักของการที่จะมีคุณธรรมจะต้องหมั่นฝึกฝนอบรม คือ การอบรม กาย ศีล จิต และปัญญา ซึ่งตรงกับหลักธรรมภาวนา ๔ คือ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา^{๗๔}

กายภาวนา หมายถึง การทำให้ร่างกายมีความเจริญแข็งแรง ทางกายภาพโดยมีความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องการสิ่งแวดล้อม คือ การดูแลสุขภาพร่างกายให้มีความแข็งแรงสมบูรณ์ และปราศจากความเจ็บป่วย รวมถึงการใส่ใจดูแลสิ่งแวดล้อมภายนอกได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมดีงาม เพื่อให้เกิดประโยชน์ และสิ่งอื่นๆ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตให้เกิดความสุข คือ การรู้จักใช้ปัจจัย ๔ ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค แต่การใช้ปัจจัย ๔ ต้องคำนึงถึงคุณค่าและความเหมาะสมต่อสุขภาพร่างกาย ซึ่งเป้าหมายเพื่อต้องการให้มีสภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มากเกินไปและน้อยเกินไป เช่น การกินอาหารต้องรู้ประมาณในการกิน อาหารต้องมีประโยชน์และคุณค่าต่อการดำรงชีวิต ไม่ยึดติดรสชาติของการปรุงแต่งมากนัก ต้องคำนึงถึงโรคร้ายที่จะส่งผลกลับมาทำร้ายตัวเอง เช่นเดียวกับการใช้สื่อเทคโนโลยีในสังคมปัจจุบัน ต้องใช้ให้เป็นประโยชน์และคุ้มค่าต่อการดำรงชีวิต และต้องตระหนักถึงสภาพแวดล้อมไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม โดยหวังเพียงให้เกิดประโยชน์ต่อมนุษย์แต่เพียงอย่างเดียว

ศีลภาวนา การพัฒนาเจริญศีล ทางด้านความประพฤติให้ดีขึ้น มีระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนผู้อื่นอยู่ในสังคมเป็นเบื้องต้นของชีวิต เมื่อเกิดมาแล้วหากขาดการสำรวมระวังในเรื่องของศีลแล้ว การดำเนินชีวิตย่อมจะพบแต่ปัญหาอุปสรรคต่างๆ ศีลช่วยชำระล้างโทษทางกายและวาจา เป็นพื้นฐานให้ทำความดีได้สะดวกยิ่งขึ้นไป เพราะการทำดีโดยไม่ได้ละโทษคือความชั่วเสียก่อนนั้น จะทำให้ความดีเศร้าหมองไปด้วย เหมือนเอาน้ำใสผสมกับน้ำขุ่น^{๗๕} เมื่อได้นำหลักของศีลมาประพฤติปฏิบัติ ย่อมเกิดประโยชน์ต่อตนเองครอบครัวและสังคมย่อมนำพาความสุขมาให้ศีล ๕ เป็นศีล ที่เป็นพื้นฐานของการดำเนินชีวิต เป็นศีลเบื้องต้น เมื่อนำมาประพฤติปฏิบัติเพื่อมุ่งสู่การไม่เบียดเบียน ทั้งทางกาย และวาจา ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับสังคมให้ความเกื้อกูลต่อสังคม มีระเบียบวินัย ประกอบสัมมาชีพออยู่ร่วมสังคมอย่างมีความสุข

จิตภาวนา หรือการพัฒนาจิต การ ประคองจิตและสติของตนให้ชำนาญ เพื่อให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิต เพื่อลดความฟุ้งซ่านภายในจิตใจลง ซึ่งการฟุ้งซ่านและการปรุงแต่งของจิต เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นของแต่ละบุคคลที่มีการสังขมาภิภพที่ชาติ เมื่อมีความฟุ้งซ่านเกิดขึ้นย่อมจะทำให้เกิดการขาดสติ เมื่อได้กระทบกับสิ่งที่ไม่พึงปรารถนา ซึ่งจะพลอยให้เกิดปัญหาความเดือดร้อนต่อการดำเนินชีวิต จึงจำเป็นอย่างยิ่ง トラบที่เราทุกคนยังเป็นมนุษย์สังขม ต้องมีการพัฒนาทางด้านจิตให้

^{๗๔} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๒๘/๒๐๐.

^{๗๕} วคิน อิทสระ, **ความดีและอานุภาพของความดี**, พิมพ์ครั้งที่ ๓ (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๕๒), หน้า ๗๒.

มาก เพราะเมื่อทุกคนมีจิตที่มั่นคงแน่วแน่แล้ว สามารถรู้ทันต่อเหตุ ย่อมจะนำพาชีวิตให้ดำเนินไปในทางที่ถูก และมีความสุข

ในหลักของการปฏิบัติธรรมก็เช่นกัน การที่ทุกคนจะปฏิบัติให้บรรลุถึงมรรค ผล นิพพานได้ ก็ต้องมีความเข้าใจต่อหลักของจิตภาวนา ผู้ภาวนาจนสามารถทำให้จิตของตนมีความตั้งมั่นอยู่ได้ในระดับหนึ่งแล้ว ก็สามารถที่จะประครองจิตของตนได้อีกระดับหนึ่ง ทำให้รู้ชัดว่าในช่วงเวลาใดจิตของเรามีความตั้งมั่น และช่วงเวลาใดจิตของเราไม่ได้ตั้งมั่น ความสัดส่ายไปตามอารมณ์ที่ปรากฏ แต่เมื่อใดที่รู้ว่าอารมณ์ไม่สัดส่ายไปกับเหตุปัจจัย เมื่อรับรู้สภาวะของจิตได้ดีแล้วแสดงว่าผู้ภาวนาจิตย่อมเป็นผู้เป็นผู้พิจารณาอยู่ในธรรม อันเป็นที่ตั้งแห่ง ธรรมภายนอกและธรรมภายใน ถึงแม้ว่าความรู้ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ย่อมขึ้นอยู่กับผลบุญของแต่ละบุคคลได้สั่งสมมา แต่ในสภาพความเป็นจริงแล้ว ถึงแม้ว่าความรู้ต่างกัน แต่การที่ทุกคนสามารถที่จะบรรลุในสัจจะธรรมได้เหมือนกัน ต้องไม่กังวลในสิ่งที่จะทำจิตภาวนา ถึงแม้ว่าสิ่งที่เราได้กระทำอยู่มีความแตกต่างกับผู้อื่น ก็ต้องมีความตั้งมั่นและมั่นคงที่จะกระทำต่อไปเป้าหมาย ให้เห็นมรรค ผล นิพพาน ไม่มีความกังวลใดๆ เพียรใส่ใจ มั่นคงในการประครองจิต ให้แนบแน่นให้รู้ชัดในเหตุปัจจัยโดยมีจิตเป็นที่ตั้งโดยมีเวลาเป็นตัวกำหนด และเพื่อเป็นการหลุดพ้นจากเครื่องเศร้าหมอง จากกิเลส และความทุกข์ทั้งปวง

ปัญญาภาวนา คือ การพัฒนาฝึกอบรมปัญญา ให้มีความรู้ความเข้าใจในสิ่งทั้งหลาย เป็นไปตามความเป็นจริง รวมถึงความรู้ในหลักวิชาการ และการรับรู้ในหลักธรรมชาติของสรรพสิ่งที่เกิดขึ้นบนโลกใบนี้ ไม่ยึดติดต่อสภาวะใดๆ สามารถใช้ปัญญาพิจารณาเหตุแห่งปัจจัย ที่เข้ามากระทบ และรู้จักใช้ปัญญาไตร่ตรอง ยึดมั่นในหลักของคุณธรรมและจริยธรรม ไม่เบียดเบียน เพื่อผลความสุขแห่งต้น มองเห็นหลักของเหตุและผล รู้จักวิธีแก้ปัญหาด้วยความฉลาดแห่งปัญญา สามารถนำผลแห่งการพัฒนาปัญญาไปแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและสังคมได้ อีกประการหนึ่งต้องพัฒนาปัญญาให้รู้ตามกฎของไตรลักษณ์ คือ ธรรมชาติของสิ่งมีชีวิตที่เวียนว่ายตายเกิด ย่อมรับสภาพของทุกชีวิต ย่อมจะร่วงโรยไปตามสภาพของกาลเวลา คือ การเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

๒.๔.๒ หลักธรรมส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

หลักธรรมส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ๓ แห่ง ในอำเภอสีจิงหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงคำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสีจิงหวัดลำพูน มีดังนี้

๒.๔.๒.๑ หลักสติปัญญา ๔

๒.๔.๒.๒ หลักสังคหะวัตถุ ๔

๒.๔.๒.๓ หลักไตรสิกขา ๓

๒.๔.๒.๔ บุญกิริยาวัตถุ ๓

๒.๔.๒.๑ หลักสติปัญญา ๔

พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ขณะเสด็จประทับอยู่ในหมู่ชนชาวกรู แคว้นกัมมาสทัมมะ ตรัสว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นที่ไปอันเอกเพื่อความหมดจดของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อความก้าวล่วง ซึ่งความโศกและความรำไร เพื่อความอัสดงดับไปแห่งทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุญาณธรรม เพื่อกระทำพระนิพพานให้แจ้งทางนี้ คือ สติปัญญา ๔ สติปัญญา ๔ เป็นไหน?

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในวินัยธรรมนี้ ย่อมเห็นกายในกายเนื่องๆ อยู่ มีความเพียรเผา กิเลสให้เร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ ย่อมกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกให้พินาศได้

เธอย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนื่องๆอยู่ เธอย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตเนื่อง ๆ อยู่ เธอย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมเนื่องๆอยู่ มีความเพียรเผากิเลสให้เร่าร้อน” ดังนี้

อรรถกถาเล่าว่า การที่ตรัสพระสูตรนี้แก่ชาวกรู ก็เพราะคนแคว้นนี้สามารถรับเทศนาที่ ลึกซึ้งได้ เพราะชาวกรูมีร่างกายและจิตใจสมบูรณ์อยู่เป็นนิตย์ มีอากาศสบายและอาหารสัปปายะมาก เป็นต้น คนแคว้นนี้ต่างประกอบเรื่องๆในสติปัญญา แม้แต่คนรับใช้และคนงานทั้งหลาย ต่างก็พูดแต่ เรื่องที่เกี่ยวกับสติปัญญา ไม่มีใครพูดถึงเรื่องที่ไร้ประโยชน์เลย^{๗๖}

สติปัญญา ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ
ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. พิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด อภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุนั้นเมื่อเห็นกายในกายภายในอยู่ ย่อมตั้งจิตมั่นโดยชอบ ย่อมปล่อย ใสโดยชอบในกายานุปัสสนานั้น ภิกษุนั้นตั้งจิตมั่นโดยชอบปล่อยใสโดยชอบในกายานุปัสสนานั้นแล้ว ก็ ย่อมบังเกิดมีญาณทัสสนะ ในกายอื่นภายนอก

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุนั้นเมื่อพิจารณาเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ ย่อมตั้ง จิตมั่นโดยชอบ ย่อมปล่อยใสโดยชอบในเวทนานุปัสสนานั้น ภิกษุนั้นตั้งจิตมั่นชอบ ปล่อยใสโดยชอบใน เวทนานุปัสสนานั้นแล้ว ก็ย่อมบังเกิดมีญาณทัสสนะ ในเวทนาอื่นภายนอก

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ ภิกษุนั้นเมื่อพิจารณาจิตในจิตภายในอยู่ ย่อมตั้งจิตมั่นโดยชอบ ย่อมปล่อยใสโดย ชอบในจิตตานุปัสสนานั้น ภิกษุนั้นตั้งจิตมั่นชอบ ปล่อยใสโดยชอบในจิตตานุปัสสนานั้นแล้ว ก็ย่อม บังเกิดมีญาณทัสสนะ ในเวทนาอื่นภายนอก

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายในอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัด อภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ ภิกษุนั้นเมื่อพิจารณาธรรมในธรรมภายในอยู่ ย่อมตั้งจิตมั่นโดยชอบ ย่อมปล่อยใสโดยชอบในจิตตานุปัสสนานั้น ภิกษุนั้นตั้งจิตมั่นชอบ ปล่อยใสโดยชอบในธัมมานุปัสสนานั้น แล้ว ก็ย่อมบังเกิดมีญาณทัสสนะ ในเวทนาอื่นภายนอก

ท่านผู้เจริญทั้งหลาย พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ทรงรู้ทรงเห็น เป็นอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์นั้น ทรงบัญญัติสติปัญญา ๔ ประการนี้แล เพื่อให้บรรลุกุศลธรรม’

พระผู้มีพระภาคตรัสว่าภิกษุทั้งหลาย ภิกษุควรเจริญธรรม ๔ ประการเพื่อรู้ยิ่งราคะ (ความกำหนัด) ธรรม ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและ โทมนัสในโลกได้

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา

^{๗๖} ปัญญา ใช้บางยาง, ธรรมอธิบาย หลักธรรมในพระไตรปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันบัณฑิตธรรม ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา, ๒๕๔๘), หน้า ๗๗.

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิต

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและ โทมนัสในโลกได้ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุควรเจริญธรรม ๔ ประการนี้เพื่อรู้ยิ่งราคา^{๗๗}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)^{๗๘} ได้กล่าวถึงสติปัฏฐาน ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อ ปฏิบัติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติ กำหนดดูสิ่งต่างๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความ ยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพียงไปตามอำนาจกิเลส มี ๔ อย่าง คือ

๑. กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับดูรู้เท่าทัน กายและเรื่องทางกาย

๒. เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำหนดรู้เท่าทัน เวทนา

๓. จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำหนดรู้เท่าทัน จิตหรือสภาพอาการของจิต

๔. อัมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม เรียกสั้น ๆ ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม

พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ ฐตธมโม) วัดอัมพวัน จ.สิงห์บุรี กล่าวถึงหลักสติปัฏฐาน ๔ ไว้ในวารสาร ธรรมลีลา ดังต่อไปนี้^{๗๙}

สติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นทางสายเอกจัดว่าเป็นทางสายเดียวที่สามารถให้ผู้ที่ดำเนินตามทางนี้ ถึงความรอบรู้ความจริง จนบรรลุนิพพาน

ดังนั้น ผู้ปรารถนาจะบรรลุถึงมรรค ผล นิพพาน ต้องเริ่มต้นด้วย สติปัฏฐาน เพื่อบรรลุ ญาณธรรม เพื่อให้แจ้งถึงนิพพาน

ญาณธรรม คือ ธรรมที่ควรรู้มีอยู่ ๕ ประการ ได้แก่

๑. สังขาร คือ ธรรมที่ปรุงแต่ง ได้แก่ จิต เจตสิก รูป

๒. วิกาล คือ ธรรมที่เปลี่ยนแปลงผันแปร ได้แก่ ธรรมที่เปลี่ยนแปลงผันแปรของสัตว์ ที่เป็นไปในภพต่างๆ

๓. ลักษณะ คือ ธรรมที่เป็นเหตุให้รู้ให้เห็น ได้แก่ ลักษณะของสภาวะ

๔. นิพพาน คือ ธรรมที่พ้นจากกิเลส คือ อสังขตธรรม อสังขตธรรมนี้เราจะมองเห็น เด่นชัดเช่นเดียวกัน

๕. บัญญัติ คือ ธรรมที่สมมุติใช้พูดจาเรียกขานกัน ได้แก่ อตถบัญญัติ และสัททบัญญัติ

อารมณ์ของสติปัฏฐาน มี ๔ อย่าง

^{๗๗} อจ. จตฺก. (ไทย) ๒๑/๒๗๔/๓๘๙-๓๙๐.

^{๗๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๓๙๕.

^{๗๙} พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ ฐตธมโม) “**โพธิปักขิยธรรม**” ภาคปฏิบัติ, (กรุงเทพมหานคร : บมจ. โรงพิมพ์ตะวันออก, ๒๕๕๙), หน้า ๓๔, ๓๕.

๑. กายานุปัสสนาสถิติปฏิฐาน คือ สติที่ตั้งมั่นพิจารณากายเนืองๆ ได้แก่ สติที่กำหนดรู้ ที่เรากำหนดอยู่ ณ บัดนี้ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก อิริยาบถใหญ่ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถย่อย ได้แก่ การเคลื่อนไหว คู้เหยียด เป็นต้น เพื่อให้ตระหนักว่า การยืน การเดิน นั่ง นอน อันเป็นการเคลื่อนไหวของร่างกายนั้น เกิดจากธาตุลมที่มีอยู่ในร่างกาย โดยอำนาจของจิต ทางธรรมะเรียกว่า รูป คือ รูปที่เกิดจากจิต หาได้มีผู้ใดมาบังการแต่อย่างใดไม่ ในบางแห่งจะพบว่าพิจารณาภายในกาย หรือ กายในอันเป็นภายใน กายในอันเป็นภายนอก คำเหล่านี้เป็นภาษาธรรมะ อธิบายกันเป็นหลายนัย เช่น

กายเอกายานุปัสสี แปลว่า เห็นภายในกาย คำว่า กาย หมายถึง รูปกับกาย คือ กัมมัชรูป แต่ร่างกาย มีทั้งจิต เจตสิก และรูป ส่วนคำว่า กายานุปัสสี หมายถึงให้กำหนดดูแต่รูปธรรมเท่านั้น คือดูรูปอย่างเดียว ไม่ใช่ดูจิต เจตสิกที่มีอยู่ในร่างกายด้วย

คำว่า “ภายในกาย” หมายถึงว่า รูปในรูป แต่ในร่างกายนี้มีมากมายหลายรูป แต่ให้พิจารณาดูรูปเดียวในหลายๆรูปนั้น เช่นจะพิจารณาลมหายใจ เข้าออก ยุบหนอ คือ ลมหายใจเข้าก็พอง ลมหายใจออกก็ยุบ ก็พิจารณาว่าโยธาตุแต่รูปเดียว เรียกว่าอานาปานสติ ลมหายใจเข้า ออก พองหนอ ยุบหนอ เรียกว่า อานาปานสติ

ส่วนคำว่า กายในอันเป็นภายใน และกายในอันเป็นภายนอกนั้น ถ้าพิจารณาดูรูปในกายของตนเองเป็นภายในรูปในกายผู้อื่นถือว่าเป็นภายนอกดังนี้

๒. เวทนานุปัสสนาสติปฏิฐาน การพิจารณาเวทนานี้ ใช้ในการเจริญวิปัสสนาอย่างเดียว ต่างกับพิจารณาภายใน ใช้ได้ทั้งสมณะและวิปัสสนา เพราะจะเพ่งเวทนาโดยความเป็นอารมณ์ของสมณะกรรมมัญฐาน ให้เกิดฌานจิตหาได้ไม่ การพิจารณาเวทนา จะเป็นสุขเวทนา ทุกขเวทนา หรือ อุเบกขาเวทนาจักดี เป็นธรรมชาติไม่มีรูปร่างสัณฐาน ที่จะให้เห็นได้ด้วยตา จึงมิใช่รูปธาตุ แต่เป็นนามธาตุ เวทนาจะเกิดขึ้นเมื่อมีเหตุปัจจัย จะห้ามไม่ให้เกิดก็ห้ามไม่ได้ ครั้นเมื่อหมดเหตุปัจจัยก็จะดับไปเอง หมดไปเองเป็นต้น

ความหมายเวทนาในเวทนานี้ และเวทนาในเวทนา อันเป็นภายใน กายนอก ก็เป็นทำนองเดียวกับกาย ในกายตามที่กล่าวมา

ความจริงเวทนาจักเกิดขึ้นอยู่ทุกขณะ ไม่มีเวลาว่างเว้นเลย คนทั้งหลายรู้สึกสุขบ้าง ทุกข์บ้าง เพราะไม่ยัดว่า เราสุข เราทุกข์ จึงไม่อาจรู้สภาวะความเป็นจริงได้ เวทนานี้เวลาเกิดขึ้นก็จะเกิดแต่อย่างเดียว เป็นเจตสิกธรรม ประจักษ์ให้จิตรับรู้

๓. จิตตานุปัสสนาสติปฏิฐาน สติที่ตั้งมั่นพิจารณาเนืองๆ ซึ่งจิต ก็คือวิญญาณขันธ์ ที่กำหนดพิจารณาจิต ก็เพื่อให้รู้เท่าทันว่า จิตที่กำลังเกิดนั้นเป็นจิตชนิดใด จิตเป็นโลก จิตโภภ จิตหลง จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นสมาธิ หรือไม่เป็นสมาธิ เพื่อให้ประจักษ์ชัดว่า ที่มีความรู้สึกโลก โภภ หลง หรือ ศรัทธา ฟุ้งซ่าน เกรียดคร่ำครว เป็นอาการของจิต เป็นธรรมชาติที่เป็นนามธรรม ย่อมเป็นเหตุปัจจัยที่มาประจักษ์ เพื่อรับอารมณ์ เมื่อหมดเหตุปัจจัย อาการก็ดับไปเอง ไม่มีอะไรเหลืออยู่

อันสภาวะธรรมที่เรียกว่า จิตนั้น เป็นธรรมชาติที่ไม่มีตัวตน เห็นด้วยตาไม่ได้ จึงมิใช่รูปธรรม แต่เป็นนามธรรม เป็นนามจิตไม่ใช่เจตสิก เช่น เวทนา เป็นต้น ที่ว่าจิตในจิต หรือ จิตภายในจิตภายในนั้นก็เช่นเดียวกับที่กล่าวมาแล้วข้างต้นเหมือนกัน

๔. ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน สติตั้งมั่นพิจารณาเนื่องๆ ซึ่งธรรม มีนิเวรณ อุปทาน ชั้นธ อายตนะ โพชฌงค์ อริยสัจธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ เป็นสติในการเจริญวิปัสสนาแต่อย่าง เดียว เป็นการพิจารณาให้รู้ให้เห็น ทั้งรูป ทั้งนาม จึงกล่าวได้ว่าการพิจารณา กาย เวทนา และจิต ย่อมรวมลงได้ในธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ทั้งสิ้น

ผู้ปฏิบัติมีสติ ระลึกรู้ถึงทุกสิ่งทุกอย่าง ที่เกิดขึ้นในร่างกาย ความรู้สึก ความคิด (จิตใจ) และหลักธรรม ซึ่งเรียกว่า “สติปัฏฐาน ๔ (การมีสติ ๔ ฐาน)”

ผู้ปฏิบัติเริ่มต้น ด้วยการสังเกตทั่วร่างกาย และแต่ละส่วนของร่างกาย การหายใจ อิริยาบถทั้งสี่ ได้แก่ เดิน ยืน นั่ง และนอน กิจกรรมต่างๆ ของร่างกาย เช่น การมา การไป การมอง การแต่งตัว การกิน การดื่ม การขับถ่ายอุจจาระ การขับถ่ายปัสสาวะ การพูด การอาบน้ำ อวัยวะ ต่างๆ เช่น ผม ฟัน เอ็น กระดูก สมอ ง่าไส้ น้ำลาย เหงื่อ หรือแม้แต่ธาตุประกอบเป็นอวัยวะเหล่านั้น นั้น ได้แก่ ดิน น้ำ ลม ไฟ กระบวนการย่อยสลาย ตั้งแต่หมดลมหายใจ จนกระทั่งย่อยเป็นผุยผง^{๘๐}

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลาย สติปัฏฐาน ๔ ทำเพื่อให้ได้รับ อานิสงส์ ๕ ประการ คือ^{๘๑}

๑. สุตตานี วสุทธินา เพื่อความบริสุทธิ์แห่งสัตว์ทั้งหลาย
๒. โสภปริเทวานิ เพื่อข้ามพ้นความโศก และความรำไร
๓. ทุกขโทมนสฺसानิ เพื่อความดับสูญ แห่งทุกข์และโทมนัส
๔. ญายสฺส อธิคมาย เพื่อบรรลุดุริยธรรมที่ควร
๕. นิพพานสฺส สจฺฉิกิริยาเย เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง

มีผลในการปฏิบัติ ในความคิดเห็นของผู้วิจัย สติปัฏฐาน ๔ เป็นหลักปฏิบัติที่มีผลต่อการ พัฒนาคุณภาพชีวิต ให้การดำเนินชีวิตเป็นอย่ามีความสุข สติปัฏฐานสามารถทำให้ผู้ที่ฝึกปฏิบัติ หรือผู้ ปฏิบัติได้รับผลที่เกิดจากการปฏิบัติได้จริง ปัจจุบันมีจำนวนผู้ที่ให้ความสนใจเข้าฝึกปฏิบัติอยู่เป็น จำนวนมาก สามารถพบเห็นได้ตามวัดรวมถึงสถานปฏิบัติธรรมต่างๆ เนื่องจากผู้ที่ได้เข้าฝึกปฏิบัติ ได้รับรู้ถึงวิธีการกำหนดอิริยาบถต่างๆ เช่น การยืนก็ให้รู้ว่ายืนกำหนดจิตไว้ที่การยืน การเดินก็ให้รู้ว่ เดินกำหนดจิตไว้ที่เดิน การนั่งก็กำหนดให้รู้ว่ นั่งกำหนดจิตไว้ที่นั่ง และรู้ถึงการกำหนดลมหายใจ รู้ถึง การกำหนดจิตขณะปฏิบัติ รวมถึงการกำหนดอิริยาบถย่อยต่างๆ แล้วสามารถนำมาฝึกปฏิบัติจนถึงขั้น อุกฤตเมื่อนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันทำให้เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิตใจ จนถึง การบรรลุถึงมรรคถึงผล ส่งผลให้ทุกคนไกลถึงนิพพานได้ หรือถึงขั้นบรรลุโสดาบัน เป็นการปิดอบายภูมิที่ จะเกิดขึ้น ถึงแม้ดับสูญไปจิตก็ไม่ตกไปในภูมิที่ต่ำ

ดังนั้น จากข้อมูลเบื้องต้น หลักธรรมที่สอดคล้องกับกิจกรรมการส่งเสริมคุณภาพชีวิตในการ พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นส่วนสำคัญสามารถส่งผลเชื่อมโยงกับ และส่งผลต่อการพัฒนา คุณภาพชีวิตด้วยวิธีพุทธบูรณาการ ถึงแม้ว่าองค์ประกอบเหล่านี้ มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา จึง

^{๘๐} รศ. นพ. สรเกียรติ อาชานานุภาพ และคณะ, ๕ ทางลัด เข้าถึงแก่แท้ชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, ๒๕๕๕), หน้า ๖๖.

^{๘๑} สติปัฏฐาน ๔ และอานิสงส์, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.gotoknow.org/posts/215820> [๖ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

มีความจำเป็นต้องทำการศึกษาค้นคว้าวิจัย เฝ้าระวังสังเกต ถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน

๒.๔.๒.๒ หลักสังคหะวัตถุ ๔

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย สังคหะวัตถุ ๔ ประการนี้ สังคหะวัตถุ ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ ๑. ทาน (การให้) ๒. เพียรวัชชะ (วาจาเป็นที่รัก) ๓. อุตถจริยา (การประพฤติประโยชน์) ๔. สมานัตตตา (การวางตนสม่ำเสมอ) ภิกษุทั้งหลาย สังคหะวัตถุ ๔ ประการนี้ แล ทาน เพียรวัชชะ อุตถจริยา และสมานัตตตา ในธรรมนั้นๆ ตามสมควร สังคหะธรรมเหล่านี้แล ช่วยอุ้มชูโลก เหมือนลิมสลักที่ยึดคุมรถซึ่งแล่นไปไว้ได้นั้น ถ้าไม่พึ่งธรรมเหล่านี้ มารดาหรือบิดา ก็ไม่พึงได้การนบถือหรือการบูชาเพราะบุตรเป็นเหตุ แต่เพราะบัณฑิตเล็งเห็น ความสำคัญของสังคหะธรรมเหล่านี้ฉะนั้นบัณฑิตเหล่านั้นจึงถึงความยิ่งใหญ่และเป็นผู้สรรเสริญ^{๘๒}

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก^{๘๓} ได้กล่าวว่า สังคหะวัตถุ คือ ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความสงเคราะห์ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจกันไว้ได้ เปรียบเหมือนเพลานแห่งรถที่แล่นไป ด้วยเหตุนี้ มนุษย์จึงมีระบบการตั้งตระกูล ระบบครอบครัว ต่างจากสัตว์เดรัจฉานมากมาย สามิภรรยาผู้ปฏิบัติตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา จะครองรักยั่งยืนตลอดไป จะเป็นมารดา บิดาที่ดี คือ เป็นบุพพการี เป็นพรหมของบุตรธิดา ฝ่ายบุตรธิดาก็จะเป็นผู้มีความกตัญญูกตเวที ต่อมารดาบิดา เกิดเป็นสังคมตระกูล หรือครอบครัวที่ยั่งยืน อบอุ่นด้วยอำนาจธรรม

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวถึง สังคหะวัตถุ ว่า เรื่องที่จะสงเคราะห์กัน คุณเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจของผู้อื่นไว้ได้ หลักการสงเคราะห์ คือ ช่วยเหลือกันยึดเหนี่ยวใจกันไว้ และเป็นเครื่องเกาะกุมประสานโลก คือ สังคมแห่งหมู่สัตว์ ไว้ดุจสลักยึดรถที่กำลังแล่นไปให้คงไว้เป็นรถ และแล่นวิ่งไปได้ มี ๔ อย่าง ไว้ในหนังสือธรรมนุญชีวิต ไว้ดังนี้^{๘๔}

๑. ทาน ให้ปัน คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ แบ่งปัน ช่วยเหลือ สงเคราะห์ ด้วย ปัจจยสีทุน หรือทรัพย์สิ่งของ ตลอดจนให้ความรู้ ความเข้าใจ และศิลปะวิทยา

๒. ปิยวาจา พูดอย่างรักกัน คือ กล่าวคำสุภาพ ไพเราะ น่าฟัง ชี้แจง แนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์ มีเหตุผล เป็นหลักฐาน ชักจูงในทางที่ดีงาม หรือแสดงความเห็นอกเห็นใจ ให้กำลังใจ รู้จักพูดทำให้เกิดความเข้าใจดี สมานสามัคคี เกิดไมตรี ทำให้รักใคร่นบถือและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

๓. อุตถจริยา ทำประโยชน์แก่เขา คือ ช่วยเหลือด้วยแรงกาย และชวนชววยช่วยเหลือกิจกรรมต่างๆ บำเพ็ญสาธารณะประโยชน์ รวมทั้งช่วยแก้ปัญหา และช่วยปรับปรุงส่งเสริมในด้านจริยธรรม

^{๘๒} อจ. จตุก. (ไทย) ๒๑/๓๒/๕๐-๕๑.

^{๘๓} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, พระพุทธศาสนากับสังคมไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เมื่อดทราย, ๒๕๕๐), หน้า ๒๘.

^{๘๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ธรรมนุญชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๒๑.

๔. สมานัตตตา เอาตัวเข้าสมาน คือ ทำตัวให้เข้ากับเขาได้ วางตนเสมอต้นเสมอปลาย ให้ความเสมอภาค ปฏิบัติตนสม่ำเสมอกับต่อคนทั้งหลาย ไม่เอาเปรียบ และเสมอในสุขทุกข์ คือ ร่วมสุข ร่วมทุกข์ ร่วมรับรู้ ร่วมแก้ไขปัญหา เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขร่วมกัน

พระมหาพรหม^{๔๕} ได้กล่าวถึง หลักสังคหะวัตรธรรม ว่า มีเป้าหมายเพื่อ ป้องกันความขัดแย้ง ของหมู่ชนในสังคม การป้องกันลักษณะนี้ จัดได้ว่าเป็นการนำเสนอมาตรการ เชิงรุก และเชิงรับ อย่างสอดประสานกัน หลักการหรือนโยบายนี้จัดได้ว่า เป็นกลยุทธ์ในการสร้างความสมานฉันท์ ให้แก่หน่วยย่อยต่างๆ ของสังคม หลักการนี้จัดว่า เป็นแนวคิดที่ว่าด้วยการจัดการระเบียบสังคม เพื่อสร้างฐานแห่งสังคมให้กลายเป็นสังคมแห่งสันติภาพ เป้าหมายของหลักการนี้คือ ความเป็นสันติสุขของสังคม ความเป็นระเบียบของสังคม ความเป็นเอกภาพของสังคม

กนก จันทรขจร ได้กล่าวว่า สังคหะวัตร ๔ เรียกอีกอย่างว่า ธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ หรือธรรมเพื่อให้ตนเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของคนทั่วไป พระไตรปิฎก กล่าวถึงสังคหะวัตรไว้ว่า เป็นเครื่องสงเคราะห์โลก สงเคราะห์ช่วยเหลือกัน ยึดเหนี่ยวใจกันไว้ เป็นเครื่องเกาะกุมประสานโลก คือ สังคมหมู่สัตว์ไว้ประดุจสลักเพลาคุมรถที่แล่นไปอยู่ไว้ได้^{๔๖}

ทาน การให้ ยกมอบแก่ผู้อื่น ให้ของที่ควรให้ แก่คนที่ควรให้ เพื่อประโยชน์แก่เขา สละแบ่งปันสิ่งของของตนเพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น สิ่งที่ให้ ทรัพย์สินสิ่งของที่มอบให้หรือแจกออกไป^{๔๗} พระพุทธเจ้าทรงกล่าวถึงอานิสงส์ของการให้ทานไว้ดังนี้ ภิคุทั้งหลาย อานิสงส์การให้ทาน ๕ ประการนี้ ภิคุทั้งหลาย อานิสงส์การให้ทาน ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ^{๔๘}

๑. ผู้ให้ทานย่อมเป็นที่รักที่พอใจของคนหมู่มาก
๒. สัตบุรุษผู้สงบยอมคบหาผู้ให้ทาน
๓. กิตติศัพท์อันงามของผู้ให้ทานย่อมขจรไป
๔. ผู้ให้ทานย่อมไม่ห่างเหินจากธรรมของคฤหัสถ์
๕. ผู้ให้ทานหลังจากตายแล้วย่อมเกิดในสุคติโลกสวรรค์

“ภิคุทั้งหลาย อานิสงส์การให้ทาน ๕ ประการนี้แล
ผู้ให้ทานย่อมเป็นที่รักของคนหมู่มาก

ชื่อว่าดำเนินตามธรรมของสัตบุรุษ

สัตบุรุษทั้งหลายผู้สงบ ผู้สำรวจอินทรีย์

ประพฤติพรหมจรรย์ ย่อมเป็นผู้ให้ทานทุกเมื่อ

สัตบุรุษเหล่านั้นย่อมแสดงธรรม

^{๔๕} พระมหาพรหม, พระพุทธศาสนา กบวิทวิทยาการสมัยใหม่, พิมพ์ครั้งที่ ๓ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๔๙๓-๔๙๔.

^{๔๖} กนก จันทรขจร, คู่มือธรรมเพื่อชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : จีระการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๖๐๗.

^{๔๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธานุภาพธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๑๒๘.

^{๔๘} อจ. ฉกก. (ไทย) ๒๒/๓๕/๕๖.

เป็นเครื่องบรรเทาทุกข์ทั้งปวงแก่เขา
 เขารู้ชัดธรรมนั้นแล้ว
 เป็นผู้ไม่มีอาสวะ ปรินิพพานในโลกลี้”

ดังนั้น สังคหะวัตถุ ๔ เป็นหลักธรรม ที่มีประโยชน์ต่อมนุษย์มาก เป็นหลักธรรม แห่งการ เสียสละหรือการให้ทุกๆ อย่าง เป็นการให้ด้วยหวังให้เกิดความเบิกบานแก่ชาวโลก โดยเจตนาของผู้ให้ เพียงหวังที่จะให้ผู้ที่ได้รับมีความสุข เพื่อขจัดความทุกข์เข็ญหรือความด้อยโอกาสของชีวิต ซึ่งการให้ ใน หลักธรรมสังคหะวัตถุ เป็นการให้ทั้งในรูปแบบของรูปธรรม และนามธรรม ในรูปแบบของรูปธรรม คือ การให้สิ่งของกับผู้ที่ประสบภัยต่างๆ ขาดที่พักอาศัย รวมถึงการให้ทุนต่างๆ การทำตัวเสียสละ เวลาส่วนตัวเพื่อเข้าบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมชุมชนและประเทศชาติ โดยปฏิบัติตนแบบเสมอต้น เสมอปลาย ให้ความเมตตาต่อทุกคน ส่วนในรูปแบบนามธรรม เช่น การให้คำแนะนำด้วยคำพูด พูด แล้วทำให้คนอื่นผ่อนคลายจากปัญหาต่างๆ ต่อการดำเนินชีวิต หลักธรรมสังคหะวัตถุ ๔ จึงมีความสำคัญต่อสังคมเป็นอย่างมาก มีประโยชน์ต่อการดำรงอยู่ร่วมกันในสังคม ไม่ว่าสังคมนั้นจะเล็ก หรือใหญ่เพียงแต่คนทั้งหลายที่อยู่ร่วมกันมีหลักธรรมนี้แล้ว นำมาประพฤติปฏิบัติก็สามารถที่จะทำให้ สังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างเป็นสุข โดยปฏิบัติ ได้ดังนี้

๑) ทาน หรือการให้ เป็นเรื่องที่ทุกคนต้องให้ความสำคัญ การให้ถือว่าเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่ การให้ คือ การเสียสละ ทานควรกระทำเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น ทานเช่นนี้เท่านั้นที่จะเรียกได้ว่าทาน ที่บริสุทธิ์^{๘๘} ผู้ใดที่ยอมให้ถือว่าบุคคลผู้นั้นมีจิตใจที่สูง การให้ด้วยจิตอันบริสุทธิ์ผู้ให้ย่อมได้รับความ สุข และได้รับบุญกุศลที่ค้ำค่า เมื่อเรามีโอกาสที่จะให้ควรต้องใช้โอกาสนั้น ไม่ว่าจะเป็นการ ให้เงิน ให้ด้วยสิ่งของ แม้แต่การให้ความรู้ ทำให้คนมีความรู้มีปัญญารู้ทันในสิ่งที่เกิดขึ้นกับชีวิต รู้ถึง หลักการแก้ปัญหาให้หลุดพ้นจากความทุกข์ได้เราจึงจะมีสุขภาพกายใจที่ดี เช่น การเป็นครูอาสาให้ความรู้แก่เด็กๆ หรือเป็นครูอาสาสอนในด้านภูมิปัญญาให้กับคนในชุมชน แม้เป็นเพียงเป็นคำแนะนำ เล็กน้อย ก็ถือว่าให้สิ่งที่เป็นประโยชน์แม้จะไม่ใช่วัตถุสิ่งของ การให้ความรู้ความสามารถกับคนอื่น เท่ากับว่า เราสละสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้ คนที่ได้รับก็มีความรู้สึที่ดีและดีใจ ตัวผู้ให้ก็สุขใจ ยิ่งเราอยู่ใน สังคมการให้อภัยเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง หากเรายังเป็นคนยึดมั่นถือมั่น สำคัญตนยอมทำให้เป็นคนอยู่ร่วม สังคมได้ยาก สิ่งที่เราได้มาจากผัสสะต่างๆ ทั้งดีและไม่ดีในชีวิตเรา หากเราไม่ยอมปล่อยวางยอมจะทำให้ เกิดทุกข์ หากรู้จักการให้อภัยต่อประสาธสัมพันธ์ได้ ย่อมทำให้เราเบาสบาย ไม่ทุกข์ ไม่หนัก ฉะนั้น เรื่องของทาน การให้สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น เราสามารถให้ได้ทุกอย่างสิ่งที่จะเป็นประโยชน์ เช่น สิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ อาหาร รวมถึงยารักษาโรค และการให้วิทยาทาน ทางด้านความรู้ ความสามารถ ที่จะช่วยให้คนอื่นได้รับสิ่งที่เป็นประโยชน์ ในปัจจุบันแม้แต่การบริจาคโลหิต ถือว่าเป็นการให้ที่มี คุณค่าต่อผู้ที่ต้องการเป็นอย่างมาก ซึ่งผู้บริจาคเป็นผู้ที่มีใจสูงที่ยอมบริจาคเลือดของตนเองให้กับผู้อื่น ผู้ที่ต้องการบริจาคจะต้องดูแลความสมบูรณ์ของร่างกายได้เป็นอย่างดี ทางสภากาชาดได้กำหนด ระยะเวลาสามเดือนต่อหนึ่งครั้ง ในหนึ่งปี ผู้บริจาคสามารถบริจาคได้เพียงสี่ครั้งเท่านั้น การบริจาค

^{๘๘} พระปณิธาภิวัตน์, ความงามแห่งจิต, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๐.

โลหิตให้กับสภากาชาดไทย เพื่อที่จะนำไปช่วยเหลือผู้ที่ได้รับอุบัติเหตุ รวมถึงผู้ป่วยรายอื่นๆ ที่ต้องการโลหิต ถือว่าเป็นสิ่งที่ดี ทั้งผู้ให้และผู้รับ

๒) ปิยะวาจา คำพูดที่น่าฟัง เป็นสื่อให้ความสนใจที่ดีให้กับผู้พบเห็น คนที่พูดเพราะจะทำให้คนที่พูดคุยสนทนาด้วยมีความสุข เมื่อได้ยินคำที่น่าฟังก็ทำให้มีกำลังใจ ทำให้เรารู้สึกสบายใจ และอยากมีชีวิตอยู่ต่อไป บางคนอาจจะมีอาการท้อแท้ด้วยโรคร้ายต่างๆ ที่เกิดขึ้น รวมถึงปัญหาเกี่ยวกับชีวิต หรือความน่าเบื่อหน่ายทั้งทางด้านเศรษฐกิจ ทำให้เกิดความท้อแท้ เมื่อเรามีปิยะวาจา คือ คำพูดเมื่อพูดแล้วทำให้คนอื่นมีกำลังใจ สบายใจ อันนั้นก็เป็นสิ่งที่มีความหมาย คำพูดที่ดีน่าฟังต้องเป็นคำพูดที่สร้างสรรค์ ไม่เป็นคำพูดส่อเสียดเหน็บแนม รวมถึงคำพูดเยาะเย้ย ถากถาง ไม่เป็นคำพูดกระแนะกระแหน ดังโคลงสี่สุภาพ “อันอ้อยตาลหวานลิ้นแล้วสิ้นซาก แต่ลมปากหวานหูไม่รู้หาย แม้เจ็บอันหมิ่นแสนจะแคลนคลาย เจ็บจนตายนั้นเพราะเหน็บให้เจ็บใจ” ทั้งนี้คำพูดทำให้คนฟังมีความสุข หรือมีความสุขก็ได้

พระพุทธเจ้าทรงกล่าวถึงผลและอานิสงส์ของการพูดไว้ดังนี้^{๙๐}

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้พูดมาก มีโทษ ๕ ประการนี้ โทษ ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. พูดเท็จ
๒. พูดส่อเสียด
๓. พูดหยาบคาย
๔. พูดเพ้อเจ้อ
๕. หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้พูดมาก มีโทษ ๕ ประการนี้แล

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้พูดด้วยมนตา มีอานิสงส์ ๕ ประการนี้

อานิสงส์ ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. ไม่พูดเท็จ
๒. ไม่พูดส่อเสียด
๓. ไม่พูดหยาบคาย
๔. ไม่พูดเพ้อเจ้อ
๕. หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้พูดด้วยมนตา มีอานิสงส์ ๕ ประการนี้แล

๓) อรรถจริยา การประพฤติให้เป็นประโยชน์ ให้ความช่วยเหลือทุกอย่างเท่าที่จะสามารถทำได้ ไม่เกี่ยงที่จะทำความดี สร้างประโยชน์ต่อการเสียสละแรงกาย เพื่อทำประโยชน์กับผู้คนรอบข้างรวมถึงสังคมชุมชน ให้ความช่วยเหลือต่อผู้หญิง เด็ก คนชรา และผู้พิการ สิ่งที่ทำแล้วทำให้เกิดความสุขแก่จิตใจเรา เราก็ยังต้องทำและทำให้ดี ทำให้บ่อยยิ่งขึ้น ถ้าใครประพฤติอย่างนั้นกับเรา เราก็ชอบ การประพฤติให้เป็นประโยชน์เป็นสิ่งอันบริสุทธิ์เกิดจากห้วงลึกของจิต ผู้ที่ประพฤติตนให้เป็นประโยชน์กับผู้อื่น ถือว่าเป็นคนที่มีจิตสูงเห็นผู้อื่นได้รับความทุกข์หรือเดือดร้อนก็จะพยายาม

^{๙๐} อจ. ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๑๔/๓๕๗.

หรือให้ความช่วยเหลือโดยไม่หวังผลตอบแทนใดๆ การทำตนให้เป็นประโยชน์ถือเป็นการขัดเกลาจิตใจให้เบาจากกิเลส คือ โลก โภภะ หลง จนสามารถเป็นผู้ที่ทำความประโยชน์ให้เกิดขึ้นได้ทุกเมื่อ

๔) สมานัตตา การวางตนเสมอต้นเสมอปลาย คือ การวางตัวให้เหมาะสมกับสถานะที่เป็นอยู่ เช่น การเป็นผู้ปกครองในครอบครัว ต้องปฏิบัติต่อคนในครอบครัวอย่างเป็นธรรม กระทั่งการเป็นครูอาจารย์ หรือแม้แต่การเป็นหัวหน้างาน ต้องวางตนให้เป็นครูอาจารย์ เป็นหัวหน้างานที่ดีให้เหมาะสมกับฐานะที่เป็นอยู่ รวมถึงการปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอกับทุกคนในสังคม ไม่ลำเอียงต่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ไม่ยกตนข่มผู้อื่น หรือดูถูกดูหมิ่นใคร

คาถา มหาเสน่ห์ ทำตัวดี อยู่ที่ไหนก็น่ารัก^{๙๑}

คำว่า “เสน่ห์” หมายถึง ลักษณะที่ชวนให้รัก บุคคลที่มีเสน่ห์ จึงหมายถึง ผู้มีลักษณะที่ทำให้เกิดความรักความชอบใจแก่ผู้อื่น ซึ่งเป็นปกติของมนุษย์เราที่ย่อมปรารถนาให้ผู้อื่นรักเป็นธรรมดา แม้ว่าจะระดับชั้นความรักจะแตกต่างกันไป ในทางพระพุทธศาสนา เน้นเรื่องของเหตุและผล หรือเรื่องการทำกรรมเป็นหลัก หากต้องการที่จะให้มีเสน่ห์ดี เป็นที่รัก เป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจผู้อื่นได้ ต้องมีธรรม ๔ ประการ ซึ่งเรียกว่า “สังคหะวัตถุ ๔” ดังต่อไปนี้

๑. เจื้อจ้าน ภาษาพระเรียกว่า ทาน การให้ คือ มีน้ำใจเอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ อุดหนุนจนเจือผู้อื่นด้วยการให้สิ่งของต่างๆ ตามสมควรทั้งอามิสทาน คือ ให้สิ่งของและธรรมทาน คือ ให้ข้อคิดหรือความรู้ในโอกาสอันควร ไม่เป็นคนตระหนี่ถี่เหนียว พระพุทธองค์ทรงสอนว่า “ทพมานโน ปิโย โทติ ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก” อยากมีเสน่ห์ให้คนรัก จึงต้องรู้จักเจื้อจ้าน

๒. ปากหวาน ภาษาพระเรียกว่า ปิยวาจา แปลว่า การพูดจាន่ารัก คือ ต้องพูดจากับผู้อื่นด้วยคำอ่อนหวาน หรือภาษาดอกไม้ เช่น พูดจามีหางเสียงนะค่ะ นะครับ พูดจามีน้ำใจ ไม่เป็นไรครับ ผมช่วยไหมครับ พูดจามีสัมมาคารวะ สวัสดิ์ค่ะ ท่านครับ คุณครูครับ คุณลุงค่ะ ขออนุญาตนะครับ พูดจามีความปรารถนาดี โชคดีนะครับ ยินดีด้วยนะค่ะ ขอให้ประสบความสำเร็จนะค่ะ ดังนี้ เป็นต้น เพราะปกติของคนโดยทั่วไป ไม่มีใครชอบให้คนอื่นพูดหยาบคายกับตน แม้เราเองก็เป็นเช่นนั้น ดังบทกลอน ของสุนทรภู่กล่าวไว้ว่า “อันอ้อยตาลหวานลิ้นแล้วสิ้นซาก แต่ลมปากหวานหูไม่รู้หาย” อยากให้คนรักและนับถือ ก็ต้องเป็นคนพูดเพราะอ่อนหวาน และมีความจริงใจ

๓. ช่วยงาน ภาษาพระเรียกว่า อตถจริยา แปลว่า การบำเพ็ญประโยชน์ คือ สิ่งที่เป็นประโยชน์สำหรับผู้อื่น โดยเฉพาะสิ่งที่เป็นการ เป็นงาน เป็นหน้าที่ของเรา หากช่วยได้ก็ควรช่วย ยิ่งในคราวที่เขาต้องการความช่วยเหลือด้วยแล้ว หากเราไม่นิ่งดูตายช่วยชวนช่วยตามสมควร แม้ไม่ได้หวังให้เขารักหรืออยากให้เกิดเสน่ห์แก่ตน แต่ผลของความไม่เห็นแก่ตัว เอาตัวเข้าช่วยงานเขา นั้น ย่อมทำให้เกิดความรักความหวังดีขึ้นโดยธรรมชาติ

๔. สมานตน ภาษาพระเรียกว่า สมานัตตตา แปลว่า การวางตนเสมอ คือ วางตนให้เสมอภาค เข้ากับเขาได้ หากมีบางอย่างที่เข้ากันไม่ได้ ก็ต้องสมาน ปรับเปลี่ยนปรับปรุงให้ลงรอยกัน ทั้งด้านพฤติกรรมและความคิดเห็น ไม่แสดงอาการโอ้อวด ถือดี ยกตนข่มท่าน อีกนัยหนึ่ง หากอยู่ใน

^{๙๑} คาถามหาเสน่ห์, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : https://swhappiness.blogspot.ca/2011/blog-post_03.html

ฐานะผู้น้อย ก็คือวางตนให้เหมาะสมกับฐานะ มีสัมมาคารวะ นอบน้อมถ่อมตน เสมอต้นเสมอปลาย ผู้ประพฤติได้ดังนี้ ย่อมเป็นที่รักของคนทั้งหลายแน่นอน

๒.๔.๒.๓ หลักไตรสิกขา ๓

ไตรสิกขา เป็นระบบการศึกษา หรือระบบการฝึกฝนอบรม หลักทั้งสองเกี่ยวเนื่องอยู่ด้วยกัน เพราะเมื่อมีการศึกษาหรือการศึกษอบรม ก็เกิดเป็นการดำเนินชีวิตที่ดี หรือการดำเนินชีวิตที่ดีก็เกิดมีขึ้น ดังนั้น เมื่อฝึกตามไตรสิกขา มรรคก็เกิดมีขึ้นด้วย แต่แท้จริงแล้วเนื้อหาสาระของมรรคและไตรสิกขาก็อันเดียวกันนั่นเอง ฝึกอันใดก็ได้อันนั้น หรือฝึกสิ่งใดสิ่งนั้นก็เจริญองกามขึ้น และการฝึกหรือการศึกษานั้นก็ไม่แยกจากการดำเนินชีวิต แต่เนื่องอยู่ด้วยกันกับการดำเนินชีวิต^{๙๒}

ไตรสิกขา ข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา ๓ อย่าง คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา เรียกว่าสั้นๆ สั้นๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา^{๙๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ได้กล่าวถึงสิกขา ๓ ไว้ใน พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ ไว้ดังนี้

๑) อธิศีลสิกขา คือ การฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ ได้แก่รวมเอาองค์ข้อมรรคข้อ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ว่าโดยสาระก็คือ การดำรงตนด้วยดีในสังคม รักษาระเบียบวินัย ปฏิบัติหน้าที่และความรับผิดชอบทางสังคมให้ถูกต้อง มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีงาม เกื้อกูลประโยชน์ ช่วยรักษาและส่งเสริมสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะในทางสังคม ให้อยู่ในภาวะเอื้ออำนวยแก่การที่ทุกๆ คนจะสามารถดำเนินชีวิตที่ดีงามหรือปฏิบัติตามมรรค ได้ด้วยดี

ศีล เป็นสิกขาขั้นต้นที่สุด จึงมีขอบเขตกว้างขวางมากแบ่งได้เป็นหลายระดับ ครอบคลุมถึงการแสดงออก และการบังคับควบคุมตน ด้านภายนอกทั้งหมด ความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทั้งทางสังคมและธรรมชาติ เกณฑ์อย่างต่ำสุดของศีลคือ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น (เช่นเดียวกับไม่เบียดเบียนตนเองด้วย) ไม่ทำลายสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เกื้อกูลแก่ชีวิตที่ดีงามหรือเกื้อกูลแก่มรรคนั้น ต่อจากนั้นได้แก่การฝึกฝนทางวินัยเพื่อความดีงามยิ่งขึ้นไป ถ้าสามารถว่านั้นก็ก้าวไปถึงการทำการต่างๆ ที่เกื้อกูลแก่ผู้อื่น ช่วยสร้างเสริมจัดสรรสภาพแวดล้อมซึ่งปิดกั้นโอกาสแห่งความชั่วร้าย เพิ่มโอกาสแห่งการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติกิจ เพื่อความดีงามหรือคุณค่าอื่นๆ ขึ้นไป

อธิศีลสิกขา สิกขา คือศีลอันยิ่งใหญ่ อธิศีลอันเป็นข้อที่จะต้องศึกษา ข้อปฏิบัติเพื่อการฝึกอบรมพัฒนาศีลอย่างสูง ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ เป็นศีล ปาฏิโมกข์สังวรศีล เป็นอธิศีล แต่ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ที่รักษาด้วยความเข้าใจ ให้เป็นเครื่องหนุนนำออกจากวิภูฏะ ก็เป็นอธิศีล^{๙๔}

๒) อธิจิตตสิกขา คือ การฝึก ในด้านคุณและสมรรถภาพทางจิต ได้แก่ รวมเอาองค์มรรคข้อสัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เข้ามาว่า โดยสาระ คือ การฝึกให้มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ ควบคุมคนได้ดี มีสมาธิ มีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตสงบ ผ่องใส เป็นสุข บริสุทธิ์ ปราศจาก

^{๙๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๙๑๔.

^{๙๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๑๒๑.

^{๙๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๔๔๗.

สิ่งรบกวนหรือทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพเหมาะแก่การใช้งานมากที่สุด โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้ง และตรงตามความเป็นจริง

๓) อธิปัญญาสิกขา คือ การฝึก ปัญญาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจสิ่งทั้งหลาย ตามความเป็นจริง จนถึงความหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ ได้แก่ รวมเอาองค์มรรคข้อสัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ สองอย่างแรกเข้ามา ว่าโดยสาระก็คือ การฝึกอบรมให้เกิดปัญญาบริสุทธิ์ ที่รู้แจ้งชัดตรงตามสภาพความเป็นจริง ไม่เป็นความรู้ความคิดความเข้าใจที่ถูกบิดเบือนเคลือบคลุม ย้อมสีอำพราง หรือพร่ามัวเป็นต้น เพราะอิทธิพลของกิเลสมีอวิชชาและตัณหาเป็นผู้นำที่ครอบงำจิตอยู่ การฝึกปัญญาเช่นนี้ต้องอาศัยการฝึกจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใสเป็นพื้นฐาน แต่ในเวลาเดียวกัน เมื่อปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้ว ก็กลับช่วยให้จิตนั้นสงบ มั่นคง บริสุทธิ์ ผ่องใสอย่างแน่นอนยิ่งขึ้น และส่งผลออกไปในการดำเนินชีวิตคือ ทำให้วางใจ วางท่าที มีความสัมพันธ์กับสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง และใช้ปัญญาที่บริสุทธิ์ ไม่เอนเอียง ไม่มีกิเลสแอบแฝงนั้น คิดพิจารณาแก้ไขปัญหาต่างๆ ทำกิจทั้งหลายในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขอย่างแท้จริง

ไตรสิกขา เป็นระบบการฝึกอบรมจากภายนอกเข้าไปหาภายใน จากส่วนที่หยาบเข้าไปหาส่วนที่ละเอียด และจากส่วนที่ง่ายกว่าเข้าไปหาส่วนที่ยากและลึกซึ้งกว่า เมื่อแรกเริ่ม การฝึกอาศัยความชอบหรือความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เรียกว่า สัมมาทิฐิ เป็นเชื้อหรือเป็นค่าให้เพียงเล็กน้อย พอให้รู้ว่าตนจะไปไหน ทางอยู่ที่ไหน จะตั้งตนที่ไหนเท่านั้น การเข้าใจปัญหาและการมองโลกและชีวิตตามความเป็นจริงนั้นแหละ คือจุดเริ่มต้นที่ถูกต้องและคือความหมายพื้นฐานของ สัมมาทิฐิ ส่วนในระหว่างการฝึก การฝึกส่วนหยาบภายนอกในขั้นศีล ช่วยเป็นฐานให้แก่การฝึกส่วนละเอียดภายใน ทำให้พร้อมและสะดวกที่จะฝึกในขั้นจิตและปัญญา ผลก็ส่งกลับออกมาช่วยการดำเนินชีวิตภายนอก เช่น มีความประพฤติสุจริตมั่นคง มีศีลที่เป็นไปโดยปกติธรรมดาของตนเอง ไม่ต้องผินใจหรือตั้งคอยควบคุมรักษา คิดแก้ปัญหาและทำกิจต่างๆด้วยปัญญาบริสุทธิ์ เป็นต้น โดยนัยที่กล่าวแล้ว เมื่อฝึกตลอดระบบของสิกขาแล้ว ระบบการดำเนินชีวิตทั้งหมดกลายเป็นระบบของมรรค สอดคล้องกันหมดทั้งภายนอกและภายใน^{๔๕}

ท่านพุทธทาสภิกขุ^{๔๖} ได้กล่าวเรื่องไตรสิกขาไว้ว่า หลักพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับภรณ์นี้คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ข้อปฏิบัตินี้เรียกว่า ไตรสิกขา

สิกขาขั้นแรกที่สุด เราเรียกว่า ศีล หมายถึงการประพฤติดี ประพฤติถูกต้องตามหลักทั่ว ๆ ไป ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน และไม่ทำให้ตนเองเดือดร้อน มีจำแนกไว้ในศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ หรืออื่นๆอีก เป็นการปฏิบัติเพื่อความสงบเรียบร้อยปราศจากโทษขั้นต้นๆ ทางกาย ทางวาจาของตน ที่เกี่ยวกับสังคม และส่วนรวม หรือเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ที่จำเป็นแก่การเป็นอยู่

สิกขาขั้นที่ ๒ เราเรียกว่า สมาธิ ข้อนี้ได้แก่การบังคับจิตใจของตัวเองไว้ให้อยู่ในสภาพที่จะทำประโยชน์ให้มากที่สุดตามที่ตนเองต้องการ ขอให้ตั้งข้อสังเกต ความหมายของคำว่า สมาธิ ไว้ให้ถูกต้อง โดยมากท่านทั้งหลายย่อมจะได้ฟังมาว่า สมาธิ คือ จิตที่ตั้งมั่นแน่วแน่หนึ่งเหมือนท่อนไม้หรือ

^{๔๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๙๑๔-๙๑๖.

^{๔๖} พุทธทาสภิกขุ, **คู่มือมนุษย์**, (กรุงเทพมหานคร :ธรรมสภา, ๒๕๐๑), หน้า ๕๕-๕๗.

มักว่าเป็นจิตที่สงบ เป็นจิตที่บริสุทธิ์แต่ลักษณะเพียง ๒ อย่างนั้น ไม่ใช่ความหมายแท้ของสมาธิ การกล่าวเช่นนั้น มีในพุทธวจนะ นั่นเอง พระองค์แสดงลักษณะของจิต ด้วยคำอีกคำหนึ่งซึ่งสำคัญที่สุดคือ คำว่า กมมนิโย แปลว่า สมควรแก่การทำงาน และคำนี้เป็นคำสุดท้ายที่ทรงแสดงลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ

สิกขาขั้นที่ ๓ นั้นเรียกว่า ปัญญา หมายถึงการฝึกฝนอบรม ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจ อันถูกต้องและสมบูรณ์ถึงที่สุด ในสิ่งทั้งปวงตามที่มันเป็นจริง คนเราตามปกติไม่สามารถรู้อะไรๆ ให้ถูกต้องตามที่เป็นจริงได้ คือ มันถูกแต่เพียงตามที่เราเข้าใจเอาเอง หรือตามโลกสมมุติ มันจึงไม่ใช่ตามความเป็นจริง ด้วยเหตุนี้ พระพุทธศาสนา จึงมีระเบียบปฏิบัติเรียกว่า ปัญญาสิกขา นี้ขึ้นอีกส่วนหนึ่งเป็นส่วนสุดท้าย สำหรับจะได้ฝึกฝนอบรมให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ให้เห็นแจ้งในสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง โดยสมบูรณ์

ปัญญาในทางพระพุทธศาสนา ต้องเป็นการรู้แจ้งเห็นแจ้งด้วยน้ำใสใจจริง ด้วยการผ่านผจญต่อสิ่งนั้นๆ มาแล้วโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง (Spiritual-Experience) จนฝังใจแน่วแน่ ไม่อาจลืมเลือนได้ เพราะฉะนั้น การพัฒนาในทางปัญญาตามสิกขาข้อนี้จึงต้องใช้สิ่งต่างๆ ที่ผ่านมาแล้วในชีวิตตนเองเป็นเครื่องพิจารณา หรืออย่างน้อยก็ต้องเป็นเรื่องที่มีน้ำหนักมาก พอที่จะทำให้ใจของเราเกิดความรู้สึกลดสังเวช เบื่อหน่ายในสิ่งทั้งหลาย ที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนเหล่านั้นได้จริง

ความสำคัญในหลักธรรมไตรสิกขา มีดังนี้

๑. ศีลสิกขา เจตนางดเว้น ไม่ละเมิดในหลักข้อห้ามของศีลทั้งด้วยทางด้านกาย และวาจา เพื่อรักษาและคงไว้ถึงการยกระดับจิตให้สูงขึ้น เพื่อเป็นการพัฒนาพฤติกรรมโดยมีส่วนสำคัญดังนี้

๑) ความประพฤติมีความสำรวมระวังทางด้าน ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่มีต่อความสัมพันธ์ของสังคมชุมชน ไม่สร้างความเดือดร้อนและเบียดเบียนซึ่งกันและกัน สร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนบ้านและสังคมชุมชน เพื่อให้ได้มาซึ่งความสุขสงบ

๒) ด้านสมาธิอาชีวะ คือ การหาเลี้ยงชีวิตและครอบครัว ด้วยร่างกายและ ปัญญา ด้วยความสุจริต ไม่คิดคดโกงและเอาไรด์ เอาเปรียบใคร ซื่อสัตย์ สุจริตต่ออาชีพของตน ไม่สร้างความเดือดร้อนหรือเบียดเบียนผู้อื่น

๒. จิตสิกขา คือ การศึกษาการอบรมในเรื่องของจิต เข้าใจธรรมชาติของจิตให้มีความสงบ เป็นสมาธิ แนบแน่น มั่นคง พร้อมทั้งจะทำการกิจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยการพัฒนา ดังนี้

๑) พัฒนาด้านจิต คือ มีหิริและโอตฺตปปะ คือ มีความละอายและเกรงกลัวต่อบาป มีคุณธรรมในด้านความดีงาม มีเมตตาให้ความรักใคร่ปรารถนาดีต่อทุกคน ทำจิตให้ผ่องใสมีความเจริญงอกงาม สร้างฐานแห่งจิตด้วยความดีงาม

๒) พัฒนาสมรรถภาพแห่งจิต คือ ไม่ให้จิตอ่อนไหวกับผัสสะที่ได้รับ ให้จิตมีความมั่นคงแน่วแน่ เช่น มีความพึงพอใจ มีความเพียร มีความขยันและอดทน

๓) พัฒนาสุขภาพจิต คือ สภาพของจิตที่มีความเบิกบาน ผ่องใส ปราศจากความเศร้าหมอง มองโลกในแง่ดี ไม่ใจร้อน โกรธง่าย เป็นคนสุขุมรอบคอบไม่เอาจริงเอาจังกับชีวิต จนเกินไป ทำอารมณ์ให้สงบ ไม่หวั่นไหวง่าย

๓. ปัญญาศึกษา การศึกษาและพัฒนาทางด้านปัญญา คือ การรู้ทั่วถึงเหตุถึงผล อย่างชัดเจน รู้บาปบุญคุณโทษและสิ่งที่ควรทำ ควรดเว้น เป็นธรรมที่คอยกำกับ เพื่อให้เชื่อ ประกอบด้วยเหตุและผล ไม่ให้หลงเชื่ออย่างมงาย ในการพัฒนามีด้วยกัน ๓ ด้าน คือ

๑) พัฒนาด้านการฟัง (สุตตมยปัญญา) คือ การพัฒนาในสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง เช่นจากการฟังเทศน์ ฟังจากครูอาจารย์ ท่านได้สอน(ปรโตโฆสะ) เรานำสิ่งที่ดีที่ได้รับฟัง มาพัฒนาตนเองสำรวจตรวจสอบความบกพร่องที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่ผ่านมา แล้วปรับปรุงให้เกิดผลดีต่อชีวิต และสังครอบข้างอื่นๆ ขึ้นไป

๒) พัฒนาด้านการคิด (จินตมยปัญญา) คือ การพิจารณาให้ละเอียด รู้จักการแยกแยะ ไตร่ตรองให้ละเอียด มีหลักการคิด หรือ คิดแบบแยกแยะ (โยนิโสมนสิการ) เพื่อขจัดกองกิเลสต่างๆ ให้ออกจากสิ่งที่ได้รับมาขัดเกลาจนเป็นความคิดที่ดี สามารถที่จะนำไปพัฒนาต่อยอดให้ดียิ่งขึ้น

๓) พัฒนาด้านการปฏิบัติภาวนา (ภาวนามยปัญญา) คือ ปัญญาที่เกิดจากการรู้จริง แน่วแน่มั่นคงไม่หวั่นไหว มีความศรัทธา เมื่อได้ปฏิบัติแล้วย่อมมีความมั่นใจมากขึ้น

ไตรสิกขา เป็นกระบวนการการพัฒนาบุคคล ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางคุณสมบัติในตัวผู้ปฏิบัติ เพื่อพัฒนาตนเองให้บริสุทธิ์จากกิเลส สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เมื่อได้ฝึกฝนอย่างถูกต้อง ย่อมพบว่า คุณธรรมในจิตใจของตนเจริญขึ้น

๒.๔.๒.๔ บุญกิริยาวัตถุ ๓

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวถึง บุญกิริยาวัตถุ หมายถึง สิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ เรื่องที่จัดเป็นการทำบุญ ทางทำความดี^{๙๗} พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้แล้ว พระสูตรนี้ พระอรหันต์กล่าวแล้ว ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้^{๙๘}

บุญ เป็นคำสี่ธรรมที่สำคัญคำหนึ่งในทางพระพุทธศาสนา เมื่อพระพุทธศาสนาเข้ามารุ่งเรืองในสังคมไทย คำว่า บุญ ก็ยังมีความสำคัญโดดเด่นเป็นพิเศษ เนื้อหาสาระของพระพุทธศาสนา คนทั่วไปไม่มีโอกาสศึกษาหาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนา แต่คำว่า บุญ ก็ยังเป็นคำสามัญในสังคมไทย ที่คุ้นปาก ชินใจและถูกนำมาใช้นำมาอ้างกันอยู่เสมอ มีความหมายที่เข้าใจนั้น อาจจะกลางเลือนหรือคลาดเคลื่อนออกไปจากหลักการที่แท้จริง เมื่อมีโอกาส จึงควรทบทวนหรือชำระสะสาง ความรู้ความเข้าใจให้ถูกต้อง ตรงตามหลักจึงเป็นที่มาของความจริง เพื่อว่าเราจะได้ปฏิบัติให้ถูกต้อง และได้รับประโยชน์จากบุญ อย่างเต็มเปี่ยมสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ซึ่งก็หมายความว่า จะเข้าถึงคุณค่าที่แท้ของพระพุทธศาสนา อย่างน้อยไม่ปฏิบัติผิดพลาดจนกลายเป็นว่าจะทำบุญแต่กลับสร้างบาป^{๙๙}

บุญกิริยาวัตถุ ๓ ประการนี้ บุญกิริยาวัตถุ ๓ ประการ^{๑๐๐} คือ

^{๙๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๑๘๓.

^{๙๘} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๘/๒๖๙.

^{๙๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **บุญกิริยา พระพรหมคุณาภรณ์**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.Dharma-gateway.com/monk/preach/lp-prayuth/lp-prayuth-31.htm>. [๖ มกราคม ๒๕๖๐].

^{๑๐๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๘/๓๖๙.

๑. ทานมัยบุญกิริยาวัตถุ (บุญกิริยาวัตถุสำเร็จด้วยทาน)
๒. สีสัมยบุญกิริยาวัตถุ (บุญกิริยาวัตถุสำเร็จด้วยศีล)
๓. ภาวนามัย (บุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยภาวนา)

บุญกิริยาวัตถุ ๓ ประการ มีรายละเอียด ดังนี้

๑. ทานมัย ในเบื้องต้นเป็นการจำกัดความตระหนี่^{๑๐๑} ในเบื้องต้น จะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิต และในเบื้องต้น ทำให้เราลอยพ้นจากการเห็นแก่ตัว การให้โดยไม่มีอึดตาของตัวเองเข้าไปเกี่ยวข้องกับทุกมิติบนันเป็นทานบารมีขั้นสูง เพราะเป็นการให้โดยไม่มีหวังว่าจะได้รับอะไรตอบแทนดังหนึ่ง ตันจันท์ หรือไม้จันท์หอมมันเอง^{๑๐๒}

ทาน การให้ การสละ การเผื่อแผ่แบ่งปัน เป็นการให้เพื่ออนุเคราะห์ช่วยเหลือผู้ยากไร้ ชัดสน ให้เพื่อเป็นการสงเคราะห์ เพื่อยึดเหนี่ยวจิตใจ สมานไมตรี แสดงน้ำใจ การทาน ได้แก่การสละทรัพย์สินสิ่งของสมบัติของตนที่มีอยู่ให้แก่ผู้อื่นโดยมุ่งหวังจะจนเจือให้ผู้อื่นได้รับประโยชน์และความสุขด้วยความเมตตาจิตแห่งตน^{๑๐๓} ทานมัย บุญสำเร็จด้วยการบริจาคทาน หมายถึงการทำบุญให้ทานด้วยการให้ทรัพย์สินสิ่งของ ทานเมื่อทำแล้วย่อมได้บุญ มีความสุข เพราะทานสามารถทำลายกิเลสตระกูลโลภะ ได้ทำให้เกิดความเมตตา กรุณา เห็นอกเห็นใจ เกิดความโอบอ้อมอารี ใจเป็นสุข การทำบุญสร้างกุศล ทานมัย บุญสำเร็จด้วยการบริจาคทาน^{๑๐๔}

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้กล่าวว่าด้วยอานิสงส์ของการให้ทานไว้ใน ทานานิสังสสูตร ว่า อานิสงส์การให้ทาน ๕ ประการ คือ^{๑๐๕}

๑. ผู้ให้ทานย่อมเป็นที่รักที่พอใจของคนหมู่มาก
๒. สัตบุรุษผู้สงบยอมคบหาผู้ให้ทาน
๓. กิตติศัพท์อันงามของผู้ให้ทานย่อมขจรไป
๔. ผู้ให้ทานย่อมไม่ห่างเหิน จากธรรมของคฤหัสถ์
๕. ผู้ให้ทานเมื่อตายแล้วย่อมเกิดในสุคติโลกสวรรค์

๒. ศีสัมย บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีล หมายถึง ทำบุญด้วยการรักษาศีล คือ ประพฤติดี ประพฤติชอบ ตามกรอบกฎหมาย ระเบียบข้อบังคับ ศีล เมื่อรักษาไว้ได้ย่อมได้บุญมีความสุข เพราะ

^{๑๐๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๙๙.

^{๑๐๒} ว. วิจิตรเมธี, ความสุขหาให้ถูก สุขให้เป็น, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อัมรินทร์ธรรมะ, ๒๕๕๘), หน้า ๒๗-๒๘.

^{๑๐๓} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, พระธรรมสุทธิมงคล หลวงตามหาบัวญาณสัมปันโน, พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ จันทร สิริจันโท, ทาน ศีล ภาวนา ปัญญา นิพพาน, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท คิว พรินแมนเนจเม้นท์จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๑๖.

^{๑๐๔} จันทร ขจร, คู่มือ ธรรมเพื่อชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : หจก. จิรัชการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๕๘๒-๕๘๓.

^{๑๐๕} อัง. ปณฺจก. (ไทย) ๒๒/๓๕/๕๖.

สามารถรักษาบุญเก่าไว้ได้ คือ ไม่เปิดโอกาสให้กิเลส คือ โทสะเกิดขึ้นได้ และทำให้ได้บุญใหม่ คือ ใจตั้งมั่นพร้อมที่จะรับความดีที่สูงขึ้น การทำบุญสร้างกุศลด้วยศัลมัย บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีลนี้ในทางพระพุทธศาสนา กล่าวว่ามีอานิสงส์ หรือ มีผลแห่งกุศลกรรม มีผลบุญ หรือ มีประโยชน์ ๕ ประการ คือ

- ๑) สามารถบริโภคใช้สอยทรัพย์สินที่เกิดขึ้นได้เต็มอิม โดยไม่ต้องหวาดระแวงอะไร
- ๒) เกียรติคุณพุ่งขจรไป ว่าเป็นคนไว้ใจได้
- ๓) แกล้วกล้าในท่ามกลางประชาชน
- ๔) จะเป็นคนไม่หลงลืมสติ มีจังหวะชีวิตที่ดี
- ๕) ตายแล้วไปบังเกิดในสวรรค์^{๑๐๖}

ศีลรักษาความสุจริต คือ ประพฤติดีงาม สรรวมกายและวจีหวาร ประกอบแต่การสุจริต รักษาจิตดีคุณ ประพฤติให้ควรเป็นตัวอย่าง และเป็นทีเคารพนับถือของประชาราษฎร์ มิให้มีข้อที่ผู้ใดจะดูแคลน^{๑๐๗}

พระพุทธเจ้าทรงจำแนกศีลออกเป็นข้อๆ ตั้งแต่ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ตลอดศีล ๒๒๗ ศีล ๕ จำแนกออกเป็นข้อๆ ได้ดังนี้

๑. ห้ามฆ่าสัตว์
๒. ห้ามลักทรัพย์ของคนอื่น
๓. ห้ามประพฤตินิด มิฉฉาจารย์ ในบุตร ภรรยา สามีของผู้อื่น
๔. ห้ามพูดคำเท็จ คำไม่จริง ล่อลวงผู้อื่น
๕. ห้ามดื่มสุราของมัวเมา อันเป็นเหตุให้เสียสติ

ศีล ๘ อธิบายทำนองเดียวกัน แต่มีพิสดารในข้อ ๓ ที่ห้ามไม่ให้ประพฤติเมถุนธรรม ซึ่งข้อนี้เป็นกรรมของปุถุชนทั่วไปที่มักหลงใหลในกามอันนั้นไม่รู้จักอิมไม่รู้จักเปื้อ แม้แต่สัตว์ตัวเล็กๆ น้อยๆ มีมุงและแมลงวัน เป็นต้น ก็ประพฤติในกามกิจเช่นเดียวกันนี้ ผู้ที่งดเว้นจากเมถุนธรรมอันเป็นกรรมสิ่งเลวร้ายที่เป็นพื้นฐานของโลกนี้ได้ ท่านจึงเปรียบไว้สำหรับพรหมที่ไม่มีคู่ครอง ผู้เห็นโทษในกามคุณเมถุนธรรมตั้งที่วานี้แล้ว ตั้งจิตคิดเว้นแม้เป็นครั้งคราว เช่น ผู้ตั้งใจสมาทานศีล ๘ ไม่นอนกับภรรยา-สามี ชั่วโมงหนึ่งหรือสองคืน ก็ได้ชื่อว่าประพฤติดุจเดียวกับพรหม

ข้อ ๖ งดเว้นการบริโภคอาหารในเวลาวิกาลหลังพระอาทิตย์ล่องไปแล้ว

ข้อ ๗ เว้นจากการลู่ปล้ำทำตัวด้วยเครื่องหอมเครื่องปรุงแต่ง และการร้องรำ ขับร้อง ประโคมดนตรี ทั้งความยินดีในการดูและฟัง

ข้อ ๘ งดเว้นจากการนั่งนอนเบาะหมอนที่ยัดด้วยนุ่น หรือสำลี

ข้อห้ามทั้งสามข้อเบื้องปลายนี้ล้วนเป็นเหตุสนับสนุนให้คิดถึงความสุขสบาย และเกิดความยินดีในกามคุณ ๕ ทั้งสิ้น

^{๑๐๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๘๓.

^{๑๐๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **ธรรมบุญชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๒๗.

ศีล ๕ ศีล ๘ นี้มีอยู่ในโลกนี้ตั้งแต่ไหนแต่ไรมา พระพุทธเจ้าจะอุบัติขึ้นมาในโลกนี้หรือไม่ ธรรมทั้ง ๕ ข้อ ธรรมทั้ง ๘ ข้อนี้ก็มิได้อยู่เช่นเดิม พระองค์ทรงอุบัติขึ้นมาเห็นธรรมเหล่านั้นแล้วปฏิบัติ ตาม ดังนั้นพระองค์จึงตรัสว่า เอส ธมโม สนนตโต ธรรมทั้งหลาย ในโลกนี้เป็นของเก่า พระพุทธเจ้าจะ ออุบัติขึ้นมาในโลกหรือไม่ก็ตาม ธรรมเป็นของจริงของแท้ ไม่แปรผันไปตามโลก หากมีอยู่ เป็นอยู่ เช่นนั้น

ศีล ๑๐ เพิ่มสาระสำคัญขึ้นอีกหนึ่งข้อ สำหรับสามเณรที่ศรัทธาจะได้ปฏิบัติตามศากย บุตรพุทธชินโรส ด้วยเห็นโทษในอาชีพอของฆราวาส ที่ต้องมีการซื้อขายแลกเปลี่ยนซึ่งเงินตรา จึง ออกมาปฏิบัติพระธรรมไม่เห็นเหไปตามจิตของฆราวาสเช่นเดิม ตั้งมั่นอยู่ในพรหมจรรย์เป็นทางให้เกิด ในสวรรค์พระนิพานโดยแท้

ศีล ๒๒๗ พระองค์ทรงจำแนก แจกไว้เป็นหมู่เป็นหมวด ล้วนแล้วแต่จะเป็นเรื่องมีอ กลันกรองโลกออกจากธรรมทั้งนั้น เช่น ปราชิก ๔ ห้ามภิกษุผู้ประพฤติพรหมจรรย์ ในพระพุทธศาสนา กระทำเสพสมกิจกรรมอันเลวทรามของโลก ดังกล่าวไว้เบื้องต้น เป็นข้อแรกสำหรับภิกษุอื่นก็มี อทินนาทาน ลักของเขา ซึ่งก็จัดเข้าในหมวดปราชิกเช่นเดียวกัน ข้ามมนุษย์และการพูดอวดอุตมณูสส ธรรม คือ กล่าวอ้างคุณวิเศษที่ไม่มีในตน บาปกรรมสี่ ประการนี้ พระองค์ทรงห้ามภิกษุใน พระพุทธศาสนา กระทำโดยเด็ดขาด หากภิกษุผู้ประพฤติพรหมจรรย์มีจิตหันเหไปทำกรรมสี่อย่าง ดังกล่าวมาเช่นนี้ พระองค์ทรงลงพระพุทธานุญาตว่าผู้ผู้นั้นด้วยอาบัติปราชิกไม่ปราณีเลย^{๑๐๘} พระพุทธเจ้า ทรงตรัสถึงผู้ทุศีล และผู้มีศีลสมบุรณ์ไว้ใน สีสสูตร ว่าด้วยศีล ดังนี้^{๑๐๙}

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้ทุศีลเพราะศีลวิบัติ มีโทษ ๕ ประการดังนี้

๑. บุคคลผู้ทุศีล มีศีลวิบัติในธรรมวินัยนี้ ย่อมถึงความเสื่อมโภคทรัพย์เป็นอันมาก ซึ่งมี ความประมาทเป็นเหตุ นี้เป็นโทษประการที่ ๑ ของบุคคลผู้ทุศีลเพราะศีลวิบัติ

๒. กิตติศัพท์อันชั่วของบุคคลผู้ทุศีลย่อมกระฉ่อนไป นี้เป็นโทษประการที่ ๒ ของบุคคล ผู้ทุศีลเพราะศีลวิบัติ

๓. บุคคลผู้ทุศีล มีศีลวิบัติจะเข้าไปยังบริษัทใดๆ จะเป็น ชัตตยบริษัทก็ตาม พราหมณ์ บริษัทก็ตาม คหบดีบริษัทก็ตาม สมณบริษัทก็ตาม ย่อมไม่แคล้วกล้า เก้อเขินเข้าไปนี้เป็นโทษประการ ที่ ๓ ของบุคคลผู้ทุศีล เพราะศีลวิบัติ

๔. บุคคลผู้ทุศีล มีศีลวิบัติ ย่อมหลงสติตาย นี้เป็นโทษประการที่ ๔ ของบุคคลผู้ทุศีล เพราะศีลวิบัติ

๕. บุคคลผู้ทุศีล มีศีลวิบัติ หลังจากตายแล้วย่อมไปเกิดในอบาย ทุกติวินิบาต นรก นี้ เป็นโทษประการที่ ๕ ของบุคคลผู้ทุศีลเพราะศีลวิบัติ

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้มีศีลเพราะสมบุรณ์ด้วยศีล มีอานิสงส์ ๕ ประการดังนี้

^{๑๐๘} คณะศิษยานุศิษย์, เทศรังสีอนุสรณาลัย, ลีนโลก เหลือธรรม ของ พระราชชินโรธรังสี คัมภีร ปัญญาวิศิษฎ์ (เทศก์ เทศรังสี), พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทกรังปรีซ์ อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด, ๒๕๓๘) หน้า ๗๗-๗๙.

^{๑๐๙} อัง. ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๒๑๓/๓๕๕-๓๕๖.

๑. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลในธรรมวินัยนี้ ย่อมมีโภคทรัพย์เป็นอันมาก ซึ่งมีความไม่ประมาทเป็นเหตุ นี้เป็นอานิสงส์ประการที่ ๑ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

๒. กิตติศัพท์อันอันงามของบุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลย่อมขจรไป นี้เป็นอานิสงส์ประการที่ ๒ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

๓. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล จะเข้าไปยังบริษัทใดๆ จะเป็นชัตตยบริษัทก็ตาม พรหมณบริษัทก็ตาม คหบดีบริษัทก็ตาม สมณบริษัทก็ตาม ย่อมแก่ล้ากว่า ไม่เก้อเขินเข้าไป นี้เป็นอานิสงส์ประการที่ ๓ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

๔. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมไม่หลงสติตาย นี้เป็นอานิสงส์ประการที่ ๔ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

๕. บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล หลังจากตายแล้วย่อมไปเกิดในสุคติ โลกสวรรค์ นรก นี้เป็นอานิสงส์ประการที่ ๕ ของบุคคลผู้มีศีลเพราะสมบูรณ์ด้วยศีล

อานิสงส์แห่งศีล^{๑๑๐} ศีลไม่มีความเดือดร้อนใจเป็นอานิสงส์ มีความไม่เดือดร้อนใจเป็นผล ศีลมีคุณค่า หรือคุณสมบัติประจำตัว ถึงใครจะรักษาหรือไม่รักษาศีลก็ตาม คุณค่าของศีลยังคงอยู่เหมือนกันหมด คุณค่าหรือคุณสมบัติของศีล คือ

๑. มลวิโสธน์ เป็นเครื่องชำระมลทิน
๒. ปริพาหุพสมาน เป็นเครื่องระงับความเร่าร้อน
๓. สุขคนธวานัน เป็นเครื่องทำให้สะอาดฟังไป
๔. สคคนิพพานาธิคมปาย เป็นวิธีให้เข้าถึงสวรรค์และพระนิพพาน
๕. โสภาลงการปสาธน์ เป็นเครื่องประดับอันงดงาม
๖. ภยวิธมน เป็นเครื่องกำจัดภัยอันตราย
๗. กิตติชนน เป็นสิ่งที่ทำให้มีชื่อเสียง
๘. ปาโมชช เป็นสิ่งที่ทำให้รื่นเริง

อนึ่ง ผู้รักษาศีลให้บริสุทธิ์อยู่เสมอ ศีลย่อมอำนวยผลให้ อย่างนี้ คือ

๑. โภคสมุปทา เป็นเหตุให้ได้ทรัพย์สมบัติ ข้าทาส บริวาร เป็นต้น
๒. กลยณกิตติ เป็นเหตุให้มีชื่อเสียงดั่งาม
๓. สมุหิวสารท เป็นเหตุให้เป็นคนแก่ล้ากว่าอาจหาญเมื่อเวลาเข้าสังคม
๔. อสมมุพห เป็นเหตุให้มีสติ ไม่หลงในเวลาตาย
๕. สุคติปรายน เป็นเหตุให้เกิดในสุคติ

๓. ภาวนามัย บุญสำเร็จด้วยการภาวนา หมายถึง การทำบุญด้วยการเจริญภาวนา คือ ฝึกอบรมจิตใจให้เจริญด้วยสมาธิ และปัญญา การไหว้พระ สวดมนต์ การฝึกจิตให้เป็นสมาธิ การภาวนาล้วนเป็นการทำบุญ ภาวนา เมื่อทำแล้วย่อมได้บุญ มีความสุข เพราะในเบื้องต้น ทำให้กิเลส คือ โลภะ โทสะ โมหะ สงบลงได้ ในเบื้องต้นทำให้กำจัดอวิชชา ซึ่งเป็นต้นเหตุแห่งกิเลสเหล่านั้นๆ ได้

^{๑๑๐} พระราชญาณวิสิฐ และคณะ, คู่มือการศึกษาสัมมาปฏิบัติไตรสิกขา, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (นครปฐม : บริษัท เพชรเกษม พรินติ้ง กรุป จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๔, ๕.

เด็ดขาด ภาวนา นับว่าเป็นยอดของการทำความดีในชีวิตประจำวัน ในทางพระพุทธศาสนาแล้วว่ามี อานิสงส์ หรือ มีผลแห่งกุศลกรรม มีผลบุญ หรือ มีประโยชน์ ๕ ประการ คือ

- ๑) ทำให้ใจสงบระงับ เย็นกาย เย็นใจ ไม่ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์
- ๒) มีความร่าเริงใจ พร้อมทั้งจะทำงานในชีวิตประจำวัน
- ๓) กำจัดความเห็นแก่ตัว เจ้าอารมณ์ และไร้เหตุผลลงได้
- ๔) มีการปฏิบัติตัวในชีวิตประจำวันถูกต้อง ตามทำนองคลองธรรม
- ๕) ทำให้เกิดความรู้ ความเห็นบริสุทธิ์ หหมดความสงสัยแคลงใจ ในเรื่อง บาบ บุญ คุณ โทษ นรก สวรรค์ ชาตินี้ ชาติหน้า เป็นต้น^{๑๑๑}

นอกจากการทำบุญทั้งสามที่กล่าวมาแล้วนั้น ควรเจาะจงการทำบุญบางอย่างที่เป็นส่วน ละเอียดเพิ่มขึ้นอีก ๗ ข้อ รวมเป็น ๑๐ อย่าง คือ

๑. อปจายนมัย ทำบุญด้วยการประพาสสุภาพอ่อนน้อม
๒. ไวยาวัจฉมัย ทำบุญด้วยการชวนขายรับใช้ ให้บริการ บำเพ็ญประโยชน์
๓. ปัตติทานมัย ทำบุญด้วยการให้ผู้อื่นมีส่วนร่วมในการทำดี
๔. ปัตตานโมทนามัย ทำบุญด้วยการพลอยยินดีในการทำความดีของผู้อื่น
๕. อัมมัสสวนมัย ทำบุญด้วยการฟังธรรม ศึกษาความรู้ที่ปราศจากโทษ
๖. อัมมเทสนามัย ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรมให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์
๗. ทิฏฐุชุกัมม ทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ถูกต้อง รู้จักมองสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงให้เป็นสัมมาทิฏฐิ^{๑๑๒}

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก ได้กล่าวถึงเรื่อง ทาน ศีล ภาวนา ไว้ดังนี้^{๑๑๓}

ทาน คือ เครื่องแสดงน้ำใจของมนุษย์ผู้มีจิตใจสูง มีเมตตาจิตต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์ ด้วยการให้ การเสียสละการแบ่งปันมาน้อย ตามกำลังของวัตถุเครื่องสงเคราะห์ที่มีอยู่ จะเป็นวัตถุ ทาน ธรรมทาน หรือวิทยาทานเพื่อสงเคราะห์ผู้อื่น โดยไม่หวังสิ่งตอบแทนใดๆ นอกจากกุศล คือความ ดีที่ได้จากทานนั้น อภัยทานควรให้แก่กันเมื่ออีกฝ่ายหนึ่งผิดพลาดหรือล่วงเกิน

ศีล คือ รั้วกันความเบียดเบียนและทำลายสมบัติ ร่างกายจิตใจของกันและกัน ศีล คือ พืชแห่งความดีอันยอดเยี่ยม ที่ควรมีประจำชาติมนุษย์ ไม่ปล่อยให้ศูนย์หายไป ศีลจึงเปรียบเสมือนยาปราบโรคระบาดและเรื้อรัง

ภาวนา คือ การอบรมจิตใจ ให้ใสสะอาด เทียงตรงต่อเหตุผล อรรถธรรม รู้จักปฏิบัติต่อ ตนเองและสิ่งทั้งหลาย ใจจึงควรได้รับการอบรมให้รู้เรื่องของตัวเอง จะเป็นผู้ควรแก่งานทั้งหลาย ทั้งส่วน เล็กส่วนใหญ่ ภายนอกภายใน ผู้มีภาวนาเป็นหลักใจ จะทำอะไรขอใช้ความคิดอ่านอยู่เสมอ ไม่เสีียง และไม่ก่อความเสียหายแก่ตนและผู้เกี่ยวข้อง การภาวนาจึงเป็นงานเพื่อผลในปัจจุบันและอนาคต

^{๑๑๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๘๔.

^{๑๑๒} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๒๘/๓๓๐.

^{๑๑๓} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก, วิธีฝึกใจไม่ให้โกรธ, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ๖๔ การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๔๙.

ในทางพระพุทธศาสนา บุญกิริยาวัตร ทาน ศีล ภาวนา เป็นรากแก้วของความเป็นมนุษย์ และเป็นรากเหง้าของพระพุทธศาสนา^{๑๑๔} เป็นการมุ่งให้ในส่วนของกายกับใจ ซึ่งเป็นส่วนภายนอกที่หยาบ คือ การให้ทาน และการรักษาศีล เพื่อเป็นการขัดเกลาซึ่งทำให้ชีวิตและด้านจิตใจ มีความผ่องใส สามารถที่จะพินิจพิเคราะห์เห็นภัยสภาวะของกิเลสที่มากระทบให้ละเอียดยิ่งขึ้น ในส่วนของภาวนา (ปัญญา) จะเน้นทางด้านภายใน เมื่อทุกคนได้ประพฤติปฏิบัติตามหัวข้อธรรมในบุญกิริยาวัตร จะส่งผลให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพดี แข็งแรงปราศจากโรคร้ายมารบกวน ทั้งนี้การให้ทานแสดงถึงคนที่มีจิตใจที่ดีมีความเอื้อเฟื้อเป็นผู้เสียสละ เป็นผู้มีพรหมวิหารธรรม ต้องการให้ผู้อื่นเป็นสุข จิตสะอาดผ่องใส การรักษาศีลย่อมเป็นคนที่มีความสะอาดทั้งใจและกาย มีความเมตตาปรารถนาต่อทุกคน มีความเกรงกลัวต่อผลแห่งบาปทั้งปวง ในทางปัญญาสามารถที่จะพิจารณาทุกสิ่งทุกอย่างละเอียดแยบยล โยนิโสมนสิการ^{๑๑๕} ซึ่งส่งผลให้ชีวิตมีความสุขได้

จากข้อมูลเบื้องต้นเป็นวิธีการนำหลักธรรม หลักจักร ๔ เป็นหลักธรรมหลัก เพื่อมาเชื่อมโยงกับหลักธรรมที่นำมาส่งเสริมให้สอดคล้องกัน ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง มาพัฒนาคุณภาพชีวิตของสมาชิกผู้สูงอายุ ให้มีสุขภาพด้านร่างกาย มีความแข็งแรงสมบูรณ์ และสุขภาพด้านจิตใจมีความเข้มแข็ง สดชื่น ผ่องใส ผู้วิจัย ได้ค้นคว้าเกี่ยวกับแนวคิดทฤษฎี ของนักวิชาการ รวมถึงหลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนา ที่นำมาเป็นเครื่องมือหลักในการวิจัย และหลักพุทธธรรมที่นำมาเสริมให้สอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต และได้ทำการศึกษาวิจัย จนได้สร้างเป็นทฤษฎี และความรู้ ความเข้าใจในหลักพุทธธรรม เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม โดยการนำหลักธรรมมาร่วมกิจกรรม ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอเถิน จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ให้ดำเนินชีวิตอยู่อย่างมีความสุขในสังคม เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การนำหลักภาวนา ๔ มาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุนั้น มีความสำคัญอย่างยิ่ง สามารถพัฒนาตนเอง เพื่อปฏิบัติหน้าที่กิจกรรมได้อย่างปกติสุข ทำให้ตนอยู่ในศีลที่เป็นเบื้องต้นก่อน รู้จักวิธีดูแลสุขภาพร่างกาย รู้จักประมาณในการบริโภค และรู้จักมีความเพียร ความอดทน ความพยายาม พัฒนาคุณภาพชีวิตตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา คือ การฝึกฝนตนเองตามหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางพระพุทธศาสนา ทั้ง ๔ ด้าน คือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิตและการพัฒนาปัญญา เป็นการฝึกฝนอบรมตนเองให้เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เจริญขึ้น ให้เป็นคนมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามหลักคำสั่งสอนทางพระพุทธศาสนา ให้คนรุ่นหลังได้ศึกษา ค้นคว้าต่อไป

^{๑๑๔} เรื่องเดียวกัน.

^{๑๑๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๙, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖), หน้า ๓๓๖.

๒.๕ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนา

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ เป็นวิธีการนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาที่เกื้อหนุนต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต นำมาประยุกต์ใช้ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุน ก่อให้เกิดองค์รวมที่สมบูรณ์ เพื่อเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ให้เกิดความพึงพอใจในความเป็นอยู่ในช่วงบั้นปลายของชีวิต ให้เข้าใจสามารถปรับสภาวะ ความสมดุลของทั้งร่างกายและจิตใจให้มีความเหมาะสม เพื่อเกื้อกูลแก่การดำเนินชีวิตให้อยู่ร่วมกับสังคมด้วยความสุข จากการได้เข้าสังเกตการณ์ และมีส่วนร่วมในกิจกรรม และการเก็บข้อมูลงานวิจัยครั้งนี้ พบว่าทางศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ได้จัดให้มีกิจกรรมที่เป็นพื้นฐาน ในการพัฒนาสุขภาพร่างกาย ที่สอดคล้องกับหลักธรรมอยู่แล้วกับสมาชิกผู้สูงอายุที่เข้ามาร่วมกิจกรรม ได้อย่างเหมาะสมและได้สร้างความพึงพอใจให้กับ สมาชิกผู้สูงอายุ ได้ในระดับหนึ่ง ที่สอดคล้องกับ หลักธรรม หลักสติปัญญาฐาน ๔, หลักสังกะวัตถุ ๔, หลักไตรสิกขา ๓, บุญกิริยาวัตถุ ๓, ผู้วิจัย มีแนวคิดในการนำหลักพุทธธรรม หลักจักร ๔, ภาวนา ๔, เพื่อเป็นกระบวนการ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ มาร่วมในกิจกรรมของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน เพื่อให้ได้เกิดความรู้และความเข้าใจการพัฒนาในด้านกาย สติ จิต และปัญญาได้เป็นอย่างดี สามารถทำให้ผู้สูงอายุมีความเชื่อมั่นและมีความผูกพันต่อการบริหารงานของ คณาจารย์ และคณะกรรมการผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน เป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยได้เข้าร่วมโดยการนำหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มาร่วมทำกิจกรรมของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สมาชิกผู้สูงอายุ ที่มาจากหลายชุมชน มีความหลากหลายทั้งวัยวุฒิ และคุณวุฒิ การทำกิจกรรมร่วมกันของคนหมู่มากย่อมจะมีปัญหาในทางด้านความคิดและการปฏิบัติ สมาชิกผู้สูงอายุ ให้ความสนใจในการนำหลักพุทธธรรมเข้ามาร่วมประพฤติปฏิบัติ เจริญศีล ภาวนา เพื่อให้เกิดความความเข้าใจในหลักความเป็นจริงของชีวิตผู้สูงอายุ ด้วยการร่วมกันทำบุญสร้างกุศล ผู้วิจัย ได้นิมนต์พระสงฆ์ มาบรรยายธรรม และฝึกปฏิบัติ สมาธิภาวนาเบื้องต้น รวมถึงการร่วมทำบุญ และทำบุญในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา เพื่อให้ได้ครบตาม หลักบุญกิริยาวัตถุ ๓^{๑๑๖} คือ ทาน ศีล ภาวนา ได้ส่งผลที่ทำให้สมาชิกผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมร่วมกันอย่างมีความสุขและยั่งยืน ความหมาย ของธรรมะอยู่ตรงนี้คือ เพื่อทุกคนในโลกอยู่ร่วมกันเป็นผาสุก^{๑๑๗} ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ ต่างเฝ้าคอยให้ถึงวันนัดหมาย ที่จะร่วมทำกิจกรรมตามวัน เวลา ที่ผู้วิจัยได้กำหนดไว้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจ การพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านต่างๆ

^{๑๑๖} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๘/๒๖๘.

^{๑๑๗} พุทธศาสนิกชน, **ธรรมะคู่ชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมทานและมูลนิธิธรรมสภาจัดพิมพ์, ๒๕๔๙),

ของผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ตามหลักธรรม จักร ๔ และหลักธรรมภาวนา ๔ ให้เกิดความสอดคล้อง ดังต่อไปนี้ คือ

หลักจักร ๔ หมายถึง หลักธรรมที่นำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง จึงเป็นธรรมที่ช่วยขับเคลื่อนชีวิตให้ทำความดี ที่ผู้สูงอายุปฏิบัติ เพื่อมุ่งหวังที่จะเป็นการก้าวเดินไปข้างหน้าให้ถึงเป้าหมายของชีวิต เสมือนเป็นวงล้อของจักรธรรมที่เกี่ยวเนื่องกันเป็นธรรมที่อาศัยซึ่งกันและกัน รวมถึงเป็นเหตุเป็นผลของกันและกัน เป็นหลักธรรมที่ส่งผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในการดำเนินชีวิตได้อย่างดีไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลกและทางธรรมอย่างยั่งยืน

๑. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านกาย
๒. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านศีล
๓. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิต
๔. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านปัญญา

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านกาย

ผู้สูงอายุ ที่เข้ามาเป็นสมาชิกของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ส่วนมากได้เข้ามาเป็นสมาชิกอยู่นาน ซึ่งสมาชิกบางคนมีอายุมากกว่า ๗๐ ปี สภาพร่างกายยังมีความแข็งแรงไม่มีปัญหาอุปสรรคต่อการเดินทางเข้าร่วมทำกิจกรรมต่างๆ แต่อย่างไรก็ตาม จากการเข้าสังเกตในการมีส่วนร่วมของผู้วิจัย ทำให้ทราบว่าผู้ที่สูงอายุที่เข้ามาเป็นสมาชิก ต่างมีความพึงพอใจที่ได้เดินทางมาพบปะเพื่อนสมาชิกผู้สูงอายุ ในทุกวันศุกร์ การเดินทางมาร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุบางคนขับรถมาเอง บางคนให้บุตรหลานมาส่ง สมาชิกผู้สูงอายุที่อยู่ไม่ไกลจากศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง สามารถเดินทางมาเอง หรือนั่งรถโดยสารมาร่วมกิจกรรม เมื่อเข้ามาถึงศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ต้องลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรม ก่อนที่คณะกรรมการจะนำสมาชิกเข้าสู่กิจกรรม มีจุดคัดกรอง สอบถาม ให้คำแนะนำ การดูแลสุขภาพ จากนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ กลุ่มงานนันทนาการ เล่นดนตรี (สมาชิกผู้สูงอายุจิตอาสา ได้นำเครื่องดนตรี ร่วมบรรเลง) ร้องเพลงให้สมาชิกผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย เต้นลีลาศ เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนการเข้าสู่กิจกรรมเปิดศูนย์ก่อนทุกครั้ง เมื่อถึงเวลาหลังจากประธานได้กล่าวเปิดศูนย์แล้ว สมาชิกทุกคนได้ร่วมกันทำกิจกรรมของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ทุกกิจกรรม

(๑) กิจกรรมการออกกำลังกายประกอบจังหวะ เริ่มกิจกรรม โดยนักดนตรีได้บรรเลงเพลงมาร์ช ประจำศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน โดยผู้นำกิจกรรมขึ้นบนเวทีเพื่อทำตัวอย่าง นำกิจกรรมประกอบจังหวะให้กับสมาชิก ส่วนสมาชิกที่อยู่ร่วมกิจกรรมหน้าเวทีต่างให้ความร่วมมือร่วมทำกิจกรรม ซึ่งเป็นกิจกรรมแบบง่าย ๆ สามารถทำให้ผู้สูงอายุทุกคนร่วมออกกำลังกายได้อย่างพร้อมเพียง ส่งผลให้เกิดความสนุกครื้นเครงเพื่อให้เกิดความสุขและความแข็งแรงของร่างกาย แม้สมาชิกผู้สูงอายุบางคนที่มีปัญหาในการยืนทำกิจกรรมไม่ได้ แต่ก็สามารถนั่งบนเก้าอี้ร่วมทำกิจกรรมได้ครบทุกกิจกรรม จึงเห็นได้ว่าเมื่อทุกคนได้มาร่วมกิจกรรมของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ

ผู้สูงอายุขององค์กรปกครองท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูนแล้ว ทำให้ชีวิตมีความสุขและทำให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง เนื่องด้วยศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เป็นสถานที่ที่ได้สร้างความสุขให้เกิดขึ้นกับตนเอง จึงถือได้ว่าสมาชิกผู้สูงอายุทุกคนที่เข้ามาเป็นสมาชิกในสถานที่แห่งนี้ได้มีการพัฒนาการด้านสุขภาพร่างกายให้มีความแข็งแรงได้เป็นอย่างดี แสดงถึงการเลือกสถานที่อยู่เพื่อการพัฒนาทางด้านกายได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมในช่วงบั้นปลายของชีวิต กิจกรรมของคณะอาจารย์ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ที่มีความรับผิดชอบดูแลผู้สูงอายุ ได้จัดให้มีการบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำเอาความรู้ไปปฏิบัติดูแลตัวเองได้ในเบื้องต้น ดังนี้

(๒) กิจกรรมการบรรยายเรื่องของสุขภาพ โดยกิจกรรมนี้ทางคณะอาจารย์ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง จะเป็นผู้ดูแลและได้จัดบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับสาเหตุการเกิดโรคร้ายต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ เพื่อให้รู้ถึงวิธีป้องกัน^{๑๑๘} เนื่องจากผู้สูงอายุมีความเสี่ยงด้านสุขภาพ กิจกรรมให้ความรู้ ให้คำแนะนำ ทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ เนื่องจากสภาพของความเป็นจริง แม้แต่ผู้วิจัยเองก็ยอมรับว่ากิจกรรมนี้มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก วิทยากรได้บรรยายให้เห็นภาพต่างๆของร่างกาย เช่น ความแข็งแรงของข้อต่างๆ ของร่างกาย อาจารย์ผู้บรรยายจะให้คำอธิบายพร้อมกับเชิญชวนให้ผู้สูงอายุ ได้ฝึกการออกกำลังกายทั้งสองข้างโดยการยกขวดน้ำดื่มขนาด ๐.๖ ลิตร เพื่อให้ข้อมือมีกำลัง ส่งผลให้ข้อศอกและหัวไหล่ได้มีความแข็งแรงป้องกันการยึดติดของข้อมือ ข้อศอกและหัวไหล่

(๓) การออกกำลังกายที่มี ดีหรือยัง ทางอาจารย์ที่เป็นวิทยากรที่รับผิดชอบดูแลให้คำแนะนำ ในการให้ความรู้สมาชิกผู้สูงอายุขององค์กรปกครองท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้บรรยายความรู้ที่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย ที่ถูกวิธีให้กับผู้สูงอายุ^{๑๑๙} จากข้อมูลที่ได้ตรวจพบว่ามีผู้สูงอายุเพศหญิง มีดัชนีมวลกายเกินมาตรฐาน ทั้งนี้ทางคณะอาจารย์และกลุ่มนักศึกษาที่รับผิดชอบในโครงการนี้ ได้ให้ความรู้และแนะนำให้ผู้สูงอายุ ทราบถึงกระบวนการออกกำลังกายที่ดีและมีผลต่อสุขภาพร่างกายได้อย่างไร เมื่อสมาชิกผู้สูงอายุได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง สามารถนำไปฝึกปฏิบัติเพื่อให้ตนเองมีคุณภาพชีวิตที่ดี และด้วยความห่วงใยของคณะอาจารย์วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ที่มีความรับผิดชอบดูแลผู้สูงอายุ ได้จัดให้มีการบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อให้สมาชิกผู้สูงอายุ ได้นำเอาความรู้ไปปฏิบัติดูแลตัวเองได้ในเบื้องต้น

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านศีล

การทำกิจกรรมร่วมกันของสมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน เมื่อผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุย สอบถามถึงความเป็นไปของเพื่อนสมาชิกในสัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นอยู่อย่างไรบ้าง เหมือนญาติ พี่น้องกันให้ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันกับเพื่อนสมาชิก

^{๑๑๘} สัมภาษณ์ อาจารย์อภิรดี คำเงิน, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง, ๒๗ ธันวาคม ๒๕๕๖.

^{๑๑๙} อภิรดี คำเงิน, โครงการ ออกกำลังกายที่มี...ดีหรือยัง, นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ ๒

ผู้สูงอายุ ถือได้ว่าเป็นการพัฒนาทางด้านศีล เนื่องจากผู้สูงอายุทุกคนได้ปฏิบัติตนอยู่ในกฎเกณฑ์ของสมาชิกที่ดี ได้ร่วมทำกิจกรรมตามบทบาทหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายได้อย่างดี ยิ่ง ถือได้ว่าเป็นการพัฒนาทางด้านศีล ถึงแม้ว่าสมาชิกบางคนจะเป็นอดีตข้าราชการ รัฐวิสาหกิจ แต่ไม่ได้สร้างปัญหาใดๆ ในการที่เข้ามาทำกิจกรรมและอยู่ร่วมกัน เพราะสมาชิกทุกคนไม่มีการแบ่งชนชั้นหรือสถานะใดๆ ส่วนมากจะแบ่งปันน้ำใจที่ดีต่อกัน ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทุกครั้งที่เจอกันจะทักทายสอบถามถึงความ เป็นไปในช่วงระหว่างวันที่ไม่ได้เจอกัน แสดงความรักความห่วงใยต่อกัน ผู้สูงอายุทุกคนต่างได้ผ่านชีวิตทั้ง ทางด้านสุข ด้านทุกข์มามากแล้ว เมื่อได้เข้ามาทำกิจกรรมร่วมกันในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแห่งนี้ ได้ ประพฤติปฏิบัติตนเป็นคนดีเป็นสมาชิกที่ดีเป็นเพื่อนที่ดีกับทุกคน และมีความรักความเมตตาต่อเพื่อน สมาชิกทุกคน เนื่องจากผู้สูงอายุให้ความสำคัญต่อการได้อยู่ร่วมทำกิจกรรม คือเรื่องของศีลธรรมที่ทำให้ ให้สังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติสุข คือ การมีศีลที่เสมอกัน หรือหมายถึงผู้ที่มีศีลพร้อม เพราะศีลทำให้เกิดสันติสุข หากสังคมใดขาดคนที่มีศีลจะทำให้สังคมนั้นมีแต่ความเดือดร้อนวุ่นวาย แต่สังคมของผู้สูงอายุศูนย์ส่งเสริมสุขภาพขององค์กรปกครองท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้ทำกิจกรรม ร่วมกันมานาน ได้ปรากฏภาพของความรักความสามัคคีที่ดีต่อกันมาจนถึงปัจจุบัน จึงถือได้ว่าสมาชิก ทุกคนที่เข้ามาทำกิจกรรมในสถานที่แห่งนี้ได้มีการพัฒนาการด้านศีล แสดงถึงการเลือกสถานที่อยู่ เพื่อ การพัฒนาด้านศีลได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมในช่วงบั้นปลายของชีวิต

สรเกียรติ อาชานานุภาพ และคณะ^{๑๒๐} ได้กล่าวว่า ความรักที่มีความเมตตาเป็นพื้นฐาน ย่อมให้พลังแก่เราให้มีความอ่อนไหวต่อความทุกข์ของผู้อื่น ความเมตตาให้พลังที่จำเป็นต่อการกระทำ ที่เป็นประโยชน์และเห็นแก่ผู้อื่น มันจึงเป็นสิ่งที่เราต้องการ ความเจ็บปวดที่มาจากความเมตตา นั้น เป็นความเจ็บปวดของการทำดี ถ้าหากเราไม่แบ่งปันความเจ็บปวดจากผู้อื่น เราก็จะไม่ใช้มนุษย์ที่ สมบูรณ์

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิต เป็นความต้องการของสมาชิกผู้สูงอายุ การที่ได้ มาทำกิจกรรมทุกวันศุกร์ จะเป็นผู้ที่มีคุณภาพด้านจิตใจที่ดี ซึ่งเป็นผลมาจากการมีพัฒนาทางด้านกาย และพัฒนาด้านศีลที่ดี ได้ส่งผลการพัฒนาทางด้านจิตดียิ่งขึ้น เมื่อทุกคนมีสภาพกายที่ได้รับการดูแลที่ ดี มีการประพฤติปฏิบัติตนตามหลักคำสอนขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ย่อมทำให้จิตใจ มีความถึง พร้อม สามารถเข้ามาหาความสุขและปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนสมาชิกได้เป็นอย่างดี สังเกตได้จากความยิ้ม แยมแจ่มใสของสมาชิกทุกคนได้มีโอกาสเข้ามาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่อเพื่อนสมาชิก การที่ผู้สูงอายุ มีความตั้งใจเข้ามาทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนสมาชิกทุกวันศุกร์ ทำให้มี จิตใจเข้มแข็งอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข การควบคุมจิตใจเป็นการกระทำที่สำคัญยิ่ง การควบคุมจิตใจ เป็นพื้นฐานของการบรรลุความเป็นพุทธะ ดังที่เราได้เห็นแล้วว่า ความเป็นพุทธะคือ ความสงบเย็น ซึ่ง สภาวะทางจิตใจแบบหนึ่ง ความสงบเย็นเป็นความสงบสันติภายในจิตใจจะบรรลุได้ ก็โดยผ่านการ ควบคุมมัน ดังนั้นการควบคุมจิตใจ เราต้องให้ความใส่ใจเป็นพิเศษ เมื่อเราสามารถควบคุมจิตใจได้

^{๑๒๐} รศ. นพ. สรเกียรติ อาชานานุภาพ และคณะ, ๕ ทางลัด เข้าถึงแก่นแท้ชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, ๒๕๕๕), หน้า ๗๗.

แล้ว พลังอื่นๆ ก็จะเกิดตามมาอย่างง่ายดาย^{๑๒๑} จะเห็นได้ว่าสมาชิกผู้สูงอายุ ที่เข้ามาร่วมทำกิจกรรม ตลอดเวลาที่ผ่านมา ไม่ได้มีปัญหาการทะเลาะเบาะแว้งกัน มีอะไรต่างก็ให้ความร่วมมือช่วยกันคิด ร่วมกันทำกิจกรรมทุกกิจกรรมจะผ่านไปได้ด้วยดีทุกครั้ง

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านปัญญา

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านปัญญา สามารถมองเห็นได้จากการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการร่วมทำกิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้น ได้สร้างการพัฒนาปัญญาให้กับผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี สามารถทำให้เกิดการคิด การมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่างๆ ต่อการร่วมทำกิจกรรม ในช่วงเปิดศูนย์ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ในช่วงเช้า การร่วมฟังเทศน์ และการฝึกปฏิบัติกัมมัฏฐานเบื้องต้น ผู้สูงอายุมีการพัฒนาทางการเรียนรู้ได้เป็นอย่างดี ที่ได้มาอยู่ร่วมกิจกรรมของสมาชิกได้อย่างถูกต้อง และได้พัฒนาการรับรู้เท่าทันไว้วางใจต่อเพื่อนได้อย่างดี เปรียบได้ว่าผู้สูงอายุทุกคน ที่มาร่วมกิจกรรมกันเป็นผู้ที่มีปัญญามาก เนื่องจากเป็นผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็ง เมื่อได้มาอยู่ร่วมกันแล้วต่างก็มีความสุข และให้ความเห็นใจต่อเพื่อนสมาชิกด้วยกันปัญญา ความรู้แจ้งตามความรู้จริงในสิ่งต่างๆ เป็นเสมือนศีลตราคมของดวงจิต^{๑๒๒}

ชยสาโร ภิกขุ^{๑๒๓} ได้กล่าวว่า พระพุทธองค์กล่าวถึงลักษณะของผู้มีปัญญา หรือสัพบุรุษ ข้อหนึ่งไว้ว่า เป็นคนรู้จักเนื้อหาหรือจุดประสงค์ของสิ่งที่ตนกระทำอยู่ เรียกว่ารู้จักอรรถ รู้เป้าหมายของตน หรืออรรถของชีวิตคืออะไร แล้วคอยสำรวจตรวจตราสิ่งที่กระทำอยู่ทุกวัน กำลังพูดอยู่ทุกวัน และวิถีชีวิตของตนว่าสอดคล้องกับเป้าหมายชีวิตของตนหรือไม่

สรุป การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ คือ การนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา คือ หลักธรรม จักร ๔ และหลักธรรมภาวนา ๔ เพื่อเกื้อหนุนต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ นำมาประยุกต์ใช้ร่วมกับกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุขององค์กรปกครองท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน เพื่อก่อให้เกิดองค์รวมที่สมบูรณ์ เพื่อนำมาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาทางด้านปัญญา เกิดจากกระบวนการพัฒนาทางด้านกาย ศีล และจิต เมื่อผู้สูงอายุได้มีการพัฒนาทั้งสามด้านแล้ว จึงส่งผลให้มีการพัฒนาปัญญาได้ดียิ่งขึ้น ผู้สูงอายุทุกคนได้มีการพัฒนาทางปัญญา ย่อมจะทำให้ผู้สูงอายุได้รู้จักแยกแยะว่าสิ่งไหนควรทำและไม่ควรทำเพราะการที่สังคมหม่อมมาอยู่ร่วมกันเป็นสมาชิก ร่วมกันทำกิจกรรมย่อมจะมีแต่ปัญหา นับว่าเป็นสิ่งที่ดีที่ผู้สูงอายุได้ร่วมกันพัฒนาทางด้านปัญญา ไม่ได้มีข้อขัดแย้งเกิดขึ้น ทำให้ เกิดการพัฒนากิจกรรมต่างๆ ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการ ศูนย์ส่งเสริม

^{๑๒๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๕.

^{๑๒๒} วสิน อินทสระ, **ธรรมและทรศนะชีวิต**, พิมพ์ครั้งแรก, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท โอเอส พรินติ้ง เฮ้าส์ จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๓๘.

^{๑๒๓} ชยสาโร ภิกขุ, **ปัญญาคือยาใจ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์, ๒๕๕๗), หน้า ๑๘.

สุขภาพผู้สูงอายุ ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน

๒.๖ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) ดวงเพชร สมศรี^{๑๒๔} ได้ศึกษาวิจัย วิธีการพัฒนาจริยธรรมของข้าราชการตำรวจเชิงพุทธบูรณาการ มีวัตถุประสงค์ ของการวิจัย คือ ๑) เพื่อศึกษาจริยธรรมและวิธีการพัฒนาจริยธรรมของข้าราชการตำรวจ ๒) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่ใช้บูรณาการวิธีการพัฒนาจริยธรรมของข้าราชการตำรวจ ๓) เพื่อศึกษาวิธีการและเสนอองค์ความรู้ใหม่ที่เป็นวิธีการพัฒนาจริยธรรมของข้าราชการตำรวจเชิงพุทธบูรณาการ โดยการศึกษาดูเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องรวมทั้งการสัมภาษณ์นักวิชาการ และผู้ทรงคุณวุฒิที่มีประสบการณ์ ด้วยการนำเสนอในรูปแบบพรรณนาโวหาร

ผลการศึกษาพบว่า วิธีการพัฒนาจริยธรรมของข้าราชการตำรวจมี ๘ วิธี ทั้งนี้ในทุกวิธีการ ได้พบปัญหาและอุปสรรคที่ทำให้การพัฒนา ไม่ประสบผลสำเร็จจึงเสนอให้นำ หลักพุทธธรรม มาใช้บูรณาการ วิธีการพัฒนาจริยธรรมของข้าราชการตำรวจ เพื่อให้อยู่บนพื้นฐานของการมีคุณธรรมจริยธรรม ประจําใจ อันจะก่อให้เกิดภาพลักษณ์ที่ดี ต่อองค์กรอย่างยั่งยืน

๒) ประดิษฐพงษ์ อภิรัชติกุล ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง กระบวนการมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างพลังอำนาจของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่ จากการศึกษาพบว่า วิทยานิพนธ์เรื่องนี้ ผู้วิจัยมีความคิดและสนใจที่จะศึกษา การเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อการปรับตัว โดยใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่ การมอบหมายภาระหน้าที่ เพื่อนำกิจกรรมไปสู่การปฏิบัติให้เป็นจริงตามความต้องการของผู้สูงอายุ^{๑๒๕}

๓) พัฒนสรณ์ เกียรติฐิตินุคุณ ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง รูปแบบการบูรณาการ หลักพุทธธรรม ในการพัฒนาประสิทธิภาพ การปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่เทศกิจกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์ ดังนี้คือ ๑) เพื่อศึกษาประสิทธิภาพ การปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่เทศกิจกรุงเทพมหานคร ๒) เพื่อศึกษาการบูรณาการหลักพุทธธรรม ในการพัฒนาประสิทธิภาพการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่เทศกิจกรุงเทพมหานคร และ ๓) เพื่อนำเสนอรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรม ในการพัฒนาประสิทธิภาพการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่เทศกิจกรุงเทพมหานคร โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัย เป็นการวิจัยแบบผสม วิธีการ วิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน ๒๕ รูป/คน ด้วยแบบสัมภาษณ์เชิงลึก ที่มีโครงสร้างโดย วิธีการสัมภาษณ์ตัวต่อตัว วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการพรรณนาความ และการวิจัยเชิงปริมาณเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่าง ๔๐๐ คน ที่มีชื่ออยู่ในทะเบียน

^{๑๒๔} ดวงเพชร สมศรี, “วิธีการพัฒนาจริยธรรมของข้าราชการตำรวจเชิงพุทธบูรณาการ”, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

^{๑๒๕} ประดิษฐพงษ์ อภิรัชติกุล, “กระบวนการมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างพลังอำนาจของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่” ,วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ,(บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๙).

บ้าน เขตราชเทวี เขตปทุมวัน เขตบางซื่อ เขตบางกะปิ เขตบางพลัด เขตภาษีเจริญ นำมาวิเคราะห์ ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาได้แก่ ความถี่ร้อยละค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน^{๑๒๖}

๔) พระมหาไฉน ประกอบผล ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง การศึกษาพุทธจริยธรรมเรื่องหน้าที่ ของบุตรธิดาต่อบิดามารดา ในงานวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ได้กล่าวถึง สังคมไทยที่อิงอาศัยวัตถุนิยมมากขึ้น ดังความตอนหนึ่งว่า อาจกล่าวได้ว่า สังคมไทยในปัจจุบัน มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมากจากสังคมที่ เคยยกย่องคนดีมีคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต คนทำผิดจะถูกประณาม และไม่มีใครคบหาด้วยกล่าว อีกนัยหนึ่งก็คือสังคมไทยในอดีต มีการอบรมสั่งสอนใน หลักคำสอนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ดีงาม หรือมีจริยธรรมที่ดีงาม มีความซื่อสัตย์กตัญญูกตเวทีเป็นต้นนั่นเอง แต่ในปัจจุบันมีค่านิยมทางวัตถุ มากกว่าการส่งเสริมคุณค่าทางจิตใจ การพัฒนาประเทศ ในระยะสิบปีที่ผ่านมา เน้นหนักในด้าน เศรษฐกิจ การพัฒนาจิตใจได้รับความสนใจน้อยการเรียนการสอน ในสถานศึกษาก็มุ่งเน้นการพัฒนา ด้านร่างกายและสติปัญญา รวมทั้งวิชาการด้านต่างๆ มากกว่าการเสริมสร้างด้านคุณธรรมและ จริยธรรม^{๑๒๗}

๕) พระมหาประทีป พรหมสิทธิ์ ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง การศึกษาเชิงปรัชญาเรื่องเศรษฐกิจ พอเพียงว่า สามารถทำให้มนุษย์พัฒนาตนเองให้รู้จักความพอดี ด้านเศรษฐกิจที่เหมาะสม ดังความตอนหนึ่งว่า จากการศึกษาแนวคิดเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ได้ทราบว่าเป็นหลักจริยศาสตร์ ในพระพุทธศาสนา คือ หลักสันโดษ ซึ่งมีความหมายว่า ความพอดี พอเพียง พอประมาณ ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น โดยพุทธศาสนายอมรับความสามารถของมนุษย์ ซึ่งสามารถพัฒนาไปสู่ เป้าหมาย ในการแก้ปัญหาของมนุษย์และสังคม ที่มีอยู่ได้ด้วยการศึกษา ให้เข้าใจในชีวิต จิตใจของ ตนเองและธรรมชาติสิ่งแวดล้อมอย่างเข้าใจ เป็นขั้นตอน ซึ่งจะทำให้การจัดการเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ หลักเศรษฐกิจพอเพียง ให้มีความสำคัญกับการแก้ปัญหาจากภายใน สู่ภายนอก ที่มุ่งเอาชนะกิเลสที่มีอยู่ในจิตใจ คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง เน้นการมีปัญญา รู้เท่าทันในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และเป็นการพัฒนาตนเองสังคมสิ่งแวดล้อมด้วยความสมดุล^{๑๒๘}

๖) ลัทพร เพ็ญช่อ ได้ทำการศึกษา เรื่อง “การปฏิบัติตนทางศาสนาของผู้สูงอายุใน ชนบทบ้านวิเวก บ้านโป่ง บ้านท่ายาว อำเภอสนทราย จังหวัดเชียงใหม่” จากการศึกษาพบว่า วิทยานิพนธ์ เรื่องนี้ ผู้วิจัย มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุทั้งสามหมู่บ้าน ที่เป็น ศรัทธาวัดเดียวกัน และมีกลุ่มผู้สูงอายุมาร่วมปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาสม่ำเสมอทุกปี เป็นการวิจัย เชิงคุณภาพ การเก็บข้อมูลด้วยวิธีการการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม และแบบไม่มีส่วนร่วม การสัมภาษณ์

^{๑๒๖} พัฒนสรณ์ เกียรติธิตินันท์, “รูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาประสิทธิภาพการ ปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่เทศกิจกรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย): มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

^{๑๒๗} พระมหาไฉน ประกอบผล, “การศึกษาพุทธจริยธรรมเรื่องหน้าที่ของบุตรธิดาต่อบิดามารดา : กรณีศึกษานักเรียนโรงเรียนปากเกร็ดจังหวัดนนทบุรี”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : สาขาวิชาจริยศาสตร์ศึกษา, มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔).

^{๑๒๘} พระมหาประทีป พรหมสิทธิ์, “การศึกษาเชิงปรัชญาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง”, รายงานการศึกษา อิสระปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : สาขาปรัชญา, มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๕๕).

แบบเป็นทางการ และการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ การสนทนากลุ่ม และการเก็บข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง^{๑๒๙}

๗) พระมหาสมชาย สิริจนโท (หานนท์) ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของ พระเทพวรคุณ (สมาน สุเมโธ) ซึ่งเป็นพระเถระรูปหนึ่งเป็นที่เคารพนับถือของพุทธศาสนิกชน ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยแบ่งประเด็นที่ศึกษา ดังต่อไปนี้

การพัฒนาคุณภาพชีวิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท แบ่งออกเป็น ๔ ด้านได้แก่ (๑) การพัฒนาทางความประพฤติ คือทางกายและวาจา ให้มีศีล (๒) การพัฒนาด้านอินทรีย์ ๖ คือ ให้รู้จักสำรวมอินทรีย์ของตน อย่างมีสติกำกับ (๓) การพัฒนาด้านจิตใจ ให้เกิดความเข้มแข็งและมั่นคงสามารถทำงาน ได้อย่างมีประสิทธิภาพและ (๔) การพัฒนาด้านปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ในการปฏิบัติตน ต่อสรรพสิ่งทั้งปวง ไม่ให้เกิดความลุ่มหลงมัวเมาแต่ให้เป็นอิสระจากสิ่งต่างๆ นอกจากนั้นก็ได้ศึกษาถึงโทษ (ผลกระทบ) ของการไม่พัฒนาคุณภาพชีวิตคุณค่าของการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งต่อตนและสังคม หลักพุทธธรรมที่นำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต หลักธรรมที่เป็นอุปสรรคต่อ การพัฒนาคุณภาพชีวิต^{๑๓๐}

๘) อัจฉรา เจริญศรี^{๑๓๑} ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง ผลของการฝึกอบรมภavanaเชิงพุทธตามแนวทางของ ติช นัท ฮันท์ ต่อการปรับตัวทางอารมณ์และการมองในแง่ดี ผลการวิจัยพบว่า การอบรมภavanaเชิงพุทธตามแนวทางของ ติช นัท ฮันท์ ในส่วนของกิจกรรม ได้ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมฝึกอบรมภavanaมีชีวิตอย่างมีความสุข มองสิ่งต่างๆ อย่างงดงาม และมองในแง่ดี ด้วยความเป็นจริงของโลก ไม่ว่าเป็นการภavanaด้วยบทเพลงภavana หรือในบทภavanaต่างๆ แม้แต่การปฏิบัติในการอยู่ร่วมกันก็ตาม เช่น การปฏิบัติในพิธีการเริ่มต้นใหม่ ก่อนจะบอกเล่าความเจ็บปวด หรือปัญหาที่เกิดขึ้นแก่คู่กรณี ๑ ข้อ ก็ต้องบอกถึงข้อดีของบุคคลนั้นด้วยความเป็นจริงมา ๓ ข้อ ทำให้มองเห็นส่วนที่ดีของกันและกัน ดังนั้น จึงทำให้มีการมองในแง่ดี อย่างมีสติเกิดขึ้นแก่ผู้เข้าร่วมฝึกอบรมภavana

๙) อำนาจ เจริญสุข^{๑๓๒} ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๖ จังหวัดนครสวรรค์” มีวัตถุประสงค์ ๑) ศึกษาความคิดเห็นของข้าราชการตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๖ จังหวัดนครสวรรค์เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต

^{๑๒๙} ลัทพร เพ็ญช่อ, “การปฏิบัติตนทางศาสนาของผู้สูงอายุในชนบทบ้านนิเวศ บ้านโป่ง บ้านท่ายาว อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่” , **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต** ,(บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๔).

^{๑๓๐} พระมหาสมชาย สิริจนโท (หานนท์), “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของ พระเทพวรคุณ (สมาน สุเมโธ)”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๗).

^{๑๓๑} อัจฉรา เจริญศรี, “ผลของการฝึกอบรมภavanaเชิงพุทธตามแนวทางของ ติช นัท ฮันท์” , **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต** บัณฑิตวิทยาลัย) : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔ .

^{๑๓๒} อำนาจ เจริญสุข, “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๖ จังหวัดนครสวรรค์” , **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗) .

ของข้าราชการตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๖ จังหวัดนครสวรรค์ ๒) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๖ จังหวัดนครสวรรค์ ๓) เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๖ จังหวัดนครสวรรค์ การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ข้าราชการตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๖ จังหวัดนครสวรรค์ จำนวน ๑๑๒ คน โดยใช้ประชากรทั้งหมดเป็นกลุ่มศึกษา เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าความถี่ (Frequencies) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยได้ใช้วิธีการทดสอบ ไคสแควร์ (Chi-Square test) และการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant) จำนวน ๗ คน และใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหาประกอบบริบท

๑๐) ภาส ภาสสัทธา^{๑๓๓} ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อความโปร่งใสในการบริหารจัดการ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ซึ่งใช้รูปแบบการวิจัยแบบผสม (Mixed Methodology Research) ระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ๑) เพื่อศึกษาวิเคราะห์สภาพปัญหาและอุปสรรคในการบริหารจัดการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในด้านความโปร่งใส ๒) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การบริหารจัดการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในด้านความโปร่งใสตามหลักพุทธธรรม ๓) เพื่อนำเสนอการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการบริหารจัดการด้านความโปร่งใสขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

๑๑) ขวัญใจ โกมุตแดง^{๑๓๔} ได้ศึกษา เรื่อง การพัฒนาชีวิตตามหลักจักร ๔ โดยมีวัตถุประสงค์ ๓ ประการคือ ๑. ศึกษาปัญหาและปัจจัยที่ทำให้ชีวิตขาดความเจริญรุ่งเรือง ๒. ศึกษาหลักการวิธีการและเป้าหมายของการสร้างความเจริญรุ่งเรืองตามแนวจักร ๔ ๓. ศึกษาการสร้างความเจริญรุ่งเรืองแก่ชีวิตตามแนวจักร ๔ เพื่อศึกษาการสร้างความเจริญรุ่งเรืองให้แก่ชีวิต เพราะการอยู่ในถิ่นที่เหมาะสม มีสถานที่ที่ดี มีอาหารอุดมสมบูรณ์ มีบัณฑิตประพฤติปฏิบัติตนอยู่ให้ถูกทำนองคลองธรรมทั้งกาย วาจาและใจ เป็นการสั่งสมบุญให้แก่ตนเอง เพื่อจะเป็นประโยชน์ปัจจุบัน ประโยชน์ภายนอก และประโยชน์อย่างยิ่ง

จากการศึกษาในเอกสารการวิจัยพบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยการนำ หลักพุทธธรรม มาประพฤติปฏิบัติแล้ว ที่ทำให้สามารถพิสูจน์ได้ว่า หลักพุทธธรรมนั้น ได้ส่งผลให้ผู้ที่เข้าใจและร่วมในการปฏิบัติได้จริง สามารถทำให้ชีวิตความเป็นอยู่ของผู้นำมาปฏิบัติ มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี และมีความสุข ส่งผลดีให้กับสังคมครอบครัวและสังคมชุมชน สามารถลดปัญหาในด้านต่างๆ ลงได้

^{๑๓๓} ภาส ภาสสัทธา, “การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการบริหารจัดการด้านความโปร่งใสขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต** (รัฐประศาสนศาสตร์), (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

^{๑๓๔} ขวัญใจ โกมุตแดง, “ศึกษาการพัฒนาชีวิตตามหลัก “จักร ๔””, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓).

บทที่ ๓

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การพัฒนาวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูน” นี้ มีระเบียบวิธีวิจัยดังนี้

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้การวิจัยเอกสาร และร่วมกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน การวิจัยครั้งนี้มีวิธีดำเนินการ ๓ ลักษณะ ประกอบด้วย

๑) การศึกษาวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เป็นการศึกษาเพื่อค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับภูมิหลังของผู้สูงอายุและนวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน กฎระเบียบที่เกี่ยวข้อง และข้อมูลเกี่ยวกับสวัสดิการของผู้สูงอายุ

๒) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เป็นการจัดเก็บรวบรวมข้อมูลในเชิงลึก โดยการสำรวจพื้นที่ การสังเกตการณ์ การสัมภาษณ์ การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับกลุ่มประชากรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ได้แก่ พระสงฆ์ สามเณร ผู้สูงอายุ ผู้ฝึกปฎิหารร่างกาย ประชาชนจิตอาสา ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมทั้งภาครัฐและเอกชน โดยใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้วนำข้อมูลมาศึกษาวิเคราะห์และประเมินไปสู่การสร้างการพัฒนาวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูน จำนวน ๒๕ รูป/คน

๓) การวิจัยเชิงปฏิบัติการ นำข้อมูลและวิธีการจากการทำกระบวนการมีส่วนร่วมกับชุมชนจิตอาสา และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น มาวิเคราะห์แล้วพัฒนาไปสู่ผลลัพธ์ที่ใช้เพื่อการดูแลกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน

๓.๒ วิธีดำเนินการวิจัย

๓.๒.๑ พื้นที่วิจัย/องค์กรที่วิจัย

๑) **พื้นที่วิจัย** องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดลำพูน ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ผ่านเครือข่ายวิจัยในสถาบันอุดมศึกษา ๓ แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

๒) **พื้นที่ขยายผลและใช้ประโยชน์** องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน หน่วยงานอื่นๆ และกลุ่มองค์กร ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม

๓.๒.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๑) **ประชากร** คือ ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม จิตอาสา และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน

๒) **กลุ่มตัวอย่าง** ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม จิตอาสา และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จำนวน ๑๐๐ คนที่สมัครเข้าร่วมโครงการและผ่านการคัดเลือกโดยคณะกรรมการที่มีคุณสมบัติตามที่คณะผู้วิจัยกำหนดขึ้น โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ๑๐๐ คน โดยครอบคลุมตัวแปรด้านเพศ อายุ อาชีพ การศึกษา สถานภาพ ศาสนา ลักษณะเขตที่อาศัย จังหวัด โดยใช้แบบแผนในการสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างซึ่งเน้นให้ครอบคลุมผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมที่ได้รับรวบรวมไว้ในฐานข้อมูลขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั้ง 3 แห่ง และวางอยู่บนหลักเกณฑ์ความน่าจะเป็นทางสถิติ (Probability Sampling) และดำเนินการสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการผสมผสาน (Multi-Stage Sampling) เริ่มต้นจากการกำหนดพื้นที่ที่จะทำการวิจัย โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้น (Stratified Sampling) ซึ่งแบ่งพื้นที่วิจัย หลังจากนั้นใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) และใช้การเก็บข้อมูลแบบเจาะจงจากกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติเบื้องต้นที่คณะผู้วิจัยกำหนดไว้สำหรับคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างในการสัมภาษณ์

๓) **การสุ่มตัวอย่าง** ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ตามคุณสมบัติที่กำหนดขึ้น คือ ๑) ต้องมีความรู้เบื้องต้นเกี่ยวหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ๒) ต้องมีความพร้อม ความเสียสละและความพยายามในการฝึกอบรมครบหลักสูตร ๓ วัน และ ๓) ต้องมีประสบการณ์ในการสอนและจิตอาสาในการพัฒนาสังคม

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๑) **ชนิดของเครื่องมือวิจัย** ๒ ชนิด คือ ๑) แบบสัมภาษณ์ และ ๒) หลักสูตรฝึกอบรม

๒) **การหาคุณภาพของเครื่องมือ**

การหาความเที่ยง (Validity) คณะผู้วิจัยได้หาความเที่ยงตรงของเครื่องมือวิจัยโดยจะนำแบบสอบถามที่ได้สร้างขึ้นไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน ๕ ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของคำถามในแต่ละข้อว่าตรงตามจุดมุ่งหมายของการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ หลังจากนั้น ก็จะนำมาแก้ไขปรับปรุงเพื่อดำเนินการในขั้นต่อไป

การทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) คณะผู้วิจัยจะหาความเชื่อมั่นโดยนำแบบสอบถามไปทดสอบประชากรในกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา จำนวน ๓๐ ราย โดยวิเคราะห์ความเชื่อมั่นโดยวิธีการของ Cronbach (ณรงค์ โพธิ์พฤกษ์นันท์, ๒๕๕๑)

๓.๓ การจัดเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้การศึกษาเอกสาร (Documents) เป็นเบื้องต้น และเสริมด้วยการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Acting Research) เก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยเครื่องมือ ประกอบด้วย การสังเกตแบบมีส่วนร่วม แบบวัดการพัฒนาคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ (WHOQOL), การสัมภาษณ์เชิงลึก (In Depth Interview), ในการทำกิจกรรมของสมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน จำนวน ๓ แห่ง ซึ่งมีลำดับการทำวิจัยดังต่อไปนี้

๓.๓.๑ ข้อมูลด้านเอกสาร

๑) ศึกษาข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ ศึกษาค้นคว้าและเก็บรวบรวมข้อมูลว่าด้วยการพัฒนานวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูนจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา

๒) ศึกษาข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ การพัฒนานวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูน ตำราทางวิชาการของนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา และผู้ทรงคุณวุฒิทั่วไป รายงานการวิจัยวิทยานิพนธ์ และบทความที่เกี่ยวข้อง

๓.๓.๒ ข้อมูลวิจัยปฏิบัติการในพื้นที่

ผู้วิจัย ได้เข้าร่วมทำกิจกรรม การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพุทธบูรณาการของ ผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ในช่วง วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๓ ถึง วันที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๓ เฉพาะสมาชิกผู้สูงอายุ ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ด้วยวิธีการสังเกตพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง สัมภาษณ์เชิงลึก (In Depth Interview) เกี่ยวกับความคิดเห็น ในการเข้าร่วมทำกิจกรรมของสมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน จำนวน ๓ แห่ง โดยทำการสอบถาม ผลสัมฤทธิ์ของการร่วมทำกิจกรรม ด้วยเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต ขององค์การอนามัยโลก ชุดย่อ (WHOQOL) ที่ประเมินค่า ๕ ระดับ (Rating Scales) นำมาเปรียบเทียบความคิดเห็นก่อน และหลังการ เข้าร่วมกิจกรรมของประชากรกลุ่มเป้าหมาย

๓.๓.๓ เครื่องมือการวิจัย

ในการศึกษาวิจัย เครื่องมือที่เกี่ยวกับการทำกิจกรรม การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้วยวิธีพุทธบูรณาการ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน จำนวน ๓ แห่ง ผู้วิจัยได้กำหนด เครื่องมือวิจัย ดังนี้

๑) แบบสังเกต ผู้วิจัย ได้สร้างแบบสังเกต อย่างมีโครงสร้าง และได้เข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน จำนวน ๓ แห่ง ทุกครั้ง เพื่อสังเกตความเปลี่ยนแปลง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพหุบูรณาการ

๒) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In Depth Interview) ผู้วิจัย ได้สัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อให้ได้ความคิดเห็น สามารถสะท้อนภาพ คุณภาพชีวิตของสมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน จำนวน ๓ แห่ง ประชากรกลุ่มเป้าหมาย ที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรม การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพหุบูรณาการ

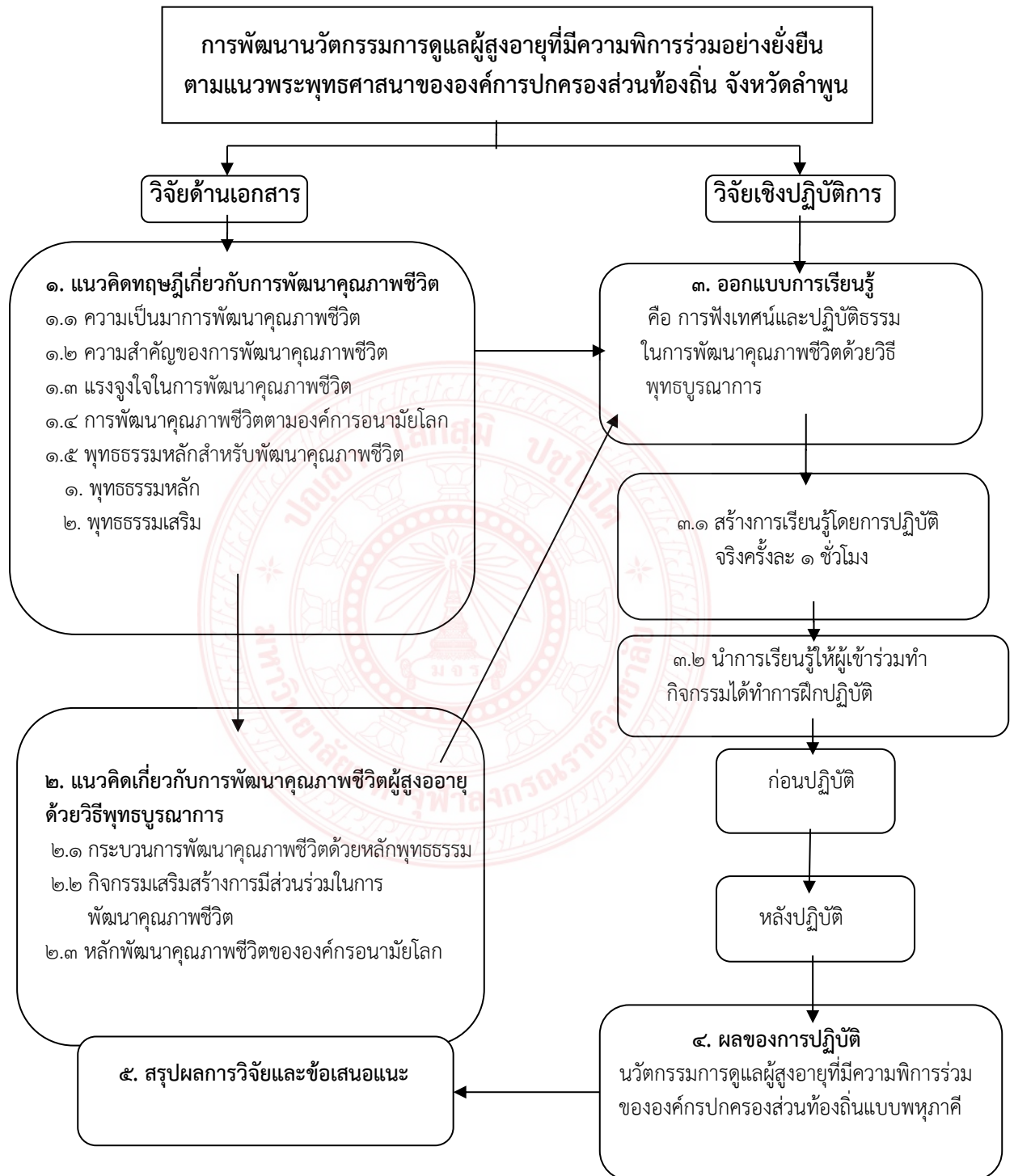
ผลจากการศึกษาที่ได้จากเอกสาร แบบสอบถามและการสัมภาษณ์ การเข้าร่วมกิจกรรม การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้วยวิธีพหุบูรณาการ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สมาชิกผู้สูงอายุ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน จำนวน ๓ แห่ง ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาอธิบายตามเนื้อหาสำคัญ ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้า นำมาทำการวิเคราะห์ ประมวล เรียบเรียง และสรุป

๓.๔ การวิเคราะห์ข้อมูล

๑) ข้อมูลเชิงคุณภาพ เป็นการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อวิเคราะห์และประเมินนวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๕ รูป/คน ทั้งกลุ่มอารยสถาปัตย์ เช่น ผู้สูงอายุ ผู้ผิดปกติทางด้านร่างกาย พระสงฆ์ สามเณร ผู้นำชุมชน ประชาชน และนักท่องเที่ยวทั่วไป รวมถึงการสังเกตการณ์บริบทความเป็นจริงของแต่ละพื้นที่นั้นๆ เพื่อนำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์บทสัมภาษณ์และการสังเกตการณ์นำมาถอดบทเรียนให้เกิดองค์ความรู้และสร้างกลไกขับเคลื่อนนวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

2) การวิจัยเชิงปฏิบัติการ นำข้อมูลและวิธีการจากการทำกระบวนการมีส่วนร่วมกับชุมชนจิตอาสา และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น มาวิเคราะห์แล้วพัฒนาไปสู่ผลลัพธ์ที่ใช้เพื่อการดูแลกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน

๓.๖ สรุปกระบวนการวิจัย



บทที่ ๔

ผลการวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๒) เพื่อศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓) เพื่อพัฒนานวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ พื้นที่วิจัย คือ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก่อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ๑) ผู้บริหารเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๑๕ คน ๒) ผู้สูงอายุ ๖๐ คน ๓) ชาวบ้านที่มาทำจิตอาสา ๖๐ คน คัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และแนวทางการสนทนากลุ่ม ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา แล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา โดยมีผลการวิจัยต่อไป

๔.๑ การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

หน่วยงานและองค์กรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องได้กำหนดมาตรการ แผนงาน และนโยบาย เพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุและครอบครัว ตั้งแต่การจัดตั้งสถานสงเคราะห์คนชรา สวัสดิการเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ การรักษาพยาบาลโดยไม่ต้องเสียค่ารักษาพยาบาล บริการประกันสังคม สวัสดิการรักษาพยาบาลของภาคราชการ หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า และการประกันกับบริษัทเอกชน นอกจากนี้แล้ว รวมถึงสวัสดิการด้านการศึกษา อาชีพ และบริการสังคม ศูนย์บริการผู้สูงอายุ อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน การจัดให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุและคนพิการในที่สาธารณะ และการลดหย่อนค่าโดยสารขนส่งมวลชน เช่น กระทรวงสาธารณสุขได้จัดสวัสดิการด้านสุขภาพแก่ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป มีสิทธิรักษาพยาบาลโดยไม่ต้องเสียค่ารักษาพยาบาลในสถานพยาบาลที่ระบุไว้ตามระเบียบว่าด้วยการสงเคราะห์ผู้สูงอายุด้านการรักษาพยาบาล พ.ศ. ๒๕๓๕

ครอบครัวและชุมชนเป็นกลุ่มที่มีความใกล้ชิดและสนิทสนมกับผู้สูงอายุมากที่สุดมีศักยภาพในการดูแลผู้สูงอายุ ตามธรรมเนียมปฏิบัติที่ตระหนักถึงความกตัญญูทวดเวทีในการดูแลเอาใจใส่บุพการีด้วยความเคารพรัก เยี่ยมเยียน พุดคุยและให้กำลังใจ เกิดการคลายความเหงาและเศร้าของผู้สูงอายุ^{๑๓๕} การส่งเสริมและพัฒนาทักษะคุณภาพชีวิตแก่ผู้สูงอายุให้สอดคล้องพระราชบัญญัติและยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี จึงเป็นการพัฒนากลไกชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน และเป็นการให้สวัสดิการเพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิต โดยการจัดตั้งกลุ่ม/ชมรม/โรงเรียนผู้สูงอายุที่จะรองรับสภาวการณ์กลุ่มประชากรผู้สูงวัยให้มีกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์และเอื้ออำนวย

^{๑๓๕} สุพัตรา ศรีวณิชชากร และคณะรายงานการ , "โครงการวิจัยบูรณาการเพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวม " , วิจัยนครปฐม ,(๒๕๕๖ ,สถาบันพัฒนาสุขภาพอาเซียน มหาวิทยาลัยมหิดล :หน้า ๑๑๙ .

ต่อการเพิ่มพูนความรู้ เสริมสร้างทักษะชีวิตในการดูแลตัวเอง และการสืบสานถ่ายทอดภูมิความรู้ ท้องถิ่นให้แก่ชุมชน

จากการจัดประชุมประชุมสมัชชาขององค์การสหประชาชาติ (United Nations) ว่าด้วย ผู้สูงอายุ ครั้งที่ ๒ (the ๒nd world Assembly on Ageing) ณ กรุงมาดริดประเทศ สเปน ในปี พ.ศ. ๒๕๔๕ ผลจากการประชุมคราวนั้นได้ก่อให้เกิดพันธกรณีระหว่างประเทศ ในเรื่องของผู้สูงอายุที่ เรียกว่า แผนปฏิบัติการระหว่างประเทศมาดริดว่าด้วยเรื่องผู้สูงอายุ (The Madrid International Plan of Action on Ageing) ได้กำหนดเป้าหมายการพัฒนาผู้สูงอายุใน ๓ ประเด็นต่อไปนี้ คือ

๑. ผู้สูงอายุกับการพัฒนา (Older persons and development)

๒. สุขวัยอย่างสุขภาพดีและมีสุขภาวะ (Advancing health and well-being into old age)

๓. การสร้างความมั่นใจว่าจะมีสภาพแวดล้อมที่เกื้อหนุนและเหมาะสม (Ensuring enabling and supportive environment) ซึ่งเป็นพันธกรณีที่ประเทศภาคีองค์การสหประชาชาติจะต้องร่วม ยึดถือ เป็นเป้าหมายการดำเนินงานผู้สูงอายุ และร่วมกำหนดทิศทางกลยุทธ์ของการพัฒนา เพื่อมุ่งไปสู่ เป้าหมายดังกล่าวร่วมกันประเด็นท้าทายในการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ

๑) การสร้างหลักประกันด้านรายได้เพื่อวัยสูงอายุ การเตรียมความพร้อมเพื่อความมั่นคง ในวัยสูงอายุ ด้วยการส่งเสริมระบบการออมแห่งชาติให้ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมายที่อยู่ในวัยทำงานและยัง ไม่มีหลักประกันด้านรายได้จากรัฐให้มีบำนาญเพื่อการใช้จ่ายในวัยสูงอายุ

๒) การส่งเสริมและขยายโอกาสในการทำงานของผู้สูงอายุ โดยการส่งเสริมให้ นำความสามารถและประสบการณ์ของผู้สูงอายุมาเป็นส่วนหนึ่งของภาคการผลิตและบริการ ภาควิชาการ การให้คำแนะนำปรึกษา ตลอดจนงานอาสาสมัครและการถ่ายทอดภูมิปัญญา อีกทั้งยังเป็นแนวปฏิบัติ ที่สามารถลดปัญหาการขาดแคลนแรงงานทั้งในปัจจุบันและในอนาคต ของประเทศไทยได้

๓) การสร้างและพัฒนาระบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว การสร้างและพัฒนาระบบ เพื่อ จัดบริการรองรับความต้องการการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว โดยมุ่งเน้นที่จะสร้างและพัฒนากลไกต่างๆ ที่มีอยู่ทั้งในระดับนโยบาย ระดับปฏิบัติทั้งในเขตเมืองและในระดับท้องถิ่น โดยเฉพาะ ด้านบุคลากร และผู้ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องเพื่อให้ร่วมกันทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ ทั้งบุคลากรวิชาชีพ และอาสาสมัคร ด้วยการให้บริการแก่ผู้สูงอายุในชุมชน โดยเฉพาะบริการด้านการดูแลและ การฟื้นฟูสุขภาพให้กับกลุ่ม ผู้สูงอายุที่ติดเตียงและมีข้อจำกัดในเรื่องการเคลื่อนไหว นอกจากนี้ยังมี การเร่งขยายการฝึกอบรม บุคลากรเพื่อพัฒนาความรู้และพัฒนาทักษะเฉพาะด้านการดูแลผู้สูงอายุ

๔) การจัดให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสมและปลอดภัย ในที่สาธารณะสำหรับ ผู้สูงอายุ โดยมุ่งสร้างความรู้ ความเข้าใจและความตระหนักแก่สาธารณชนและหน่วยงาน ทุกภาคส่วน ในเรื่องการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัย เพื่อคนทุกวัยให้สามารถ ใช้ประโยชน์ร่วมกัน

๕) การเสริมสร้างขีดความสามารถขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการดำเนินงานด้าน ผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลด้านคุณภาพชีวิตอย่างครอบคลุมทุกด้าน จึงจำเป็นต้อง มีการเสริมสร้างขีดความสามารถของบุคลากรเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน โดยการสนับสนุนทรัพยากร การสนับสนุนความรู้ การนิเทศงาน หรือการฝึกอบรมเพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ สถานการณ์ ผู้สูงอายุและองค์ความรู้ด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ทั้งนี้ เพื่อให้บุคลากรและ ผู้ปฏิบัติงานใน

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นให้สามารถพัฒนาสมรรถนะในการปฏิบัติงาน ด้านผู้สูงอายุได้อย่างมี
อาชีพ

นโยบายรัฐบาล

คณะรัฐมนตรีโดยนายกรัฐมนตรี (พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา) ได้แถลงนโยบาย ต่อสภานิติ
บัญญัติแห่งชาติ เมื่อวันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๕๗ ได้กำหนดนโยบายการบริหาร ราชการแผ่นดิน
๑๑ ด้าน ประกอบด้วย

- (๑) การปกป้องและเชิดชูสถาบันพระมหากษัตริย์
- (๒) การรักษาความมั่นคงของรัฐและการต่างประเทศ
- (๓) การลดความเหลื่อมล้ำของสังคมและการ สร้างโอกาสการเข้าถึงบริการของรัฐ
- (๔) การศึกษาและการเรียนรู้ การทะนุบำรุงศาสนา ศิลปะ และวัฒนธรรม
- (๕) การยกระดับคุณภาพบริการด้านสาธารณสุข และสุขภาพของประชาชน
- (๖) การเพิ่มศักยภาพทางเศรษฐกิจของประเทศ
- (๗) การส่งเสริมบทบาทและการใช้โอกาส ในประชาคมอาเซียน
- (๘) การพัฒนาและส่งเสริมการใช้ประโยชน์จากวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี การวิจัยและพัฒนา
และนวัตกรรม

(๙) การรักษาความมั่นคงของฐานทรัพยากร และการสร้างสมดุล ระหว่างการอนุรักษ์กับการ
ใช้ประโยชน์อย่างยั่งยืน

(๑๐) การส่งเสริมการบริหารราชการแผ่นดิน ที่มีธรรมาภิบาลและการป้องกันปราบปรามการ
ทุจริตและประพฤติมิชอบในภาครัฐ

(๑๑) การปรับปรุง กฎหมายและกระบวนการยุติธรรม

นโยบายที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ คือ นโยบายด้านที่ ๓ การลดความเหลื่อมล้ำของสังคม และ
การสร้างโอกาสการเข้าถึงบริการของรัฐ ดังนี้

ข้อที่ ๓ ในระยะต่อไป จะพัฒนาระบบการคุ้มครองทางสังคม ระบบการออมและระบบ
สวัสดิการชุมชนให้มีประสิทธิภาพและมีความยั่งยืนมากยิ่งขึ้น รวมทั้งการดูแลให้มีระบบการกักขัง ที่
เป็นธรรมและการสงเคราะห์ผู้ยากไร้ตามอัตภาพ พัฒนาศักยภาพ คุ้มครองและพิทักษ์สิทธิจัด
สวัสดิการช่วยเหลือและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ด้อยโอกาส ผู้พิการ ผู้สูงอายุ สตรี และเด็ก

ข้อที่ ๔ เตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและ การมีงานหรือ
กิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อสร้างสรรค์และไม่ก่อภาระต่อสังคมในอนาคต โดยจัดเตรียม ระบบการดูแล
ในบ้าน สถานพักฟื้น และโรงพยาบาล ที่เป็นความร่วมมือของภาครัฐ ภาคเอกชน ชุมชน และ
ครอบครัว รวมทั้งพัฒนาระบบการเงินการคลังสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ

**แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๔๕ - ๒๕๖๔) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ ๑ พ.ศ.
๒๕๕๒**

เป็นแผนยุทธศาสตร์หลักในการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุในช่วง พ.ศ.๒๕๔๕-๒๕๖๔ ซึ่ง
คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ ได้เห็นชอบแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฯ ที่ได้รับการปรับปรุงครั้งที่ ๑ และ
มอบหมายให้กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์นำเสนอคณะรัฐมนตรีและ ให้
หน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่ปรากฏในแผนฯ ดำเนินการตามมาตรการที่กำหนด ซึ่งคณะรัฐมนตรี ได้มีมติ

อนุมัติ เมื่อวันที่ ๒๗ เมษายน ๒๕๕๓ โดยแผนดังกล่าวได้ให้ความสำคัญต่อ “วงจรชีวิต” และ ความสำคัญของทุกคนในสังคมที่มีความเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ สรุปสาระสำคัญดังนี้

วิสัยทัศน์: “ผู้สูงอายุเป็นหลักชัยของสังคม”

ปรัชญา: ผู้สูงอายุไม่ใช่บุคคลด้อยโอกาสหรือเป็นภาระต่อสังคม แต่สามารถ มีส่วนร่วม เป็นพลังพัฒนาสังคม จึงควรได้รับการส่งเสริมและเกื้อกูลจากครอบครัว ชุมชน และรัฐ ให้ดำรงชีวิตอยู่ อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และคงไว้ซึ่งภาวะสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีให้นานที่สุด

ประเด็นสำคัญ

๑) ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี คือ

(๑) มีสุขภาพที่ดีทั้งกายและจิต

(๒) ครอบครัวมีสุข สังคมเอื้ออาทร อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม ปลอดภัย

(๓) มีหลักประกัน ที่มั่นคงได้รับสวัสดิการและการบริการที่เหมาะสม

(๔) อยู่อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี พึ่งตนเองได้ เป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจและมีส่วนร่วม

ในครอบครัว ชุมชน และสังคม และ

(๕) มีโอกาสเข้าถึงข้อมูล และข่าวสารอย่างต่อเนื่อง

๒) ครอบครัวและชุมชนเป็นสถาบันหลักที่มีความเข้มแข็ง สามารถให้การ เกื้อหนุนแก่ผู้สูงอายุได้อย่างมีคุณภาพ

๓) ระบบสวัสดิการและบริการจะต้องสามารถรองรับผู้สูงอายุให้สามารถดำรง อยู่กับครอบครัวและชุมชนได้อย่างมีคุณภาพและมีมาตรฐาน

๔) ทุกภาคส่วนจะต้องมีส่วนร่วมในระบบสวัสดิการและบริการให้แก่ ผู้สูงอายุโดยมีการกำกับดูแลเพื่อการคุ้มครองผู้สูงอายุในฐานะผู้บริโภค

๕) ต้องมีการดำเนินการที่เหมาะสมเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุที่ทุกข์ยากและต้องการ การเกื้อกูลให้ดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนได้อย่างดีและต่อเนื่อง

ยุทธศาสตร์ ประกอบด้วย ๕ ประเด็นยุทธศาสตร์ ดังนี้

๑) ยุทธศาสตร์ที่ ๑ ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากร เพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ ประกอบด้วย ๓ มาตรการ ได้แก่

(๑) มาตรการหลักประกันด้านรายได้ เพื่อวัยสูงอายุ

(๒) มาตรการการให้การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต

(๓) มาตรการ การปลูกจิตสำนึกให้คนในสังคมตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีของ

ผู้สูงอายุ

๒) ยุทธศาสตร์ที่ ๒ ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ๖ มาตรการ ได้แก่

(๑) มาตรการส่งเสริมสุขภาพป้องกันการเจ็บป่วย และดูแล ตนเองเบื้องต้น

(๒) มาตรการส่งเสริมการรวมกลุ่มและสร้างความเข้มแข็งขององค์กรผู้สูงอายุ

(๓) มาตรการส่งเสริมด้านการทำงานและการหารายได้ของผู้สูงอายุ

(๔) มาตรการสนับสนุน ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ

(๕) มาตรการส่งเสริมสนับสนุนสื่อทุกประเภทให้มีรายการเพื่อผู้สูงอายุ และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้และสามารถเข้าถึงข่าวสารและสื่อ

(๖) มาตรการส่งเสริม และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

๓) ยุทธศาสตร์ที่ ๓ ยุทธศาสตร์ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ๔ มาตรการ ได้แก่

(๑) มาตรการคุ้มครองด้านรายได้

(๒) มาตรการหลักประกัน ด้านสุขภาพ

(๓) มาตรการด้านครอบครัว ผู้ดูแล และการคุ้มครอง

(๔) มาตรการระบบบริการ และเครือข่ายการเกื้อหนุน

๔) ยุทธศาสตร์ที่ ๔ ยุทธศาสตร์ด้านการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนาทางด้าน ผู้สูงอายุอย่างบูรณาการระดับชาติ และการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ๒ มาตรการ ได้แก่

(๑) มาตรการการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนาทางด้านผู้สูงอายุอย่างบูรณาการระดับชาติ

(๒) มาตรการส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ

๕) ยุทธศาสตร์ที่ ๕ ยุทธศาสตร์ด้านการประมวล พัฒนา และเผยแพร่ องค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุและการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ประกอบด้วย ๓ มาตรการ ได้แก่

(๑) มาตรการสนับสนุนและส่งเสริมการวิจัย และพัฒนาองค์ ความรู้ด้านผู้สูงอายุ สำหรับการกำหนดนโยบาย และการพัฒนาการบริการหรือการดำเนินการ ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ

(๒) มาตรการดำเนินการให้มีการติดตามประเมินผลการดำเนินงาน ตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติที่มีมาตรฐานอย่างต่อเนื่อง

(๓) มาตรการพัฒนาระบบข้อมูล ทางด้านผู้สูงอายุให้ถูกต้องและทันสมัย โดยมีระบบฐานข้อมูลที่สำคัญด้านผู้สูงอายุที่ง่ายต่อการ เข้าถึงและสืบค้น

ยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี (พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๘๐)

ยุทธศาสตร์นี้สร้างขึ้นเพื่อให้ประเทศไทยสามารถยกระดับการพัฒนาให้บรรลุตามวิสัยทัศน์ “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” และ เป้าหมายการพัฒนาประเทศข้างต้น จึงจำเป็นต้องกำหนด ยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศระยะยาว จำนวน ๖ ยุทธศาสตร์ โดยมียุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับ การขับเคลื่อนงานด้านผู้สูงอายุ จำนวน ๒ ยุทธศาสตร์ ได้แก่

๑) ยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ มีเป้าหมายการพัฒนาที่สำคัญเพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัย ให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ โดยคนไทยมีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีพัฒนาการที่ดี รอบด้านและมีสุขภาวะที่ดีในทุกช่วงวัย มีจิตสาธารณะ รับผิดชอบต่อสังคมและผู้อื่น มัธยัสถ์ อุดมอม โอบอ้อมอารี มีวินัย รักษาศีลธรรมและเป็นพลเมืองดีของชาติ มีหลักคิดที่ถูกต้อง มีทักษะที่จำเป็น ในศตวรรษที่ ๒๑ มีทักษะสื่อสารภาษาอังกฤษ

และภาษาที่สาม และอนุรักษ์ภาษาท้องถิ่น มีนิสัยรักการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตสู่การเป็นคนไทยที่มีทักษะสูง เป็นนวัตกรรม นักคิด ผู้ประกอบการ เกษตรกรยุคใหม่และอื่นๆ โดยมีสัมมาชีพตามความถนัดของตนเอง

๒) ยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม มีเป้าหมายการพัฒนาที่สำคัญที่ให้ความสำคัญการดึงเอาพลังของ ภาคส่วนต่างๆ ทั้งภาคเอกชน ประชาสังคม ชุมชน ท้องถิ่น มาร่วมขับเคลื่อน โดยการสนับสนุน การรวมตัวของประชาชนในการร่วมคิดร่วมทำเพื่อส่วนรวม การกระจายอำนาจและความรับผิดชอบ ไปสู่กลไกบริหารราชการแผ่นดินในระดับท้องถิ่น การเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน ในการจัดการตนเอง และการเตรียมความพร้อมของประชากรไทยทั้งในมิติสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคม และสภาพแวดล้อมให้เป็นประชากรที่มีคุณภาพ สามารถพึ่งตนเองและทำประโยชน์แก่ครอบครัว ชุมชน และสังคมให้นานที่สุด โดยรัฐให้หลักประกันการเข้าถึงบริการและสวัสดิการที่มีคุณภาพ อย่างเป็นธรรมและทั่วถึง

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๒ (พ.ศ. ๒๕๖๐ - ๒๕๖๔)

หลักการพัฒนาประเทศที่สำคัญในระยะแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ ๑๒ ยึดหลัก “ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” “การพัฒนาที่ยั่งยืน” และ “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” ที่ต่อเนื่องจาก ๒ แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ ๙ - ๑๑ และยึดหลักการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจที่ลดความเหลื่อมล้ำและขับเคลื่อนการเจริญเติบโตจากการเพิ่มผลผลิตภาพการผลิตบนฐานการใช้ภูมิปัญญา และนวัตกรรม ยุทธศาสตร์ในแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ ๑๒ ซึ่งมียุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับงานด้าน ผู้สูงอายุ จำนวน ๓ ยุทธศาสตร์ ดังนี้

๑) การเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ แนวทางการพัฒนาสำคัญ ประกอบด้วย

- (๑) ปรับเปลี่ยนค่านิยมคนไทย ให้มีคุณธรรม จริยธรรม มีวินัย จิตสาธารณะ และพฤติกรรมที่พึงประสงค์
- (๒) พัฒนาศักยภาพ คนให้มีทักษะ ความรู้ และความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า
- (๓) ยกระดับคุณภาพ การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต
- (๔) ลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพและให้ทุกภาคส่วนคำนึงถึง ผลกระทบต่อสุขภาพ
- (๕) เพิ่มประสิทธิภาพการบริหารจัดการระบบสุขภาพ ภาครัฐและปรับ ระบบการเงินการคลังด้านสุขภาพ
- (๖) พัฒนาระบบการดูแลและสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับสังคมสูงวัย
- (๗) ผลักดันให้สถาบันทางสังคมมีส่วนร่วมพัฒนาประเทศอย่างเข้มแข็ง

๒) ยุทธศาสตร์การสร้างความเป็นธรรมและลดความเหลื่อมล้ำในสังคม แนวทางการพัฒนาสำคัญ ประกอบด้วย

- (๑) การเพิ่มโอกาสให้กับ กลุ่มเป้าหมาย ประชากรร้อยละ ๔๐ ที่มีรายได้ต่ำสุดสามารถเข้าถึงบริการที่มีคุณภาพของรัฐ และมีอาชีพ
- (๒) การกระจายการให้บริการภาครัฐทั้งด้านการศึกษา สาธารณสุข และสวัสดิการที่มีคุณภาพให้ครอบคลุมและทั่วถึง

(๓) เสริมสร้างศักยภาพชุมชน การพัฒนาเศรษฐกิจชุมชนและ การสร้างความเข้มแข็งการเงินฐานราก ตามหลัก ๑๓ ประชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้ชุมชน สามารถพึ่งพาตนเองได้ มีสิทธิในการจัดการทุนที่ดินและทรัพยากรภายในชุมชน

(๓) ยุทธศาสตร์การพัฒนาวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี วิจัย และนวัตกรรม แนวทางการพัฒนาสำคัญ ประกอบด้วย (๑) เร่งส่งเสริมการลงทุนวิจัยและพัฒนาและผลักดัน สู่การใช้ประโยชน์ในเชิงพาณิชย์และเชิงสังคม (๒) พัฒนาผู้ประกอบการให้เป็นผู้ประกอบการทาง เทคโนโลยี (๓) พัฒนาสถานะแวดล้อมของการพัฒนาวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี วิจัย และนวัตกรรม ด้านบุคลากรวิจัย

๑. สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย ประจำปี ๒๕๕๙

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ มาตรา ๙ (๑๐) ให้คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ มีอำนาจหน้าที่เสนอรายงานสถานการณ์เกี่ยวกับผู้สูงอายุของประเทศต่อคณะรัฐมนตรี อย่างน้อยปีละหนึ่งครั้ง มติ กผส. ครั้งที่ ๕/๒๕๕๐ เมื่อวันที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๕๐ มอบมูลนิธิสถาบันวิจัย เพื่อพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.) จัดทำรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๔๙ เป็นต้นมา โดยกองทุนผู้สูงอายุสนับสนุนงบประมาณ ประชากรไทยมีแนวโน้มชัดเจนว่ากำลังสูงวัยขึ้นด้วยอัตราที่เร็วมาก และจะกลายเป็น สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ในเวลาอีกไม่เกิน ๑๐ ปีข้างหน้า รัฐบาลจึงต้องรีบเร่งวางนโยบายและ มาตรการการต่างๆ เพื่อรองรับสังคมสูงอายุ จึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

๑. สนับสนุนให้ผู้สูงอายุอยู่ในที่อยู่อาศัยที่ช่วยส่งเสริมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี
๒. สนับสนุนให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตได้อย่างมั่นคง และมีศักดิ์ศรี
๓. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีหลักประกันรายได้ที่มั่นคง และยั่งยืน
๔. จัดทำแผนช่วยเหลือผู้สูงอายุเมื่อเกิดภัยพิบัติ

สถานการณ์ทั่วไป

๑. การสูงวัยของประชากรโลก ประชากรโลกได้เพิ่มขึ้นมากกว่า ๔ พันล้านคน โลกมีประชากรครบ ๓ พันล้าน ใน พ.ศ. ๒๕๐๓ ประชากรโลกได้เพิ่มขึ้นถึง ๗ พันล้านคน ใน พ.ศ. ๒๕๕๔ และใน พ.ศ.๒๕๕๙ เพิ่มขึ้นเป็น ๗,๔๓๓ ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ ๑๒ ของประชากรทั้งหมด

๒. การสูงวัยของประชากรอาเซียน ใน พ.ศ. ๒๕๕๙ โลกของเราได้กลายเป็นสังคม สูงอายุใน พ.ศ. ๒๕๕๙ ประเทศอาเซียนมีประชากรรวมกันทั้งหมด ๖๓๙ ล้านคน มีประชากร อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ๖๑ ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ ๙.๖ ของประชากรทั้งหมด ซึ่งผู้สูงอายุจะมีมากกว่า เด็กเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์การเกิดลดลงอย่างมากใน ช่วง ๒ - ๓ ปีที่ผ่านมา

๓. การสูงวัยของประชากรไทย

- ประชากรรุ่นเกิดล้านกำลังเคลื่อนเข้าสู่กลุ่มประชากรสูงอายุ
- ประชากรไทยกำลังเพิ่มช้าลง จำนวนประชากรสูงอายุกำลังเพิ่มขึ้นด้วยอัตราที่สูงมาก โดยเฉพาะ จังหวัดลำพูน ลำปาง และแพร่

๔. การอยู่อาศัยของผู้สูงอายุไทย

- พ.ศ. ๒๕๕๙ ขนาดครัวเรือนไทยเหลือเพียง ๓ คน ผู้สูงอายุอยู่ตามลำพังคนเดียว มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น

- สภาพแวดล้อมภายในบ้านมีผลต่อการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ซึ่ง ๑๘ % ของผู้สูงอายุ ๘๐ ปีขึ้นไป มีห้องนอนอยู่ชั้นบนของบ้านเกือบครึ่งของผู้สูงอายุ วัยปลายใช้ส้วมแบบนั่งยอง และ ๖ - ๗ % ของผู้สูงอายุวัยปลายเคยหกล้มภายในบ้าน

๕. สถานการณ์ทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ สถานการณ์ทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ หนึ่งในสามของผู้สูงอายุมีรายได้ต่ำกว่าเส้นความยากจน บุตรเป็นแหล่งรายได้ ของผู้สูงอายุแต่ก็ลดลงอย่างมาก ในขณะที่เดียวกันผู้สูงอายุที่ยังทำงานมีทิศทาง เพิ่มสูงขึ้น และในพ.ศ. ๒๕๕๙ ผู้สูงอายุ ๘ ล้านคน ได้รับ เบี้ยยังชีพจากรัฐ ๖๓,๒๑๙ ล้านบาท

๖. สถานการณ์ทางสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่าส่วนใหญ่เป็นโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ข้ออักเสบ/ข้อเสื่อม โรคถุงลมโป่งพอง/หลอดลมปอดอุดกั้นเรื้อรัง หลอดเลือดหัวใจตีบ

การเข้าถึงบริการสุขภาพของผู้สูงอายุ

การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุและนโยบายที่เกี่ยวข้องกับการให้บริการสุขภาพ โดย ศาสตราจารย์ นายแพทย์ไพบุลย์ สุริยะวงศ์ไพศาล มีข้อเสนอทางเลือกเชิงนโยบาย ดังนี้

๑. พัฒนาระบบบริการสุขภาพแบบไร้รอยต่อ (seamless) เพิ่มโอกาสการเข้าถึงบริการ
๒. เพิ่มประสิทธิผล (effectiveness) ของการดูแลสุขภาพที่เจ็บป่วยนอกสถานพยาบาล โดยเฉพาะอย่างยิ่งการดูแลระยะยาวที่บ้านและชุมชน
๓. ส่งเสริมการใช้จ่ายอย่างเหมาะสมเพื่อลดผลข้างเคียงจากยาอันเป็นสาเหตุสำคัญ ประการหนึ่งในการเข้านอนโรงพยาบาล
๔. เพิ่มประสิทธิผลการส่งเสริมสุขภาพ/ป้องกันโรคโดยเฉพาะอย่างยิ่งเบาหวาน ความดันโลหิตสูง การหกล้ม และสุขภาพจิต
๕. การออกกำลังกายและกิจกรรมทางสังคมควรได้รับการพัฒนาระดับระบบขนส่งมวลชน ส่งเสริมการเข้าถึงพื้นที่สีเขียวอย่างทั่วถึง
๖. พัฒนาระบบสารสนเทศให้สามารถติดตามการเปลี่ยนแปลงได้แม่นยำและทันสมัย
๗. ข้อพิจารณาเกี่ยวกับการกำหนดตัวชี้วัดความก้าวหน้าของนโยบายและแผน ได้แก่ ความจำเป็นและการใช้ประโยชน์ได้จริง เชื่อถือได้ และความสอดคล้องระหว่างดัชนี และการสมดุลมิติต่างๆ ศูนย์ฟื้นฟูในชุมชนช่วยให้ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเข้าถึงบริการได้ง่ายขึ้น โดยการมีศูนย์ฟื้นฟูตั้งอยู่ในชุมชน เป็นทางออกที่เหมาะสมมาก เพราะอยู่ใกล้บ้าน มีความสะดวกในการเดินทางไปรับบริการ เข้าถึงง่าย เป็นกันเอง เพราะอยู่ในชุมชนเดียวกัน

สถานการณ์เด่นประจำปี ๒๕๕๙

๑. คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ ประกาศสดุดีเกียรติคุณ นายเสนาะ อุนากุล (๘๖ ปี) ผู้สูงอายุแห่งชาติ ประจำปี ๒๕๕๙ ซึ่งเป็นผู้มีบทบาทอย่างมากในการขับเคลื่อนแผนพัฒนาเศรษฐกิจฯ ฉบับที่ ๑ - ๓ ที่เน้นการพัฒนาสาธารณสุขภาคและโครงสร้างทางเศรษฐกิจ

๒. คุณค่าผู้สูงอายุ ศิลปินแห่งชาติ กรมส่งเสริมวัฒนธรรม กระทรวงวัฒนธรรม ประกาศ แต่งตั้งศิลปินแห่งชาติเพื่อยกย่องเชิดชูเกียรติศิลปินผู้มีผลงานสร้างสรรค์ พัฒนาศิลปะ และเป็นประโยชน์ต่อสาธารณชน เป็นผู้สืบสาน ผดุงและถ่ายทอดศิลปะที่มีคุณค่าของแผ่นดินไทย

๓. งานเชิงรุกของกระทรวงสาธารณสุข ในปีพ.ศ. ๒๕๕๘ ได้เริ่มโครงการ “ทีมหมอครอบครัว” (Family care team) เพื่อเป็นระบบการดูแลสุขภาพของประชาชนอย่างครอบคลุม และต่อมาในปี พ.ศ.๒๕๕๙ ดำเนินงานในกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุที่เป็นผู้ป่วยติดเตียงหรือติดบ้าน โดยมีโครงการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง”

๔. ปฏิญญาผู้สูงอายุกับการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุของประเทศไทย ประเทศไทยได้ ผลักดันแถลงการณ์อาเซียนบวกสามว่าด้วยการสูงวัยอย่างพลัง พ.ศ.๒๕๕๙ (ASEAN Plus Three Statement on Active Ageing) ซึ่งเป็นการต่อยอดจากปฏิญญากัวลาลัมเปอร์ ส่งเสริม ให้ประเด็นเรื่องการสูงวัยอย่างมีคุณภาพให้เป็นระเบียบวาระระดับชาติ สำหรับประเทศไทย ได้มีมาตรการและการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุในระดับนโยบาย ภายใต้ ๓ เป้าหมายหลัก ตามแผนปฏิบัติการระหว่างประเทศมาตรฐานว่าด้วยผู้สูงอายุ

๕. มติ ครม. เมื่อวันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๙ เห็นชอบ ๔ มาตรการรองรับสังคมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ๔ มาตรการ คือ มาตรการที่ ๑ การจ้างงานผู้สูงอายุ มาตรการที่ ๒ การสร้างที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ มาตรการที่ ๓ สินเชื่อที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ (Reverse mortgage) และมาตรการที่ ๔ การบูรณาการระบบบำนาญบำนาญ

๖. การตื่นตัวของสื่อในเรื่องสังคมสูงอายุ ปัจจุบันสื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หรือสื่อวิทยุ โทรทัศน์ จะมีการพูดถึง “ผู้สูงอายุ” หรือ “ผู้สูงวัย” เป็นอย่างมาก

๗. ผลกระทบทางการเงิน เพื่อผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุไทยมากกว่า ๒ ใน ๓ มีเงินออมที่อยู่ในรูปแบบของการออมในสถาบันการเงินหรือในรูปแบบของการประกันชีวิต รวมไปถึงการออมด้วยการสะสมสินทรัพย์ที่มีมูลค่า และสัดส่วนการถือครองหุ้น แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความสามารถในการออมเงิน นอกจากนี้ สถาบันการเงินเกือบทุกแห่งต่างนำเสนอผลิตภัณฑ์ทางการเงินเพื่อผู้สูงอายุ ทำให้เกิดช่องทางการออมเงินที่หลากหลายให้แก่ผู้สูงอายุ

๘. นวัตกรรมเพื่อผู้สูงอายุ สังคมไทยกำลังตื่นตัวในเรื่องการสูงวัยของประชากร ปัจจุบัน เราจะเห็นผลิตภัณฑ์และสิ่งประดิษฐ์เพื่อผู้สูงอายุเกิดขึ้นอย่างมากในประเทศ ทั้งที่เป็นนวัตกรรม ที่ใช้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่ผลิตเป็นอุตสาหกรรมและนวัตกรรมที่เป็นภูมิปัญญา ชาวบ้านผลิตขึ้นใช้ในชุมชน เพื่ออำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิต ส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพ ของผู้สูงอายุ สังคมสูงวัยาระยะบวาระแห่งชาติ

สถานการณ์การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรในปี ๒๕๖๔ ประเทศไทยจะเป็น สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ โดยมีผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ ๒๐ ของประชากรทั้งหมด ซึ่งจะส่งผล กระทบต่อการพัฒนาประเทศ และการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจของประเทศไทยในระยะยาว ซึ่งรัฐบาลได้กำหนดนโยบายและมาตรการต่าง ๆ เพื่อรองรับสังคมสูงอายุ ตลอดจนทุกภาคส่วน ได้ตระหนักต่อสถานการณ์ดังกล่าว จึงให้มีการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ เพื่อเร่งขับเคลื่อนนโยบาย ดังกล่าวเพื่อให้ทันต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลง แต่จากการดำเนินงานที่ผ่านมา พบว่า ปัญหา การขับเคลื่อนงานด้านผู้สูงอายุ มีดังนี้

๑) การขับเคลื่อนการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เป็นการทำงานแบบแยกส่วน ขาดการบูรณาการ หรือมีความซ้ำซ้อน ทั้งในเชิงประเด็น และเชิงพื้นที่ ที่ส่งผลต่อการดำเนินงาน ด้าน

ผู้สูงอายุในภาพรวม ดังนั้นทุกภาคส่วนจึงต้องทำงานร่วมกันอย่างบูรณาการ เพื่อนำนโยบาย ด้านผู้สูงอายุไปสู่การปฏิบัติอย่างแท้จริง

๒) กลไกการติดตามผลการดำเนินงาน ปัจจุบันข้อมูลผลการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ ไม่สามารถแสดงให้เห็นผลการดำเนินงานที่เป็นปัจจุบันได้จากทุกภาคส่วนที่มีการดำเนินงาน จึงส่งผลต่อการประเมินสถานการณ์และการกำหนดนโยบายในระดับต่างๆ

จึงจำเป็นต้องการกำหนดเรื่องผู้สูงอายุให้เป็นระเบียบวาระแห่งชาติ เพื่อให้การ ดำเนินงานด้านผู้สูงอายุอยู่ในลำดับสำคัญและได้รับความสนใจอย่างต่อเนื่อง ไม่ใช่ผันแปรไปตาม นโยบายของแต่ละรัฐบาล และการขับเคลื่อนนโยบายเตรียมความพร้อมรองรับสังคมผู้สูงอายุ เพื่อกำหนดประเด็นเร่งด่วนและผู้รับผิดชอบหลักในการบูรณาการการทำงานอย่างเป็นองค์รวม โดยมีเป้าหมายหลักคือให้ผู้สูงอายุไทยเป็น Active Aging : Healthy, Security and Participation

การวิเคราะห์สภาพแวดล้อมองค์กร (SWOT Analysis) ของกรมกิจการผู้สูงอายุ

Strengths (S) – จุดแข็ง

S๑. มีคณะกรรมการผู้สูงอายุระดับชาติเป็นกลไกระดับชาติในการขับเคลื่อนนโยบาย

S๒. มีกองทุนผู้สูงอายุเป็นกลไกส่งเสริมสนับสนุนผู้สูงอายุ ชมรมองค์กรผู้สูงอายุ และภาคีเครือข่าย

S๓. กรมกิจการผู้สูงอายุเป็นหน่วยงานด้านนโยบายและด้านการปฏิบัติระดับกรม ที่รับผิดชอบงานด้านผู้สูงอายุ

S๔. มีศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ ๑๒ แห่ง ซึ่งเป็นหน่วยงานส่วนกลางที่ตั้งอยู่ในภูมิภาคเป็นกลไกขับเคลื่อนนโยบายไปสู่การปฏิบัติในระดับพื้นที่

S๕. มี พ.ร.บ. ผู้สูงอายุ และแผนผู้สูงอายุแห่งชาติเป็นแนวทางในการพัฒนางาน

Weaknesses (W) – จุดอ่อน

W๑. การขับเคลื่อนการแปลงนโยบายและแผนผู้สูงอายุแห่งชาติไปสู่การปฏิบัติ ยังไม่ครอบคลุมส่งผลให้การขับเคลื่อนแผนผู้สูงอายุแห่งชาติยังไม่เป็นรูปธรรม อย่างชัดเจน

W๒. กองทุนผู้สูงอายุยังขาดการประชาสัมพันธ์การให้ความรู้ความเข้าใจการกักเงินกองทุนประกอบอาชีพและการเขียนโครงการขอรับการสนับสนุน

W๓. จำนวนบุคลากรไม่เพียงพอกับภาระงาน และขาดตำแหน่งที่จำเป็น

W๔. ขาดการบูรณาการฐานข้อมูลผู้สูงอายุในระดับประเทศ

Opportunities (O) – โอกาส

O๑. รัฐบาลให้ความสำคัญกับการเป็นสังคมผู้สูงอายุของไทยโดยมีนโยบายและมาตรการ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ชัดเจน

O๒. มียุทธศาสตร์ชาติระยะยาว ๒๐ ปี เป็นทิศทางในการดำเนินงาน

O๓. มีกฎหมาย/ พินัยกรรมระหว่างประเทศ/ แผนยุทธศาสตร์ด้านผู้สูงอายุระดับชาติ รองรับ การดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ

O๔. หน่วยงานและภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและเอกชนในการร่วมดำเนินงาน ด้านผู้สูงอายุ เพิ่มขึ้น

O๕. งบประมาณในการพัฒนาและดูแลคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุมากขึ้น

Threats (T) – อุปสรรค

T๑. กฎหมาย/ ระเบียบ และช่องว่างทางกฎหมายที่ยังไม่เอื้อต่อการดำเนินงาน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

T๒. ขนาดครัวเรือนและรูปแบบการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุและสังคมเปลี่ยนไป

T๓. การละเมิดสิทธิ/ แสวงหาประโยชน์จากผู้สูงอายุมีแนวโน้มมากขึ้น

กระบวนการวางยุทธศาสตร์ ๒๐ ปี กรมกิจการผู้สูงอายุ โดยวิธีการ SWOT Matrix TOWS Matrix

<p style="text-align: center;">S - O กลยุทธ์เชิงรุก</p> <p style="text-align: center;">Supports an aggressive strategy</p> <ul style="list-style-type: none"> • มีการขับเคลื่อนภารกิจงานด้านผู้สูงอายุเชิงรุก ในทุกระดับ/ส่วนกลาง/ภูมิภาค • พัฒนาข้อเสนอเสนอเชิงนโยบายด้านผู้สูงอายุ ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ทางสังคมที่เปลี่ยนแปลง ไปเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย • บูรณาการการทำงานด้านผู้สูงอายุร่วมกับ เครือข่าย ในทุกระดับ • ส่งเสริมให้เครือข่ายพม. ในพื้นที่ประชาสัมพันธ์ การดำเนินงานของกองทุนผู้สูงอายุ 	<p style="text-align: center;">W - O กลยุทธ์เชิงแก้ไข</p> <p style="text-align: center;">Supports a diversifying strategy</p> <ul style="list-style-type: none"> • พัฒนาเทคโนโลยีเพื่อลดขั้นตอนและเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน • พัฒนาศมรรถนะบุคลากรให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการขับเคลื่อนงาน • ยกระดับศักยภาพของเครือข่าย พม. ในการขับเคลื่อนงาน และเป็นกลไกในการติดตาม ประเมินผลการดำเนินงาน • บูรณาการข้อมูลด้านผู้สูงอายุกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการเสนอนโยบาย พัฒนานวัตกรรมที่ ตอบโจทย์สถานการณ์ และความต้องการของ กลุ่มเป้าหมาย (ผู้สูงอายุ) อย่างแท้จริง
<p style="text-align: center;">S - T กลยุทธ์เชิงป้องกัน</p> <p style="text-align: center;">Supports a defensive strategy</p> <ul style="list-style-type: none"> • ใช้กลไกในพื้นที่เพื่อดำเนินงานและแก้ปัญหา ด้านการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ • มีมาตรการ กลไก ในการคุ้มครองสิทธิเสรีภาพ ของผู้สูงอายุ • พัฒนาศักยภาพศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการ สังคมผู้สูงอายุ และเครือข่ายในพื้นที่ เพื่อสร้าง กลไกระดับชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุ 	<p style="text-align: center;">W - T กลยุทธ์เชิงรับ</p> <p style="text-align: center;">Supports a turnaround – oriented strategy</p> <ul style="list-style-type: none"> • พัฒนาระบบการประชาสัมพันธ์กองทุนผู้สูงอายุ ทุกช่องทาง แอปพลิเคชัน ท้องถิ่น ฯลฯ • ร่วมมือกับภาคส่วนที่เกี่ยวข้องปรับปรุงระบบฐานข้อมูล และบูรณาการด้านข้อมูลกับหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน NGOs • สร้างความเข้มแข็งให้สถาบันครอบครัว และ ชุมชน เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้กับกลุ่มเป้าหมาย

๔.๒ บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

ตามนโยบายรัฐบาลต่อสภานิติบัญญัติแห่งชาติเกี่ยวกับงานด้านสวัสดิการทางสังคม คือนโยบายข้อ ๓ การลดความเหลื่อมล้ำทางสังคม และการสร้างโอกาสการเข้าถึงบริการของรัฐ ข้อ ๓.๓ การพัฒนาระบบการคุ้มครองทางสังคม ระบบการออม และระบบ สวัสดิการชุมชนให้มีประสิทธิภาพ และมีความยั่งยืนมากยิ่งขึ้น รวมทั้งการดูแลให้มีระบบการกักขัง ที่เป็นธรรมและการสงเคราะห์ผู้ยากไร้ตามอัตภาพ พัฒนาศักยภาพ คุ่มครองและพิทักษ์สิทธิ จัดสวัสดิการช่วยเหลือและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ด้อยโอกาส ผู้พิการ ผู้สูงอายุสตรีและเด็ก ซึ่งเป็นหลักประกันด้านพื้นฐานของการบริการสาธารณะของรัฐภายใต้บทบัญญัติของรัฐธรรมนูญต่อการพัฒนาคนและสังคมให้มีคุณภาพเพื่อนำไปสู่คุณภาพชีวิต การงาน/กิจกรรมที่เหมาะสมของประชาชนได้อย่างมีความสุข และ ๓.๔ เตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการมีงานหรือกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อสร้างสรรค์และไม่ก่อภาระต่อสังคมในอนาคต โดยจัดเตรียมระบบการดูแลในบ้าน สถานพักฟื้นและโรงพยาบาลที่เป็นความร่วมมือของภาครัฐ ภาคเอกชน ชุมชน และครอบครัว รวมทั้งพัฒนาระบบการเงิน การคลังสำหรับการดูแลผู้สูงอายุและกรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อเตรียมความพร้อมกรณีประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่การเป็น “สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society)” ในปี พ.ศ. ๒๕๖๘

การบริหารจัดการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูนได้ดำเนินงานให้สอดคล้องกับแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๔๕-๒๕๖๔) โดยให้สำรวจข้อมูลการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ดำเนินโดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตพื้นที่หรือส่วนของศูนย์บริการผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุ และชมรมผู้สูงอายุ เพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบการวางแผนส่งเสริมการดำเนินงานเพิ่มความเข้มแข็งแลศักยภาพขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการบริการสาธารณะให้แก่ประชาชน และอาศัยอำนาจหน้าที่ของเทศบาลตามพระราชบัญญัติเทศบาล พ.ศ. ๒๔๙๖ แก้ไขเพิ่มเติมฉบับที่ ๑๓ พ.ศ. ๒๕๕๒ มาตรา ๕๐ (๗) ส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุและผู้พิการ และพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พงศ. ๒๕๔๒ มาตรา ๑๖ ให้เทศบาลเมืองพิงยาและองค์การบริหารส่วนตำบลมีอำนาจและหน้าที่ในการจัดระบบการบริการสาธารณะเพื่อประโยชน์ของประชาชนในท้องถิ่นของตนเอง (๑๐) การสังคมสงเคราะห์และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก สตรี คนชราและผู้ด้อยโอกาสนั้น

การเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงวัยถือได้ว่าเป็นปัญหาสำคัญที่จำเป็นจะต้องมีแผนในการรองรับและแก้ปัญหาเพื่อมิให้ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจและสังคม จากข้อมูลทางสถิติของประเทศไทยจะมีอัตราการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ ๒ เท่าในปี พ.ศ. ๒๕๖๘ จำนวน ๑๔ ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ ๑๐.๓ และ ๒๐ ของประชากรทั้งหมดตามลำดับ ความสำเร็จในการคุมกำเนิดของประเทศทำให้อัตราการเกิดลดลงนับตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๑๓ จนกระทั่งถึงปัจจุบัน กอปรกับความเจริญทางด้านเทคโนโลยีวิทยาการทางการแพทย์ ระบบสาธารณสุขที่ส่งผลให้ประชากรมีอายุยืนมากยิ่งขึ้น เฉลี่ย ๗๗ ปี ทำให้โครงสร้างประชากรไทยเปลี่ยนแปลงไปมาก คาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. ๒๕๗๙ จะมีสัดส่วนผู้สูงอายุเกือบ ๑ ใน ๓ ของประเทศ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าประเทศไทยกำลังก้าวไปสู่สังคมผู้สูงวัยอย่างรวดเร็วและเพิ่มความรุนแรง ซึ่งประชากรที่อยู่ในช่วงวัย ๔๐-๕๐ ได้รับผลกระทบในอนาคตข้างหน้า

จากข้อมูลเบื้องต้นพบว่า ประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ตลอดถึงการย้ายถิ่นฐานของกลุ่มชนชั้นวัยทำงานสู่เมืองเพื่อหาเลี้ยงชีพ ละทิ้งผู้เฒ่าผู้แก่และเด็กไว้ที่บ้าน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีโรคภัยไข้เจ็บ โรคเรื้อรังและขาดผู้คอยให้ความใส่ใจ ดูแล ทำให้สุขภาพย่ำแย่จนเกิดภาวะผู้ป่วยติดเตียงและเกิดภาวะโรคซึมเศร้าที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น สำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่ดำเนินการศึกษามี ๓ หน่วยงานดังนี้



ภาพที่ ๔.๑ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นพื้นที่วิจัย

การปฏิบัติหน้าที่ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในบทบาทการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนของจังหวัดลำพูน ได้ตระหนักถึงสถานการณ์เพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ ปัญหาการถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพัง ตลอดถึงปัญหาทางด้านร่างกาย สุขภาพ จิตใจ และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่จะได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด รวมถึงแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงในอนาคตที่ผู้สูงอายุจะเพิ่มมากยิ่งขึ้น และร่วมมือกันค้นหาวิธีการหรือแนวทางในการคุ้มครองดูแลช่วยเหลือการดำรงชีพของผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อมิให้ส่งผลกระทบต่อภาวะความเสี่ยงในการเกิดโรคเรื้อรัง เช่น ความดัน เบาหวาน ฯลฯ เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาทางด้านสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้ดีขึ้น ซึ่งเทศบาลได้มีบทบาทในการช่วยเหลือเพื่อจัดการและส่งเสริมผู้สูงอายุได้พัฒนาความรู้ในการเตรียมตัวหรือปรับตัวให้เข้าในชีวิตในช่วงสูงวัยได้อย่างเหมาะสม ให้ดำรงชีวิตอย่างพอเพียง พัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองและอยู่ร่วมกับผู้สูงอายุด้วยกัน

บทบาทและหน้าที่ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน เพื่อช่วยในการดูแลผู้สูงอายุ สตรี เด็กและผู้ด้อยโอกาสนั้น ดำเนินกิจกรรมเพื่อตอบสนองต่อนโยบายภาครัฐที่ได้กำหนดเป็นราชบัญญัติเพื่อการให้สวัสดิการที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุตั้งที่กล่าวมาข้างต้น โดยเฉพาะกิจกรรมการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อเพิ่มพูนและส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพทางกาย สุขภาวะทางจิตใจ สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางอารมณ์และสุขภาวะทางปัญญา เพื่อลดปัญหาการเจ็บป่วย ลดการพึ่งพาด้านจิตใจ ลดความเหงา เพิ่มคุณค่าตนเองเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกับสังคม ได้มีโอกาสสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ส่งเสริมและฟื้นฟูทางด้านสติปัญญา และเป็นผู้มีภูมิปัญญาและวัฒนธรรมจิตอาสาในชุมชน โดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจะต้องทำหน้าที่ในการขับเคลื่อนการจัดกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและผู้มีความพิการให้ครบทุกมิติ จากการศึกษาพบว่าเทศบาลแต่ละตำบลมียุทธศาสตร์ในการพัฒนาผู้สูงอายุ ดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ ๓ การพัฒนาด้านสังคมและคุณภาพชีวิตของเทศบาลวังดิน ซึ่งเป็นกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ได้แก่ ๑) โครงการช่วยเหลือผู้ป่วย อนามัยในชุมชน (EMS) โดยเป็นกิจกรรมในการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการช่วยเหลือผู้ป่วย ๒) โครงการช่วยเหลือบรรเทาทุกข์แก่ผู้ประสบสาธารณภัย และราษฎร ผู้เดือดร้อน ผู้พิการ ผู้ด้อยโอกาส ฯลฯ โดยจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องการช่วยเหลือบรรเทาทุกข์แก่ผู้ประสบสาธารณภัย และราษฎร ผู้เดือดร้อน ผู้พิการ ผู้ด้อยโอกาส ฯลฯ ๓) โครงการศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ คนพิการ และประชาชน เทศบาลวังดิน โดยการให้ความรู้การดำเนินงานด้าน การดูแลสุขภาพประชาชนทุก กลุ่มวัย และสนับสนุนการ ดำเนินงานของศูนย์ดูแลสุขภาพผู้สูงอายุคนพิการ และประชาชนในเทศบาลวังดิน ๔) โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ (จามรีวิชาลัย) โดยการรับความรู้จากการอบรม กิจกรรมส่งเสริมคุณภาพผู้สูงอายุ ๕) โครงการส่งเสริมและพัฒนา คุณภาพจิตใจในผู้สูงอายุ เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี ๖) โครงการพัฒนาศักยภาพ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลวังดิน โดยการอุดหนุนงบประมาณให้แก่ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลวังดินในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ๗) เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ปรากฏในเทศบัญญัติ ฯ เพื่อจ่ายเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยฯ และ ๘) เบี้ยยังชีพคนพิการ ปรากฏในเทศบัญญัติ ฯ เพื่อจ่ายเบี้ยยังชีพคนพิการตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยฯ

ยุทธศาสตร์ที่ ๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตและการรักษาความเป็นระเบียบเรียบร้อยในชุมชนของเทศบาลดงด้าว่าด้วยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการรักษาความเป็นระเบียบเรียบร้อยในชุมชน ซึ่งเป็นกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม โดยมีโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในตำบลดงด้าได้ร่วมกันทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาศักยภาพในการดำรงชีวิตประจำวัน

ยุทธศาสตร์ที่ ๓ ยุทธศาสตร์การพัฒนาด้านสังคม คุณภาพชีวิต ลดความเหลื่อมล้ำในสังคมของเทศบาลตำบลก้อ ได้แก่ ๑) แนวทางการพัฒนาสังคมและชุมชนอย่างยั่งยืน ๒) แนวทางการส่งเสริมกิจกรรม ด้านศาสนา และการอนุรักษ์ฟื้นฟู บูรณะสถานที่สำคัญในจังหวัดลำพูน ๓) แนวทางการสืบสาน อนุรักษ์และฟื้นฟูศิลปวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีและภูมิปัญญาท้องถิ่น และ ๔) แนวทางการเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรมแก่ประชาชนในท้องถิ่น

จากยุทธศาสตร์และแผนปฏิบัติงานขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน เพื่อดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน พบว่า บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน มีดังนี้

๑. บทบาทตามพระราชบัญญัติ ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ให้ความหมายผู้สูงอายุว่า เป็นบุคคลซึ่งมีอายุเกินกว่าหกสิบปีบริบูรณ์ขึ้นไป และมีสัญชาติไทย ดังนั้น จึงเป็นเหตุให้บุคคลที่อพยพ ลี้ภัยหรือหรือเดินทางเข้ามาทำงานพึ่งพระบรมโพธิสมภารในราชอาณาจักรไทย ไม่มีสิทธิในสวัสดิการและความช่วยเหลือจากรัฐทั้งปวง แม้ว่าจะเป็นผู้เสียภาษีอากรให้รัฐโดยครบถ้วนก็ตาม ทั้งนี้เป็นการจัดต่อหลักสิทธิมนุษยชน เพราะรัฐธรรมนูญแห่ง ราชอาณาจักรไทย พ.ศ. ๒๕๔๐ มาตรา ๓๐ ได้บัญญัติว่า “.....บุคคลย่อมเสมอภาคกันในกฎหมายและได้รับความคุ้มครองตามกฎหมายเท่าเทียมกัน การเลือกปฏิบัติโดยไม่เป็นธรรมต่อบุคคลเพราะเหตุแห่งความแตกต่างในเรื่องถิ่นกำเนิด เชื้อชาติ ภาษา เพศ อายุ จะกระทำมิได้”

พระราชบัญญัติ ผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ ว่าด้วยการคุ้มครองสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทยได้รับสิทธิ ดังต่อไปนี้

- (๑) การแพทย์และสาธารณสุข
 - (๒) การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต
 - (๓) การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่ เหมาะสม
 - (๔) การพัฒนาตนเองและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มในลักษณะ เครือข่ายหรือชุมชน
 - (๕) การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ หรือการบริการสาธารณะอื่น
 - (๖) การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม
 - (๗) การยกเว้น ค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ
 - (๘) การช่วยเหลือจากการได้รับอันตรายจากการถูกรังแกหรือถูกแสวงหาประโยชน์ โดยมีขอบข่ายกฎหมายหรือกฎหมายที่
 - (๙) คำแนะนำ ปรีกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือในทางการแก้ไขปัญหาครอบครัว
 - (๑๐) การจัดที่พักอาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตาม ความจำเป็นอย่างทั่วถึง
 - (๑๑) การจ่ายเงินเบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม (๑๑/๑) การจ่ายเงินสงเคราะห์เพื่อการยังชีพแก่ผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยตามระเบียบที่ กผส.กำหนด
 - (๑๒) การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี
 - (๑๓) การอื่นตามที่คณะกรรมการประกาศกำหนด
- กลไกการกำหนดนโยบาย/แผนการคุ้มครองสิทธิของผู้สูงอายุและจัดสรรเงินบำรุงกองทุนจากผู้มีหน้าที่เสียภาษีสรรพสามิต ที่เกี่ยวกับสินค้าสุราและยาสูบ และเงินที่มีผู้บริจาคเข้ากองทุนสำหรับจ่ายเป็นเงินสงเคราะห์เพื่อการยังชีพแก่ผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อย โดยคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ (กผส.)

องค์กรผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับการคุ้มครองและดูแลสิทธิผู้สูงอายุ : มีลักษณะของการกำหนดในเชิงนโยบายมอบให้แต่ละหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้องกับสิทธิในเรื่องนั้น ๆ ดำเนินการตามภารกิจและขอบเขตอำนาจหน้าที่ของหน่วยงานตน

กองทุนผู้สูงอายุ: เพื่อเป็นทุนใช้จ่ายเกี่ยวกับการคุ้มครอง ส่งเสริม สนับสนุนและจัดสวัสดิการที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ

ประโยชน์ที่ได้รับ: (๑) ผู้สูงอายุได้รับการคุ้มครองสิทธิตามกฎหมาย (๒) ผู้มีหน้าที่เสียภาษีสรรพสามิตที่เกี่ยวกับสินค้าสุราและยาสูบ ผู้บริจาคเงินหรือทรัพย์สินให้แก่ กองทุน และผู้ประกอบการเลี้ยงดูบุพการีซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพจะได้รับการลดหย่อนภาษีตามกฎหมายว่าด้วยภาษีสรรพสามิตและประมวลรัษฎากร

๒. บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) ถือได้ว่าเป็นองค์กรภาครัฐที่ได้รับการถ่ายโอนภารกิจด้านงานส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชน ภารกิจด้านนี้เกี่ยวข้องกับงานด้านการจัดสวัสดิการสังคมและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็ก สตรี ผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส โดยพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) พ.ศ. ๒๕๔๒ ได้กำหนดอำนาจหน้าที่ในการจัดบริการสาธารณะไว้หลายด้าน โดยเฉพาะการสังคมสงเคราะห์และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส ไว้ในหมวด ๒ มาตรา ๑๖ (๑๐) ระบุให้เทศบาลเมืองพัทยา และองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) ให้การสังคมสงเคราะห์และพัฒนาคุณภาพชีวิต เด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส และมาตรา ๑๗(๒๗) และให้องค์การบริหารส่วนจังหวัด (อบจ.) มีอำนาจหน้าที่ในการให้การสังคมสงเคราะห์ และพัฒนาคุณภาพชีวิตเช่นเดียวกับเทศบาลเมืองพัทยาและองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.)

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) มีอำนาจและหน้าที่ในการจัดระบบบริการสาธารณะเพื่อประชาชนในท้องถิ่นของตนเองตามพระราชบัญญัติข้างต้น จึงได้กำหนดให้จัดทำแผนปฏิบัติการกระจายอำนาจให้แก่ อปท. พ.ศ. ๒๕๔๓ โดยให้มีการถ่ายโอนภารกิจให้กับ อปท. ซึ่งแผนดังกล่าวกำหนดให้มีการถ่ายโอนภารกิจด้านส่งเสริมคุณภาพชีวิตและอาชีพให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) ได้แก่ การสังคมสงเคราะห์ และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส การนันทนาการ การส่งเสริมกีฬาหรือการจัดให้มีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ การศึกษาทั้งในและนอกระบบ รวมถึงการสาธารณสุข เช่น การรักษาพยาบาล การป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ เป็นต้น ซึ่งจะเห็นว่าปัจจุบันการจัดบริการสาธารณะในด้านสวัสดิการสังคมและสังคมสงเคราะห์ได้มีการดำเนินการถ่ายโอนอำนาจหน้าที่ งบประมาณและบุคลากรบางส่วนจากส่วนกลางและส่วนภูมิภาคไปให้ส่วนท้องถิ่นดำเนินการ

นอกจากนั้น รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. ๒๕๕๐ ได้บัญญัติเกี่ยวกับการปกครองส่วนท้องถิ่นไว้เป็นการเฉพาะตั้งแต่มาตรา ๒๘๑ ถึงมาตรา ๒๙๐ เพื่อกระจายอำนาจให้กับ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) มากยิ่งขึ้น โดยมีสาระสำคัญสรุปได้ว่า รัฐต้องให้ความสำคัญแก่ท้องถิ่นตามหลักแห่งการปกครองตนเอง ตามเจตนารมณ์ของประชาชนในท้องถิ่น และส่งเสริมให้ อปท. เป็นหน่วยงานหลักในการจัดทำบริการสาธารณะและมีส่วนร่วมในการตัดสินใจแก้ไขปัญหาในพื้นที่ รวมทั้งมีอำนาจหน้าที่โดยทั่วไปในการดูแลประชาชนในท้องถิ่น และได้บัญญัติเกี่ยวกับการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุไว้ ดังนี้ คือ

มาตรา ๕๓ บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับสวัสดิการ สิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะอย่างสมศักดิ์ศรี และความช่วยเหลือที่เหมาะสมจากรัฐ

มาตรา ๘๐ (๑) รัฐต้องดำเนินการตามแนวนโยบายด้านสังคม การสาธารณสุข การศึกษา และวัฒนธรรม เพื่อคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชน สนับสนุนการอบรมเลี้ยงดู ให้การศึกษา ปฐมวัย ส่งเสริมความเสมอภาคของหญิงและชาย เสริมสร้างและพัฒนาความเป็นปึกแผ่นของสถาบันครอบครัวและชุมชน รวมทั้งส่งเสริมและจัดสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุ ผู้ยากไร้ ผู้พิการหรือทุพพลภาพและผู้อยู่ในสภาวะยากลำบาก ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและพึ่งพาตนเองได้

๓. บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น การสร้างกลไกดูแลและส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน โดยการส่งเสริมทางด้านกิจกรรมที่มีรูปแบบของโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อสร้างสุขภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์และปัญญาให้แก่ผู้สูงอายุ โดยปกครองท้องถิ่นได้มีการปฏิบัติงานตามพระราชบัญญัติ

ตามมาตรา ๑๑ ว่าด้วยการคุ้มครองสิทธิ การส่งเสริม และการสนับสนุนผู้สูงอายุ โดยเทศบาลแต่ละแห่งจะมีแผนในการปฏิบัติงานเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกับนโยบายของปกครองท้องถิ่น

การวางแผนกิจกรรมของเทศบาลภายใต้เทศบัญญัติและการจัดสรรงบประมาณในแต่ละปี โดยจะมุ่งเน้นกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการของกลุ่มผู้สูงอายุ โดยมีการประชุม วางแผน และระดมความคิดเห็นเพื่อหาแนวทางในการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในพื้นที่ เช่น การศึกษาดูงานพื้นที่ที่ประสบความสำเร็จเพื่อนำมาปรับกระบวนการทศน์ในการปฏิบัติงานที่สอดคล้องกับนโยบายของเทศบาล การให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการพัฒนาผู้สูงอายุจากกลุ่มผู้สูงอายุที่เคยปฏิบัติงานตำแหน่งหรือรับราชการ ตลอดถึงการทำบันทึกตกลง (MOU) กับหน่วยงาน องค์กรภาครัฐ/เอกชนและส่วนงานที่เกี่ยวข้องกับหน่วยงานต่างๆ เพื่อกำหนดทิศทางกิจกรรมที่มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดลำพูน (พมจ.) การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอ (กศน.) สำนักงานสาธารณสุขประจำจังหวัดลำพูน (สสจ.) พระสงฆ์ที่มีความชำนาญในการเทศนาสั่งสอนในพื้นที่ ประชาชนท้องถิ่น ฯลฯ เพื่อจะได้มีการจัดวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิในการให้บริการและส่งเสริมการพัฒนาสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ โดยการเพิ่มพูนความรู้ การนัดพบ/สนทนาที่เหมาะสมกับวัย และกิจกรรมที่ตรงต่อความต้องการของผู้สูงอายุ

๔. บทบาทการจัดสวัสดิการ ตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ เป็นการกำหนดทิศทางการจัดสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุในพื้นที่การปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อดูแล ช่วยเหลือและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยเทศบาลมีภาระหน้าที่ในการปฏิบัติงานแต่ก็อิงอาศัยพระราชบัญญัติเป็นข้อปฏิบัติงาน ซึ่งบทบาทและหน้าที่ของเทศบาลในการจัดสวัสดิการสามารถแยกออกได้ ๖ อย่าง ได้แก่

๔.๑ การให้ความรู้เบื้องต้น การเรียนรู้เป็นสิ่งจำเป็นและเกิดประโยชน์แก่คุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ เพราะนอกจากจะใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ช่วยประเทืองปัญญา มองปัญหาต่างๆ ได้อย่างลึกซึ้ง รู้เท่าทันทางสังคม และได้ใช้ความคิดในเชิงสร้างสรรค์ช่วยพัฒนาสมอง ลดความเสี่ยงอาการสมองเสื่อมและภาวะซึมเศร้า การจัดสวัสดิการด้านความรู้จึงเป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิตของผู้สูงวัยให้เรียนรู้ในการดูแลตนเองเป็นเบื้องต้น เช่น ความรู้เกี่ยวกับการใช้ยาให้ถูกวิธี ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มเสี่ยงสูงจากการใช้ยาและเกิดผลข้างเคียงได้ง่าย เนื่องจากผู้สูงอายุมีโรคร่วมหลายอย่าง มีโอกาสได้รับยาหลายชนิดในเวลาเดียวกัน อีกทั้งการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาจากความชรากับการกำจัดยาออกจากร่างกาย ทำให้การดูดซึมยาลดลง การกระจายตัวของยาไม่ค่อยดี อาจพบปริมาณยาที่ค้างในร่างกาย เพื่อป้องกันการเกิดผลข้างเคียงจากการใช้ยา ผู้สูงอายุ/ผู้ที่รับหน้าที่ดูแลจำเป็นต้องให้ความสำคัญและระมัดระวังเกี่ยวกับการใช้ยาให้มากยิ่งขึ้น ความรู้ทางด้านสิทธิประโยชน์ที่จะได้รับตามกฎหมาย เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์และสวัสดิการที่จะได้รับตามที่กฎหมายบัญญัติไว้

และเป็นการคุ้มครอง ส่งเสริมและสนับสนุนแก่ผู้สูงอายุ รวมทั้งสิทธิประโยชน์ต่อองค์กรด้านผู้สูงอายุ และประชาชน ทั่วไป เช่น เงินสงเคราะห์เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เป็นต้น

๔.๒ การส่งเสริมสุขภาพและการใช้ชีวิตตามวัย เป้าหมายด้านการแพทย์และสาธารณสุข มุ่งเน้นให้ประชากรมีอายุยืนยาว มีคุณภาพชีวิตที่ดี สุขภาพแข็งแรงในทุกช่วงวัย การไม่เจ็บป่วยหรือไม่มีโรคเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต เนื่องจากคุณภาพชีวิตประกอบด้วยสุขภาพด้านกายภาพ (physical health) สุขภาพด้านจิตใจ (mental health) สุขภาพด้านสังคม (social health) และภาวะสุขภาพโดยทั่วไป (general health) โดยองค์การอนามัยโลกได้ให้คำนิยามของ “สุขภาพ” ว่า ไม่ใช่แต่เพียงการปราศจากโรค แต่รวมไปถึงการมีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยจะสัมพันธ์กับเป้าหมายและความคาดหวังของตนเอง ภายใต้บริบทของวัฒนธรรม คำนิยามมาตรฐานของสังคมและสิ่งอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง การจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุจำเป็นต้องเริ่มด้วยการส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางร่างกาย เพื่อให้ความรู้และแนวทางการปฏิบัติตนของผู้สูงวัยให้เกิดความเหมาะสม มีร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรค เช่น การตรวจสุขภาพผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงวัยได้ใช้ชีวิตด้านการอยู่การกินให้เหมาะสม การตรวจช่องปากและฟันเพื่อลดการสูญเสียฟัน ลดความเจ็บปวด ลดความเสี่ยงต่อการเปลี่ยนแปลงที่ผิดปกติ และให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลและช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวัน เพื่อเป็นวิธีการป้องกันความผิดปกติหรือโรคที่เกิดจากช่องปากและฟัน หรือความรู้เพื่อป้องกันมิให้เกิดโรคแทรกซ้อน ความรู้เกี่ยวกับโรคเรื้อรังในวัยสูงอายุ จากความเจ็บป่วยเรื้อรัง เป็นความเจ็บป่วยที่มีอาการค่อยเป็นค่อยไป ใช้ระยะเวลาของการเจ็บป่วยและการดูแลรักษายาวนาน และจะต้องการดูแลอย่างใกล้ชิด การเจ็บป่วยมักจะค่อยๆ ลุกกลามจนมีอาการรุนแรงขึ้น หากได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสม ต่อเนื่องจะทำให้อาการทุเลาและมีคุณภาพชีวิตที่ดี แต่หากไม่ได้รับการดูแลรักษาที่เพียงพอและไม่ดูแลตนเอง อาการก็จะรุนแรงมีภาวะแทรกซ้อนจนถึงขั้นเสียชีวิตได้ เป็นต้น

๔.๓ การสร้างรายได้ รายได้ส่วนใหญ่จะเกิดจากการประกอบอาชีพต่างๆ แต่เมื่อเข้าช่วงผู้สูงวัยทำให้รายได้ลดลงหรือขาดรายได้ประจำ สืบเนื่องจากอายุพ้นเกณฑ์การจ้างและสภาพร่างกายไม่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติงาน แต่ขณะเดียวกันกลับมีรายจ่ายเพิ่มขึ้นในการดูแลสุขภาพ จากการสำรวจข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า แหล่งรายได้ของผู้สูงอายุมามากุมตรและจากการทำงาน ส่วนรายได้จากการออมมีค่อนข้างน้อยมาก เนื่องจากการมีเงินออมต้องเก็บออมตั้งแต่ในวัยทำงานได้และต้องใช้ระยะเวลาต่อเนื่องยาวนาน การบริหารจัดการกับเงินหรือรายได้ที่มีอยู่จึงมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี ปราศจากความวิตกกังวล การให้สวัสดิการเพื่อสร้างรายได้และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจต่อตนเองจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยเทศบาลมุ่งเน้นให้เกิดการสร้างรายได้ที่เหมาะสมกับวัยและวัสดุที่มีอยู่ในท้องถิ่น เช่น การทำหัตถกรรมจากเศษผ้า เพื่อเป็นการนำวัสดุอุปกรณ์ที่เหลือใช้นำมาประดิษฐ์เป็นของที่ระลึกและสร้างรายได้ สร้างทัศนคติที่ดีในการเป็นจิตอาสา การออมในวัยสูงอายุ ความรู้เกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่เหมาะสมกับพื้นที่ของชุมชนในการประกอบอาชีพเกษตรกรรม เช่น การเพาะปลูก การทำสวนลำไย ฯลฯ การทำปุ๋ยหมักชีวภาพ จากขยะหรือเศษวัสดุต่างๆ ที่สามารถนำมาแปรรูปเป็นปุ๋ยหมักชีวภาพในการใช้ในการทำเกษตรครัวเรือน และเป็นการสร้างความสมดุลระหว่างสังคมกับสิ่งแวดล้อม ในท้องถิ่น การประดิษฐ์โคมล้านนาในเทศกาลลอยกระทง (ยี่เป็ง) ซึ่งกองสวัสดิการสังคมจะได้จัดหาอุปกรณ์ วัสดุ เครื่องมือ และผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความสามารถในการอบรมเชิงปฏิบัติการให้กลุ่ม

ผู้สูงอายุสามารถจัดทำเองได้ และนำผลงานที่ได้ ออกจำหน่ายในรูปแบบต่างๆ เช่น ในเทศกาลลอยกระทง (ยี่เป็ง) ได้นำคอมพิวเตอร์ไปออกจำหน่ายในบริเวณช่วงเทศบาล และนารายได้ส่วนหนึ่งจัดสรรหาให้แก่ผู้สูงอายุที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมของเทศบาล หรือการนำสินค้าจำหน่ายผ่านสื่อมีเดียหรือเว็บไซต์ของเทศบาล เป็นต้น

๔.๔ การดูแลและช่วยเหลือกรณีพิเศษ การจัดอำนวยความสะดวกและจัดสวัสดิการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้มีการปฏิบัติงานแก่บุคคลที่เป็นกรณีพิเศษ อาทิเช่น ผู้ป่วยติดเตียงหรือผู้สูงวัยที่มีที่อยู่ไม่เอื้อต่อการดำรงชีพ โดยเทศบาลจะมีหน่วยช่วยเหลือผู้สูงอายุและผู้พิการเป็นกรณีพิเศษ ได้แก่ การจัดตั้งศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ คนพิการหรือ (Caregiving) ที่มุ่งเน้นการดูแลสุขภาพกลุ่มวัยผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียง การช่วยเหลือที่อยู่อาศัยที่ชำรุดหรือทรุดโทรมในที่อยู่อาศัยให้แก่ผู้สูงอายุ การช่วยเหลือผู้สูงอายุที่อนาถาในชุมชน (EMS) ซึ่งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทในการบริหารจัดการด้านการแพทย์ฉุกเฉิน เพื่อเป็นการช่วยเหลือผู้ป่วยฉุกเฉิน เพื่อป้องกันและคุ้มครองสิทธิในการเข้าถึงระบบการแพทย์ได้อย่างมีประสิทธิภาพและทันต่อเหตุการณ์ ยึดหลักประชาชนเป็นศูนย์กลาง และมีหลักการดำเนินงานเน้นการช่วยเหลือเบื้องต้นแก่ผู้ประสบภัย/ผู้ป่วยฉุกเฉิน/ผู้อนาถา

๔.๕ การส่งเสริมภูมิปัญญาและศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น การพัฒนาท้องถิ่นด้วยการสืบสานความเป็นอัตลักษณ์ถือได้ว่าเป็นกลไกสำคัญต่อการพัฒนาและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน โดยเป็นการทบทวนความรู้และเหตุการณ์เรื่องราวในอดีตที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น เพียบพร้อมด้วยความงดงามทางด้านศิลปะ วัฒนธรรม และประเพณีที่ถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น เช่น ประเพณีปีไหมเมืองล้านนาที่เป็นการแสดงถึงความเคารพและการขอขมาโทษแก่กันและกัน การแสดงศิลปะพื้นบ้านล้านนา เช่น การรำ ดนตรีพื้นเมือง กลองอังกะลุง

๔.๖ การส่งเสริมสุขภาพทางด้านอารมณ์ การสร้างความสุขที่เกิดจากการผ่อนคลายทางด้านอารมณ์เป็นจุดมุ่งเน้นของการจัดสวัสดิการของเทศบาล แม้จะมีหลักสูตรในการมุ่งพัฒนาทางด้านความรู้ ทางด้านร่างกาย ทางด้านสังคมก็ตาม แต่สิ่งที่สำคัญที่ผู้สูงอายุต้องการมากที่สุด ได้แก่ ความสุขที่เกิดจากอารมณ์ ปัจจัยนี้ส่งผลให้เทศบาลได้มุ่งเน้นกิจกรรมสร้างสุข บรรเทาทุกข์แก่ผู้สูงวัย เช่น การแข่งขันกีฬา การรำ การเยี่ยมเพื่อนเมื่อป่วย

๕. การผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา การพัฒนาบทบาทการดูแลผู้สูงอายุในชุมชนจะต้องจัดตั้งหรือรวมกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนอย่างเข้มแข็ง ยกกระดับการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุ ให้มีระบบการดูแลผู้สูงอายุที่ดีกว่าเดิม อาทิเช่น พัฒนาเป็นศูนย์ดูแลและพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุหรือศูนย์ดูแลผู้สูงอายุเวลากลางวัน (Day Care) เหมือนศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในชุมชนและใกล้บ้าน เพื่อเป็นการส่งเสริมสวัสดิการของผู้สูงวัย ลดความเหลื่อมล้ำทางสังคม และการดูแลผู้สูงอายุให้พักผ่อนหลังวัยเกษียณ โดยเทศบาลมีบทบาทในการผลักดันให้เกิดกลุ่มหรือชมรมผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยวิธีการแต่งตั้งคณะกรรมการประจำโรงเรียน ประธานหัว แกนนำกลุ่มแต่หมู่ในเขตพื้นที่เทศบาลเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระเบียบกฎกติกา และข้อปฏิบัติแก่นักเรียนผู้สูงอายุในโรงเรียน โดยกลุ่มจิตอาสาส่วนมากจะเป็นบุคคลที่เกษียณราชการแต่มีเจตนารมณ์ในการช่วยเหลือกลุ่มผู้สูงอายุ เช่น กลุ่ม Caregiving ที่ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียง โดยผลักดันแกนนำเพื่อสร้างจิตอาสาของโรงเรียนผู้สูงอายุในการดูแล

สมาชิกเอง ถือได้ว่าเป็นบทบาทที่สำคัญในการสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการพัฒนาตนเอง และการรับผิดชอบต่อสมาชิกในชุมชนที่มีสถานภาพเดียวกันได้เป็นอย่างดี

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) มีบทบาทในการจัดการดูแลสุขภาพของประชาชน โดยร่วมมือกับชุมชนและภาคีภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง เพื่อดำเนินงานและบริหารจัดการระบบหลักประกันสุขภาพให้แก่ประชาชน โดยเฉพาะการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค รวมทั้งการพัฒนาระบบสุขภาพชุมชนในระดับท้องถิ่นเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของประชาชนในแต่ละชุมชนท้องถิ่นมากขึ้น ส่วนของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในพื้นที่จะมีนโยบายในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตแก่ผู้สูงอายุ โดยการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนาทักษะในการใช้ชีวิต เป็นการส่งเสริมคุณภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์และปัญญา โดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทในการขับเคลื่อนนโยบายภาครัฐเข้าสู่ยุทธศาสตร์ท้องถิ่นในการปฏิบัติ ซึ่งกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลก้อ ตำบลดงดำ และวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน มีลักษณะของหมวดกลุ่มรายวิชา ดังรายละเอียด ดังนี้

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน

๑. กลุ่มวิชาชีวิต (๕๐%)

๑. หมวดวิชาสังคม

ประเด็นที่ ๑ การใช้ชีวิตในวัยสูงอายุ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบถึงวิธีการและแนวปฏิบัติ เพื่อการใช้ชีวิตที่เหมาะสมใน

วัยสูงอายุ

เนื้อหา ๑. การเตรียมตัวก่อนวัยสูงอายุด้านเศรษฐกิจ สังคมและสุขภาพ

๒. การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ ร่างกาย สังคม เศรษฐกิจ

๓. กิจกรรมในวัยสูงอายุ

๔. การใช้ชีวิตร่วมกับคนหลายวัน

ประเด็นที่ ๒ การเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้เรียน

วัตถุประสงค์ เพื่อให้มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้เรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นใน

ชีวิตประจำวัน

เนื้อหา ๑. พัฒนาทักษะการพูด การฟัง การคิด

๒. พัฒนาทักษะการมีส่วนร่วม ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมแก้ปัญหา

๒. หมวดวิชาชีวิตและสุขภาพ

ประเด็นที่ ๑ สุขภาพกาย (๓ อ) ๑.๑ อาหารและโภชนาการ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความเข้าใจในหลักโภชนาการที่ดี

เนื้อหา ๑. ความเข้าใจที่ดีต่อโภชนาการและคุณลักษณะของโภชนาการที่ดี

๒. ผลของอาหารต่อการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ

๓. อาหารที่ผู้สูงอายุควรบริโภคบ่อย อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง

๔. อาหารพื้นบ้านต่อโภชนาการ

ประเด็นที่ ๒ สุขภาพกาย (๓ อ) ๑.๒ การออกกำลังกาย

วัตถุประสงค์ เนื้อหา	การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ๑. การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุ ๒. จุดมุ่งหมายของการออกกำลังกาย ๓. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของผู้สูงอายุ ๔. การดูแลสุขภาพอนามัยตามสุขบัญญัติและการพักผ่อน
ประเด็นที่ ๓ วัตถุประสงค์ เนื้อหา	สุขภาพกาย (๓ อ) ๑.๓ อารมณ์ การจัดการอารมณ์ในวัยสูงอายุ การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ในวัยสูงอายุ
ประเด็นที่ ๔ วัตถุประสงค์ เนื้อหา	การดูแลสุขภาพช่องปาก เพื่อให้ทราบวิธีการดูแลสุขภาพช่องปาก ๑. การแปรงฟัน การใช้ยาสีฟัน และการบำรุงรักษาเหงือกและฟัน ๒. อาหารที่ควรบริโภคเพื่อสุขภาพช่องปาก ๓. สุขอนามัยสำหรับสุขภาพในช่องปาก ๔. การปฏิบัติตนเมื่อมีอาการในช่องปาก
ประเด็นที่ ๕ วัตถุประสงค์ เนื้อหา	สุขภาพใจ (ผู้สูงวัยอย่าให้เครียด) เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถจัดการความเครียดความวิตกกังวล และ ยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุ ๑. การจัดการความวิตกกังวลสำหรับผู้สูงอายุเกี่ยวกับโรคภัย ไข้เจ็บ ๒. การใช้การป้องกัน ๓. การยอมรับในสภาพชีวิต สังหาร การปลง ๔. การใช้วิถีทางจิตวิทยา ๕. การใช้วิถีทางศาสนา ๖. การวางอุเบกขา ๗. การใช้จิตภาวนา สมาธิ ๘. การบริหารสุขภาพจิตในวัยผู้สูงอายุ - การยอมรับสภาพสังคม - การมองโลกในแง่ดี - การหลีกเลี่ยงการอยู่คนเดียว
๓. หมวดวิชาสภาพแวดล้อม	
ประเด็นที่ ๑ วัตถุประสงค์ เนื้อหา	การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและที่ปลอดภัยในวัยผู้สูงอายุ เพื่อสร้างความรู้และทัศนคติต่อความจำเป็นของสิ่งอำนวยความสะดวก สะดวกต่อการดำรงชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ เพื่อความสะดวก และความปลอดภัย ๑. จัดสิ่งอำนวยความสะดวก ได้แก่ ห้องนอน พื้นที่ใช้สอยทั่วไป และห้องน้ำ ๒. การจัดสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น การทำราวจับพยุงตัว

๔. หมวดวิชาวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น

- ประเด็นที่ ๑ การนำหลักศึกษามาใช้ในชีวิตประจำวันการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและที่พักอาศัยในวัยผู้สูงอายุ
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้สามารถปรับตนเองให้มีความสุขในสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป
- เนื้อหา การนำหลักศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
- ประเด็นที่ ๒ การทำสมาธิวิปัสสนา
- วัตถุประสงค์ เพื่ออนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่นให้ดำรงสืบต่อไปและเสริมสร้างคุณค่าทางภูมิปัญญาของผู้สูงอายุให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับ
- เนื้อหา ๑. ประโยชน์ของการทำสมาธิ
๒. รูปแบบการทำสมาธิทั่วไป
๓. รูปแบบการทำสมาธิ เพื่อบำบัดกายและใจ
- ประเด็นที่ ๓ การถ่ายทอดภูมิปัญญาผู้สูงอายุ
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้มีการสืบทอดวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น
- เนื้อหา ๑. ภูมิปัญญาไทย
๒. ภูมิปัญญาท้องถิ่น
๕. กิจกรรมนันทนาการ
- ประเด็นที่ ๑ กิจกรรมเข้าจังหวะ
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุคลายเหงา
- เนื้อหา ฟ้อนเจิง/รำวงย้อนยุค/เต้นบาสะโลบ/ อื่นๆ
- ประเด็นที่ ๒ ดนตรี/ร้องเพลง
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุคลายเหงา
- เนื้อหา ๑. ประโยชน์ของดนตรี การเล่นดนตรี การร้องเพลง
๒. รูปแบบการใช้ดนตรีเพื่อการบำบัดกายและใจ
๓. พัฒนาทักษะในการร้อง การเล่นดนตรี
- ประเด็นที่ ๓ การออกกำลังกาย
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญและออกกำลังกายอย่างถูกวิธี
- เนื้อหา ๑. การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
๒. พัฒนาทักษะการออกกำลังกาย
๓. การปั่นจักรยาน / การออกกำลังกายในน้ำ (ในพื้นที่ที่มีสถานที่ที่เหมาะสม ไม่เป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุ)
- ประเด็นที่ ๔ การนวดแผนไทย / ธรรมชาติบำบัด
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุคลายเหงา
- เนื้อหา ๑. ประโยชน์ของการนวด
๒. นวดแผนไทยที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุ (นวดตนเอง, นวดผู้อื่น)

๓. พัฒนาทักษะการนวดด้วยตนเองเพื่อสุขภาพกายและใจ
๔. ประโยชน์ของสมุนไพรไทย
๕. วารีบำบัด

๒. กลุ่มวิชาชีพ (๓๐%)

๑. หมวดวิชาเศรษฐกิจ

- | | |
|--------------|--|
| ประเด็นที่ ๑ | การฝึกอาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย |
| วัตถุประสงค์ | เพื่อสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ |
| เนื้อหา | หลักการประกอบอาชีพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับรูปแบบระยะเวลา
ค่าตอบแทน สวัสดิการ |
| ประเด็นที่ ๒ | การจัดทำบัญชีครัวเรือน |
| วัตถุประสงค์ | เพื่อเรียนรู้การทำบัญชีรายรับรายจ่ายทรัพย์สิน ตามวิถี แห่งการ
เรียนรู้เพื่อพัฒนาชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง |
| เนื้อหา | การจัดทำบัญชีครัวเรือน |
| ประเด็นที่ ๓ | เศรษฐกิจพอเพียง |
| วัตถุประสงค์ | เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง |
| เนื้อหา | ๑. เรียนรู้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง |
| | ๒. การใช้ชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง |
| ประเด็นที่ ๔ | งานฝีมือ |
| วัตถุประสงค์ | เพื่อเสริมสร้างทักษะด้านอาชีพ |
| เนื้อหา | ศิลปะ/หัตถกรรม/ อื่นๆ |

๓. กลุ่มวิชาการ (๒๐%)

๑. หมวดวิชาสังคม

- | | |
|--------------|---|
| ประเด็นที่ ๑ | กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ |
| วัตถุประสงค์ | ๑. เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับกฎหมายที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ |
| | ๒. เพื่อให้รับทราบและสามารถเข้าถึงสิทธิของผู้สูงอายุ |
| เนื้อหา | ๑. ความรู้เบื้องต้นกฎหมายที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ เช่น พ.ร.บ. ผู้สูงอายุ
พ.ศ. ๒๕๔๖ กฎหมายผู้สูงอายุ พินัยกรรม มรดกการทำสัญญาหรือ
นิติกรรมทางกฎหมาย การโอนกรรมสิทธิ์ |
| | ๒. สิทธิประโยชน์ทางกฎหมายของผู้สูงอายุ |
| | ๓. แหล่งให้บริการสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ พร้อม
ช่องทางในการติดต่อ อาทิ ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ |
| ประเด็นที่ ๒ | จิตอาสาเพื่อชีวิตและสังคม |
| วัตถุประสงค์ | เพื่อสร้างทัศนคติที่ดีในการเป็นจิตอาสา |
| เนื้อหา | ๑. คุณค่าของผู้สูงอายุ และการมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม |

๒. การทำงานจิตอาสา

- ความหมายของคำว่าจิตบริการ และจิตอาสา
- ลักษณะของคนที่เป็นจิตอาสา
- กิจกรรมจิตอาสา ได้แก่ กิจกรรมทางสังคม ศาสนา การศึกษา วัฒนธรรมบริจาค

และกิจกรรมพัฒนา

- ประเด็นที่ ๓ การใช้คอมพิวเตอร์
- วัตถุประสงค์ นำความรู้ด้านเทคโนโลยีและการสื่อสารมาใช้ประโยชน์
- เนื้อหา ๑. ประโยชน์การใช้คอมพิวเตอร์/Smart Phone เพื่อการสื่อสาร
 ๒. ประโยชน์และข้อควรระวังในการใช้ออนไลน์

๒. หมวดวิชาเศรษฐกิจ

- ประเด็นที่ ๑ การออมในวัยสูงอายุ
- วัตถุประสงค์ เพื่อสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ
- เนื้อหา ๑. ความหมายการออมและความสำคัญของเงินออม
 ๒. การเก็บออมด้วยตนเอง การทำบัญชีครัวเรือน การฝากเงินธนาคาร
 กองทุนผู้สูงอายุ
 ๓. ความรู้เกี่ยวกับประกันชีวิตที่เหมาะสมของผู้สูงอายุ

๓. หมวดวิชาและสุขภาพ

- ประเด็นที่ ๑ โรคเรื้อรังและพบมากในวัยสูงอายุ
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้ความรู้การดูแลช่องปากที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
- เนื้อหา ๑. โรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ สาเหตุ วิธีการป้องกัน ตัวอย่างโรคเรื้อรัง
 ๒. การเกิดภูมิแพ้ในผู้สูงอายุ
 ๓. การปฏิบัติตัวเบื้องต้น
- ประเด็นที่ ๒ ข้อควรระวังในการใช้ยา (หลักเบื้องต้น)
- วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบการใช้ยาที่ถูกต้องวิธี
- เนื้อหา การใช้ยาให้ถูกวิธี และข้อควรระวังในการใช้

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลดงคำ อำเภอสี จังหวัดลำพูน

หลักสูตรของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลดงคำ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ร่วมกับชมรมผู้สูงอายุและเครือข่ายในการดูแลสุขภาพตำบล (อสม.) ได้วิเคราะห์และกำหนดหลักสูตรให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงและการจัดการตนเอง ซึ่งถือได้ว่าเป็นจุดแข็งของชุมชนที่เน้นเกี่ยวกับคุณธรรมที่จะนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน และเป็นต้นแบบของการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขบนพื้นฐานของความ “พอประมาณ” ซึ่งหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุสามารถจำแนกออกเป็น ๘ หมวด ได้แก่

๑. หมวดวิชาด้านการพัฒนาทักษะชีวิตตามหลักพุทธศาสนา “หมู่บ้านศีล ๕”
๒. หมวดวิชา ด้านสาธารณสุขเกี่ยวกับการดูแลกายและจิตใจของผู้สูงอายุให้เหมาะสม
๓. หมวดวิชา ด้านสังคม ศาสนา วัฒนธรรมและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

๔. หมอวดวิชา ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น การทำต้นผึ้ง ต้นเทียน ฯลฯ
 ๕. หมอวดวิชา ด้านพืชสมุนไพร เช่น ความรู้การทำยาหม่อง การทำน้ำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ การนวดแผนโบราณ ฯลฯ

๖. หมอวดวิชา ด้านการส่งเสริมการพัฒนาอาชีพ เช่น การทำขนมไทย เป็นต้น

๗. หมอदनันทนากร

๘. หมอวดกิจกรรมจิตอาสา/บำเพ็ญประโยชน์

๑. หมอวดวิชาการเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตตามหลักพุทธศาสนา “หมู่บ้านศีล๕”

ประเด็นที่ ๑ หมู่บ้านศีล ๕ เสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้
 วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุตระหนักรู้ เห็นความสำคัญและเข้ามามีส่วนร่วมในการสร้าง หมู่บ้านศีล ๕ อันนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่พึงพึง
 เนื้อหา สร้างองค์ความรู้ แนวทาง การปฏิบัติของหมู่บ้านรักษาศีล ๕

ประเด็นที่ ๒ การใช้ชีวิตในวัยผู้สูงอายุ
 วัตถุประสงค์ การเตรียมตัวก่อนวัยสูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ
 เนื้อหา จัดกิจกรรมในการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย การบำเพ็ญสาธารณประโยชน์

ประเด็นที่ ๓ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุดำเนินตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 วัตถุประสงค์ กิจกรรมวัยสูงอายุ
 เนื้อหา จัดกิจกรรมเสริมทักษะการใช้ชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 ต้นแบบหมู่บ้านศีล ๕

ประเด็นที่ ๔ สืบทอดรักษาประเพณี วัฒนธรรมประจำท้องถิ่น ลด ละ เลิกอบายมุขใน
 งานประเพณี วัฒนธรรมของหมู่บ้าน
 วัตถุประสงค์ การเตรียมตัวก่อนวัยสูงอายุในด้านเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ
 เนื้อหา จัดกิจกรรมรณรงค์ สืบสานประเพณี ลด ละ เลิกอบายมุขในงานประเพณี
 วัฒนธรรมของหมู่บ้าน เช่น การจัดนิทรรศการนำเสนอผลงานของกลุ่ม

๒. หมอวดวิชาการทางด้านสาธารณสุขเกี่ยวกับการดูแลกายและจิตใจ

ประเด็นที่ ๑ การส่งเสริมสุขภาพ (สร้างสุขสมวัยทุกมิติ)
 วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุพัฒนาความรู้ในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์
 แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดีครบทุกมิติ และมีแหล่งเรียนรู้ตลอดชีวิตด้านการ
 พัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และมีการป้องกันโรคสมองเสื่อม
 เนื้อหา การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ ร่างกาย สังคม เศรษฐกิจเพื่อการยอมรับใน
 สภาพชีวิต สังหาร และการปลง

ประเด็นที่ ๒ อาหารและโภชนาการ
 วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุพัฒนาความรู้ในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์
 แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดีครบทุกมิติ และมีแหล่งเรียนรู้ตลอดชีวิตด้านการ
 พัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และมีการป้องกันโรคสมองเสื่อม
 เนื้อหา ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตสูงวัยได้อย่างมีความสุขครบทุกมิติ เช่น สุขสงบ สุข

	สบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง
ประเด็นที่ ๓	ผู้สูงอายุอย่าได้เครียด
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุพัฒนาความรู้ในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดีครบทุกมิติ และมีแหล่งเรียนรู้ตลอดชีวิตด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และมีการป้องกันโรคสมองเสื่อม
เนื้อหา	ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมกำหนดกิจกรรม มีการแลกเปลี่ยนความรู้ การดูแลและปรึกษาหารือกัน ช่วยเหลือ เอื้ออาทร มีจิตอาสา และเป็นการสร้างความรัก ความสามัคคีในชุมชนให้เข้มแข็ง
ประเด็นที่ ๔	การดูแลสุขภาพช่องปาก
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเรื้อรังในวัยผู้สูงอายุ
เนื้อหา	สร้างองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพจิตเพื่อป้องกันโรคสมองเสื่อม การเรียนรู้ การเข้าใจธรรมชาติและการปรับตัวในวัยสูงอายุ ลดบายนุขและอยู่อย่างพอเพียง
ประเด็นที่ ๕	โรคเรื้อรังและพบมากในวัยผู้สูงอายุ
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเรื้อรังในวัยผู้สูงอายุ
เนื้อหา	โรคเรื้อรังในวัยผู้สูงอายุ สาเหตุ วิธีการป้องกัน ตัวอย่างโรคเรื้อรัง การปฏิบัติตนเอง
๓. หมวดวิชาการทางด้านสังคม ศาสนา วัฒนธรรมและกฎหมาย	
ประเด็นที่ ๑	กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้และเข้าใจเกี่ยวกับกฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ
เนื้อหา	เรียนรู้กฎหมายเกี่ยวกับสิทธิ หน้าที่ การคุ้มครองและการดูแล การเข้าถึง บริการขั้นพื้นฐานของรัฐ ตลอดจนรู้จักหน่วยงานที่มีหน้าที่ในการดูแลผู้สูงอายุตามกฎหมาย
ประเด็นที่ ๒	จิตอาสาเพื่อชีวิตและสังคม
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุมีจิตอาสาในการมีส่วนร่วมพัฒนาคุณภาพชีวิตและชุมชน
เนื้อหา	เรียนรู้การสร้างเครือข่ายและการเป็นจิตอาสาตามธรรมชาติ มีความสุข รู้จักการแบ่งปัน และเป็นต้นแบบการช่วยเหลือชุมชน เช่น การบำเพ็ญประโยชน์ การเยี่ยมบ้าน
ประเด็นที่ ๓	ศาสนพิธี
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุมีจิตอาสาในการมีส่วนร่วมพัฒนาคุณภาพชีวิตและชุมชน
เนื้อหา	เรียนรู้การสร้างเครือข่ายและการเป็นจิตอาสาตามธรรมชาติ มีความสุข รู้จักการแบ่งปัน และเป็นต้นแบบการช่วยเหลือชุมชน เช่น การบำเพ็ญประโยชน์ การเยี่ยมบ้าน
ประเด็นที่ ๔	การฝึกสมาธิ การไว้พระสวดมนต์
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุมีจิตอาสาในการมีส่วนร่วมพัฒนาคุณภาพชีวิตและชุมชน
เนื้อหา	เรียนรู้การสร้างเครือข่ายและการเป็นจิตอาสาตามธรรมชาติ มีความสุข รู้จัก

การแบ่งปัน และเป็นต้นแบบการช่วยเหลือชุมชน เช่น การบำเพ็ญประโยชน์
การเยี่ยมบ้าน

๔. หมวดวิชาการทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น

- ประเด็นที่ ๑ การเล่นดนตรีพื้นบ้าน
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้การเล่นดนตรีพื้นบ้าน
เนื้อหา การฝึกหัดปฏิบัติเพื่อให้มีทักษะการเล่นดนตรีพื้นบ้านแบบล้านนา
- ประเด็นที่ ๒ ขับซอล้านนา เล่าคร่าว
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้การขับซอล้านนาและการเล่าคร่าว
เนื้อหา การฝึกหัดปฏิบัติเพื่อสร้างทักษะพื้นฐานการขับซอ เล่าคร่าว การเล่าประวัติ
เรื่องราวสอนใจแก่ลูกหลาน
- ประเด็นที่ ๓ การทำต้นผึ้ง ต้นเทียน
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ การทำต้นผึ้ง ต้นเทียน
เนื้อหา การฝึกทำต้นผึ้ง ต้นเทียน มีการออกแบบลวดลายให้เหมาะสมและใช้วัสดุที่
หาง่ายในท้องถิ่น
- ประเด็นที่ ๔ การทำขนมไทย
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ การทำขนมไทย
เนื้อหา การทำขนมไทย
- ประเด็นที่ ๕ การทำดอกไม้ประดิษฐ์
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
เนื้อหา การออกและประดิษฐ์ดอกไม้จากวัสดุในท้องถิ่น
๕. หมวดวิชาการทางด้านพืชสมุนไพร
- ประเด็นที่ ๑ การเรียนรู้เกี่ยวกับสมุนไพร
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รู้จักการใช้สมุนไพรให้เกิดประโยชน์ในการดำรงชีวิตใน
ปัจจุบัน
เนื้อหา การเรียนรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของสมุนไพรในชุมชน
- ประเด็นที่ ๒ การทำยาหม่อง
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รู้จักการใช้สมุนไพรให้เกิดประโยชน์ในการดำรงชีวิตใน
ปัจจุบัน
เนื้อหา การเรียนรู้การใช้สมุนไพรและวิธีทำยาหม่อง และวิธีการใช้ยาหม่องเพื่อ
รักษาโรคกระดูกเสื่อม
- ประเด็นที่ ๓ การใช้สมุนไพร
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รู้จักการใช้สมุนไพรให้เกิดประโยชน์ในการดำรงชีวิตใน
ปัจจุบัน
เนื้อหา วิธีการใช้ยาหม่องเพื่อรักษาโรคกระดูกเสื่อม
- ประเด็นที่ ๔ วิธีการปลูกและการดูแลสมุนไพร
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รู้จักการใช้สมุนไพรให้เกิดประโยชน์ในการดำรงชีวิตใน

ปัจจุบัน

เนื้อหา	การปลูกและการดูแลพืชสมุนไพร
๖. หมวดวิชาการทางด้านการส่งเสริมการพัฒนาอาชีพ	
ประเด็นที่ ๑	เปลี่ยนชีวิต คิดนอกกรอบ
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้ทักษะวิชาชีพพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน เริ่มตั้งแต่กระบวนการสำรวจตนเอง และการเปลี่ยนวิถีคิด ปรับกระบวนการเรียนรู้และใช้เหตุผลความพอเพียง เพื่อสร้างต้นแบบพอเพียงในชุมชน
เนื้อหา	การเรียนรู้การเปลี่ยนชีวิต คิดนอกกรอบ เป็นการส่งเสริมผู้สูงอายุให้รู้จักการคิดสร้างสรรค์ ฝึกจินตนาการและคิดเชิงบวก
ประเด็นที่ ๒	การลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือน การทำน้ายาเอนกประสงค์
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้ทักษะวิชาชีพพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน เริ่มตั้งแต่กระบวนการสำรวจตนเอง และการเปลี่ยนวิถีคิด ปรับกระบวนการเรียนรู้และใช้เหตุผลความพอเพียง เพื่อสร้างต้นแบบพอเพียงในชุมชน
เนื้อหา	การเรียนรู้วิธีการทำน้ายาเอนกประสงค์เพื่อลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือน มีการทำบัญชีครัวเรือน
ประเด็นที่ ๓	การสร้างมูลค่าเพิ่มผลผลิตทางการเกษตรในครัวเรือน
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้ทักษะวิชาชีพพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน เริ่มตั้งแต่กระบวนการสำรวจตนเอง และการเปลี่ยนวิถีคิด ปรับกระบวนการเรียนรู้และใช้เหตุผลความพอเพียง เพื่อสร้างต้นแบบพอเพียงในชุมชน
เนื้อหา	การเรียนรู้การสร้างมูลค่าเพิ่มผลผลิตทางการเกษตร เช่น การทำอาชีพเสริมจากสิ่งที่ย่าง เร็ว ใหม่ มีความสุขและยั่งยืน แปรรูปและต่อยอดสินค้าในชุมชน
ประเด็นที่ ๔	เรียนรู้กระบวนการคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผลตามทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียง
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้ทักษะวิชาชีพพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน เริ่มตั้งแต่กระบวนการสำรวจตนเอง และการเปลี่ยนวิถีคิด ปรับกระบวนการเรียนรู้และใช้เหตุผลความพอเพียง เพื่อสร้างต้นแบบพอเพียงในชุมชน
เนื้อหา	การเรียนรู้วิธีการใช้เหตุผล การใช้อารมณ์ ฝึกคิดอย่างเป็นกระบวนการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นการค้นหาผู้นำเกษตรทฤษฎีใหม่
ประเด็นที่ ๕	การทำปุ๋ยหมักชีวภาพ
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้ทักษะวิชาชีพพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน เริ่มตั้งแต่กระบวนการสำรวจตนเอง และการเปลี่ยนวิถีคิด ปรับกระบวนการเรียนรู้และใช้เหตุผลความพอเพียง เพื่อสร้างต้นแบบพอเพียงในชุมชน
เนื้อหา	การเรียนรู้วิธีการใช้เหตุผล การใช้อารมณ์ ฝึกคิดอย่างเป็นกระบวนการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นการค้นหาผู้นำเกษตรทฤษฎีใหม่
ประเด็นที่ ๖	การทำบัญชีครัวเรือน
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้ทักษะวิชาชีพพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน เริ่ม

ตั้งแต่วิธีการสำรวจตนเอง และการเปลี่ยนวิธีคิด ปรับกระบวนการเรียนรู้และใช้เหตุผลความพอเพียง เพื่อสร้างต้นแบบพอเพียงในชุมชน การเรียนรู้วิธีการใช้เหตุผล การใช้อารมณ์ ฝึกคิดอย่างเป็นกระบวนการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นการค้นหาผู้นำเกษตรทฤษฎีใหม่

๗. หมวดนันทนาการ

ประเด็นที่ ๑ กิจกรรมเข้าจังหวะ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุคลายเหงา

เนื้อหา ฝึกหัดปฏิบัติการเต้นลีลาศ การรำไทย ฯลฯ

ประเด็นที่ ๒ ดนตรี/ร้องเพลง

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุคลายเหงา

เนื้อหา ๑. การเรียนรู้ประโยชน์ของดนตรีเพื่อการบำบัดกายและจิตใจ

๒. การเรียนรู้รูปแบบการใช้ดนตรีเพื่อการบำบัดกายและจิตใจ

๓. การพัฒนาทักษะการร้อง การเล่นดนตรี

๘. หมวดกิจกรรมจิตอาสา/บำเพ็ญประโยชน์

ประเด็นที่ ๑ ร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ในชุมชนหรือกิจกรรมจิตอาสา

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน

เนื้อหา ๑. การมีส่วนร่วมในการบำเพ็ญประโยชน์ในชุมชน และมีจิตอาสาช่วยเหลือกิจกรรมอื่นๆ ฯลฯ

๒. เป็นการปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน

ว

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลวังดิน (จามรี วิชชาลัย) อำเภอสี จังหวัดลำพูน

หลักสูตรของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน ร่วมกับชมรมผู้สูงอายุ และเครือข่ายในการดูแลสุขภาพได้มีการบริหารจัดการหลักสูตรผู้สูงอายุที่มีความสอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุในการดำเนินชีวิตประจำวันในห้วงระยะแต่ละเดือน โดยมีการจัดกิจกรรมที่ตอบสนองต่อความต้องการของนักเรียนในการคัดเลือกการเรียนการสอนในแต่ละปี ซึ่งทางเทศบาลตำบลวังดินได้เล็งเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุ ที่มีบทบาทในการพัฒนาสังคมด้านการเป็นครูของสังคมในด้านเทคโนโลยีในอดีตด้านประวัติศาสตร์และด้านศิลปวัฒนธรรม เป็นผู้ที่มีความรู้ค่าเป็นสมบัติของชาติและเป็นการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุทำให้มีความร่างกายแข็งแรง เป็นการส่งเสริมและรวมกลุ่มสัมพันธ์ของการฝึกอาชีพในด้านอื่นๆ เพื่อสร้างความเข้มแข็งของชุมชน และเกิดการบูรณาการร่วมกันระหว่างองค์กรภาครัฐ โดยเทศบาลวังดินได้มีการจัดโรงเรียนผู้สูงอายุ (จามรี วิชชาลัย) โดยมีวัตถุประสงค์และเป้าหมายในการดำเนินกิจกรรมให้แก่ผู้สูงอายุ ได้แก่

๑. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาด้านสุขภาพกาย จิตใจ และสังคม

๒. เพื่อส่งเสริมอาชีพและการถ่ายทอดภูมิปัญญาของผู้สูงอายุในชุมชน

๓. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมของอาสาสมัครผู้สูงอายุและชมรมผู้สูงอายุ

๔. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมลด และแก้ไขปัญหาสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

๕. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีบทบาทในการร่วมแก้ไขปัญหา และในการร่วมพัฒนาชุมชนอย่างยั่งยืน

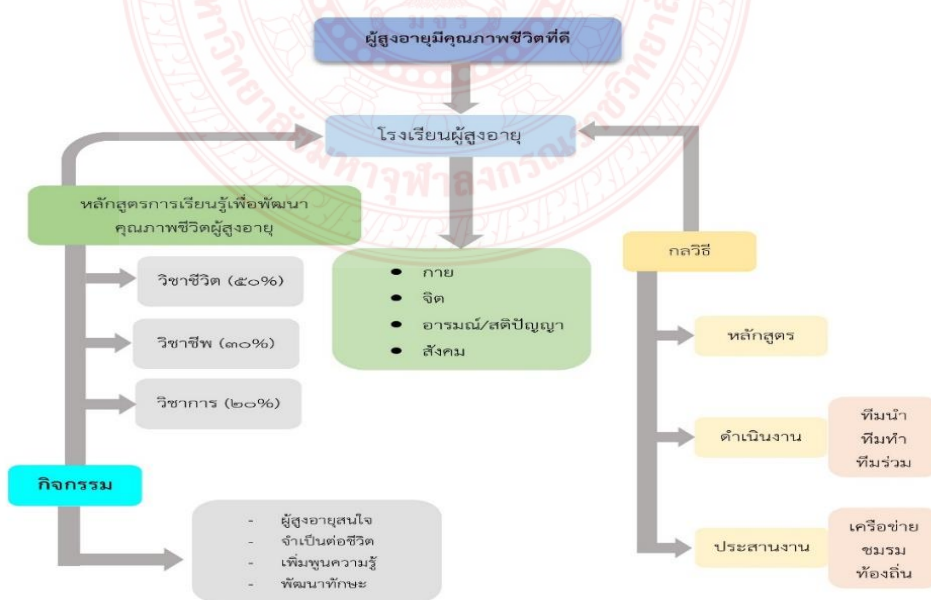
โดยการจัดการเรียนรู้การของจามรี วิทยาลัย มีแผนการดำเนินการ ดังต่อไปนี้

- กิจกรรมครั้งที่ ๑** รับสมัครนักเรียนใหม่ให้ความรู้เรื่องสิทธิของผู้สูงอายุ/การจ่ายเบี้ยยังชีพ/กิจกรรมนันทนาการ/การแสดงของนักเรียนทั้ง ๔ หมู่บ้านการแลกเปลี่ยน/
- วัตถุประสงค์** เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุขจิตที่ดีจากการเข้าร่วมอบรมด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดี จากการเข้าร่วมอบรมด้านการส่งเสริมสุขภาพจิต เพื่อให้ผู้สูงอายุได้พบปะจากการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ และการฝึกอาชีพ เพื่อสร้างความเข้มแข็งของชุมชน และเกิดการบูรณาการร่วมกันระหว่างองค์กรภาครัฐ และสังคมของผู้สูงอายุ
- เนื้อหา** รับสมัครนักเรียนใหม่ ความรู้เรื่องสิทธิของผู้สูงอายุ การจ่ายเบี้ยยังชีพ กิจกรรมนันทนาการ การแสดงของนักเรียนทั้ง ๔ หมู่บ้าน และการแลกเปลี่ยน
- กิจกรรมครั้งที่ ๒** กิจกรรมด้านสาระความรู้กิจกรรมของนักเรียนผู้สูงอายุ/
- วัตถุประสงค์** เพื่อส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสได้พบปะจากการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
- เนื้อหา** การให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพร่างกาย จิตใจ และกิจกรรมในการฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกาย
- กิจกรรมครั้งที่ ๓** กิจกรรมทำบุญตักบาตร กิจกรรมเข้าวัดฟังธรรมจากพระ/นักเทศน์/กิจกรรมการฝึกสมาธิกรรมฐานเบื้องต้น
- วัตถุประสงค์** เพื่อส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมและสืบสานประเพณีท้องถิ่น
- เนื้อหา** การสร้างคุณภาพทางด้านจิตใจด้วยการพัฒนาทางด้านปัญญา และอารมณ์ด้วยวิถีทางพระพุทธศาสนา
- กิจกรรมครั้งที่ ๔** กิจกรรมการตัดตุงล้านนา กิจกรรมการจักสาร/ กิจกรรมทำชุด / รดน้ำ/กิจกรรมทำยาต้ม/ เครื่องหอม/น้ำมันนวด
- วัตถุประสงค์** การส่งเสริมการสร้างอาชีพแก่ผู้สูงอายุด้วยทรัพยากรในท้องถิ่น
- เนื้อหา** การสอนตัดตุงล้านนา การสอนการจักสาร การทำชุดรดน้ำดำหัว การทำยาต้มจากสมุนไพร การทำเครื่องหอมและน้ำมันนวดจากสมุนไพรจากภูมิปัญญาท้องถิ่น
- กิจกรรมครั้งที่ ๕** กิจกรรมปีใหม่เมืองล้านนา กิจกรรมรดน้ำดำหัวนักเรียนผู้สูงอายุ// กิจกรรมการแสดงศิลปะพื้นบ้านล้านนา/กิจกรรมการแสดง/กีฬานันทนาการ

วัตถุประสงค์	เป็นการส่งเสริมประเพณีท้องถิ่นและการส่งเสริมสุขภาพทางด้าน
เนื้อหา	อารมณ์แก่นักเรียนผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม การรดน้ำดำหัวนักเรียนผู้สูงอายุ การแสดงศิลปะพื้นบ้านล้านนา และนันทนาการของนักเรียนผู้สูงอายุ
กิจกรรมครั้งที่ ๖	กิจกรรมการแข่งขันกีฬา จามรี เกมส์” การประกวดกองเชียร์“ กิจกรรมสันทนาการต่างๆ
วัตถุประสงค์	ผ่อนคลายอารมณ์และสร้างความสามัคคีในกลุ่มนักเรียนผู้สูงอายุ
เนื้อหา	การเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับวัยเพื่อการสร้างความสามัคคีในกลุ่ม
กิจกรรมครั้งที่ ๗	กิจกรรมงานฝีมือจากใบตองวัสดุจากธรรมชาติการทำบายศรี// การทำสวยดอก/เครื่องสักการบูชา
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาฝีมือในงานฝีมือจากวัสดุทาง ธรรมชาติในการทำสวยดอกเพื่อนำไปเป็นเครื่องสักการบูชา ในทางพระพุทธศาสนา
เนื้อหา	การเรียนรู้วิธีการทำฝีมือจากใบตองวัสดุจากธรรมชาติเพื่อ ประดิษฐ์บายศรี สวยดอกและเครื่องสักการบูชา
กิจกรรมครั้งที่ ๘	กิจกรรมการอบรมให้ความรู้ด้านความปลอดภัยในการขับขี่ ยานพาหนะการอบรมให้ความรู้ด้านจราจร/กิจกรรมตรวจ/
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ความรู้การด้านความปลอดภัยในการขับขี่และจราจร การ ให้ความรู้ด้านสุขภาพช่องปากและฟัน การสร้างจิตอาสาร่วมกัน พัฒนาศาสนสถาน
เนื้อหา	๑. เพื่อให้ความรู้การ .ด้านความปลอดภัยในการขับขี่และจราจร ๒ .โรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ สาเหตุ วิธีการป้องกัน ตัวอย่างโรคเรื้อรัง ๓การสร้างจิตอาสาในการพัฒนาศาสนสถาน .
กิจกรรมครั้งที่ ๙	กิจกรรมการประดิษฐ์ของที่ระลึกจากเศษผ้าและวัสดุเหลือใช้พวง/ กุญแจ/กระเป๋าผ้าลดโลกร้อน/กิจกรรมการดูแลสุขภาพการนวด ด้วยตนเอง
วัตถุประสงค์	เพื่อเป็นการส่งเสริมการสร้างรายได้และการประยุกต์เศษวัสดุจาก การเหลือใช้ให้เกิดประโยชน์ เพื่อลดปัญหาโลกร้อนและเป็นการ ส่งเสริมการดูแลสุขภาพด้วยการนวดด้วยตนเอง
เนื้อหา	สอนวิธีการประดิษฐ์ของที่ระลึกจากเศษผ้าและวัสดุเหลือใช้ สอน การทำพวงกุญแจ การทำกระเป๋าผ้าลดโลกร้อนและวิธีการดูแลสุขภาพการนวดด้วยตนเอง

กิจกรรมครั้งที่ ๑๐	กิจกรรมทัศนศึกษานอกสถานที่ (โบราณสถาน)/สถานที่สำคัญด้านภูมิปัญญาการอบรมส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต/ การถอดบทเรียน
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เกิดการเรียนรู้จากทัศนศึกษานอกสถานที่ (โบราณสถาน) เรียนรู้หลักการปฏิบัติตามหลักภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อนำไปสู่การส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกายและจิตใจ และร่วมกันถอดบทเรียนในปีการศึกษา
เนื้อหา	การทัศนศึกษานอกสถานที่ (โบราณสถาน) และแหล่งที่มีความรู้ทางด้านภูมิปัญญา เพื่อนำความรู้มาใช้ในการดูแลและสร้างคุณภาพชีวิตทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และการถอดองค์ความรู้จากการศึกษาดูงานและการศึกษาตามหลักสูตรของโรงเรียนผู้สูงอายุในปี

จะเห็นได้ว่าภาพพัฒนาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นของเทศบาลวังดิน เทศบาลดงดำ และเทศบาลก่อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ซึ่งมีลักษณะเนื้อหาที่คล้ายคลึงกัน รวมไปถึงการมีภาคีเครือข่ายที่พร้อมในการช่วยเหลือในกลุ่มเดียวกัน อาทิเช่น หน่วยงานและองค์กรภาครัฐเอกชน สถาบันการศึกษา หน่วยงานที่เกี่ยวข้องของการดูแลผู้สูงอายุและผู้พิการ โดยรวมหลักสูตรและความสำคัญของเนื้อหาเพื่อพัฒนาการดูแลผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จะมีหลักสูตรที่มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนี้



ภาพที่ ๔.๒ หลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิตขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

การพัฒนาและส่งเสริมคุณภาพชีวิตเพื่อเป็นกลไกในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน สามารถจำแนกตามโครงสร้างออกเป็น ๒ ส่วน ได้แก่

๑. **หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ** กลไกการพัฒนาและส่งเสริมการดูแลผู้สูงอายุด้วยการเรียนรู้ในโรงเรียนผู้สูงอายุถือเป็นรูปแบบของการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาทักษะคุณภาพชีวิตที่มีกิจกรรมเกี่ยวกับสิ่งที่ผู้สูงอายุให้สนใจ และมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เป็นการเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิตเบื้องต้นที่มีความจำเป็นสำหรับวัย จากความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายที่เป็น/วิทยากรจิตอาสาและเป็นพื้นที่ให้แก่ผู้สูงอายุได้แสดงศักยภาพ เช่น การถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ที่สั่งสมมาเผยแพร่หรือการสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าคู่กับชุมชน โดยมีวัตถุประสงค์ของการจัดการเพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์/สติปัญญา และสังคมและเนื้อหาสาระที่แบ่งตามโครงสร้างของโรงเรียนผู้สูงอายุออกเป็น ๓ ส่วน ได้แก่

๑) กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาทักษะชีวิต ๕๐% หมายถึง ความรู้ทักษะที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในการนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันและอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข

๒) กลุ่มสาระการเรียนรู้ทักษะวิชาชีพ ๓๐% หมายถึง แนวทางการส่งเสริมความรู้และทักษะด้านอาชีพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุตามความสนใจและความถนัด

๓) กลุ่มสาระการเรียนรู้ทักษะวิชาการ ๒๐% หมายถึง การให้ความรู้ สร้างความเข้าใจและสร้างองค์ความรู้ในเรื่องต่างๆ ที่เห็นประโยชน์ผู้สูงอายุ

เนื้อหาและสาระของกลุ่มรายวิชาดังกล่าว เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีและการอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข มีเกียรติ มีศักยภาพในการพึ่งพาตนเอง และเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้สูงอายุแก่อนุชนรุ่นหลัง โดยเนื้อหาสาระของรายวิชาจะมีปัจจัย ๔ อย่างเพื่อใช้เป็นกำหนดเนื้อหาและรายวิชาที่จะสอนในโรงเรียน ได้แก่

๑. ผู้สูงอายุให้ความสนใจ เมื่อก้าวสู่ช่วงสังคมสูงวัยนั้น การจัดการหลักสูตรควรให้การช่วยเหลือผู้สูงอายุตามแบบจารีต วัฒนธรรมดั้งเดิมของท้องถิ่นที่บุตรหลานพึ่งดูแลพ่อ แม่ ญาติและผู้สูงวัย แต่ปัจจุบันการเปลี่ยนทางด้านเศรษฐกิจและสังคมส่งผลกระทบต่อวัฒนธรรมแห่งวิถีชีวิตไทย ซึ่งส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของผู้สูงอายุอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่สังคมควรตระหนักความรับผิดชอบต่อบุคคลกลุ่มนี้ เพราะเป็นวัยที่สภาพร่างกายและจิตใจ ทดถอยลงตามธรรมชาติ การดูแลและใส่ใจผู้สูงอายุพึงกระทำตามสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องและสนใจ โดยปกติความต้องการและความสนใจของผู้สูงอายุสามารถจำแนกได้ ๓ อย่าง ได้แก่

๑.๑ ความต้องการด้านร่างกาย ผู้สูงอายุมีความต้องการให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แม้สภาพความจริงแล้วผู้สูงอายุจะมีโรคประจำตัวที่เกิดจากความเคยชินในการใช้ชีวิตจนติดเป็นนิสัย จนเป็นมูลเหตุของปัญหาด้านสุขภาพก็ตาม อีกประการหนึ่ง ผู้สูงอายุมิได้ตระหนักในการดูแลสุขภาพในช่วงที่ร่างกายแข็งแรง พอเข้าสู่ช่วงสูงวัยทำให้สุขภาพแย่งอย่างรวดเร็ว จนทำให้ต้องมีบุคคลคอยให้การช่วยเหลือดูแลอย่างใกล้ชิด การอยู่อาศัยก็เป็นปัจจัยสำคัญยิ่ง ด้วยผู้สูงวัยอยู่ในช่วงที่สามารถเกิดความเสียหายได้มาก การกินการอยู่จะต้องถูกต้องตามสุขลักษณะและเหมาะสม เมื่อเจ็บป่วยจะต้องมีผู้ดูแลช่วยเหลือให้การพยาบาลอย่างใกล้ชิด มีการตรวจวัดสุขภาพเป็นประจำ เพื่อป้องกันมิให้เกิดโรคหรือสามารถรักษาโรคได้ทันท่วงที ต้องการรับบริการรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐ ต้องการพักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ ต้องการบำรุงรักษาร่างกายและการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ เช่น การหกล้ม ทางเดิน ที่นั่ง ฯลฯ

ความต้องการและความสนใจในการดูแลสุขภาพทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการป้องกันความเสื่อมถอยควรได้รับการออกกำลังกายที่เหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ โดยการจัดกิจกรรมหรือการออกกำลังกายที่เหมาะสมและตามคำแนะนำจากแพทย์

๑.๒ ความต้องการด้านจิตใจ ผู้สูงอายุถือได้ว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่ทรงคุณค่า ที่สังคมควรใส่ใจและดูแลอย่างใกล้ชิด ในฐานะผู้สร้างคุณประโยชน์นานัปการแก่ครอบครัวและสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุทั้งหน้าที่การงาน(ต้องเกษียณ) สภาพภาพในครอบครัวจากผู้ให้ความช่วยเหลือต้องกลายมาเป็นผู้รับความช่วยเหลือ^{๑๓๖} ความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมย่อมส่งผลให้ผู้สูงวัย โดยจะต้องปรับตัวและควบคุมสภาพจิตใจให้ยอมรับ แต่หากการปรับตัวได้ช้า ยึดติดกับความคิดแบบเก่า เอาเหตุผลของตัวเองเป็นหลักก็ย่อมส่งผลให้เกิดความเครียดหรือแสดงอาการออกมาในลักษณะต่างๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับนิสัย ประสบการณ์ การศึกษาและสภาพแวดล้อม โดยส่วนมากพฤติกรรมของผู้สูงอายุจะยึดติดกับตัวเอง ไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและไม่รับรู้สิ่งใหม่ๆ ที่เข้ามาในชีวิต มักรู้สึกว่าตัวเองด้อยค่าถูก^{๑๓๗} ลดความสำคัญลงไปจนเกิดความรู้สึกท้อแท้ น้อยใจ^{๑๓๘} ความรู้สึกที่กระทบกระเทือนใจอาจทำให้เกิดความฉุนเฉียวได้มากกว่าปกติ เพราะผู้สูงอายุมักรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองลดลงทำให้ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์และสนใจเกี่ยวกับความรู้สึกหรือความพอใจของตนเองเท่านั้น

๑.๓ ความต้องการทางสังคมและเศรษฐกิจ โดยทั่วไปผู้สูงอายุต้องการเป็นที่เคารพและยกย่องจากครอบครัวและสังคมเหมือนครั้งก่อน ต้องการมีบทบาทและมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่างๆ ต้องการพึ่งพาช่วยเหลือตนเองให้มากและขอความช่วยเหลือผู้อื่นให้น้อย และไม่ต้องการให้ตัวเองถูกมองน่าสงสารจนรู้สึกว่าไร้คุณค่า จนกระทั่งผู้อื่นเกิดความเมตตาสงสาร อยากรู้ก็ตาม ผู้สูงวัยต้องการมีเงินไว้คอยเลี้ยงดูตนเอง เพื่อมิให้เป็นภาระแก่บุตรหลาน ผู้สูงอายุบางคนเมื่อลาออกจากงานแล้วมีเงินเก็บก้อนหนึ่งไว้ใช้ในยามแก่เฒ่าจากการบริการของภาครัฐฯ ซึ่งช่วยในการเยียวยารักษาพยาบาลแบบให้เปล่าหรือสวัสดิการอื่นๆ อีกมากมาย อยากรู้ก็ตาม ความต้องการทางสังคมและเศรษฐกิจอันแท้จริงที่ผู้สูงอายุต้องการ ได้แก่ การดูแลเอาใจใส่ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ซึ่งเป็นหน้าที่ของบุตร หลาน สมาชิกในครอบครัว สังคม และการดูแลจากภาครัฐบาลที่ให้ความสำคัญกับสังคมผู้สูงอายุ(Aging Society) เพื่อเป็นการช่วยเหลือ ดูแลและป้องกันความเสื่อมล้ำทางสังคมให้แก่ผู้สูงอายุในการใช้ชีวิตร่วมกับสังคม

๒. ความจำเป็นต่อการดำเนินชีวิต หลักสูตรสำหรับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุนั้น ครอบคลุมและสังคมอย่างมีความสุขนั้น จำเป็นจะต้องตระหนักถึงวิธีการที่จะทำให้ผู้สูงอายุปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความสุข ได้แก่ การสร้างจิตใจให้เบิกบาน ร่าเริง แจ่มใส ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ผ่อนคลายทางอารมณ์ เกิดความสุขสงบ และเหมาะสมกับวัย อาทิเช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ อ่านหนังสือ หรือทำกิจกรรมเบาๆ ที่เหมาะสมกับวัย เป็นต้น และควรมีวิธีวางตนเพื่อให้บุตรหลานได้เกิดความ

^{๑๓๖} สัมภาษณ์นางสาวเบญจมาศ วงศ์ตะ, นักพัฒนาชุมชน รักษาการผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม เทศบาลดงด้า อำเภอสี จังหวัดลำพูน, ๑๔ ตุลาคม ๒๕๖๓.

^{๑๓๗} สัมภาษณ์นายทวีศักดิ์ ศรีชัยวงศ์, การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ๒๗ ,(กศน.) อำเภอสี จังหวัดลำพูน .สิงหาคม ๒๕๖๓

^{๑๓๘} สัมภาษณ์นางจันทา ยะเปี้ย, ผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลดงด้า อำเภอสี จังหวัดลำพูน, ๑๔ ตุลาคม ๒๕๖๓.

ศรัทธา เชื่อมั่นและเป็นที่พึ่งเมื่อยามเดือดร้อนหรือทุกข์ใจ การรู้เท่าทันเหตุการณ์ต่างๆ จากข่าวและสื่อมีเดีย เช่น วิทยุ โทรทัศน์ และอินเทอร์เน็ต ฯลฯ เพื่อจะได้ปรับทัศนคติและมีความรู้ความเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เป็นการบริหารความคิดและป้องกันมิให้สมองเสื่อมถอยลง

นอกจากนั้น ควรให้สร้างคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุในการช่วยเหลือครอบครัวในสิ่งที่เหมาะสม เช่น ดูแลเด็กเล็ก ช่วยดูแลบ้านเมื่อลูกหลานออกไปทำงาน รักษาตนเองให้มีสุขภาพให้แข็งแรงสมบูรณ์ รู้จักออกกำลังกายตามความเหมาะสม เพื่อมิให้เป็นเป็นกังวลแก่บุตรหลานหรือผู้อยู่ร่วมกัน หลักสูตรควรจะเป็นการส่งเสริมและช่วยเหลือในการดูแลผู้สูงอายุด้วยการร่วมมือร่วมใจและปฏิบัติอย่างจริงจังของผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่าย โดยเริ่มจากตัวผู้สูงอายุเอง สมาชิกในครอบครัวและชุมชน รวมถึงหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันครอบครัวจะได้ตระหนักเกี่ยวกับบทบาทความสำคัญ ที่จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่ามีคุณค่า ความสำคัญต่อครอบครัวและสังคม

๓. เพิ่มพูนความรู้ หลักสูตรควรเหมาะสมกับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุที่จะสามารถดูแลสุขภาพตนเอง มีสร้างภาวะแก่ญาติพี่น้องและผู้อื่น มุ่งเน้นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพของประเทศชาติ โดยเฉพาะการให้ความรู้ทางด้านสิทธิประโยชน์พึงจะได้รับตามกฎหมาย วิธีการดูแลสุขภาพเบื้องต้นของผู้สูงอายุ การสร้างเจตคติและการปรับเปลี่ยนความคิดตามวัย การเป็นผู้สูงวัยอย่างมีคุณค่า ซึ่งการเพิ่มพูนความรู้ของผู้สูงอายุจะมุ่งเน้นเกี่ยวกับเป้าหมาย ได้แก่ สุขภาพของผู้สูงอายุ การเสริมสร้างสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ การจัดการความเครียดและอารมณ์ การร่วมกิจกรรมในสังคม และความมั่นคงแห่งชีวิตและสวัสดิการของผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดการยอมรับ และสามารถปรับพฤติกรรมให้เป็นผู้สูงวัยอย่างล้ำค่าแก่บุตรหลานและสังคมต่อไป

๔. พัฒนาทักษะชีวิตผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุจะต้องมีการพัฒนาทักษะชีวิตในการเรียนรู้ เพื่อที่พัฒนาตนเองและใช้ทักษะชีวิตเพื่อสร้างเจตคติในการเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีความสามารถวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาในการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เพื่อปรับตัวและป้องกันตนเองในสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการพัฒนาทักษะของผู้สูงอายุมีลักษณะในการฝึกฝนและพัฒนา ได้แก่

๔.๑ การพัฒนาทักษะชีวิตทางด้านร่างกาย เมื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุเป็นเรื่องปกติที่สภาพร่างกายหรือเซลล์ต่างๆ เริ่มตายและการสร้างเซลล์ทดแทนได้จำนวนน้อย เกิดภาวะความเชื่อช้า สภาพร่างกายเสื่อมโทรม สึกหรือ จนทำให้บุคลิกภาพเสียตามไปด้วย เช่น หลังโก่ง ผมหงอก ฟันหลุดร่วง ตาฝ้าฟาง หูตึง ผิวหนังเหี่ยวย่น กล้ามเนื้อหย่อนยาน บางรายมือเท้าสั่น การทรงตัวไม่ดี เป็นต้น การพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายนั้น ผู้สูงอายุควรตระหนักและคำนึงถึงสุขภาพร่างกาย โดยการใส่ใจที่จะออกกำลังกายและดูแลรักษาร่างกายให้สมบูรณ์ เข้าใจและยอมรับสภาพร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงไป โดยการจัดกิจกรรมเสริมทักษะที่สร้างความมั่นใจแก่ผู้สูงอายุที่สามารถทำตามที่ตนเองชอบและมีความถนัด ทั้งทักษะงานวิชาชีพ อาทิ งานอดิเรก เช่น การทำหัตถกรรม การจักรสาน งานประดิษฐ์วัสดุในท้องถิ่น ฯลฯ การละเล่นพื้นเมือง เช่น การฟ้อน การรำ การเต้นที่มีความเหมาะสมกับวัย ฯลฯ กิจกรรมกีฬา เช่น กีฬาผู้สูงอายุ ปั่นจักรยาน ฯลฯ การเล่นดนตรีพื้นเมืองและร้องเพลง เช่น สะล้อ ซอ ซึง กลอง ฯลฯ และการมีชมรมในการสร้างจิตอาสา เช่น ชมรมจิตอาสาพัฒนาศาสนสถาน ชมรมจิตอาสาในการดูแลผู้ป่วยติดเตียง ฯลฯ กิจกรรมดังกล่าว เป็นการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ที่เสริมสร้างทักษะชีวิตทางด้านร่างกายและตนเอง

๔.๒ การพัฒนาทักษะชีวิตด้านอารมณ์ ปกติเมื่อเข้าสู่ช่วงสูงวัยจะมีพฤติกรรมที่บ่งบอก ได้แก่ ชอบบ่น อารมณ์ไม่คงที่ โกรธง่าย ใจดี น้อยใจ ขี้เหงา ฯลฯ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยสิ่งแวดล้อมในครอบครัว เศรษฐกิจ สังคมและประสบการณ์ที่ผ่านมา การพัฒนาชีวิตทางอารมณ์เป็นสิ่งที่อ่อนไหวมาก โดยส่วนใหญ่ผู้สูงวัยจะมีความพึงพอใจจะเกิดจากการสร้างมิตรภาพ การมีโอกาสนช่วยเหลือผู้อื่น และการให้ทานบริจาคทุนทรัพย์เพื่อช่วยเหลือทางด้านสาธารณสุขกุศลในรูปแบบต่างๆ

๔.๓ การพัฒนาทักษะชีวิตด้านสังคม บุคคลวัยนี้ส่วนใหญ่จะสนใจเรื่องวัด ธรรมะธัมโม ใจบุญสุนทาน บางรายสละเพศเข้าสู่บรรพชิตอีกครั้ง อย่างไรก็ตาม บางรายสิ่งแวดล้อมและเศรษฐกิจบังคับให้ไม่สามารถทำตามที่ใจปรารถนาได้ ต้องหาเลี้ยงชีพหรือได้รับมอบหมายให้เป็นผู้เลี้ยงดูเด็กเล็กๆจึงกลายเป็นที่พึ่งและเพื่อนเล่นของลูกหลาน มีความสุขและเพลิดเพลินไปกับลูกหลานตัวเล็กๆ

๔.๔ การพัฒนาทักษะชีวิตด้านสติปัญญา บุคคลวัยนี้มักจะมีความคิดอ่านที่ดี สุขุมรอบคอบ แต่ขาดความคิดริเริ่ม มักยึดถือหลักเกณฑ์ที่ตนเองเชื่อ หลงลืมง่าย ความจำเลอะเลือน ทำให้ความสามารถในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เป็นไปได้ยากมากวัยชราเป็นวัยที่ส่วนต่างๆ ของร่างกายค่อยๆ เสื่อมลงไปตามเวลา สมอเริ่มเสื่อมโถมอวัยวะต่างๆ ทำงานอย่างไม่ค่อยมีประสิทธิภาพ กล้ามเนื้ออ่อนเหลวและถูกแทนที่ด้วยไขมัน ความแข็งแรง กำลังวังชาลดน้อยถอยลง แต่ในด้านความสามารถทางด้านจิตใจอาจจะมีการพัฒนาขึ้นเรื่อยๆ เช่น มีความสุขุม รอบคอบขึ้น จิตใจเยือกเย็น ดังนั้น ถ้าหากลูกหลานเข้าใจถึงพฤติกรรมต่างๆ ของคนวัยชรา และปฏิบัติต่อคนชราอย่างเหมาะสม ก็จะช่วยให้คนชรา รู้สึกว่าตนเองยังมีคุณค่าอยู่และผลที่จะคืนกลับสู่ลูกหลานคือ การมีที่พึ่งทางใจที่อบอุ่นและจริงใจ สำหรับคนวัยชราเองก็ควรที่จะศึกษาหาแนวทางปฏิบัติให้เหมาะสมกับวัยชราของตนเอง เช่น การหากิจกรรมที่สอดคล้องกับชีวิตบางรายสิ่งแวดล้อม

๒. กลวิธีการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น การจัดการกลไกในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมนั้น ซึ่งมีกลวิธีนำไปสู่ความสำเร็จโดยการปฏิบัติงานร่วมกับกลุ่มบุคคลและหน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยกลวิธีเพื่อส่งเสริมและพัฒนาการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุให้เกิดประสิทธิภาพประสิทธิผลจะต้องมีกลุ่มแนวร่วมในการจัดการจำนวน ๔ กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ ๑ ชมรมผู้สูงอายุมีบทบาทในการส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน จัดกิจกรรมด้านต่างๆ รวมทั้งสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ ฅาปนกิจสงเคราะห์) เพื่อนช่วยเพื่อน เยี่ยมเยียนผู้สูงอายุสนับสนุนกิจกรรมด้านประเพณีวัฒนธรรมสำหรับผู้สูงอายุ (และกิจกรรมดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน บางแห่งมีสภาสาขาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยสมาคม/ ชมรมผู้สูงอายุ ทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงที่จะส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุทั้งระดับอำเภอและระดับจังหวัด

กลุ่มที่ ๒ กลุ่มจิตอาสา ที่มุ่งเน้นส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มจิตอาสา/อาสาสมัคร เพื่อให้การช่วยเหลือและดูแลสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ และเชิญชวนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ประเพณีวัฒนธรรมและวันสำคัญต่างๆ

กลุ่มที่ ๓ องค์กรศาสนา จะเน้นการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ประเพณีวัฒนธรรม และวันสำคัญต่างๆ บางแห่งสนับสนุนในการดูแลสุขภาพกายและใจ

บางแห่งมีหน่วยงานสาธารณสุขอยู่ในพื้นที่เพื่อให้บริการดูแลรักษาสุขภาพทั่วไป ตลอดจนเป็นแหล่งการเรียนรู้ศึกษาดูงาน และฝึกงานด้านส่งเสริมอาชีพแก่ผู้สูงอายุและคนในชุมชน

กลุ่มที่ ๔ กลุ่มองค์กรชุมชน เน้นการส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มทางสังคม และจัดสวัสดิการเพื่อช่วยเหลือและดูแลคนในชุมชนทุกกลุ่ม อาทิ กลุ่ม ฅาปนกิจสงเคราะห์ กลุ่มวิสาหกิจชุมชนกลุ่มออมทรัพย์กลุ่มการเกษตร/เลี้ยงสัตว์กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มภูมิปัญญาท้องถิ่น กลุ่มผู้นำชุมชน

ดังนั้น การผลักดันให้เกิดการขับเคลื่อนกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมจำเป็นจะต้องมีการส่งเสริมและสนับสนุนการทำงานร่วมกันของกลุ่มดังกล่าว โดยมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นแกนกลางในการประสานและระดมความคิดในการสร้างสรรค์กิจกรรมต่างๆ ต่างให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่า การมีส่วนร่วมกับสังคม การรับผิดชอบต่อสังคม การฝึกทักษะพัฒนาตนเองและมีจิตอาสาบำเพ็ญประโยชน์ผู้สูงวัยให้เป็นสังคมแห่งความสุขได้อย่างแท้จริง



๔.๓ การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธรศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธรศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ก่อนให้เกิดองค์ความรู้จากงานวิจัยเรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) โดยมีแผนภูมิภาพดังนี้



แผนภูมิภาพที่ ๑ จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา หรือ VMCU Model

สำหรับการพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธรศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน คณะผู้วิจัยได้ขับเคลื่อนนวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธรศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูนร่วมกับประชาชนจิตอาสา ผู้นำชุมชน คณะสงฆ์ และหน่วยงานราชการในพื้นที่ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั้ง ๓ แห่งในพื้นที่ จนเกิดความร่วมมือ และเครือข่ายการดูแลผู้สูงอายุที่เป็นรูปธรรม ดังนี้

๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer)

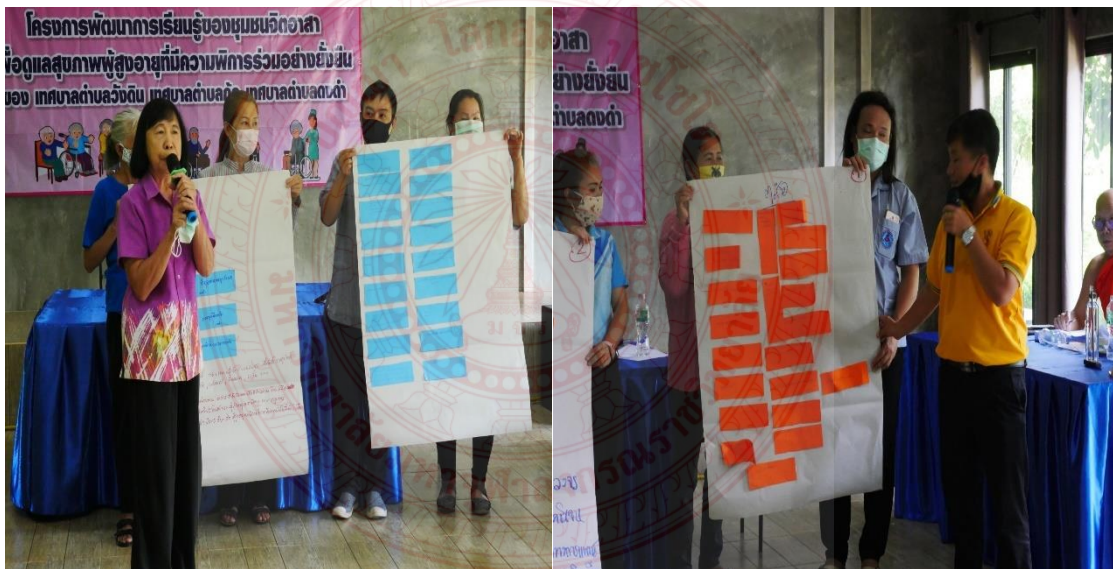
การพัฒนาบทบาทการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน จะต้องจัดตั้งหรือรวมกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนอย่างเข้มแข็ง ยกกระตือรือร้นพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุ ให้มีระบบการดูแลผู้สูงอายุที่ดีกว่าเดิม อาทิเช่น พัฒนาเป็นศูนย์ดูแลและพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุหรือศูนย์ดูแลผู้สูงอายุเวลากลางวัน (Day Care) เหมือนศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในชุมชนและใกล้บ้าน เพื่อเป็นการส่งเสริมสวัสดิการของผู้สูงอายุ ลดความเหลื่อมล้ำทางสังคม และการดูแลผู้สูงอายุให้พักผ่อนหลังวัยเกษียณ โดยเทศบาลมีบทบาทในการผลักดันให้เกิดกลุ่มหรือชมรมผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยวิธีการแต่งตั้งคณะกรรมการประจำโรงเรียน ประธานหัว แกนนำกลุ่มแต่หมู่ในเขตพื้นที่เทศบาลเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นตั้งระเบียบ กฎกติกา และข้อปฏิบัติแก่นักเรียนผู้สูงอายุในโรงเรียน โดยกลุ่มจิตอาสาส่วนมากจะเป็นบุคคลที่เกษียณราชการแต่มีเจตนารมณ์ในการช่วยเหลือกลุ่มผู้สูงอายุ เช่น กลุ่ม Caregiving ที่ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียง โดยผลักดันแกนนำเพื่อสร้างจิตอาสาของโรงเรียนผู้สูงอายุในการดูแลสมาชิกเอง ถือได้ว่าเป็นบทบาทที่สำคัญในการสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการพัฒนาตนเองและการรับผิดชอบต่อสมาชิกในชุมชนที่มีสถานภาพเดียวกันได้เป็นอย่างดี คณะผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมการพัฒนาการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูนดังนี้



ภาพที่ ๔.๓ กิจกรรมการพัฒนาการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน



ภาพที่ ๔.๔ การวิเคราะห์ปัญหาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม



ภาพที่ ๔.๕ การสร้างกระบวนการวิเคราะห์ปัญหาและสร้างการเรียนรู้ร่วมกัน

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) มีบทบาทในการจัดการดูแลสุขภาพของประชาชน โดยร่วมมือกับชุมชนและภาคีภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง เพื่อดำเนินงานและบริหารจัดการระบบหลักประกันสุขภาพให้แก่ประชาชน โดยเฉพาะการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค รวมทั้งการพัฒนาระบบสุขภาพชุมชนในระดับท้องถิ่นเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของประชาชนในแต่ละชุมชนท้องถิ่นมากขึ้น ส่วนของการดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่จะมีนโยบายในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตแก่ผู้สูงอายุ โดยการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนาวิถีการใช้ชีวิต เป็นการส่งเสริมคุณภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์และปัญญา โดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทในการขับเคลื่อนนโยบายภาครัฐเข้าสู่ยุทธศาสตร์ท้องถิ่นในการปฏิบัติ ซึ่งกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลก้อ ตำบลดงคำ และวังดิน อำเภอสี จังหวัดลำพูน และคณะผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมเยี่ยมผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกให้แก่ผู้สูงอายุ ดังนี้



ภาพที่ ๔.๖ การลงนามบันทึกข้อตกลง “คำมั่นสัญญา”



ภาพที่ ๔.๗ การลงนามบันทึกข้อตกลง “คำมั่นสัญญา” ของคณะสงฆ์ ประชาชนจิตอาสา และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น



จิต (มหาจุฬาลง) อาสา

“นวัตกรรมการเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน”

โดย ทีมงานวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ภาพที่ ๔.๘ ตราสัญลักษณ์โครงการ “จิต (มหาจุฬาลง) อาสา



ภาพที่ ๔.๙ เสื้อทีมงาน “จิต (มหาจุฬาลง) อาสา

๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support)

การดำรงชีวิตของผู้สูงอายุร่วมกับครอบครัวและสังคมอย่างมีความสุขนั้น จำเป็นจะต้องตระหนักถึงวิธีการที่จะทำให้ผู้สูงอายุปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความสุข ได้แก่ การสร้างจิตใจให้เบิกบาน ร่าเริง แจ่มใส ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ผ่อนคลายทางอารมณ์ เกิดความสุขสงบ และเหมาะสมกับวัย อาทิเช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ อ่านหนังสือหรือทำกิจกรรมเบาๆ ที่เหมาะสมกับวัย เป็นต้น และควรมีวิธีวางตนเพื่อให้บุตรหลานได้เกิดความศรัทธา เชื่อมั่นและเป็นที่พึ่งเมื่อยามเดือดร้อนหรือทุกข์ใจ การรู้เท่าทันเหตุการณ์ต่างๆ จากข่าวและสื่อมีเดีย เช่น วิทยุ โทรทัศน์ และอินเทอร์เน็ต ฯลฯ เพื่อจะได้ปรับทัศนคติและมีความรู้ความเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เป็นการบริหารความคิดและป้องกันมิให้สมองเสื่อมถอยลง นอกจากนี้ ควรให้สร้างคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุในการช่วยเหลือครอบครัวในสิ่งที่เหมาะสม เช่น ดูแลเด็กเล็ก ช่วยดูแลบ้านเมื่อลูกหลานออกไปทำงาน รักษาตนเองให้มีสุขภาพให้แข็งแรงสมบูรณ์ รู้จักออกกำลังกายตามความเหมาะสม เพื่อมิให้เป็นเป็นกังวลแก่บุตรหลานหรือผู้อยู่ร่วมกัน หลักสูตรควรจะเป็นการส่งเสริมและช่วยเหลือในการดูแลผู้สูงอายุด้วยการร่วมมือร่วมใจและปฏิบัติอย่างจริงจังของผู้อยู่ข้องทุกฝ่าย โดยเริ่มจากตัวผู้สูงอายุเอง สมาชิกในครอบครัวและชุมชน รวมถึงหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันครอบครัวจะได้ตระหนักเกี่ยวกับบทบาท ความสำคัญ ที่จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่ามีคุณค่า ความสำคัญต่อครอบครัวและสังคม คณะผู้วิจัยและประชาชนจิตอาสา ร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้จัดกิจกรรมเพื่อสร้างขวัญและให้กำลังใจแก่ผู้สูงอายุ ดังนี้



ภาพที่ ๔.๑๑ วางแผนพัฒนาทีมงานประชาชนจิตอาสา



ภาพที่ ๔.๑๒ เยี่ยมผู้สูงอายุและตรวจสุขภาพถึงบ้าน



ภาพที่ ๔.๑๓ จัดกิจกรรมสนทนา และให้ความรู้เรื่องสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ



ภาพที่ ๔.๑๔ จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

๓) ท่วงใยและเกื้อกูล (Caring)

ผู้สูงอายุถือได้ว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่ทรงคุณค่า ที่สังคมควรใส่ใจและดูแลอย่างใกล้ชิด ในฐานะผู้สร้างคุณประโยชน์นานับประการแก่ครอบครัวและสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ ทั้งหน้าที่การงาน(ต้องเกษียณ) สถานภาพในครอบครัวจากผู้ให้ความช่วยเหลือต้องกลายมาเป็นผู้รับความช่วยเหลือ ความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมย่อมส่งผลให้ผู้สูงวัย โดยจะต้องปรับตัวและควบคุมสภาพจิตใจให้ยอมรับ แต่หากการปรับตัวได้ช้า ยึดติดกับความคิดแบบเก่า เอาเหตุผลของตัวเองเป็นหลักก็ย่อมส่งผลให้เกิดความเครียด หรือแสดงอาการออกมาในลักษณะต่างๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับนิสัย ประสบการณ์ การศึกษาและสภาพแวดล้อม โดยส่วนมากพฤติกรรมของผู้สูงอายุจะยึดติดกับตัวเอง ไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและไม่รับรู้สิ่งใหม่ๆ ที่เข้ามาในชีวิต มักรู้สึกว่าตัวเองด้อยค่า ถูก ลดความสำคัญลงไปจนเกิดความรู้สึกท้อแท้ น้อยใจ ความรู้สึกที่กระทบกระเทือนใจอาจทำให้เกิดความฉุนเฉียวได้มากกว่าปกติ เพราะผู้สูงอายุมักรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองลดลงทำให้ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์และสนใจเกี่ยวกับความรู้สึกหรือความพอใจของตนเองเท่านั้น ประชาชนจิตอาสา จึงได้จัดกิจกรรมเยี่ยมและให้กำลังใจผู้สูงอายุ ดังนี้



ภาพที่ ๔.๑๖ จิตอาสาเยี่ยมและให้กำลังใจผู้สูงอายุ



ภาพที่ ๔.๑๗ ประชาชนจิตอาสา ให้การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม

๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design)

ผู้สูงอายุมีความต้องการให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แม้สภาพความจริงแล้วผู้สูงอายุจะมีโรคประจำตัวที่เกิดจากความเคยชินในการใช้ชีวิตจนติดเป็นนิสัย จนเป็นมูลเหตุของปัญหาด้านสุขภาพก็ตาม อีกประการหนึ่ง ผู้สูงอายุมิได้ตระหนักในการดูแลสุขภาพในช่วงที่ร่างกายแข็งแรง พอเข้าสู่ช่วงสูงวัยทำให้สุขภาพแยลงอย่างรวดเร็ว จนทำให้ต้องมีบุคคลคอยให้การช่วยเหลือดูแลอย่างใกล้ชิด การอยู่อาศัยก็เป็นปัจจัยสำคัญยิ่ง ด้วยผู้สูงวัยอยู่ในช่วงที่สามารถเกิดความเสี่ยงได้มาก การกินการอยู่จะต้องถูกต้องตามสุขลักษณะและเหมาะสม เมื่อเจ็บป่วยจะต้องมีผู้ดูแลช่วยเหลือให้การพยาบาลอย่างใกล้ชิด มีการตรวจวัดสุขภาพเป็นประจำเพื่อป้องกันมิให้เกิดโรคหรือสามารถรักษาโรคได้ทันทั่วทั้งที่ ต้องการรับบริการรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐ ต้องการพักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ ต้องการบำรุงรักษาร่างกายและการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ เช่น การหกล้ม ทางเดิน ที่นั่ง ฯลฯ ความต้องการและความสนใจในการดูแลสุขภาพทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการป้องกันความเสื่อมถอยควรได้รับการออกกำลังกายที่เหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ โดยการจัดกิจกรรมหรือการออกกำลังกายที่เหมาะสมและตามคำแนะนำจากแพทย์ ดังนั้น การหนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวกจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม คณะผู้วิจัยและประชาชนจิตอาสาได้ร่วมกันจัดหารถวิลแชร์ เตียงพยาบาลสำหรับผู้สูงอายุ และสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ พร้อมทั้งสิ่งของอุปโภค บริโภคดังนี้



ภาพที่ ๔.๑๘ สิ่งอำนวยความสะดวกและสิ่งของอุปโภค บริโภคสำหรับผู้สูงอายุ



ภาพที่ ๔.๑๘ กล่องอเนกประสงค์ “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา”



ภาพที่ ๔.๑๙ เตียงผู้ป่วยสำหรับผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม



ภาพที่ ๔.๒๐ นำส่งเตียงผู้ป่วยสำหรับผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม

๔.๔ องค์ความรู้จากงานวิจัยและการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

การพัฒนาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๕ กลุ่ม ได้แก่ ๑) ชมรมผู้สูงอายุ ๒) กลุ่มจิตอาสา ๓) องค์กรศาสนา ๔) กลุ่มองค์กรชุมชน และ ๕) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น การขับเคลื่อนกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมจำเป็นต้องมีการส่งเสริมและสนับสนุนการทำงานร่วมกันของกลุ่มดังกล่าว โดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นแกนกลางในการประสานและระดมความคิดในการสร้างสรรค์กิจกรรมให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่า การมีส่วนร่วมกับสังคม การรับมือต่อสังคม การฝึกทักษะพัฒนาตนเองและมีจิตอาสาบำเพ็ญประโยชน์ให้สังคมผู้สูงอายุให้เป็นสังคมแห่งความสุขได้อย่างแท้จริง

ส่วนการพัฒนาการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาเพื่อดูแลสุขภาพผู้สูงอายุมือถือประกอบสำคัญ ๓ ประการ คือ วิชาชีวิต วิชาชีพ และวิชาการ โดยบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการส่งเสริมการเรียนรู้ ๔ มิติ คือ (๑) มิติทางกาย-ศีลสิกขา (๒) มิติทางสังคม-ศีลสิกขา (๓) มิติทางจิตใจ-สมาธิสิกขา (๔) มิติทางปัญญา-ปัญญาสิกขา การดูแลของชุมชนจิตอาสาด้วยจุดมุ่งหมายที่จะให้ผู้สูงอายุมีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ไม่ทุกข์กับความเจ็บป่วย ทำชีวิตให้มีคุณภาพ สุขภาพแข็งแรงและสมรรถภาพสมบูรณ์

การสร้างนวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่ นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๒) เพื่อศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓) เพื่อพัฒนานวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ พื้นที่วิจัย คือ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ๑) ผู้บริหารเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๑๕ คน ๒) ผู้สูงอายุ ๖๐ คน ๓) ชาวบ้านที่มาทำจิตอาสา ๖๐ คน คัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และแนวทางการสนทนากลุ่ม ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา แล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๑. ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ ต้องการความช่วยเหลือหรือเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น ผู้มีบทบาทสำคัญ คือ บุคคลในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายในการช่วยเหลือด้านสวัสดิการ

๒. บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น มี ๕ ประการ คือ ๑) บทบาทตามพระราชบัญญัติตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด ๓) บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ และ ๕) บทบาทการผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา

๓. นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่ นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

๕.๒ อภิปรายผล

การพัฒนาและส่งเสริมคุณภาพชีวิตเพื่อเป็นกลไกในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน สามารถจำแนกตามโครงสร้างออกเป็น ๒ ส่วน ได้แก่

๑. หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ กลไกการพัฒนาและส่งเสริมการดูแลผู้สูงอายุด้วยการเรียนรู้ในโรงเรียนผู้สูงอายุถือเป็นรูปแบบของการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาทักษะคุณภาพชีวิตที่มีกิจกรรมเกี่ยวกับสิ่งที่ผู้สูงอายุให้สนใจ และมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เป็นการเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิตเบื้องต้นที่มีความจำเป็นสำหรับวัย จากความร่วมมือกับภาคี/เครือข่ายที่เป็นวิทยากรจิตอาสาและเป็นพื้นที่ให้แก่ผู้สูงอายุได้แสดงศักยภาพ อาทิเช่น การถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ที่สั่งสมมาเผยแพร่หรือการสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าคู่กับชุมชน โดยมีวัตถุประสงค์ของการจัดการเพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์/สติปัญญา และสังคมและเนื้อหาสาระที่แบ่งตามโครงสร้างของโรงเรียนผู้สูงอายุออกเป็น ๓ ส่วน ได้แก่

๑) กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาทักษะชีวิต จำนวน ๕๐% หมายถึง ความรู้ทักษะที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในการนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันและอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข

๒) กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาชีพทักษะอาชีพ ๓๐% หมายถึง แนวทางการส่งเสริมความรู้และทักษะด้านอาชีพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุตามความสนใจและความถนัด

๓) กลุ่มสาระการเรียนรู้วิชาทักษะวิชาการ ๒๐% หมายถึง การให้ความรู้ สร้างความเข้าใจและสร้างองค์ความรู้ในเรื่องต่างๆ ที่เห็นประโยชน์ผู้สูงอายุ เนื้อหาและสาระของกลุ่มรายวิชาดังกล่าว เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีและการอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข มีเกียรติ มีศักยภาพในการพึ่งพาตนเอง และเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้สูงอายุ แก่อนุชนรุ่นหลัง โดยเนื้อหาสาระของรายวิชาจะมีปัจจัย ๔ อย่างเพื่อใช้เป็นกำหนดเนื้อหาและรายวิชาที่จะสอนในโรงเรียน ได้แก่

๑. ผู้สูงอายุให้ความสนใจ เมื่อก้าวสู่ช่วงสังคมสูงวัยนั้น การจัดการหลักสูตรควรให้การช่วยเหลือผู้สูงอายุตามแบบจารีต วัฒนธรรมดั้งเดิมของท้องถิ่นที่บุตรหลานพึ่งดูแลพ่อ แม่ ญาติ และผู้สูงวัย แต่ปัจจุบันการเปลี่ยนทางด้านเศรษฐกิจและสังคมส่งผลกระทบต่อวัฒนธรรมแห่งวิถีชีวิตไทย ซึ่งส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของผู้สูงอายุอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่สังคมควรตระหนักความรับผิดชอบต่อบุคคลกลุ่มนี้ เพราะเป็นวัยที่สภาพร่างกายและจิตใจ ทดถอยลงตามธรรมชาติ การดูแลและใส่ใจผู้สูงอายุพึงกระทำตามสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องและสนใจ โดยปกติความต้องการและความสนใจของผู้สูงอายุสามารถจำแนกได้ ๓ อย่าง ได้แก่

๑.๑ ความต้องการด้านร่างกาย ผู้สูงอายุมีความต้องการให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แม้สภาพความจริงแล้วผู้สูงอายุจะมีโรคประจำตัวที่เกิดจากความเคยชินในการใช้ชีวิต จนติดเป็นนิสัย จนเป็นมูลเหตุของปัญหาด้านสุขภาพก็ตาม อีกประการหนึ่ง ผู้สูงอายุมีได้ตระหนักในการดูแลสุขภาพในช่วงที่ร่างกายแข็งแรง พอเข้าสู่ช่วงสูงวัยทำให้สุขภาพแยลงอย่างรวดเร็ว จนทำให้ต้องมีบุคคลคอยให้การช่วยเหลือดูแลอย่างใกล้ชิด การอยู่อาศัยก็เป็นปัจจัยสำคัญยิ่ง ด้วยผู้สูงอายุอยู่ในช่วงที่สามารถเกิดความเสี่ยงได้มาก การกินการอยู่จะต้องถูกต้องตามสุขลักษณะและเหมาะสม เมื่อ

เจ็บป่วยจะต้องมีผู้ดูแลช่วยเหลือให้การพยาบาลอย่างใกล้ชิด มีการตรวจวัดสุขภาพเป็นประจำเพื่อป้องกันมิให้เกิดโรคหรือสามารถรักษาโรคได้ทันเวลาที่ ต้องการรับบริการรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐ ต้องการพักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ ต้องการบำรุงรักษาร่างกายและการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ เช่น การหกล้ม ทางเดิน ที่นั่ง ฯลฯ ความต้องการและความสนใจในการดูแลสุขภาพทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการป้องกันความเสื่อมถอยควรได้รับการออกกำลังกายที่เหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ โดยการจัดกิจกรรมหรือการออกกำลังกายที่เหมาะสมและตามคำแนะนำจากแพทย์

๑.๒ ความต้องการด้านจิตใจ ผู้สูงอายุถือได้ว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่ทรงคุณค่า ที่สังคมควรใส่ใจและดูแลอย่างใกล้ชิด ในฐานะผู้สร้างคุณประโยชน์นานัปการแก่ครอบครัวและสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุทั้งหน้าที่การงาน(ต้องเกษียณ) สถานภาพในครอบครัวจากผู้ให้ความช่วยเหลือต้องกลายมาเป็นผู้รับความช่วยเหลือ ความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมย่อมส่งผลให้ผู้สูงวัย โดยจะต้องปรับตัวและควบคุมสภาพจิตใจให้ยอมรับ แต่หากการปรับตัวได้ช้า ยึดติดกับความคิดแบบเก่า เอาเหตุผลของตัวเองเป็นหลักก็ย่อมส่งผลให้เกิดความเครียด หรือแสดงอาการออกมาในลักษณะต่างๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับนิสัย ประสบการณ์ การศึกษาและสภาพแวดล้อม โดยส่วนมากพฤติกรรมของผู้สูงอายุจะยึดติดกับตัวเอง ไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและไม่รับรู้สิ่งใหม่ๆ ที่เข้ามาในชีวิต มักรู้สึกที่ตัวเองด้อยค่า ถูก ลดความสำคัญลงไปจนเกิดความรู้สึกท้อแท้ น้อยใจ ความรู้สึกที่กระทบกระเทือนใจอาจทำให้เกิดความฉุนเฉียวได้มากกว่าปกติ เพราะผู้สูงอายุมักรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองลดลงทำให้ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์และสนใจเกี่ยวกับความรู้สึกหรือความพอใจของตนเองเท่านั้น

๑.๓ ความต้องการทางสังคมและเศรษฐกิจ โดยทั่วไปผู้สูงอายุต้องการเป็นที่เคารพและยกย่องจากครอบครัวและสังคมเหมือนครั้งก่อน ต้องการมีบทบาทและมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่างๆ ต้องการพึ่งพาช่วยเหลือตนเองให้มากและขอความช่วยเหลือผู้อื่นให้น้อย และไม่ต้องการให้ตัวเองถูกมองนำเสนอจนรู้สึกที่ไร้คุณค่า จนกระทั่งผู้อื่นเกิดความเมตตาสงสาร อย่างไรก็ตาม ผู้สูงวัยต้องการมีเงินไว้คอยเลี้ยงดูตนเอง เพื่อมิให้เป็นภาระแก่บุตรหลาน ผู้สูงอายุบางคนเมื่อลาออกจากงานแล้วมีเงินเก็บก้อนหนึ่งไว้ใช้ในยามแก่เฒ่าจากการบริการของภาครัฐฯ ซึ่งช่วยในการเยียวยารักษาพยาบาลแบบให้เปล่าหรือสวัสดิการอื่นๆ อีกมากมาย อย่างไรก็ตาม ความต้องการทางสังคมและเศรษฐกิจอันแท้จริงที่ผู้สูงอายุต้องการ ได้แก่ การดูแลเอาใจใส่ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ซึ่งเป็นหน้าที่ของบุตร หลาน สมาชิกในครอบครัว สังคม และการดูแลจากภาครัฐบาลที่ให้ความสำคัญกับสังคมผู้สูงอายุ(Aging Society) เพื่อเป็นการช่วยเหลือ ดูแลและป้องกันความเสื่อมถอยทางสังคมให้แก่ผู้สูงอายุในการใช้ชีวิตร่วมกับสังคม

๒. ความจำเป็นต่อการดำเนินชีวิต หลักสูตรสำหรับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายรร่วมกับครอบครัวและสังคมอย่างมีความสุขนั้น จำเป็นจะต้องตระหนักถึงวิธีการที่จะทำให้ผู้สูงอายุปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความสุข ได้แก่ การสร้างจิตใจให้เบิกบาน ร่าเริง แจ่มใส ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ผ่อนคลายทางอารมณ์ เกิดความสุขสงบ และเหมาะสมกับวัย อาทิเช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ อ่านหนังสือหรือทำกิจกรรมเบาๆ ที่เหมาะสมกับวัย เป็นต้น และควรมีวิธีวางตนเพื่อให้บุตรหลานได้เกิดความรู้สึกศรัทธา เชื่อมั่นและเป็นที่พึ่งเมื่อยามเดือดร้อนหรือทุกข์ใจ การรู้เท่าทันเหตุการณ์ต่างๆ จากข่าวและ

สื่อมีเดีย เช่น วิทยุ โทรทัศน์ และอินเทอร์เน็ตฯลฯ เพื่อจะได้ปรับทัศนคติและมีความรู้ความเข้าใจการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เป็นการบริหารความคิดและป้องกันมิให้สมองเสื่อมถอยลง

นอกจากนั้น ควรให้สร้างคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุในการช่วยเหลือครอบครัวในสิ่งที่เหมาะสม เช่น ดูแลเด็กเล็ก ช่วยดูแลบ้านเมื่อลูกหลานออกไปทำงาน รักษาตนเองให้มีสุขภาพให้แข็งแรง สมบูรณ์ รู้จักออกกำลังกายตามความเหมาะสม เพื่อมิให้เป็นเป็นกังวลแก่บุตรหลานหรือผู้อยู่ร่วมกัน หลักสูตรควรจะเป็นการส่งเสริมและช่วยเหลือในการดูแลผู้สูงอายุด้วยการร่วมมือร่วมใจและปฏิบัติอย่างจริงจังของผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่าย โดยเริ่มจากตัวผู้สูงอายุเอง สมาชิกในครอบครัวและชุมชน รวมถึงหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันครอบครัวจะได้ตระหนักเกี่ยวกับบทบาท ความสำคัญ ที่จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่ามีคุณค่า ความสำคัญต่อครอบครัวและสังคม

๓. เพิ่มพูนความรู้ หลักสูตรควรเหมาะสมกับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุที่จะสามารถดูแลสุขภาพของตนเอง มีสร้างภาระแก่ญาติพี่น้องและผู้อื่น มุ่งเน้นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพของประเทศชาติ โดยเฉพาะการให้ความรู้ทางด้านสิทธิประโยชน์ที่จะได้รับตามกฎหมาย วิธีการดูแลสุขภาพเบื้องต้นของผู้สูงอายุ การสร้างเจตคติและการปรับเปลี่ยนความคิดตามวัย การเป็นผู้สูงวัยอย่างมีคุณค่า ซึ่งการเพิ่มพูนความรู้ของผู้สูงอายุจะมุ่งเน้นเกี่ยวกับเป้าหมาย ได้แก่ สุขภาพของผู้สูงอายุ การเสริมสร้างสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ การจัดการความเครียดและอารมณ์ การร่วมกิจกรรมในสังคม และความมั่นคงแห่งชีวิตและสวัสดิการของผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดการยอมรับ และสามารถปรับพฤติกรรมให้เป็นผู้สูงวัยอย่างล้ำค่าแก่บุตรหลานและสังคมต่อไป

๔. พัฒนาทักษะชีวิต ผู้สูงอายุจะต้องมีการพัฒนาทักษะชีวิตในการเรียนรู้เพื่อที่พัฒนาตนเองและใช้ทักษะชีวิตเพื่อสร้างเจตคติในการเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีความสามารถวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาในการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น เพื่อปรับตัวและป้องกันตนเองในสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการพัฒนากิจกรรมของผู้สูงอายุมีลักษณะในการฝึกฝนและพัฒนา ได้แก่

๔.๑ การพัฒนาทักษะชีวิตด้านร่างกาย เมื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุเป็นเรื่องปกติที่สภาพร่างกายหรือเซลล์ต่างๆ เริ่มตายและการสร้างเซลล์ทดแทนได้จำนวนน้อย เกิดภาวะความเชื่องช้า สภาพร่างกายเสื่อมโทรม สึกหรือ จนทำให้บุคลิกภาพเสียตามไปด้วย เช่น หลังโก่ง ผมหงอก ฟันหลุดร่วง ตาฝ้าฟาง หูตึง ผิวหนังเหี่ยวย่น กล้ามเนื้อหย่อนยาน บางรายมือเท้าสั่น การทรงตัวไม่ดี เป็นต้น การพัฒนาทักษะทางด้านร่างกายนั้น ผู้สูงอายุควรตระหนักและคำนึงถึงสุขภาพร่างกาย โดยการใส่ใจที่จะออกกำลังกายและดูแลรักษาร่างกายให้สมบูรณ์ เข้าใจและยอมรับสภาพร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงไป โดยการจัดกิจกรรมเสริมทักษะที่สร้างความมั่นใจแก่ผู้สูงอายุที่สามารถทำตามที่ต้องการของตนเองชอบ และมีความถนัด ทั้งทักษะงานวิชาชีพ อาทิ งานอดิเรก เช่น การทำหัตถกรรม การจักรสาน งานประดิษฐ์วัสดุในท้องถิ่น ฯลฯ การละเล่นพื้นเมือง เช่น การฟ้อน การรำ การเต้นที่มีความเหมาะสมกับวัย ฯลฯ กิจกรรมกีฬา เช่น กีฬาผู้สูงอายุ ปั่นจักรยาน ฯลฯ การเล่นดนตรีพื้นเมืองและร้องเพลง เช่น สะล้อ ซอ ซึง กลอง ฯลฯ และการมีชมรมในการสร้างจิตอาสา เช่น ชมรมจิตอาสาพัฒนาศาสนสถาน ชมรมจิตอาสาในการดูแลผู้ป่วยติดเตียง ฯลฯ กิจกรรมดังกล่าว เป็นการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ที่เสริมสร้างทักษะชีวิตทางด้านร่างกายและตนเอง

๔.๒ การพัฒนาทักษะชีวิตด้านอารมณ์ ปกติเมื่อเข้าสู่ช่วงสูงวัยจะมีพฤติกรรมที่บ่งบอกได้แก่ ชอบบ่น อารมณ์ไม่คงที่ โกรธง่าย ใจดี น้อยใจ ขี้เหงา ฯลฯ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยสิ่งแวดล้อมในครอบครัว เศรษฐกิจ สังคมและประสบการณ์ที่ผ่านมา การพัฒนาชีวิตทางอารมณ์เป็นสิ่งที่อ่อนไหวมาก โดยส่วนใหญ่ผู้สูงวัยจะมีความพึงพอใจจะเกิดจากการสร้างมิตรภาพ การมีโอกาสช่วยเหลือผู้อื่น และการให้ทานบริจาคทุนทรัพย์เพื่อช่วยเหลือทางด้านสาธารณะกุศลในรูปแบบต่างๆ

๔.๓ การพัฒนาทักษะชีวิตด้านสังคม บุคคลวัยนี้ส่วนใหญ่จะสนใจเรื่องวัด ธรรมะธัมโม ใจบุญสุนทาน บางรายสละเพศเข้าสู่บรรพชิตอีกครั้ง อย่างไรก็ตาม บางรายสิ่งแวดล้อมและเศรษฐกิจบังคับให้ไม่สามารถทำตามที่ใจปรารถนาได้ ต้องหาเลี้ยงชีพหรือได้รับมอบหมายให้เป็นผู้เลี้ยงดูเด็กเล็กๆจึงกลายเป็นที่พึ่งและเพื่อนเล่นของลูกหลาน มีความสุขและเพลิดเพลินไปกับลูกหลานตัวเล็กๆ

๔.๔ การพัฒนาทักษะชีวิตด้านสติปัญญา บุคคลวัยนี้มักจะมีความคิดอ่านที่ดี สุขุมรอบคอบ แต่ขาดความคิดริเริ่ม มักยึดถือหลักเกณฑ์ที่ตนเองเชื่อ หลงใหลง่าย ความจำเลอะเลือน ทำให้ความสามารถในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เป็นไปได้ยากมากวัยชราเป็นวัยที่ส่วนต่างๆ ของร่างกายค่อยๆ เสื่อมลงไปตามเวลา สมอเริ่มเสื่อมโทรมอวัยวะต่างๆ ทำงานอย่างไม่ค่อยมีประสิทธิภาพ กล้ามเนื้ออ่อนเหลวและถูกแทนที่ด้วยไขมัน ความแข็งแรง กำลังวังชาลดน้อยถอยลง แต่ในด้านความสามารถทางด้านจิตใจอาจจะมีการพัฒนาขึ้นเรื่อยๆ เช่น มีความสุขุม รอบคอบขึ้น จิตใจเยือกเย็น ดังนั้น ถ้าหากลูกหลานเข้าใจถึงพฤติกรรมต่างๆ ของคนวัยชรา และปฏิบัติต่อคนชราอย่างเหมาะสม ก็จะช่วยให้คนชรา รู้สึกว่าตนเองยังมีคุณค่าอยู่และผลที่จะคืนกลับสู่ลูกหลานคือ การมีที่พึ่งทางใจที่อบอุ่นและจริงใจ สำหรับคนวัยชราเองก็ควรที่จะศึกษาหาแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสมกับวัยชราของตนเอง เช่น การหากิจกรรมที่สอดคล้องกับชีวิตบางรายสิ่งแวดล้อม

๒. กลวิธีการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น การจัดการกลไกในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมนั้น ซึ่งมีกลวิธีนำไปสู่ความสำเร็จโดยการปฏิบัติงานร่วมกับกลุ่มบุคคลและหน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยกลวิธีเพื่อส่งเสริมและพัฒนาการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุให้เกิดประสิทธิภาพประสิทธิผลจะต้องมีกลุ่มแนวร่วมในการจัดการจำนวน ๔ กลุ่ม ได้แก่

กลุ่มที่ ๑ ชมรมผู้สูงอายุมีบทบาทในการส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน จัดกิจกรรมด้านต่างๆ รวมทั้งสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ (ฌาปนกิจสงเคราะห์ เพื่อนช่วยเพื่อน เยี่ยมเยียนผู้สูงอายุ) สนับสนุนกิจกรรมด้านประเพณีวัฒนธรรมสำหรับผู้สูงอายุ และกิจกรรมดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน บางแห่งมีสภาสาขาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย/สมาคม ชมรมผู้สูงอายุ ทำหน้าที่เป็นที่เสียงที่จะส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่ม/จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุทั้งระดับอำเภอและระดับจังหวัด

กลุ่มที่ ๒ กลุ่มจิตอาสา ที่มุ่งเน้นส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มจิตอาสา/อาสาสมัคร เพื่อให้การช่วยเหลือและดูแลสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ และเชิญชวนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ประเพณีวัฒนธรรมและวันสำคัญต่างๆ

กลุ่มที่ ๓ องค์กรศาสนา จะเน้นการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ประเพณีวัฒนธรรม และวันสำคัญต่างๆ บางแห่งสนับสนุนในการดูแลสุขภาพกายและใจ

บางแห่งมีหน่วยงานสาธารณสุขอยู่ในพื้นที่เพื่อให้บริการดูแลรักษาสุขภาพทั่วไป ตลอดจนเป็นแหล่งการเรียนรู้ศึกษาดูงาน และฝึกงานด้านส่งเสริมอาชีพแก่ผู้สูงอายุและคนในชุมชน

กลุ่มที่ ๔ กลุ่มองค์กรชุมชน เน้นการส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดการรวมกลุ่มทางสังคม และจัดสวัสดิการเพื่อช่วยเหลือและดูแลคนในชุมชนทุกกลุ่ม อาทิ กลุ่ม ฅาปนกิจสงเคราะห์ กลุ่มวิสาหกิจชุมชนกลุ่มออมทรัพย์กลุ่มการเกษตร/เลี้ยงสัตว์กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มภูมิปัญญาท้องถิ่น กลุ่มผู้นำชุมชน

ดังนั้น การผลักดันให้เกิดการขับเคลื่อนกลไกการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมจำเป็นจะต้องมีการส่งเสริมและสนับสนุนการทำงานร่วมกันของกลุ่มดังกล่าว โดยมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นแกนกลางในการประสานและระดมความคิดในการสร้างสรรค์กิจกรรมต่างๆ ต่างให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่า การมีส่วนร่วมกับสังคม การรับผิดชอบต่อสังคม การฝึกทักษะพัฒนาตนเองและมีจิตอาสาบำเพ็ญประโยชน์ผู้สูงอายุให้เป็นสังคมแห่งความสุขได้อย่างแท้จริง

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการและเชิงนโยบาย

งานวิจัยนี้ได้เกิดประโยชน์เชิงวิชาการ คือ ๑) ได้กระบวนการเรียนรู้ของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ๒) ได้ทราบปัจจัยแห่งการมีจิตอาสาของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ๓) ได้กระบวนการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น นอกจากนี้ ยังเกิดประโยชน์เชิงนโยบาย ได้ข้อมูลรูปแบบกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูนเพื่อขับเคลื่อนนโยบายต่อผู้สูงอายุ ผู้พิการ และกลุ่มเปราะบางต่อไป

๕.๓.๒ ข้อเสนอในการนำไปใช้ประโยชน์และวิจัยครั้งต่อไป

ผลจากการวิจัยทำให้ทราบข้อมูลเชิงลึกบางประเด็น ผู้วิจัยเห็นว่า การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เป็นนโยบายที่สำคัญขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ยังมีอีกหลายประเด็นที่มีความสำคัญและจำเป็นอย่างมากในการทำวิจัย เพราะถือว่าเป็นภารกิจในการบำบัดทุกข์ บำรุงสุขของประชาชน เช่น เรื่องสวัสดิการ คุณภาพชีวิต ความเหลื่อมล้ำทางอาชีพ เป็นต้น ซึ่งหากการวิจัยสามารถสรุปรูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาจิตวิญญาณที่มีคุณค่าและคุณประโยชน์อย่างยิ่ง งานวิจัยครั้งต่อไป ควรดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการในการสร้างรูปแบบสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุอย่างเท่าเทียมและทั่วถึงต่อไป ส่วนกลยุทธ์กลยุทธการบริหารจัดการสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ก็ควรมีการทำวิจัยต่อไป

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

กนก จันทร์ขจร. **คู่มือธรรมเพื่อชีวิต.** พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร : จีระวิชาการพิมพ์, ๒๕๔๙.

คณะศึกษานูศิษย์. **เทศรังสีอนุสรณาลัย, ลีลโลก เหลือธรรม ของ พระราชาธิราชรังสี คัมภีร์ปัญญา**

วิศิษฐ์ (เทศก์ เทศรังสี). พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : บริษัทกรังปรีซ์ อินเตอร์

เนชั่นแนล จำกัด, ๒๕๓๘.

โฆสิต ปั้นเปี่ยมรัษฎ์. **การพัฒนาประเทศไทย.** กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนา

เศรษฐกิจ และการศึกษาแห่งชาติ, ๒๕๕๒.

จันทร์ ขจร. **คู่มือ ธรรมเพื่อชีวิต.** พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร : หจก. จีระวิชาการพิมพ์, ๒๕๔๙.

ชยสาโร ภิกขุ. **ปัญญาคือยาใจ.** พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์,

๒๕๕๓.

ณัฐภรณ์ ปัญจพันธ์ และคณะ. **กรอบแนวคิดของ PRECEDE การสร้างเสริมสุขภาพองค์กรวม การ**

ประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาสุขภาพวิถีไทย. พิมพ์ที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : กฤตณัฐการพิมพ์,

๒๕๕๖.

ติน ปรัชญพฤทธิ์. **สภาพแวดล้อมของการบริหารกับการพัฒนาองค์กร.** กรุงเทพมหานคร :

โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๓.

ธนิต อยู่โพธิ์. **วิปัสสนานิยม.** พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

, ๒๕๔๐.

นฤมล มารคแมน, รศ.ดร. **หลักพุทธจิตวิทยาเบื้องต้น.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย

รามคำแหง, ๒๕๔๙.

บรรลุ ศิริพานิช. **สร้างกาย-ใจให้แข็งแรง.** พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์ดี จำกัด,

๒๕๕๓.

บุญทวี ไกรสีห์สกุล. **พจนานุกรมไทย.** พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : วิชั่น พลีเพรส, ๒๕๕๖.

ปัญญา ใช้บางยาง. **ธรรมาธิบาย หลักธรรมในพระไตรปิฎก.** พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร :

สถาบันบันลือธรรม ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา, ๒๕๔๘.

พระคำหมาย ธรรมสมาธิ. **มงคลสูตรสร้างได้.** พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : บุญศิริการพิมพ์,

๒๕๕๕.

พระคันธสาราภิวงค์. **มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน.** นครปฐม : ซีเอไอ เซ็นเตอร์, ๒๕๕๑.

- พระปิ่นทิศาภิวงส์. **ความงามแห่งจิต**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑.
- พระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. **วิธีสร้างบุญบารมี**. กรุงเทพมหานคร : พี.ดี. การพิมพ์, ๒๕๕๕.
- พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จตฺตวณฺโณ). **คู่มือการบำเพ็ญกรรมฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาหมากูฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ). **ความสุขทำอย่างไรจึงจะพบสุข**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา.
- _____ . **ความทุกข์ทำอย่างไรจึงพ้นทุกข์**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสีหิ, ป.ธ. ๙). **วิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ พรินต์ติ้งกรุ๊ปจำกัด, ๒๕๓๒.
- พระธรรมโกศาจารย์. (ปญฺญานนฺทภิกขุ). **ธรรมะกับชีวิตประจำวัน**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๗.
- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). **ธรรมะเพื่อการบริหาร**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา และ สถาบันบันลือธรรม.
- _____ . **มรรคาสู่ชีวิตใหม่ศิลปะการครองชีวิต**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ม.ป.ป..
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสีหิ) ป.ธ. ๙. **วิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร : ทอมรินทร์พรินต์ติ้งกรุ๊ปจำกัด, ๒๕๓๒.
- พระธรรมปิฎก. (ป.อ.ปยุตฺโต). **การพัฒนาที่ยั่งยืน**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ สหธรรมิกจำกัด, ๒๕๓๙
- _____ . **ทศวรรษธรรมทัศน์พระธรรมปิฎก หมอดพุทธศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๓.
- _____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- _____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- _____ . **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๔๒**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๖.
- _____ . **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.
- _____ . **พุทธธรรมฉบับขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- พระธรรมวิสุทธิมงคล (หลวงตามหาบัว ญาณสมฺปนฺโน). กระทรวงศึกษาธิการ. **หยดน้ำบนใบบัว**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร : บริษัทศิลป์สยามบรรจุกัณฑ์และการพิมพ์, ๒๕๔๕.

พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ ฐตธมฺโม). “โพธิปักขิยธรรม” ภาคปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร : บมจ. โรงพิมพ์ตะวันออก, ๒๕๕๙.

พระมหาหรรษา. พระพุทธศาสนา กับวิทยาการสมัยใหม่. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระราชญาณวิสิฐ และคณะ. คู่มือการศึกษาสัมมาปฏิบัติไตรสิกขา. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. นครปฐม : บริษัท เพชรเกษม พรินต์ติ้ง กรุป จำกัด, ๒๕๕๒.

พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย). การฝึกอบรมกรรมฐานภาคปฏิบัติ. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

พระราชสุทธิญาณมงคล (จรัญ จิตธมฺโม). กรรมสนองความเป็นไปของชีวิตตามกฎแห่งกรรม. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๓.

พระราชสุทธิญาณมงคล (จรัญ ฐตธมฺโม). กรรมสนองความเป็นไปของชีวิตตามกฎแห่งกรรม. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๓.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). ธรรมนุญชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, ๒๕๒๓.

_____ . พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖.

_____ . พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๙. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๖.

_____ . พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

_____ . สามไตร. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๐.

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺจิตฺโต). สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส กับการปฏิรูปการศึกษาพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระโสภณ วิจิตรธมฺโม. พุทธจักร โลกร่มเย็นดับเข็ญได้ด้วยศาสนา. พระนครศรีอยุธยา : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). วิปัสสนาขั้นหลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์).

พุทธทาสภิกขุ. คู่มือมนุษย์. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๐๑.

_____ . คู่มือศึกษาและปฏิบัติธรรมแบบอานาปานสติฉบับสมบูรณ์. กรุงเทพมหานคร : บริษัทเยลโล่การพิมพ์จำกัด, ๒๕๔๓.

_____ . ธรรมะคู่ชีวิต. กรุงเทพมหานคร : ธรรมทานและมูลนิธิธรรมสภาจัดพิมพ์, ๒๕๔๙.

_____ . อานาปานสติภาวนา. ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๘. สุราษฎร์ธานี : ธรรมทานมูลนิธิ จัดพิมพ์, ๒๕๒๓.

มนูญ ตนะวัฒนา. จิตวิทยาพัฒนาคุณภาพชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : อีรพงษ์การพิมพ์, ๒๕๒๑.

เรียม ศรีทอง. พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาคน. กรุงเทพมหานคร : เวิร์ดเวฟเอ็ดดูเคชั่น, ๒๕๔๒.

- ว. วิชิรเมธี. **ความสุขหาให้ถูก สุขให้เป็น**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อัมรินทร์
ธรรมะ, ๒๕๕๘.
- วศิน อิศระ. **ความดีและอานุภาพของความดี**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
ธรรมดา, ๒๕๕๒.
- _____ . **ธรรมและทรรศนะชีวิต**. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร : บริษัท โอเอส พรินต์ติ้ง เฮ้าส์
จำกัด, ๒๕๕๕.
- _____ . **พระไตรปิฎก ฉบับขยายความ เล่ม ๒**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
ธรรมดา, ๒๕๕๔.
- _____ . **พุทธจริยศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาภูมิบาลวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- _____ . **เพื่อเสรีภาพทางจิต**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. สมุทรปราการ : บริษัทชุมชนทองอุตสาหกรรมและ
การพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๗.
- _____ . **หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญกิจ. ๒๕๒๙.
- วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี. **จิตวิทยาและจิตวิทยาพัฒนาการ**. กรุงเทพมหานคร: ธนรัชการพิมพ์ จำกัด,
๒๕๕๗.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน,ดร.. “ความมีอายุยืนยาว”. **จิตวิทยาการชีวิตทุกช่วงวัย วัยรุ่น-วัยสูงอายุ**.
พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. **พระพุทธศาสนากับสังคมไทย**.
พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เม็ดทราย, ๒๕๕๐.
- _____ . **วิธีฝึกใจไม่ให้โกรธ**. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ๖๔ การพิมพ์, ๒๕๕๔.
- _____ . **สมาธิในพระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาภูมิบาล
วิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, พระธรรมสุทธิมงคล หลวงตามหา
บัวญาณสัมปันโน, พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ จันทร สิริจันโท, ทาน ศิล ภาวนา **ปัญญา
นิพพาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท คิว พรินต์แมนเนจเม้นท์จำกัด,
๒๕๕๓).
- สมเด็จพระสังฆราชญาณสังวร (สุก ไก่เถื่อน). **หลักปฏิบัติสมณะวิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร
: ดีการพิมพ์, ๒๕๕๐.
- สมศักดิ์ ภัทรกุลวณิช. **การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว สำหรับเจ้าหน้าที่**. พิมพ์ครั้งที่ ๓.
กรุงเทพมหานคร : สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๕๔.
- สรเกียรติ อาชานานุภาพ,รศ.นพ. และคณะ. **๕ ทางลัด เข้าถึงแก่แท้ชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ ๑.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, ๒๕๕๕.
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์, ดร. **เพื่อความสุข**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๓๗.
- สุจิตรา อ่อนค้อม รศ.ดร. **การฝึกสมาธิ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร : ดอกหญ้า, ๒๕๔๙.
- สุชาติ โสภประยูร. **สุขภาพเพื่อชีวิต**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,
๒๕๕๑.

สุภาพรณ ฌบางข้างและคณะ. **การประยุกต์หลักพุทธธรรมมาใช้ในการพัฒนาชนบท.**

กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๗.

เสนาะ ผดุงฉัตร. **พระพุทธศาสนากับสังคมไทย.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๖.

ไสว มาลัยทอง. **การศึกษาจริยธรรม สำหรับนักเรียน นิสิต นักศึกษา นักบริหาร นักการปกครอง และประชาชนผู้สนใจทั่วไป.** พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๒.

(๒) วิทยานิพนธ์ /งานวิจัย

กรรณิการ์ พงษ์สนธิ. “การมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิต”. **วิทยานิพนธ์**

แพทยศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๑.

กาญจนา แดงมาตี. “ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการตำรวจสังกัดโรงเรียนนายร้อยตำรวจสำนักงานตำรวจแห่งชาติ”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิต

วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม, ๒๕๕๔.

กุหลาบรัตน์ สัจจธรรม. และคณะอำนวยการในพ.อ.สัมพันธ์พิชยททยา. “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตใน

ชุมชนค่ายทหารกองทัพกมุงสู่ชุมชนเข้มแข็ง”. **วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตร**

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๔๙.

ขวัญใจ โกมูทแดง. “ศึกษาการพัฒนาชีวิตตามหลัก “จักร ๔””. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร**

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

เจษฎา ชมดวง, จำสิปตารวจ. “คุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการตำรวจในสังกัดกองบังคับการ

ตำรวจทางหลวงสำนักงานตำรวจแห่งชาติ”. **วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตร**

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต, ๒๕๕๒.

ฉัฐชัย มีชั้นช่วง. “คุณภาพชีวิตคุณภาพชีวิตในการทำงานและพฤติกรรมความเป็นสมาชิกที่ดีของ

องค์การ : กรณีศึกษาข้าราชการนายทหารประทวนในสังกัดกรมทหารปืนใหญ่ที่๓ ”.

วิทยานิพนธ์การจัดการมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี,

๒๕๕๓.

ชาญณรงค์ พาประโยชน์. “แนวทางการพัฒนาบุคลากรของวิทยาลัยเทคนิคสังกัดกรมอาชีวศึกษาใน

เขตการศึกษา๑๐”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย :

มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๔๔.

ฐาวรี ชันสาโรง. “การใช้หลักธรรมสติปัญญา ๔ และการดูแลสุขภาพของพระนิสิตในมหาวิทยาลัย

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.**

บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๗.

ฐิติรัตน์ รัชใจตรง. “ศึกษาการใช้อานาปานสติภาวนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเสถียรธรรม

สถาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬา

ลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

- ดวงเพชร สมศรี. “วิธีการพัฒนาจริยธรรมของข้าราชการตำรวจเชิงพุทธบูรณาการ”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ดุสิตบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.
- ธนาคม บรรเทากุล. “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภัททันตะอาสภมหาเถระอัครมหากัมมัฏฐานาจารย์”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.
- บรรณสิทธิ์ บรรณสารประสิทธิ์. “ความรู้และความเข้าใจเรื่องสติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.
- บุญทัน ดอกไธสง, รศ.ดร. “กระบวนการและวิธีการพัฒนาจิตใจเพื่อพัฒนาสังคมไทย”. **รายงานวิจัย**. คณะรัฐประศาสนศาสตร์. สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๒๖ – ๒๕๒๗.
- บุญเรือง ทิพพอาสน์. “ศึกษาการสอนสติปัฏฐาน ๔ ตามแนวทางของโคเอ็นก้ากับพระไตรปิฎก”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- พรรณราย รัตน์ไพฑูรย์. “การศึกษาวิถีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.
- พระครูประคุณสรกิจ (สุชาติ ชีโนรส เสงี่ยมจิตต์). “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.
- พระนำชัย ชยากโร (เต็มศิริเกียรติ). “การศึกษาวิเคราะห์หลักธรรมที่ได้จากประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติธรรมสวนพุทธธรรมจังหวัดลำพูน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.
- พระมหาเข้มทอง ตนต์ปาโล (ฤทธิ์ลือไกร). “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปถัมภ์)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.
- พระมหาไฉน ประกอบผล. “การศึกษาพุทธจริยธรรมเรื่องหน้าที่ของบุตรธิดาต่อบิดามารดา : กรณีศึกษานักเรียนโรงเรียนปากเกร็ดจังหวัดนนทบุรี”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : สาขาวิชาจริยศาสตร์ศึกษา, มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๔.
- พระมหาบุญเพียร บุญทวีโย. (แก้ววงศ์น้อย) “แนวคิดและวิธีการขัดเกลาทางสังคมในสถาบันครอบครัวตามแนวพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.
- พระมหายุทธกร ปณณาสิริ (สัจจรัตน์พงศ์). “ศึกษาวิเคราะห์ศรัทธาในพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. สาขาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

- พระมหารุ่งเรือง รกขิตธมโม (ปะมะชะ). “ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.
- พระมหาสมชาย สิริจันโท (หานนท์). “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระเทพวรคุณ (สมาน สุเมโธ)”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๗.
- พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง). “การศึกษาเรื่องการบรรลุนิพพานในพระพุทธานุภาพ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- พระสังวาล สิริจันโท. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์อริยมรรค : กรณีการดำเนินชีวิตในพระพุทธานุภาพฝ่ายเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.
- พระสุวรรณา สุนทจิตโต (กมลรัมย์). “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาพุทธศาสนิกชนผู้ที่เข้าร่วมการปฏิบัติธรรมวัดภักทันตะอาสาฬหาราม จังหวัดชลบุรี”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- พระอุบล กตปุญโญ. (แก้ว วงษ์ล้อม). “การศึกษาวิเคราะห์คุณค่าของศีลที่มีต่อสังคมไทย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. สาขาวิชาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.
- พลกฤษณ์ โชติศิริรัตน์. “มุ่งศึกษาเชิงวิเคราะห์การรักษารอคด้วยวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของพระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ ฐตธมโม)”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- พัฒนสรณ์ เกียรติฐิติคุณ. “รูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาประสิทธิภาพปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่เทศกิจกรุงเทพมหานคร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.
- ภาวดี พูลประภา เอี่ยมเจริญ. “กระบวนการเพิ่มคุณค่าตนเองโดยใช้พุทธวิธีบูรณาการ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.
- แม่ชีระวีวรรณ รมมจารินี (งานวิสุทธิพันธ์). “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนัก-วิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทอง-วรวิหาร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- แม่ชีศิริวรรณ จำเนียรบุญ. “ศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวของพระอธิการสนอง กตปุญโญ(๒๕๕๑)”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

- ลัทพร เพ็ลยช่อ. “การปฏิบัติตนทางศาสนาของผู้สูงอายุในชนบทบ้านวิเวก บ้านโป่ง บ้านท่ายาว อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๔.
- วรวิชากรีย์ พุ่มสฤกษ์การ. “ศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระปลัดชัชวาลชินสโ (ศิริมหา)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- สถิต อริวรรณ. “ปัจจัยที่ส่งผลต่อแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โรงเรียนในอำเภอฝางสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงใหม่เขต๓”. **วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, ๒๕๕๒.
- สโรชา คุณาธิพงษ์. “การศึกษาวิเคราะห์พัฒนาการของศรัทธา”. **สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- สุธรรม อธิภัทรธำรง. “การศึกษาเปรียบเทียบบทบาทและกิจกรรมของวัดและพระสงฆ์ที่มีต่อการส่งเสริมสถานภาพของเด็กวัดในสังคมไทย”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ. มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๗.
- สุนันท์ เพ็ชรพิรุณ. “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องการพัฒนาปัญญาตามทรรศนะ ของพุทธทาสภิกขุ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.
- สุเมธ โสฬส. “การศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัญญา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- สุวัฒน์ มหัตถ์นิรันดร์กุล และคณะ. “เปรียบเทียบแบบวัดคุณภาพชีวิต องค์การอนามัยโลก ชุด ๑๐๐ ตัวชี้วัด และ ๒๖ ตัวชี้วัด. **งานวิจัย**. โรงพยาบาลสวนปรุง จังหวัดเชียงใหม่ : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๔๐.
- เสนาะ ผดุงฉัตร. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์อานาปานัสสติภาในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.
- อัจฉรา เจริญศรี. “ผลของการฝึกอบรมภาวนาเชิงพุทธตามแนวทางของ ดิข นัท ฮันท์”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- อำนาจ เจริญสุข. “การพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการตำรวจศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๖ จังหวัดนครสวรรค์”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.
- เอี่ยมอร ชลวร. “การจัดการความรู้เชิงพุทธบูรณาการ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

(๓) สื่ออิเล็กทรอนิกส์ :

ครูบ้านนอก.คอม : **ทฤษฎีจิตสังคมของอิริคสัน**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.kroobannok.Com/๑๐๕>, [๕ สิงหาคม ๒๕๕๙].

ความสำคัญทางด้านสุขภาพ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://sites.google.com>. [๖ ตุลาคม ๒๕๕๙].

คะนึ่งนิจ อนุโรจน์, **แนวทางในการพัฒนาตนสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิต**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.gotoknow.org/posts>. [๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐].

คาถามหาเสน่ห์, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : https://swhappiness.blogspot.ca/๒๐๑๑/blog-post_๐๓.html [๒๘ เมษายน ๒๕๖๐.]

คุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชื่อย่อ ฉบับภาษาไทย) WHOQOL – BREF – THAI), [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.dmh.go.th/> [๓ มีนาคม ๒๕๕๙].

จันทร์ ชุ่มเมืองปัก, วรณีย์ สินอักษร, **องค์ประกอบของแรงจูงใจ**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://my.dek-d.com/plugna๙๙/writer/viewlongc.php?id=๖๗๕๕๒๘&chapter=๒๕> [๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙].

ปิยะวัฒน์ ตรีวิทยา, บทความ, **กรอบแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.tci-thaijo.org/index.php/bulletinAMS/viewFile/๕๙๘๘๗/๔๙๑๙๑> [๒๓ กรกฎาคม ๒๕๕๙].

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **บุญกิริยา พระพรหมคุณาภรณ์**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.Dharma-gateway.com/monk/preach/lp-prayuth/lp-prayuth-๓๑.htm>. [๖ มกราคม ๒๕๖๐].

พันธ์ เสริบศักดิ์ แสงสุข, **การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : www.phd.mbu.ac.th/index.php/๒๐๑๔-๐๘-๒๘-๐๘-๕๗-๔/๗๙-๒๐๑๔-๐๙-๑๑-๐๓-๔๘-๒๑ [๒๘ สิงหาคม ๒๕๕๙].

สติปัญญา ๔ และอานิสงส์. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <https://www.gotoknow.org/posts/๒๑๕๘๒๐> [๖ พฤษภาคม ๒๕๖๐].

สุขภาพจิตดี-สร้างได้ด้วยตัวคุณ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.สุขภาพน่ารู้.com/สุขภาพจิตดี-สร้างได้ด้วยตัวคุณ/>. [๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙].

สุวัฒน์ชัย, **การพัฒนาตนเอง พัฒนาคุณภาพชีวิต**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.bp.or.th/webboard/index.Php> [๒ กันยายน ๒๕๕๙].







หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัย (Informed Consent for Research)

ชื่อโครงการ: การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

วัตถุประสงค์:

๑. เพื่อศึกษากระบวนการเรียนรู้ของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
๒. เพื่อศึกษาปัจจัยแห่งการมีจิตอาสาของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
๓. เพื่อพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

นักวิจัย: ดร.อาภากร ปัญโญ หัวหน้าโครงการวิจัย
นางญาตาวีมินทร์ พิษทองกลาง ผู้ร่วมวิจัย
ผศ.ดร.ประทีป พิษทองกลาง ผู้ร่วมวิจัย

ส่วนงาน: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง

คำชี้แจง: หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ใช้สำหรับผู้ยินยอมให้ข้อมูลสำคัญและทดสอบระบบนวัตกรรมชุดความรู้ ดังนี้

ส่วนที่ ๑ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย ๓ กลุ่มพื้นที่เรียนรู้ชุมชน ๓ ตำบล

ส่วนที่ ๑ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย ๓ กลุ่มพื้นที่เรียนรู้ชุมชน ๓ ตำบล คือ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ เทศบาลตำบลก้อ

วันที่ ๒๕๖๓ เดือน.....พ.ศ.....

ข้าพเจ้า(พระ/นาย/นางสาว/นาง).....อายุ.....ปี
 ตำแหน่งการปกครอง
 บ้านเลขที่..... ถนน..... ตำบล.....
อำเภอ..... จังหวัด..... รหัสไปรษณีย์.....
 โทรศัพท์ อีเมล.....

ขอแสดงความสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย เรื่อง “การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อ
 คุณภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพุทธศาสนาขององค์กรปกครอง
 ท้องถิ่น จังหวัดลำพูน” โดยมี ดร.อาภากร ปัญญา เป็นหัวหน้าโครงการวิจัย และคณะนักวิจัย

โดยข้าพเจ้าได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและจุดมุ่งหมายในการทำวิจัยว่าเพื่อพัฒนา
 พื้นที่เรียนรู้ของชุมชนต้นแบบในสังคมไทย ประเด็นคำถามในแบบสอบถามสัมภาษณ์ ประโยชน์ที่/
 คาดว่าจะได้รับการวิจัย และความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมการวิจัย รวมทั้งแนวทาง
 ป้องกันและแก้ไข และของตอบแทนที่จะได้รับ โดยได้อ่านหรือรับทราบข้อความในเอกสารชี้แจง
 ผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด และได้รับคำอธิบาย ตอบข้อสงสัย จากหัวหน้าโครงการวิจัย คณะนักวิจัย
 เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ข้าพเจ้าได้รับทราบถึงสิทธิ ข้อมูล ทั้งประโยชน์และความเสี่ยงจากการเข้าร่วมการวิจัย และ
 สามารถถอนตัวหรืองดเข้าร่วมการวิจัยได้ทุกเมื่อ โดยจะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อข้าพเจ้าในอนาคต

ข้าพเจ้านุญาตให้ผู้วิจัยใช้ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ข้าพเจ้า แต่จะไม่เผยแพร่ต่อ
 สาธารณะเป็นรายบุคคล โดยจะนำเสนอผลเป็นข้อมูลโดยรวมจากการวิจัยเพื่อเป็นการพัฒนาพื้นที่
 เรียนรู้ของชุมชนต้นแบบในสังคมไทยเท่านั้น

ข้าพเจ้าเข้าใจข้อความในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และหนังสือแสดงความสมัครใจนี้
 โดยตลอดแล้ว และข้าพเจ้ามีสิทธิขอสำเนาเอกสารนี้จากนักวิจัยได้ จึงลงลายมือชื่อไว้

ลงชื่อ.....

(.....)

ผู้เข้าร่วมการวิจัย/ผู้ให้ข้อมูล/ผู้แทนโดยชอบธรรม

วันที่..... เดือน.....พ.ศ. ๒๕๖๓

ลงชื่อ.....

ดร.อาภากร ปัญญา

หัวหน้าโครงการวิจัย/ผู้ให้ข้อมูลและขอความยินยอม

วันที่.....๒๑... เดือน...กันยายน...พ.ศ. ๒๕๖๓



เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย
Participant Information Sheet

คำชี้แจง

ข้าพเจ้า ดร.อาภากร ปัญญา และคณะวิจัย กำลังทำการศึกษาวิจัย เรื่อง “นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน” ที่มาของโครงการวิจัย คือ จิตอาสาที่มีความสำคัญและมีบทบาทในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบันของคนในสังคมไทย คณะผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงความสำคัญนี้จึงได้ทำการศึกษาวิจัยในการพัฒนาพื้นที่เรียนรู้จำนวน ๓ แห่ง คือ เทศบาลตำบลวังดิน เป็นพื้นที่เรียนรู้พัฒนาระบบกลไกชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม

๑. เทศบาลตำบลดงคำ เป็นพื้นที่การเรียนรู้พัฒนาการเรียนรู้อาสาสมัครจิตอาสาของชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม
๒. และเทศบาลตำบลก่อ เป็นพื้นที่การเรียนรู้และสร้างนวัตกรรมชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

เอกสารนี้จะให้ข้อมูลพื้นฐานของโครงการวิจัยที่ท่านควรศึกษาทำความเข้าใจ เพื่อช่วยในการตัดสินใจในการเข้าร่วมการวิจัย หากท่านอ่านเอกสารนี้และมีข้อสงสัยใดๆ เกี่ยวกับโครงการวิจัย ท่านสามารถสอบถามหัวหน้าโครงการวิจัย ผู้ร่วมวิจัย หรือผู้แทนได้ ท่านสามารถนำเอกสารนี้กลับไปอ่านที่บ้านและสามารถหารือกับผู้ที่ท่านต้องการปรึกษาได้

ท่านมีอิสระเต็มที่ในการตัดสินใจว่าจะให้ความร่วมมือหรือไม่ หากท่านไม่เข้าร่วมในการวิจัยนี้ จะไม่มีผลต่อการเรียนหรือหน้าที่การงานของท่าน และเมื่อท่านตัดสินใจเข้าร่วมให้ข้อมูลในโครงการวิจัย และหากเกิดผลข้างเคียงที่ไม่พึงประสงค์จากการวิจัยหรือมีข้อคิดเห็น ข้อข้องใจ หรือคำถามเกี่ยวกับการวิจัยนี้ ท่านสามารถติดต่อนักวิจัยที่ ศูนย์วิจัยสุขภาพภูมิปัญญาเฉลิมพระเกียรติ ๘๔ พรรษา ๑๓๐/๓ ตำบลน้ำบ่อหลวง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๑๒๐ เบอร์โทรศัพท์ (๐๖๒) ๖๓๖-๒๕๖๔ ได้ตลอดเวลา

รายละเอียดเกี่ยวกับโครงการวิจัย

๑. ชื่อโครงการวิจัย

ภาษาไทย : นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

หัวหน้าโครงการวิจัย

ชื่อฉายา/นามสกุล: ดร.อาภากร ปัญโญ

ตำแหน่ง : อาจารย์

สถานที่ทำงาน : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง

สถานที่ติดต่อ : ที่อยู่ปัจจุบัน ๖๔/๗ หมู่ ๔ ตำบลลี่ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ๕๑๑๑๐

โทรศัพท์ : ๐๘๘๘๕๓๒๖๑๒

อีเมล : praboonsong๐๕@gmail.com,

๒. ผู้วิจัยร่วม

๓.๑ ชื่อ/นามสกุล: ผศ.ดร. นายประทีป พีชทองกลาง

ตำแหน่ง : ผู้ช่วยศาสตราจารย์

สถานที่ทำงาน : มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา

สถานที่ติดต่อ : ๑๒๘ ถ.ห้วยแก้ว ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๓๐๐

โทรศัพท์ : ๐๘-๕๘๖๖-๑๔๔๑

อีเมล : Khun_Jedrin @Hotmail.com

๓.๒ ชื่อ/นามสกุล: นางญาตาวิมินทร์ พีชทองกลาง

ตำแหน่ง : อาจารย์

สถานที่ทำงาน : มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา

สถานที่ติดต่อ : ๑๒๘ ถ.ห้วยแก้ว ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ. เชียงใหม่ ๕๐๓๐๐

โทรศัพท์ : ๐๘-๔๑๗๑-๓๓๕๗

อีเมล : Yathaweemintr.p@ Hotmail.com

๓. แหล่งทุน สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย :

๔. วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

- ๑) เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น
- ๒) เพื่อศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น
- ๓) เพื่อพัฒนานวัตกรรมดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี

ประโยชน์ที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะได้รับ

- ๔.๑ ได้มีส่วนร่วมการพัฒนากระบวนการกลุ่มจิตอาสาเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน
- ๔.๒ ได้มีส่วนร่วมสร้างนวัตกรรมชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมทั้ง ๓ ตำบล คือ ตำบลวังดิน ตำบลดงคำ และตำบลก้อ จังหวัดลำพูน

๔.๓ ต้องมีความรู้ใหม่ในการสร้างนวัตกรรมชุมชนเพื่อการดูแลและผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนา

๔.๔ การใช้ประโยชน์เชิงสาธารณะในการพัฒนาการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาเพื่อดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพุทธศาสนาขององค์กรปกครองท้องถิ่นจังหวัดลำพูน

๕. ท่านได้รับเชิญให้เข้าร่วมการวิจัยนี้เพราะ

ท่านเป็นกลุ่มเป้าหมายของโครงการ “นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน”

๖. หากท่านตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยแล้ว ท่านจะถูกสัมภาษณ์ด้วยวิธี

๖.๑ สัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลเดิมและแนวทางการพัฒนาเกี่ยวกับพื้นที่ชุมชนต้นแบบที่อาศัยอยู่

๖.๒ ตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลเดิมและแนวทางการพัฒนาเกี่ยวกับพื้นที่ชุมชนต้นแบบ

๗. ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นเมื่อเข้าร่วมการวิจัยคือ

๗.๑ ไม่มีความเสี่ยงจากการสัมภาษณ์

๗.๒ ไม่มีความเสี่ยงจากการตอบแบบสอบถาม

๘. แนวทางการป้องกันความเสี่ยงของโครงการวิจัย (ถ้ามี)

๘.๑ ข้อมูลส่วนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัยจะถูกเก็บรักษาไว้ ไม่เปิดเผยต่อสาธารณะเป็นรายบุคคล แต่จะรายงานผลการวิจัยเป็นข้อมูลส่วนรวม ข้อมูลของผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นรายบุคคล อาจมีคณะบุคคลบางกลุ่มเข้ามาตรวจสอบได้ เช่น ผู้ให้ทุนวิจัย สถาบัน หรือองค์กรของรัฐที่มีหน้าที่ตรวจสอบ คณะกรรมการจริยธรรม เป็นต้น หากมีข้อมูลเพิ่มเติมทั้งด้านประโยชน์และโทษที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะแจ้งให้ทราบโดยเร็วไม่ปิดบัง

๘.๒ ผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิ์ถอนตัวออกจากโครงการวิจัยเมื่อใดก็ได้ โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า และการไม่เข้าร่วมการวิจัยหรือถอนตัวออกจากโครงการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาหน้าที่การงานการประกอบสัมมาอาชีพที่สมควรจะได้รับแต่ประการใด

๙. ค่าตอบแทนที่จะได้รับ มี ไม่มี

มี(โปรดระบุ) แต่จะมีของที่ระลึกเป็นการขอบคุณ

๑๐. ค่าใช้จ่ายที่ผู้เข้าร่วมการวิจัยจะต้องรับผิดชอบเอง มี ไม่มี

มี(โปรดระบุ)

โครงการวิจัยนี้ได้รับการพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยแล้ว คณะกรรมการมีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะมีการดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากลตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ และได้รับการอนุญาตให้ดำเนินการวิจัยตามหมายเลขข้อเสนอการวิจัย สัญญาเลขที่ ว.๐๔๑/๒๕๖๓ รหัสโครงการ MCURS ๘๐๐๗๖๓๐๔๑

รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

โครงการวิจัยเรื่อง “การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน”

เทศบาลตำบลวังดิน	เทศบาลตำบลดงคำ	เทศบาลตำบลก้อ
๑. นายเปรมมินทร์ เทพอาจ รองปลัดเทศบาลตำบลวังดิน	นายสัญญาชัย หลวงใน นายกเทศมนตรีตำบลดงคำ	นายชุมพร มะโน นายกเทศมนตรีตำบลก้อ
๒. นางสาวจตุพร จาตา ปลัดเทศบาลตำบลวังดิน	นางนพมาศ วงศ์บุญมา รักษาการ ผอ.กองสวัสดิการสังคม	นายพิชญา สุยะมัน รองนายกเทศมนตรีตำบลก้อ
๓. นางสาวพรรณทิพา ปัญญาชัย รักษาการ ผอ.กองสวัสดิการสังคม	นางสาวถนอมศรี กิจนพคุณ นักพัฒนาชุมชน	นายจิตรกร อุ่นเรือน ผอ.กองสวัสดิการสังคม
๔. นายเอกชัย ใจทนนท์ ผช.นักพัฒนาชุมชน	นายเสกสรร เพชรสกุลวิจิตร ผู้ใหญ่บ้าน / แกนนำจิตอาสา	นายอนุวัฒน์ มูลใจ เจ้าพนักงานพัฒนาชุมชน
๕. นางผ่องศรี จันทร์แจ่ม แกนนำจิตอาสาชุมชนบ้านม่วงคำ	นางชนิตสิริ ชัยเลิศนันต์ แกนนำจิตอาสา	นางดวงเดือน เปี้ยพันธ์ อสม.
๖. นางอัมพวัน จินะวงศ์ แกนนำจิตอาสาชุมชนวังดิน	นางนิลาวัลย์ พิศวงค์ แกนนำจิตอาสา	นางสาวอนุสรุา เปียงกันทา ผู้พิการ
๗. นางทรงศรี อินตะพันธ์ แกนนำจิตอาสาชุมชนบ้านทุ่ง	นางกานแก้ว ต้นอุดม อสม.	นางสาวเมธาวี ตากำ อาสาสมัคร
๘. นางบานเย็น วิชาชาติ แกนนำจิตอาสาชุมชนบ้านลี่	นางเจนจิรา ทะนิตะ แกนนำจิตอาสา	นายสมเกียรติ มูลหนิ้ว แพทย์ประจำตำบลก้อ / อสม.
๙. นางพรศรี พงศ์คำตัน ประธานกลุ่มแม่บ้าน บ้านวังดิน ใหม่	นางแสงหล้า เทพจินดา อสม.	นายประยูร วันหลี่ แกนนำจิตอาสา
๑๐. นางสุทิน แก้วหนิ้ว แกนนำจิตอาสาชุมชนบ้านทุ่ง	นางเพ็ญศรี ปรวกรพรมมา แกนนำจิตอาสา	นายมานะ แสนยอด แกนนำจิตอาสา
๑๑. นายสามารถ มาตยาบุญ แกนนำจิตอาสา บ้านลี่	นางเกตวดี แก้วคือ อสม.	นางชอดแก้ว มนน้อย อสม.
๑๒. นางราตรี สัตยารัฐ แกนนำจิตอาสา ชุมชนบ้านลี่	นางรัญเจียม มโนสาร แกนนำจิตอาสา	นางละมัย สุตะ อสม.
๑๓. นายภูริวัฒน์ ไชยคันทา ทีมเยี่ยมบ้าน กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน	นางแอน วิชาอัย แกนนำจิตอาสา	นายประทีป วันหลี่ แกนนำจิตอาสา
๑๔. นางมีนา ไวทะนันท์ ทีมเยี่ยมบ้าน กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน	นางสาวสุธาสินี สีโอะ อสม.	นางศิริวรรณ จันทร์ศรี อสม.
๑๕. นางสาวชัชวาลย์ ตัณฑเจริญ กิจ ทีมเยี่ยมบ้าน กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน	นางธิดารัตน์ หวันจี อสม.	นางอำภา ไทยใหม่ แกนนำจิตอาสา

ภาคผนวก ข

สำเนาหนังสือขอความอนุเคราะห์ทำกิจกรรมในพื้นที่



ที่ พิเศษ / ๒๕๖๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตอู่ทองจังหวัดอ่างทอง
 ๒๒ หมู่ที่ ๒ ถนนพหลโยธิน ตำบลอู่ทอง
 อำเภออู่ทอง จังหวัดอ่างทอง ๑๖๑๑๑
 โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๖๒๐-๒๖๖๖-๖๖
 www.mahachulalongkornrajavidyalaya.com

๕ มกราคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขออนุญาตจัดกิจกรรมมอบอุปกรณ์ให้แก่ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและผู้พิการ
 เรียน นายอำเภออู่
 สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. แผนผังแสดงบริเวณจัดกิจกรรม จำนวน ๓ แผ่น

ด้วยคณะนักวิจัยโครงการวิจัยเรื่อง การพัฒนาวัดกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ภายใต้แผนงานวิจัยบูรณาการเรื่อง “นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน” สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ดำเนินการพัฒนาการเรียนรู้อุปกรณ์ “จิตอาสา” เพื่อดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน โดยมีกลุ่มจิตอาสา จำนวน ๗๕ ท่าน จาก ตำบลก้อ ตำบลคงคำ และเทศบาลตำบลวังดิน อำเภออู่ จังหวัดลำพูน เข้าร่วมกิจกรรมอบรม เมื่อวันที่ ๑๑ กันยายน ๒๕๖๓ แล้วนั้น

ในการนี้ คณะผู้วิจัยขออนุญาตจัดกิจกรรมมอบอุปกรณ์สิ่งของเยี่ยมไข้ให้แก่ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมกับภรรยาในหนังสือ “คำมั่นสัญญา” (MOU) ระหว่าง วัด ชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อที่จะร่วมมือกันในการดูแลและให้บริการด้านสุขภาพแก่ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมในพื้นที่ของตน จำนวน ๓ วัน ๓ พื้นที่ โดยแต่ละพื้นที่กำหนดให้มีจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม ไม่เกิน ๓๐ คน ดังนี้

๑. วันที่ ๑๑ มกราคม ๒๕๖๔ เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลก้อ
๒. วันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๖๔ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. ณ ศาลาการเปรียญ วัดปางสำ
๓. วันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๖๔ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลวังดิน

ทั้งนี้ คณะผู้วิจัยจะดำเนินการตามมาตรการป้องกันเชื้อโรคไวรัสโคโรนา (COVID-19) ตามระเบียบของกระทรวงสาธารณสุขอย่างเคร่งครัด เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความความปลอดภัยอย่างสูงสุด

จึงเรียนมาเพื่อทราบและขออนุญาตจัดกิจกรรมตามวันและเวลาดังกล่าว

ขอแสดงความนับถือ

(ดร.อาภากร ปัญญ)

หัวหน้าแผนงานวิจัย

๐๙๑-๘๕๖๓๔๖๔





คำมั่นสัญญา

“การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม”

ระหว่าง

องค์การศาสนา กับ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น กับ จิตอาสาตำบล ก้อ

ได้ลงนามความร่วมมือ

โดย

๑. องค์การถือว่าการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ เป็นนโยบายจากผู้บริหารสูงสุดขององค์การ
๒. องค์การจะสนับสนุน ส่งเสริม และกำหนดกิจกรรมร่วมกับ องค์การศาสนา กลุ่มจิตอาสาตำบล ก้อ เพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ
๓. องค์การจะสนับสนุน ส่งเสริม ผลักดัน ให้กลุ่มจิตอาสาตำบล ก้อ มีการจัดตั้งกองทุนดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ โดยมีโครงสร้างคณะกรรมการเป็นกลไกในการบริหารกองทุนฯ
๔. องค์การศาสนา จะสนับสนุน ส่งเสริม การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมตามแนวพระพุทโศศาสนา
๕. กลุ่มจิตอาสา ตำบลก้อ จะปฏิบัติหน้าที่ต่อผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ อย่างเท่าเทียม

คำมั่นสัญญา ฉบับนี้ จัดทำขึ้น ๓ ฉบับ มีข้อความตรงกัน โดยองค์การศาสนาถือไว้ฉบับหนึ่ง เทศบาลตำบลก้อ ถือไว้ฉบับหนึ่ง และผู้แทนจิตอาสาถือไว้อีกฉบับหนึ่ง

ลงชื่อ พระครูวิมลธรรมาท ผู้แทน องค์การศาสนา
(พระครูวิมลธรรมาท)

ลงชื่อ นายวิมลธรรม ผู้แทน องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น
(นายวิมลธรรม) ตำแหน่ง ผอ.กองสวัสดิการสังคม

ลงชื่อ นาย ประจักษ์ กันขันธ์ ผู้แทน จิตอาสา ตำบลก้อ
(นาย ประจักษ์ กันขันธ์)

ลงชื่อ พยาน
(นายคุณพร มะโน)
นายกเทศมนตรีตำบลก้อ



คำมั่นสัญญา

“การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม”

ระหว่าง
องค์การศาสนา กับ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น กับ จิตอาสาเทศบาลตำบลวังดิน
ได้ลงนามความร่วมมือ
โดย

๑. องค์การถือว่าการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ เป็นนโยบายจากผู้บริหารสูงสุดขององค์การ
๒. องค์การจะสนับสนุน ส่งเสริม และกำหนดกิจกรรมร่วมกับ องค์การศาสนา กลุ่มจิตอาสาเทศบาลตำบลวังดิน เพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ
๓. องค์การจะสนับสนุน ส่งเสริม ผลักดัน ให้กลุ่มจิตอาสาเทศบาลตำบลวังดิน มีการจัดตั้งกองทุนดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ โดยมีโครงสร้างคณะกรรมการเป็นกลไกในการบริหารกองทุนฯ
๔. องค์การศาสนา จะสนับสนุน ส่งเสริม การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมตามแนวพระพุทธศาสนา
๕. กลุ่มจิตอาสาเทศบาลตำบลวังดิน จะปฏิบัติหน้าที่ต่อผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธอย่างเท่าเทียม


คำมั่นสัญญา ฉบับนี้ จัดทำขึ้น ๓ ฉบับ มีความตรงกัน โดยองค์การศาสนาถือไว้ฉบับหนึ่ง เทศบาลตำบลวังดิน ถือไว้ฉบับหนึ่ง และผู้แทนจิตอาสาถือไว้อีกฉบับหนึ่ง

ลงชื่อ


(พระครูอินทพรวิมลคุณ)


ผู้แทน องค์การศาสนา

ลงชื่อ


(นายทองแดง วิชา ฆะชะรัมย์)


ผู้แทน องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น
ตำแหน่ง นายก อบต.วังดิน

ลงชื่อ


(นางอัมพวัน ใจจวงค์)

ผู้แทน จิตอาสาเทศบาลตำบลวังดิน

ลงชื่อ


(นางสาวจตุพร จาตา)
ปลัดเทศบาลตำบลวังดิน

พยาน



คำมั่นสัญญา

“การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม”

ระหว่าง

องค์การศาสนา กับ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น กับ จิตอาสาตำบล คงคำ

ได้ลงนามความร่วมมือ

โดย

๑. องค์การถือว่าการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ เป็นนโยบายจากผู้บริหารสูงสุดขององค์การ
๒. องค์การจะสนับสนุน ส่งเสริม และกำหนดกิจกรรมร่วมกับ องค์การศาสนา กลุ่มจิตอาสาตำบล คงคำ เพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ
๓. องค์การจะสนับสนุน ส่งเสริม ผลักดัน ให้กลุ่มจิตอาสาตำบล คงคำ มีการจัดตั้งกองทุนดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ โดยมีโครงสร้างคณะกรรมการเป็นกลไกในการบริหารกองทุนฯ
๔. องค์การศาสนา จะสนับสนุน ส่งเสริม การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมตามแนวพระพุทธศาสนา
๕. กลุ่มจิตอาสา ตำบลคงคำ จะปฏิบัติหน้าที่ต่อผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ อย่างเท่าเทียม

คำมั่นสัญญา ฉบับนี้ จัดทำขึ้น ๓ ฉบับ มีข้อความตรงกัน โดยองค์การศาสนาถือไว้ฉบับหนึ่ง เทศบาลตำบลคงคำ ถือไว้ฉบับหนึ่ง และผู้แทนจิตอาสาถือไว้อีกฉบับหนึ่ง

ลงชื่อ พระครูวิมลสารวิมล ผู้แทน องค์การศาสนา
(พระครูวิมลสารวิมล)

ลงชื่อ นายสมศักดิ์ วัฒนกุล ผู้แทน องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น
(นายสมศักดิ์ วัฒนกุล) ตำแหน่ง ผอ.กลุ่มงานฯ ผอ.กองส่งเสริมการฯ

ลงชื่อ นายเสนาธิก เจริญกิจวิทย์ ผู้แทน จิตอาสา ตำบลคงคำ

ลงชื่อ พยาน
(นายสัญญา หลวงโน)
นายกเทศมนตรีตำบลคงคำ



จิต (มหาจุฬาลงกรณ) อาสา

“นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธรศาสนาขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน”

โดย ทีมงานวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ตราสัญลักษณ์โครงการ “จิต (มหาจุฬาลงกรณ) อาสา



เสื้อทีมงาน “จิต (มหาจุฬาลงกรณ) อาสา

ภาพลงพื้นที่จัดเก็บข้อมูล ทำกิจกรรม และลงนามคำมั่นสัญญา ตำบลวังดิน อำเภอถ้ำเขวาสันติ



๒. ภาพลงพื้นที่จัดเก็บข้อมูล ทำกิจกรรม และลงนามคำมั่นสัญญา ตำบลดงดำ อำเภอลี้





๓. ภาพลงพื้นที่จัดเก็บข้อมูล ทำกิจกรรม และลงนามคำมั่นสัญญา ตำบลก้อ อำเภอลี้









๔. ภาพโครงการพัฒนาการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสา เพื่อดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนของ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลก้อ เทศบาลดงคำ อำเภอลี้









ภาคผนวก ง
หนังสือรับรองการนำไปใช้ประโยชน์



สพ.๐๙

หนังสือรับรองการใช้ประโยชน์จากผลงานวิจัยหรืองานสร้างสรรค์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วันที่ ๑๑ เดือน มกราคม พ.ศ.๒๕๖๔

เรื่อง รับรองการใช้ประโยชน์จากผลงานวิจัย/งานสร้างสรรค์

เรียน ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์

ข้าพเจ้า พระครูอินทวุฒิกุล ตำแหน่ง เจ้าคณะอำเภอ ลี้ จังหวัดลำพูน ชื่อหน่วยงาน/
องค์กร/ชุมชน สำนักงานเจ้าคณะอำเภอ ลี้ เลขที่ ๑๐๒ หมู่ ๑๐ ตำบล ลี้ อำเภอ ลี้ จังหวัด ลำพูน
โทรศัพท์ ๐๘๑-๑๑๑-๓๔๕๗

ขอรับรองว่า ได้มีการนำผลงานวิจัย/งานสร้างสรรค์ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย เรื่อง การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตาม
แนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ภายใต้แผนงานวิจัยบูรณาการ
เรื่อง “นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนว
พระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน” ซึ่งเป็นผลงานวิจัย/งานสร้างสรรค์
ของคณะนักวิจัย ๒ คน ได้แก่ ดร.อาภากร ปัญญา และ ผศ.ดร.ประทีป พิษทองกลาง

โดยนำไปใช้ประโยชน์ดังนี้

การใช้ประโยชน์ตามวัตถุประสงค์/เป้าหมายของงานวิจัย/งานสร้างสรรค์

ช่วงเวลาที่น่าไปใช้ประโยชน์ ตั้งแต่วันที่ ๑๑ เดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เป็นต้นมา
ซึ่งการนำผลงานวิจัย/งานสร้างสรรค์ เรื่องนี้ไปใช้ประโยชน์นั้น ก่อให้เกิดผลดี ดังนี้

นำผลการวิจัยมาใช้ ในการทำงานร่วมกัน ระหว่าง องค์กรศาสนา องค์กรปกครองส่วน
ท้องถิ่น และองค์กรชุมชน จิตอาสา ตำบล ก้อ ตำบลดงคำ และตำบลวังคิน โดยลงนามบันทึกข้อตกลง
“คำมั่นสัญญา” การดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ เพื่อให้คนในสังคมไม่
ทอดทิ้งกัน ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการบริจจาคายอุปกรณ์ สิ่งของลงเยี่ยมไข้เพื่อเป็นกำลังใจแก่กัน
ในโอกาสต่อไปจักได้จัดตั้งกองทุนดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ครอบคลุมตำบลเพื่อให้เกิดความยั่งยืน

ขอรับรองว่าข้อความข้างต้นเป็นจริงทุกประการ

ลงชื่อ พระครูอินทวุฒิกุล



สพ.๐๙

หนังสือรับรองการใช้ประโยชน์จากผลงานวิจัยหรืองานสร้างสรรค์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วันที่ ๑๕ เดือน มกราคม พ.ศ.๒๕๖๔

รับรองการใช้ประโยชน์จากผลงานวิจัย/งานสร้างสรรค์

ผู้ดำเนินการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์

ข้าพเจ้า นางสาวจตุพร จาตา ตำแหน่ง ปลัดเทศบาลตำบลวังดิน ปฏิบัติหน้าที่
สมมนตรีตำบลวังดิน ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/ชุมชน สำนักงานเทศบาลตำบลวังดิน หมู่ ๑๔
อำเภอ ลี้ จังหวัด ลำพูน โทรศัพท์ ๐๕๓-๙๗๙๗๑๕ , ๐๕๓-๙๗๙๗๐๙

ขอรับรองว่า ได้มีการนำผลงานวิจัย/งานสร้างสรรค์ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
เรื่อง การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการอย่างยั่งยืนตาม
พุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ภายใต้แผนงานวิจัยบูรณาการ
นวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการอย่างยั่งยืนตามแนว
ศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน” ซึ่งเป็นผลงานวิจัย/งานสร้างสรรค์
นักวิจัย ๒ คน ได้แก่ ดร.อาภากร ปัญญา และ ผศ.ดร.ประทีป พิษทองกลาง

โดยนำไปใช้ประโยชน์ดังนี้

การใช้ประโยชน์ตามวัตถุประสงค์/เป้าหมายของงานวิจัย/งานสร้างสรรค์

ช่วงเวลาที่น่าไปใช้ประโยชน์ ตั้งแต่วันที่ ๑๕ เดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เป็นต้นมา
ผลงานวิจัย/งานสร้างสรรค์ เรื่องนี้ไปใช้ประโยชน์นั้น ก่อให้เกิดผลดี ดังนี้

นำผลการวิจัยมาใช้ ในการทำงานร่วมกัน ระหว่าง องค์กรศาสนา องค์กรปกครองส่วน
และองค์กรชุมชน จิตอาสา ตำบลวังดิน โดยลงนามบันทึกข้อตกลง “คำมั่นสัญญา” การดูแล
ที่มีความพิการร่วม และพระสงฆ์อาพาธ เพื่อให้คนในสังคมไม่ทอดทิ้งกัน ทุกภาคส่วนมีส่วน
บริหารจัดการกายอุปกรณ์ สิ่งของลงเยี่ยมไข้ เป็นกำลังใจแก่กัน กลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อนของสมาชิ
สภา ตำบลวังดิน จะจัดกิจกรรมนี้ให้เป็นความต่อเนื่องเพื่อดูแลกันอย่างยั่งยืนต่อไป

ขอรับรองว่าข้อความข้างต้นเป็นจริงทุกประการ



ภาคผนวก จ

ผลผลิต ผลลัพธ์ และผลกระทบจากงานวิจัย

ผลผลิต (Output)

ประเภทผลงานที่ได้รับ

- ต้นแบบผลิตภัณฑ์
- ต้นแบบเทคโนโลยี
- กระบวนการใหม่
- องค์ความรู้
- การใช้ประโยชน์เชิงพาณิชย์
- การใช้ประโยชน์เชิงสาธารณะ
- การพัฒนากำลังคน
- ทรัพย์สินทางปัญญา
- บทความทางวิชาการ
- การประชุม/สัมมนาระดับนานาชาติ
- การประชุม/สัมมนาระดับชาติ

ระดับผลงานที่ได้รับ

- ระดับอุตสาหกรรม
- ระดับกิ่งอุตสาหกรรม
- ระดับภาคสนาม
- ระดับห้องปฏิบัติการ

รายละเอียดผลงาน

๑. ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ ต้องการความช่วยเหลือหรือเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น ผู้มีบทบาทสำคัญ คือ บุคคลในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายในการช่วยเหลือด้านสวัสดิการ

๒. บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมี ๕ ประการ คือ ๑) บทบาทตามพระราชบัญญัติตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด ๓) บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ และบทบาทการผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา

๓. นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่ นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

ผลลัพธ์ (Outcome) ที่ได้ตลอดระยะเวลาโครงการ

ชื่อผลลัพธ์ : ระดับบุคคล

ประเภท :

- เจริญปริมาณ
- เจริญคุณภาพ
- เจริญเวลา
- เจริญต้นทุน

รายละเอียด :

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอสี จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอสี จังหวัดลำพูน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ๑) ผู้บริหารเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๑๕ คน ๒) ผู้สูงอายุ ๖๐ คน ๓) ชาวบ้านที่มาทำจิตอาสา ๖๐ คน ได้รับประโยชน์จากการวิจัยดังนี้

๑. ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ ต้องการความช่วยเหลือหรือเผื่อระวังจากบุคคลอื่น ผู้มีบทบาทสำคัญ คือ บุคคลในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายในการช่วยเหลือด้านสวัสดิการ

๒. บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมี ๕ ประการ คือ ๑) บทบาทตามพระราชบัญญัติตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด ๓) บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ และบทบาทการผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา

๓. นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่ นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

ผลกระทบ (Impact) จากการดำเนินโครงการ

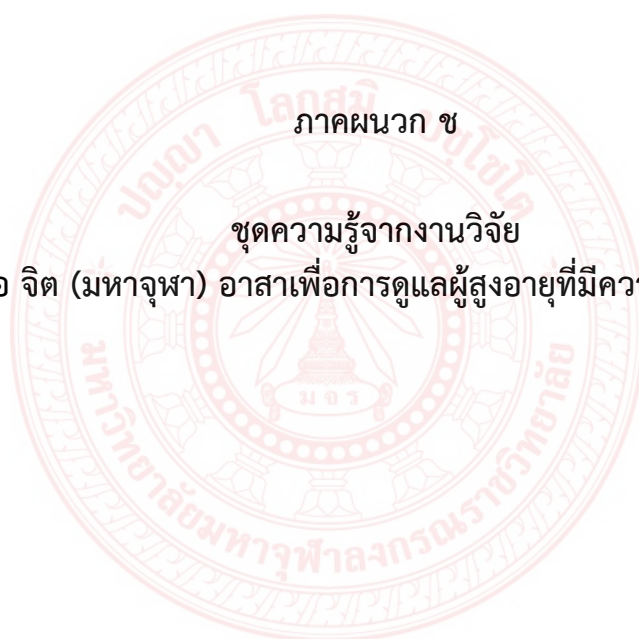
- ผลกระทบทางเศรษฐกิจของประเทศ
- ผลกระทบต่อภาคการผลิตและธุรกิจที่เกี่ยวข้อง
- ผลกระทบต่อขีดความสามารถทาง วทน.
- ผลกระทบต่อการจ้างงาน
- ผลกระทบต่อสังคม
- ผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม
- เพิ่มความสามารถการแข่งขันของเอกชนที่ร่วมโปรแกรม

- เพิ่มความสามารถในการแข่งขันของวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม
- สนับสนุนให้เกิดวิสาหกิจเริ่มต้น (Startup)

รายละเอียด :

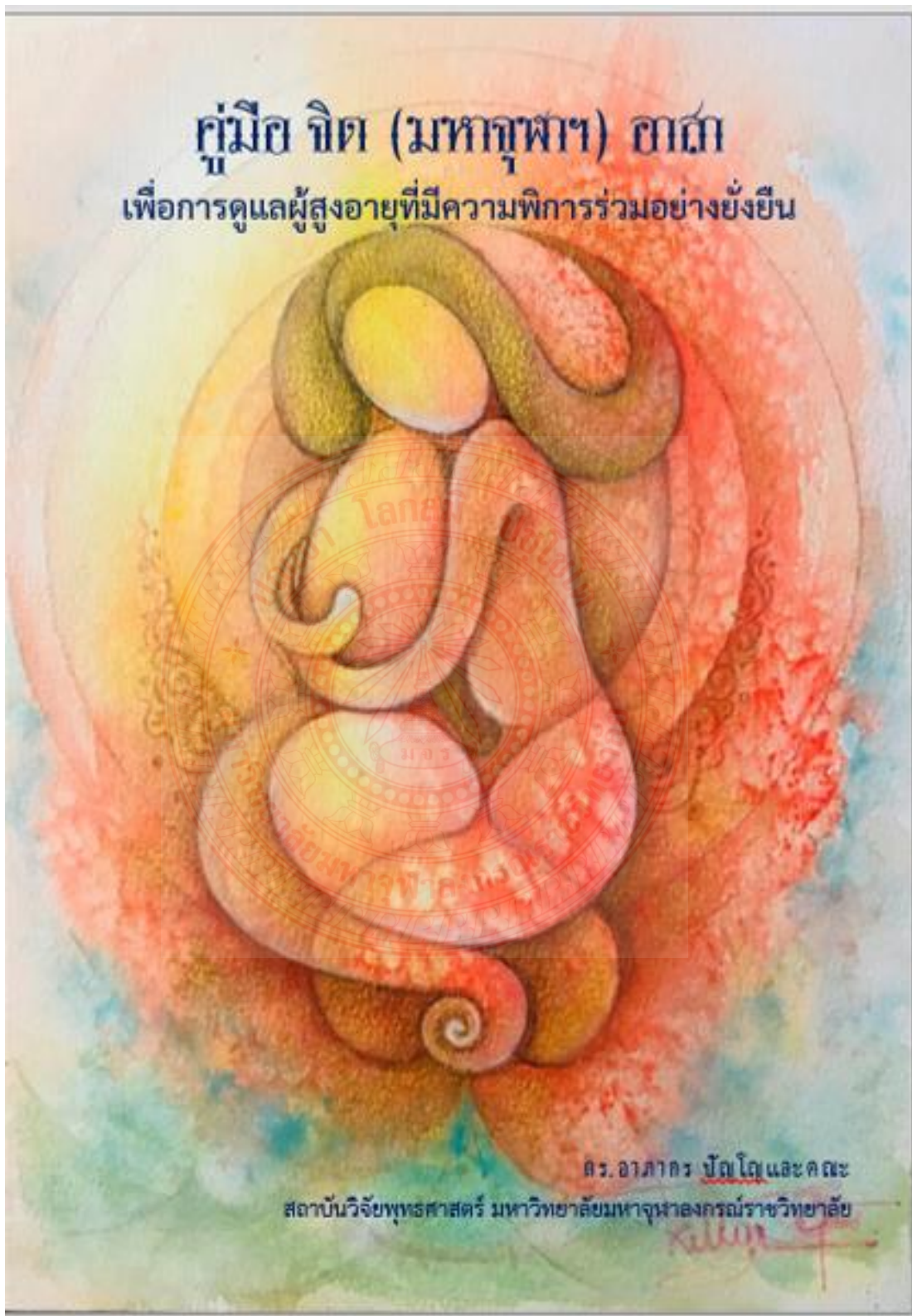
งานวิจัยนี้ได้เกิดประโยชน์เชิงวิชาการ คือ ทำให้ทราบ ๑. ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ ต้องการความช่วยเหลือหรือเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น ผู้มีบทบาทสำคัญ คือ บุคคลในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายในการช่วยเหลือด้านสวัสดิการ การขับเคลื่อนบทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมี ๕ ประการ คือ ๑) บทบาทตามพระราชบัญญัติ ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด ๓) บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ และบทบาทการผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา นอกจากนี้ ยังเกิดนวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป นอกจากนี้ ยังเกิดประโยชน์เชิงนโยบาย ได้ข้อมูลเชิงลึกและเกิดการขับเคลื่อนนโยบายการพัฒนาวัตรกรรชิ่งชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมต่อไป

ภาคผนวก ข
ชุดความรู้จากงานวิจัย
คู่มือ จิต (มหาจุฬา) อาสาเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม



คู่มือ จิต (มหากุฬาฯ) ๓๓๓

เพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน



ดร. อภากร ปิติโต และคณะ

สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหากุฬาราชวิทยาลัย

Kulim 9

คำนำ

คู่มือ “การพัฒนาการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาเพื่อดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุวิถีพุทธ” ภายใต้แผนงานวิจัยเรื่อง “การพัฒนาการเรียนรู้ของชุมชนจิตอาสาเพื่อดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น” ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ประจำปี ๒๕๖๓ โดยการสนับสนุนจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ขอขอบคุณพระเดชพระคุณ พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร. อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และพระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ.ดร. ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ที่ให้การอนุเคราะห์ สนับสนุน ส่งเสริม และให้คำแนะนำในการดำเนินการวิจัยด้วยดีเสมอมาจนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอขอบคุณคณะผู้บริหารมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง ที่ให้โอกาสแก่คณะผู้วิจัยได้นำเสนอโครงการวิจัยจนได้รับทุนอุดหนุนจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ แล้วส่งเสริมให้ศึกษาวิจัยอย่างเต็มที่จนแล้วเสร็จสมบูรณ์

ขออนุโมทนาขอบคุณกัลยาณมิตรคณะทำงานโครงการวิจัยโครงการย่อยที่ ๒ ทุกท่านที่ได้ทุ่มเทในการดำเนินการวิจัยร่วมกันอย่างเต็มที่จนสำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

คุณค่าของงานวิจัยฉบับนี้ ขอมอบเป็นวิทยาทานให้แก่วัดและแหล่งท่องเที่ยวต่างๆ ตลอดจนจนถึงผู้สนใจ ในการพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูนเพื่ออำนวยความสะดวกแก่นักท่องเที่ยวทุกกลุ่มให้เข้าถึงแหล่งท่องเที่ยวได้อย่างเสมอภาคต่อไป

ดร.อากาศ ปัญญา และคณะ

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓

บทนำ

ตามนโยบายรัฐบาลต่อสถานการณ์ปัญหาสังคมเกี่ยวกับงานด้านสวัสดิการทางสังคม คือนโยบายข้อ ๓ การลดความเหลื่อมล้ำทางสังคม และการสร้างโอกาสการเข้าถึงบริการของรัฐ ข้อ ๓.๓ การพัฒนาระบบการคุ้มครองทางสังคม ระบบการออม และระบบ สวัสดิการชุมชนให้มีประสิทธิภาพ และมีความยั่งยืนมากยิ่งขึ้น รวมทั้งการดูแลให้มีระบบการกักขัง ที่เป็นธรรมและการสงเคราะห์ผู้ยากไร้ ตามอัตภาพ พัฒนาศักยภาพ คุ้มครองและพิทักษ์สิทธิ จัดสวัสดิการช่วยเหลือและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ด้อยโอกาส ผู้พิการ ผู้สูงอายุสตรีและเด็ก ซึ่งเป็นหลักประกันด้านพื้นฐานของการบริการสาธารณะของรัฐภายใต้บทบัญญัติของรัฐธรรมนูญต่อการพัฒนาคนและสังคมให้มีคุณภาพเพื่อนำไปสู่คุณภาพชีวิต การงาน/กิจกรรมที่เหมาะสมของประชาชนได้อย่างมีความสุข และ ๓.๔ เตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการมีงานหรือกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อสร้างสรรค์และไม่ก่อภาระต่อสังคมในอนาคต โดยจัดเตรียมระบบการดูแลในบ้าน สถานพักฟื้นและโรงพยาบาลที่เป็นความร่วมมือของภาครัฐ ภาคเอกชน ชุมชน และครอบครัว รวมทั้งพัฒนาระบบการเงิน การคลังสำหรับการดูแลผู้สูงอายุและกรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อเตรียมความพร้อมกรณีประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่การเป็น “สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society)” ในปี พ.ศ. ๒๕๖๘

การบริหารจัดการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูนได้ดำเนินงานให้สอดคล้องกับแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๔๕-๒๕๖๔) โดยให้สำรวจข้อมูลการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ดำเนินโดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตพื้นที่หรือส่วนของศูนย์บริการผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุ และชมรมผู้สูงอายุ เพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบการวางแผนส่งเสริมการดำเนินงานเพิ่มความเข้มแข็งแลศักยภาพขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการบริการสาธารณะให้แก่ประชาชน และอาศัยอำนาจหน้าที่ของเทศบาลตามพระราชบัญญัติเทศบาล พ.ศ. ๒๔๙๖ แก้ไขเพิ่มเติมฉบับที่ ๑๓ พ.ศ. ๒๕๕๒ มาตรา ๕๐ (๗) ส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุและผู้พิการ และพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พงศ. ๒๕๔๒ มาตรา ๑๖ ให้เทศบาลเมืองพญาและองค์การบริหารส่วนตำบลมีอำนาจและหน้าที่ในการจัดระบบการบริการสาธารณะเพื่อประโยชน์ของประชาชนในท้องถิ่นของตนเอง (๑๐) การสังคมสงเคราะห์และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก สตรี คนชราและผู้ด้อยโอกาสนั้น

การเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงวัยถือได้ว่าเป็นปัญหาสำคัญที่จำเป็นจะต้องมีแผนในการรองรับและแก้ปัญหาเพื่อมิให้ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจและสังคม จากข้อมูลทางสถิติของประเทศไทยจะมีอัตราการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ ๒ เท่าในปี พ.ศ. ๒๕๖๘ จำนวน ๑๔ ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ ๑๐.๓ และ ๒๐ ของประชากรทั้งหมดตามลำดับ ความสำเร็จในการคุมกำเนิดของประเทศไทยทำให้อัตราการเกิดลดลงนับตั้งแต่ปี พ.ศ.๒๕๑๓ จนกระทั่งถึงปัจจุบัน กอ .รกับความสำเร็จทางด้านเทคโนโลยีวิทยาการทางการแพทย์ ระบบสาธารณสุขที่ส่งผลให้ประชากรมีอายุยืนมากยิ่งขึ้นเฉลี่ย ๗๗ ปี ทำให้โครงสร้างประชากรไทยเปลี่ยนแปลงไปมาก คาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. ๒๕๗๙ จะมี สันส่วนผู้สูงอายุเกือบ ๑ ใน ๓ ของประเทศ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าประเทศไทยกำลังก้าวไปสู่สังคมผู้สูงวัยอย่างรวดเร็วและเพิ่มความรุนแรง ซึ่งประชากรที่อยู่ในช่วงวัย ๔๐-๕๐ ได้รับผลกระทบในอนาคตข้างหน้า จากข้อมูลเบื้องต้นพบว่า ประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ตลอดถึงการย้ายถิ่นฐาน

มีโรคภัยไข้เจ็บ โรคเรื้อรังและขาดผู้คอยให้ความใส่ใจ ดูแล ทำให้สุขภาพย่ำแย่จนเกิดภาวะผู้ป่วยติดเตียงและเกิดภาวะโรคซึมเศร้าที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น

การปฏิบัติหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในบทบาทการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนของจังหวัดลำพูน ได้ตระหนักถึงสถานการณ์การเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุ ปัญหาการถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพัง ตลอดถึงปัญหาทางด้านร่างกาย สุขภาพ จิตใจ และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่จะได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด รวมถึงแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงในอนาคตที่ผู้สูงอายุจะเพิ่มมากยิ่งขึ้นและร่วมมือกันค้นหาวิธีการหรือแนวทางในการคุ้มครองดูแลช่วยเหลือการดำรงชีพของผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อมิให้ส่งผลกระทบต่อภาวะความเสี่ยงในการเกิดโรคเรื้อรัง เช่น ความดัน เบาหวาน ฯลฯ เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาทางด้านสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้ดีขึ้น ซึ่งเทศบาลได้มีบทบาทในการช่วยเหลือเพื่อจัดการและส่งเสริมผู้สูงอายุได้พัฒนาความรู้ในการเตรียมตัวหรือปรับตัวให้เข้าในชีวิตในช่วงสูงวัยได้อย่างเหมาะสม ให้ดำรงชีวิตอย่างพอเพียง พัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเองและอยู่ร่วมกับผู้สูงอายุด้วยกัน

บทบาทและหน้าที่ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน เพื่อช่วยในการดูแลผู้สูงอายุ สตรี เด็กและผู้ด้อยโอกาสนั้น ดำเนินกิจกรรมเพื่อตอบสนองต่อนโยบายภาครัฐที่ได้กำหนดเป็นราชบัญญัติเพื่อการให้สวัสดิการที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุดังที่กล่าวมาข้างต้น โดยเฉพาะกิจกรรมการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อเพิ่มพูนและส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพทางกาย สุขภาวะทางจิตใจ สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางอารมณ์และสุขภาวะทางปัญญา เพื่อลดปัญหาการเจ็บป่วย ลดการพึ่งพิงด้านจิตใจ ลดความเหงา เพิ่มคุณค่าตนเองเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกับสังคม ได้มีโอกาสสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน ส่งเสริมและฟื้นฟูทางด้านสติปัญญา และเป็นผู้มีภูมิปัญญาและวัฒนธรรมจิตอาสาในชุมชน โดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจะต้องทำหน้าที่ในการขับเคลื่อนการจัดกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและผู้มีความพิการให้ครบทุกมิติ จากการศึกษาพบว่าเทศบาลแต่ละตำบลมียุทธศาสตร์ในการพัฒนาผู้สูงอายุ อาทิเช่น

ยุทธศาสตร์ที่ ๓ การพัฒนาด้านสังคมและคุณภาพชีวิตของเทศบาลวังดิน ซึ่งเป็นกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ได้แก่ ๑) โครงการช่วยเหลือผู้ป่วย อนามัยในชุมชน (EMS) โดยเป็นกิจกรรมในการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการช่วยเหลือผู้ป่วย ๒) โครงการช่วยเหลือบรรเทาทุกข์แก่ผู้ประสบสาธารณภัย และราษฎร ผู้เดือดร้อน ผู้พิการ ผู้ด้อยโอกาส ฯลฯ โดยจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องการช่วยเหลือบรรเทาทุกข์แก่ผู้ประสบสาธารณภัย และราษฎร ผู้เดือดร้อน ผู้พิการ ผู้ด้อยโอกาส ฯลฯ ๓) โครงการศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ คนพิการ และประชาชน เทศบาลวังดิน โดยการให้ความรู้การดำเนินงานด้าน การดูแลสุขภาพประชาชนทุก กลุ่มวัย และสนับสนุนการ ดำเนินงานของศูนย์ดูแลสุขภาพผู้สูงอายุคนพิการ และประชาชนในเทศบาลวังดิน ๔) โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ (จามรีวิชาลัย) โดยการรับความรู้จากการอบรม กิจกรรมส่งเสริมคุณภาพผู้สูงอายุ ๕) โครงการส่งเสริมและพัฒนา คุณภาพจิตใจในผู้สูงอายุ เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี ๖) โครงการพัฒนาศักยภาพ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลวังดิน โดยการอุดหนุนงบประมาณให้แก่ ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลวังดินในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ๗) เปี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ปรากฏในเทศบัญญัติ ฯ เพื่อจ่ายเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ

ตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยฯ และ ๘) เบี้ยยังชีพคนพิการ ปรากฏในเทศบัญญัติ ฯ เพื่อจ่ายเบี้ยยังชีพคนพิการตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยฯ

ยุทธศาสตร์ที่ ๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตและการรักษาความเป็นระเบียบเรียบร้อยในชุมชนของเทศบาลต่าวว่าด้วยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการรักษาความเป็นระเบียบเรียบร้อยในชุมชน ซึ่งเป็นกิจกรรมในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม โดยมีโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในตำบลต่าวได้ร่วมกันทำกิจกรรมเพื่อพัฒนาศักยภาพในการดำรงชีวิตประจำวัน

ยุทธศาสตร์ที่ ๒ ยุทธศาสตร์การพัฒนาด้านสังคม คุณภาพชีวิต ลดความเหลื่อมล้ำในสังคมของเทศบาลต่าวได้แก่ ๑) แนวทางการพัฒนาสังคมและชุมชนอย่างยั่งยืน ๒) แนวทางการส่งเสริมกิจกรรม ด้านศาสนา และการอนุรักษ์ฟื้นฟู บูรณะสถานที่สำคัญในจังหวัดลำพูน ๓) แนวทางการสืบสาน อนุรักษ์และฟื้นฟูศิลปวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีและภูมิปัญญาท้องถิ่น และ ๔) แนวทางการเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรมแก่ประชาชนในท้องถิ่น

จากยุทธศาสตร์และแผนปฏิบัติงานขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน เพื่อดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน พบว่า บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน มีดังนี้

บทบาทตามพระราชบัญญัติ ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ให้ความหมายผู้สูงอายุว่า เป็นบุคคลซึ่งมีอายุเกินกว่าหกสิบปีบริบูรณ์ขึ้นไป และมีสัญชาติไทย ดังนั้น จึงเป็นเหตุให้บุคคลที่อพยพ ลี้ภัยหรือหนีหรือเดินทางเข้ามาทำงานพึ่งพระบรมโพธิสมภารในราชอาณาจักรไทย ไม่มีสิทธิในสวัสดิการและความช่วยเหลือจากรัฐทั้งปวง แม้ว่าจะเป็นผู้เสียภาษีอากรให้รัฐโดยครบถ้วนก็ตาม ทั้งนี้เป็นการจัดต่อหลักสิทธิมนุษยชน เพราะรัฐธรรมนูญแห่ง ราชอาณาจักรไทย พ.ศ. ๒๕๔๐ มาตรา ๓๐ ได้บัญญัติว่า “...บุคคลย่อมเสมอภาคกันในกฎหมายและได้รับความคุ้มครองตามกฎหมายเท่าเทียมกัน การเลือกปฏิบัติโดยไม่เป็นธรรมต่อบุคคลเพราะเหตุแห่งความแตกต่างในเรื่องถิ่นกำเนิด เชื้อชาติ ภาษา เพศ อายุ จะกระทำมิได้”

พระราชบัญญัติ ผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ ว่าด้วยการคุ้มครองสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทยได้รับสิทธิ ดังต่อไปนี้

- (๑) การแพทย์และสาธารณสุข
- (๒) การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต
- (๓) การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่ เหมาะสม
- (๔) การพัฒนาตนเองและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน
- (๕) การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือการบริการสาธารณะอื่น
- (๖) การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม
- (๗) การยกเว้น ค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ

(๘) การช่วยเหลือจากการได้รับอันตรายจากการถูกทารุณกรรมหรือถูกแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมายหรือถูกทอดทิ้ง

(๙) คำแนะนำ ปรีกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือในทางการแก้ไข ปัญหาครอบครัว

(๑๐) การจัดที่พักอาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตาม ความจำเป็นอย่างทั่วถึง

(๑๑) การจ่ายเงินเบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม (๑๑/๑) การจ่ายเงินสงเคราะห์เพื่อการยังชีพแก่ผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยตามระเบียบที่ กผส.กำหนด

(๑๒) การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี

(๑๓) การอื่นตามที่คณะกรรมการประกาศกำหนด

กลไกการกำหนดนโยบาย/แผนการคุ้มครองสิทธิของผู้สูงอายุและจัดสรรเงินบำรุงกองทุนจากผู้มีหน้าที่เสียภาษีสรรพสามิต ที่เกี่ยวกับสินค้าสุราและยาสูบ และเงินที่มีผู้บริจาคเข้ากองทุน สำหรับจ่ายเป็นเงินสงเคราะห์เพื่อการยังชีพแก่ผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อย โดยคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ (กผส.)

องค์กรผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับการคุ้มครองและดูแลสิทธิผู้สูงอายุ : มีลักษณะของการกำหนดในเชิงนโยบายมอบให้แต่ละหน่วยงาน ที่เกี่ยวข้องกับสิทธิในเรื่องนั้น ๆ ดำเนินการตามภารกิจ และขอบเขตอำนาจหน้าที่ของหน่วยงานตน

กองทุนผู้สูงอายุ: เพื่อเป็นทุนใช้จ่ายเกี่ยวกับการคุ้มครอง ส่งเสริม สนับสนุนและจัดสวัสดิการที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ

ประโยชน์ที่ได้รับ: (๑) ผู้สูงอายุได้รับการคุ้มครองสิทธิตามกฎหมาย (๒) ผู้มีหน้าที่เสียภาษีสรรพสามิตที่เกี่ยวกับสินค้าสุราและยาสูบ ผู้บริจาคเงินหรือทรัพย์สินให้แก่ กองทุน และผู้ประกอบการเลี้ยงดูบุพการีซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพจะได้รับการลดหย่อนภาษีตามกฎหมายว่าด้วยภาษีสรรพสามิตและประมวลรัษฎากร

๒. บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) ถือได้ว่าเป็นองค์กรภาครัฐที่ได้รับการถ่ายโอนภารกิจด้านงานส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชน ภารกิจด้านนี้เกี่ยวข้องกับงานด้านการจัดสวัสดิการสังคม และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็ก สตรี ผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส โดยพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) พ.ศ. ๒๕๔๒ ได้กำหนดอำนาจหน้าที่ให้ในการจัดบริการสาธารณะไว้หลายด้าน โดยเฉพาะการสังคมสงเคราะห์และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส ไว้ในหมวด ๒ มาตรา ๑๖ (๑๐) ระบุให้เทศบาลเมืองพัทยา และองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) ให้การสังคมสงเคราะห์และพัฒนาคุณภาพชีวิต เด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส และมาตรา ๑๗(๒๗) และให้องค์การบริหารส่วนจังหวัด (อบจ.) มีอำนาจหน้าที่ในการให้การสังคมสงเคราะห์ และพัฒนาคุณภาพชีวิตเช่นเดียวกับเทศบาลเมืองพัทยาและองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.)

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) มีอำนาจและหน้าที่ในการจัดระบบบริการสาธารณะเพื่อประชาชนในท้องถิ่นของตนเองตามพระราชบัญญัติข้างต้น จึงได้กำหนดให้จัดทำแผนปฏิบัติการ

กระจายอำนาจให้แก่ อปท. พ.ศ. ๒๕๔๓ โดยให้มีการถ่ายโอนภารกิจให้กับ อปท. ซึ่งแผนดังกล่าว กำหนดให้มีการถ่ายโอนภารกิจด้านส่งเสริมคุณภาพชีวิตและอาชีพให้แก่องค์กรปกครองท้องถิ่น (อปท.) ได้แก่ การสังคมสงเคราะห์ และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส การนันทนาการ การส่งเสริมกีฬาหรือการจัดให้มีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ การศึกษาทั้งในและนอกระบบ รวมถึงการสาธารณสุข เช่น การรักษาพยาบาล การป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ เป็นต้น ซึ่ง จะเห็นว่าปัจจุบันการจัดบริการสาธารณะในด้านสวัสดิการสังคมและสังคมสงเคราะห์ได้มีการ ดำเนินการผ่านโอนอำนาจหน้าที่ งบประมาณและบุคลากรบางส่วนจากส่วนกลางและส่วนภูมิภาคไป ให้ส่วนท้องถิ่นดำเนินการ

นอกจากนั้น รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. ๒๕๕๐ ได้บัญญัติเกี่ยวกับการ ปกครองส่วนท้องถิ่นไว้เป็นการเฉพาะตั้งแต่มาตรา ๒๘๑ ถึงมาตรา ๒๙๐ เพื่อกระจายอำนาจให้กับ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) มากยิ่งขึ้น โดยมีสาระสำคัญสรุปได้ว่า รัฐต้องให้ความเป็นอิสระ แก่ท้องถิ่นตามหลักแห่งการปกครองตนเอง ตามเจตนารมณ์ของประชาชนในท้องถิ่น และส่งเสริมให้ อปท.เป็นหน่วยงานหลักในการจัดทำบริการสาธารณะและมีส่วนร่วมในการตัดสินใจแก้ไขปัญหาใน พื้นที่ รวมทั้งมีอำนาจหน้าที่โดยทั่วไปในการดูแลประชาชนในท้องถิ่น และได้บัญญัติเกี่ยวกับการจัด สวัสดิการแก่ผู้สูงอายุไว้ ดังนี้ คือ มาตรา ๕๓ บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้ เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับสวัสดิการ สิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะอย่างสมศักดิ์ศรี และความช่วยเหลือที่เหมาะสมจากรัฐ

มาตรา ๘๐ (๑) รัฐต้องดำเนินการตามแนวนโยบายด้านสังคม การสาธารณสุข การศึกษา และวัฒนธรรม เพื่อคุ้มครองและพัฒนาเด็กและเยาวชน สนับสนุนการอบรมเลี้ยงดู ให้การศึกษา ปฐมวัย ส่งเสริมความเสมอภาคของหญิงและชาย เสริมสร้างและพัฒนาความเป็นปึกแผ่นของสถาบัน ครอบครัวและชุมชน รวมทั้งส่งเสริมและจัดสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุ ผู้ยากไร้ ผู้พิการหรือทุพพล ภาพและผู้อยู่ในสภาวะยากลำบาก ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและพึ่งพาตนเองได้

๓. บทบาทส่งเสริมสุขภาพ

การสร้างกลไกดูแลและส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุที่มีความพิการอย่างยั่งยืนขององค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน โดยการส่งเสริมทางด้านกิจกรรมที่มีรูปแบบของโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อสร้างสุขภาวะทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์และปัญญาให้แก่ผู้สูงอายุ โดยปกครองท้องถิ่น ได้มีการปฏิบัติงานตามพระราชบัญญัติ ตามมาตรา ๑๑ ว่าด้วยการคุ้มครองสิทธิ การส่งเสริม และการ สนับสนุนผู้สูงอายุ โดยเทศบาลแต่ละแห่งจะมีแผนในการปฏิบัติงานเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกับ นโยบายของปกครองท้องถิ่น

การวางแผนกิจกรรมของเทศบาลภายใต้เทศบัญญัติและการจัดสรรงบประมาณในแต่ละปี โดยจะมุ่งเน้นกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการของกลุ่มผู้สูงอายุ โดยมีการประชุม วางแผน และ ระดมความคิดเห็นเพื่อหาแนวทางในการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในพื้นที่ เช่น การศึกษาดูงานพื้นที่ที่ประสบความสำเร็จเพื่อนำมาปรับกระบวนการที่ตนในการปฏิบัติงานที่สอดคล้อง กับนโยบายของเทศบาล การให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการพัฒนาผู้สูงอายุจากกลุ่มผู้สูงอายุที่เคย ปฏิบัติงานตำแหน่งหรือรับราชการ ตลอดถึงการทำบันทึกตกลง (MOU) กับหน่วยงาน องค์กรภาครัฐ/

เอกชนและส่วนงานที่เกี่ยวข้องกับหน่วยงานต่างๆ เพื่อกำหนดทิศทางกิจกรรมที่มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดลำพูน (พมจ.) การศึกษาจากระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอ (กศน.) สำนักงานสาธารณสุขประจำจังหวัดลำพูน (สสจ.) พระสงฆ์ที่มีความชำนาญในการเทศนาสั่งสอนในพื้นที่ ประชาชนท้องถิ่น ฯลฯ เพื่อจะได้มีการจัดวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิในการให้บริการและส่งเสริมการพัฒนาสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ โดยการเพิ่มพูนความรู้ การนันทนาการ/สันทนาการที่เหมาะสมกับวัย และกิจกรรมที่ตรงต่อความต้องการของผู้สูงอายุ

๔. บทบาทการจัดสวัสดิการ

ตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ เป็นการกำหนดทิศทางในการจัดสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุในพื้นที่การปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อดูแล ช่วยเหลือและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยเทศบาลมีภาระหน้าที่ในการปฏิบัติงานแต่ก็อิงอาศัยพระราชบัญญัติเป็นข้อปฏิบัติงาน ซึ่งบทบาทและหน้าที่ของเทศบาลในการจัดสวัสดิการสามารถแยกออกได้ ๖ อย่าง ได้แก่

๔.๑ การให้ความรู้เบื้องต้น การเรียนรู้เป็นสิ่งจำเป็นและเกิดประโยชน์แก่คุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ เพราะนอกจากจะใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ช่วยระงับปัญหา มองปัญหาต่างๆ ได้อย่างลึกซึ้ง รู้เท่าทันทางสังคม และได้ใช้ความคิดในเชิงสร้างสรรค์ช่วยพัฒนาสมอง ลดความเสี่ยงอาการสมองเสื่อมและภาวะซึมเศร้า การจัดสวัสดิการด้านความรู้จึงเป็นแนวทางในการพัฒนาชีวิตของผู้สูงวัยให้เรียนรู้ในการดูแลตนเองเป็นเบื้องต้น เช่น ความรู้เกี่ยวกับการใช้ยาให้ถูกวิธี ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มเสี่ยงสูงจากการใช้ยาและเกิดผลข้างเคียงได้ง่าย เนื่องจากผู้สูงอายุมีโรคร่วมหลายอย่าง มีโอกาสได้รับยาหลายชนิดในเวลาเดียวกัน อีกทั้งการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาจากความชรากับการกำจัดยาออกจากร่างกาย ทำให้การดูดซึมยาลดลง การกระจายตัวของยาไม่ค่อยดี อาจพบปริมาณยาที่ค้างในร่างกาย เพื่อป้องกันการเกิดผลข้างเคียงจากการใช้ยา ผู้สูงอายุ/ผู้ที่รับหน้าที่ดูแลจำเป็นต้องให้ความสำคัญและระมัดระวังเกี่ยวกับการใช้ยาให้มากยิ่งขึ้น ความรู้ทางด้านสิทธิประโยชน์ที่จะได้รับตามกฎหมาย เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์และสวัสดิการที่จะได้รับตามที่กฎหมายบัญญัติไว้ และเป็นการคุ้มครอง ส่งเสริมและสนับสนุนแก่ผู้สูงอายุ รวมทั้งสิทธิประโยชน์ต่อองค์กรด้านผู้สูงอายุและประชาชน ทั่วไป เช่น เงินสงเคราะห์เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เป็นต้น

๔.๒ การส่งเสริมสุขภาพและการใช้ชีวิตตามวัย เป้าหมายด้านการแพทย์และสาธารณสุขมุ่งเน้นให้ประชากรมีอายุยืนยาว มีคุณภาพชีวิตที่ดี สุขภาพแข็งแรงในทุกช่วงวัย การไม่เจ็บป่วยหรือไม่มีโรคเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต เนื่องจากคุณภาพชีวิตประกอบด้วยสุขภาพด้านกายภาพ (physical health) สุขภาพด้านจิตใจ (mental health) สุขภาพด้านสังคม (social health) และภาวะสุขภาพโดยทั่วไป (general health) โดยองค์การอนามัยโลกได้ให้คำนิยามของ “สุขภาพ” ว่าไม่ใช่แต่เพียงการปราศจากโรค แต่รวมถึงการมีความสุขสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม โดยจะสัมพันธ์กับเป้าหมายและความคาดหวังของตนเอง ภายใต้บริบทของวัฒนธรรม ค่านิยม มาตรฐานของสังคมและสิ่งอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง การจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุจำเป็นต้องเริ่มด้วยการส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางร่างกาย เพื่อให้ความรู้และแนวทางการปฏิบัติตนของผู้สูง

วัยให้เกิดความเหมาะสม มีร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรค เช่น การตรวจสุขภาพผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้ชีวิตด้านการอยู่การกินให้เหมาะสม การตรวจช่องปากและฟันเพื่อลดการสูญเสียฟัน ลดความเจ็บปวด ลดความเสี่ยงต่อการเปลี่ยนแปลงที่ผิดปกติ และให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลและช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวัน เพื่อเป็นวิธีการป้องกันความผิดปกติหรือโรคที่เกิดจากช่องปากและฟัน หรือความรู้เพื่อป้องกันมิให้เกิดโรคแทรกซ้อน ความรู้เกี่ยวกับโรคเรื้อรังในวัยสูงอายุ จากความเจ็บป่วยเรื้อรังเป็นความเจ็บป่วยที่มีอาการค่อยเป็นค่อยไป ใช้ระยะเวลาของการเจ็บป่วย และการดูแลรักษายาวนาน และจะต้องการดูแลอย่างใกล้ชิด การเจ็บป่วยมักจะค่อยๆ ลูกหลานจนมีอาการรุนแรงขึ้น หากได้รับการดูแลรักษาอย่างเหมาะสม ต่อเนื่องจะทำให้อาการทุเลาและมีคุณภาพชีวิตที่ดี แต่หากไม่ได้รับการดูแลรักษาที่เพียงพอและไม่ดูแลตนเอง อาการก็จะรุนแรงมีภาวะแทรกซ้อนจนถึงขั้นเสียชีวิตได้ เป็นต้น

๔.๓ การสร้างรายได้ รายได้ส่วนใหญ่จะเกิดจากการประกอบอาชีพต่างๆ แต่เมื่อช่วงผู้สูงวัยทำให้รายได้ลดลงหรือขาดรายได้ประจำ สืบเนื่องจากอายุพ้นเกณฑ์การจ้างและสภาพร่างกายไม่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติงาน แต่ขณะเดียวกันกลับมีรายจ่ายเพิ่มขึ้นในการดูแลสุขภาพ จากการสำรวจข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า แหล่งรายได้ของผู้สูงอายุมาจากบุตรและจากการทำงาน ส่วนรายได้จากการออมมีค่อนข้างน้อยมาก เนื่องจากการมีเงินออมต้องเก็บออมตั้งแต่ในวัยทำงานได้และต้องใช้ระยะเวลาต่อเนื่องยาวนาน การบริหารจัดการกับเงินหรือรายได้ที่มีอยู่จึงมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี ปราศจากความวิตกกังวล การให้สวัสดิการเพื่อสร้างรายได้และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึภาคภูมิใจต่อตนเองจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง โดยเทศบาลมุ่งเน้นให้เกิดการสร้างรายได้ที่เหมาะสมกับวัยและวัสดุที่มีอยู่ในท้องถิ่น เช่น การทำหัตถกรรมจากเศษผ้า เพื่อเป็นการนำวัสดุอุปกรณ์ที่เหลือใช้นำมาประดิษฐ์เป็นของที่ระลึกและสร้างรายได้ สร้างทัศนคติที่ดีในการเป็นจิตอาสา การออมในวัยสูงอายุ^{๑๓๙} ความรู้เกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่เหมาะสมกับพื้นที่ของชุมชนในการประกอบอาชีพเกษตรกรรม เช่น การเพาะปลูก การทำสวนลำไย ฯลฯ^{๑๔๐} การทำปุ๋ยหมักชีวภาพ จากขยะหรือเศษวัสดุต่างๆ ที่สามารถนำมาแปรรูปเป็นปุ๋ยหมักชีวภาพในการใช้ในการทำเกษตรกรรมเรือน และเป็นการสร้างความสมดุลระหว่างสังคมกับสิ่งแวดล้อมในท้องถิ่น^{๑๔๑} การประดิษฐ์โคมล้านนาในเทศกาลลอยกระทง (ยี่เป็ง) ซึ่งกองสวัสดิการสังคมจะได้จัดหาอุปกรณ์ วัสดุ เครื่องมือ และผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความสามารถในการอบรมเชิงปฏิบัติการให้กลุ่มผู้สูงอายุสามารถจัดทำเองได้ และนำผลงานที่ได้ออกจำหน่ายในรูปแบบต่างๆ เช่น ในเทศกาลลอยกระทง (ยี่เป็ง) ได้นำโคมประทีปออกจำหน่ายในบริเวณช่วงเทศบาล และนำรายได้ส่วนหนึ่งจัดสรรหาให้แก่ผู้สูงอายุที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมของเทศบาล^{๑๔๒}หรือการนำสินค้าจำหน่ายผ่านสื่อมีเดียหรือเว็บไซต์ของเทศบาล เป็นต้น

^{๑๓๙} สัมภาษณ์นางอนันต์ศรี ๕ สิงหาคม ๒๕๖๓ ผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน,

^{๑๔๐} สัมภาษณ์นายอนุวัฒน์ มูลใจ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๓ เจ้าหน้าที่งานพัฒนาชุมชนเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน,

^{๑๔๑} สัมภาษณ์นายสุทัศน์ สารวิชัยผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ๑๔ ตุลาคม ๒๕๖๓,

^{๑๔๒} สัมภาษณ์นางเพ็ญจันทร์ เทพปิ่น ผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลวังดิน อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน, ๗ ตุลาคม ๒๕๖๓.

๔.๔ การดูแลและช่วยเหลือกรณีพิเศษ การจัดอำนวยความสะดวกและจัดสวัสดิการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้มีการปฏิบัติงานแก่บุคคลที่เป็นกรณีพิเศษ อาทิเช่น ผู้ป่วยติดเตียงหรือผู้สูงอายุที่มีที่อยู่ไม่เอื้อต่อการดำรงชีพ โดยเทศบาลจะมีหน่วยช่วยเหลือผู้สูงอายุและผู้พิการเป็นกรณีพิเศษ ได้แก่ การจัดตั้งศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ คนพิการหรือ (Caregiving) ที่มุ่งเน้นการดูแลสุขภาพกลุ่มวัยผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียง การช่วยเหลือที่อยู่อาศัยที่ชำระหรือทรุดโทรมในที่อยู่อาศัยให้แก่ผู้สูงอายุ การช่วยเหลือผู้สูงอายุที่อนาถาในชุมชน (EMS) ซึ่งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทในการบริหารจัดการด้านการแพทย์ฉุกเฉิน เพื่อเป็นการช่วยเหลือผู้ป่วยฉุกเฉิน เพื่อป้องกันและคุ้มครองสิทธิในการเข้าถึงระบบการแพทย์ได้อย่างมีประสิทธิภาพและทันต่อเหตุการณ์ ยึดหลักประชาชนเป็นศูนย์กลางและมีหลักการดำเนินงานเน้นการช่วยเหลือเบื้องต้นแก่ผู้ประสบภัย/ผู้ป่วยฉุกเฉิน/ผู้อนาถา

๔.๕ การส่งเสริมภูมิปัญญาและศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น การพัฒนาท้องถิ่นด้วยการสืบสานความเป็นอัตลักษณ์ถือได้ว่าเป็นกลไกสำคัญต่อการพัฒนาและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน โดยเป็นการทบทวนความรู้และเหตุการณ์เรื่องราวในอดีตที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น เพียบพร้อมด้วยความงดงามทางด้านศิลปะ วัฒนธรรม และประเพณีที่ถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น เช่น ประเพณีปีใหม่เมือง ล้านนาที่เป็นการแสดงถึงความเคารพและการขอขมาโทษแก่กันและกัน การแสดงศิลปะพื้นบ้าน ล้านนา เช่น การรำ ดนตรีพื้นเมือง กลองอังกะลุง

๔.๖ การส่งเสริมสุขภาพทางด้านอารมณ์ การสร้างความสุขที่เกิดจากการผ่อนคลายทางด้านอารมณ์เป็นจุดมุ่งเน้นของการจัดสวัสดิการของเทศบาล แม้จะมีหลักสูตรในการมุ่งพัฒนาทางด้านความรู้ ทางด้านร่างกาย ทางด้านสังคมก็ตาม แต่สิ่งที่สำคัญที่ผู้สูงอายุต้องการมากที่สุด ได้แก่ ความสุขที่เกิดจากอารมณ์ ปัจจัยนี้ส่งผลให้เทศบาลได้มุ่งเน้นกิจกรรมสร้างสุข บรรเทาทุกข์แก่ผู้สูงอายุ เช่น การแข่งขันกีฬา การรำ การเยี่ยมเพื่อนเมื่อป่วย

๕. การผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา

การพัฒนาบทบาทการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน จะต้องจัดตั้งหรือรวมกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนอย่างเข้มแข็ง ยกระดับการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุ ให้มีระบบการดูแลผู้สูงอายุที่ดีกว่าเดิม อาทิเช่น พัฒนาเป็นศูนย์ดูแลและพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุหรือศูนย์ดูแลผู้สูงอายุเวลากลางวัน (Day Care) เหมือนศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในชุมชนและใกล้บ้าน เพื่อเป็นการส่งเสริมสวัสดิการของผู้สูงอายุ ลดความเหลื่อมล้ำทางสังคม และการดูแลผู้สูงอายุให้พักผ่อนหลังวัยเกษียณ โดยเทศบาลมีบทบาทในการผลักดันให้เกิดกลุ่มหรือชมรมผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยวิธีการแต่งตั้งคณะกรรมการประจำโรงเรียน ประธานหัว แกนนำ กลุ่มแม่หมูนในเขตพื้นที่เทศบาล เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ตั้งระเบียบ กฎกติกา และข้อปฏิบัติแก่นักเรียนผู้สูงอายุในโรงเรียน โดยกลุ่มจิตอาสาส่วนมากจะเป็นบุคคลที่เกษียณราชการแต่มีเจตนารมณ์ในการช่วยเหลือกลุ่มผู้สูงอายุ เช่น กลุ่ม Caregiving ที่ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียง โดยผลักดันแกนนำเพื่อสร้างจิตอาสาของโรงเรียนผู้สูงอายุในการดูแลสมาชิกเอง ถือได้ว่าเป็นบทบาทที่สำคัญในการสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการพัฒนาตนเองและการรับผิดชอบต่อสมาชิกในชุมชนที่มีสถานภาพเดียวกันได้เป็นอย่างดี

บทสรุป

บทสรุป

การดูแลผู้สูงอายุโดยหน่วยงานหรือองค์กร หน่วยงานและองค์กรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องได้กำหนด มาตรการ แผนงาน และนโยบายต่างๆ เพื่อให้การช่วยเหลือผู้สูงอายุและครอบครัว ตั้งแต่การจัดตั้ง สถานสงเคราะห์คนชรา สวัสดิการเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ การรักษาพยาบาลโดยไม่ต้องเสียค่า รักษาพยาบาล บริการประกันสังคม สวัสดิการรักษายาบาลของภาครัฐหลักประกันสุขภาพถ้วน หน้า และการประกันกับบริษัทเอกชน การจัดให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุและคนพิการ ในที่สาธารณะ และการลดหย่อนค่าโดยสารขนส่งมวลชน การดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชน หมายถึง การ ดูแลผู้สูงอายุโดยองค์กรรวม เป็นการพัฒนาความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภาครัฐและองค์กรปกครอง ส่วนท้องถิ่นในการดูแลผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน โดยพัฒนารูปแบบบริการสุขภาพและสวัสดิการสังคมแก่ ผู้สูงอายุเชิงบูรณาการ ที่เน้นดำเนินงาน ๔ เรื่อง คือ สร้างรูปแบบการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตผู้สูงอายุ จัดระบบบริการแก้ไขปัญหาโรคตา ฟันฟูสมรรถภาพผู้สูงอายุที่ป่วย และให้บริการผู้สูงอายุเคลื่อนที่ โดยชุมชนเป็นเจ้าของแก้ไขปัญหาแบบบูรณาการพร้อมกัน ในบางชุมชนที่มีระบบการดูแลผู้สูงอายุที่ ดี ก็จะเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้ชุมชนมีการดูแลที่ดีด้วย ได้แก่ชุมชนเข้มแข็งและมีระบบสนับสนุนที่ดี การมีทุนทางสังคม การบริหารทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพ การบูรณาการบทบาทในชุมชน และ การมีฐานข้อมูลในชุมชน โดยกลวิธีการจัดการของชุมชนที่มีต่อการดูแลผู้สูงอายุ ก็คือ มีบริการด้าน สุขภาพและบริการด้านสังคมที่มีประสิทธิภาพ และมีการเข้าถึงบริการอย่างทั่วถึง การดูแลระยะยาว หมายถึง การจัดบริการสุขภาพและสังคมที่มีรูปแบบเป็นทางการ และไม่เป็นทางการเพื่อตอบสนอง ความต้องการได้รับความช่วยเหลือของผู้ที่ประสบภาวะยากลำบาก อันเนื่องมาจากภาวะการเจ็บป่วย เรื้อรัง การประสบอุบัติเหตุ ความพิการต่างๆ ตลอดจนผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ใน ชีวิตประจำวัน โดยบริการทดแทนดังกล่าวมักเป็นบริการสังคมเพื่อมุ่งเน้นการฟื้นฟู บำบัด รวมถึงการ ส่งเสริมสุขภาพให้แก่กลุ่มคนเหล่านี้อย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง เพื่อให้เขามีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถ ดำเนินชีวิตให้เป็นอิสระเท่าที่จะเป็นไปได้ โดยอยู่บนพื้นฐานของการเคารพศักดิ์ศรีของความเป็น มนุษย์ โดยได้กล่าวถึงกลวิธีในการบริการสุขภาพและสังคม

เอกสารอ้างอิง

- กนก จันทร์ขจร. **คู่มือธรรมเพื่อชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร : จีระวิชาการพิมพ์, ๒๕๔๙.
- คณะศิษยานุศิษย์. **เทศน์สื่อนุสรณาลัย, สิ้นโลก เหลือธรรม ของ พระราชนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญา วิศิษฐ์ (เทศก์ เทสรังสี)**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : บริษัทกรังปรีซ์ อินเตอร์ เนชั่นแนล จำกัด, ๒๕๓๘.
- โฆสิต ปั้นเปี่ยมรัษฎ์. **การพัฒนาประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนา เศรษฐกิจ และการศึกษาแห่งชาติ, ๒๕๕๒.
- จันทร์ ขจร. **คู่มือ ธรรมเพื่อชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร : หจก. จีระวิชาการพิมพ์, ๒๕๔๙.
- ชยสาโร ภิกขุ. **ปัญญาคือยาใจ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : บริษัทโรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์, ๒๕๕๗.

ณัฐภรณ์ ปัญจันต์ และคณะ. **กรอบแนวคิดของ PRECEDE การสร้างเสริมสุขภาพองค์กรวม การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาสุขภาพวิถีไทย**. พิมพ์ที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : กฤตณัฐการพิมพ์, ๒๕๕๖.

ติน ปรัชญพฤทธ์. **สภาพแวดล้อมของการบริหารกับการพัฒนาองค์กร**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๓.

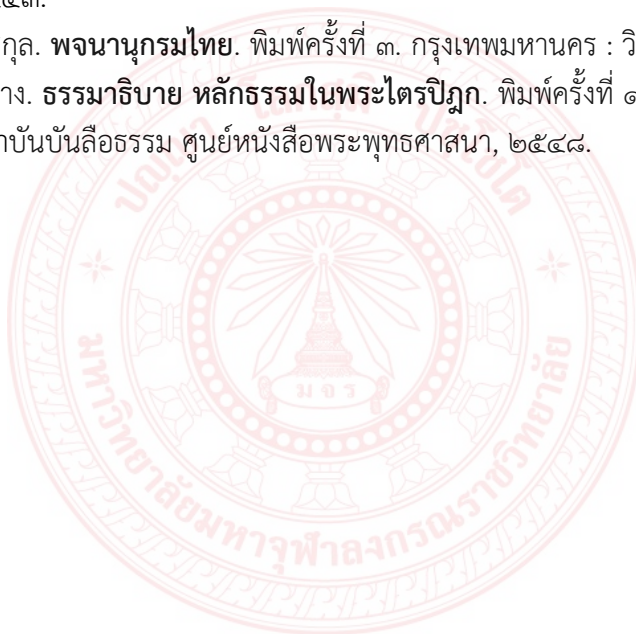
ธนิต อยู่โพธิ์. **วิปัสสนาภิรม**. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

นฤมล มารคแมน, รศ.ดร. **หลักพุทธจิตวิทยาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๙.

บรรลุ ศิริพานิช. **สร้างกาย-ใจให้แข็งแรง**. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์ดี จำกัด, ๒๕๕๓.

บุญทวี ไกรสิทธิ์สกุล. **พจนานุกรมไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : วิชั่น พลีเพรส, ๒๕๕๖.

ปัญญา ใช้บางยาง. **ธรรมาธิบาย หลักธรรมในพระไตรปิฎก**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : สถาบันบันลือธรรม ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา, ๒๕๔๘.



ภาคผนวก ซ
การเผยแพร่ผลงาน

**การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืน
ตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน**
Development of Community Innovation Care for Sustainable Elderly with
Disabilities Based on Buddhism of Local Administrative Organizations
in Lamphun Province

อภากร ปัญโญ, ญาตาวินรินทร์ พิษทองกลาง, และประทีป พิษทองกลาง

E-Mail: Yathaweemintr.p@rmutl.ac.th

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๒) เพื่อศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓) เพื่อพัฒนานวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพพื้นที่วิจัย คือ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ๑) ผู้บริหารเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๑๕ คน ๒) ผู้สูงอายุ ๖๐ คน ๓) ชาวบ้านที่มาทำจิตอาสา ๖๐ คน คัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และแนวทางการสนทนากลุ่ม ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา แล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า

๑. ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ ต้องการความช่วยเหลือหรือเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น ผู้มีบทบาทสำคัญ คือ บุคคลในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายในการช่วยเหลือด้านสวัสดิการ

๒. บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น มี ๕ ประการ คือ ๑) บทบาทตามพระราชบัญญัติตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด ๓) บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ และ ๕) บทบาทการผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา

๓. นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

คำสำคัญ: การดูแลผู้สูงอายุ, องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น, นวัตกรรมเชิงชุมชน

ABSTRACT

The aim of this research is (၁) to study sustainable healthcare for elderly people with disabilities by the Local Administrative Organization, (၂) to study the role of community participation in sustainable healthcare for elderly people with disabilities by the Local Administrative Organization and (၃) to establish innovative sustainable healthcare for elderly people with disabilities by multilateral Local Administrative Organizations.

This research model was a qualitative research and research areas consisted of three Li District Local Administrative Organizations, Lamphun Province, namely, Wang Din Sub-district Municipality, Dong Dam Sub-district Municipality, and Kor Sub-district Municipality. The key informants were; ၁) ၁၆ local administrators and officers, ၂) ၁၀ elderly people, and ၃) ၁၀ volunteer communities using a specific selection. The research instruments were questionnaires, interviews and group discussion. The content analysis was being used to write a descriptive narrative for qualitative research. The results illustrated that;

၁. Elderly people with disabilities are unable to function independently and need assistance or supervision from others. People who play a significant role are members of the family, such as sons, daughters, nephews, etc. This requires the formation of welfare assistance policies by Local Administrative organizations.

၂. There are ၆ roles of Local Administrative Organizations; ၁) the role of the elderly B.E.၂၀၁၆, ၂) role according to the local government organization's policies at the provincial level, ၃) roles according to local plans and strategies, ၄) role in welfare provision under the Elderly Act, B.E. ၂၀၁၆ corresponding to Section ၁၁, and ၅) roles of volunteer support and creation.

၃. The community-based innovation that arises, referred to as "Volunteer (Mahachula) Mind" or VMCU Model, has four components: ၁) volunteering, ၂) engagement and empowerment (moral support), ၃) loving and caring, and ၄) supporting facilities (Universal Design). Public volunteer associations and Local Administrative Organizations will guide this innovation to continue improving policies to specifically assist elderly people with disabilities.

Keywords: elderly healthcare, Local Administrative Organizations, Community-based innovation

บทนำ

องค์การสหประชาชาติ ได้ระบุไว้ว่าประเทศใดมีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปในสัดส่วนเกินร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งประเทศ ถือว่าประเทศนั้นก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) และจะเปลี่ยนเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) เมื่อสัดส่วนประชากรที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้น เป็นร้อยละ ๒๐ สำหรับประเทศไทยนั้น ได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๘ โดยมีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๑๐.๔ และจากการคาดการณ์ประชากรของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๔๓-๒๕๗๓ คาดว่า จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นเป็น ร้อยละ ๑๔.๗ ในปี พ.ศ. ๒๕๗๓ หรือ ในอีก ๑๒ ปีข้างหน้า โดยที่ประเทศไทยมีแนวโน้มที่จะเป็นสังคมผู้สูงอายุเต็มรูปแบบในปี พ.ศ. ๒๕๖๔ เมื่อมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็น ๑๓.๑ ล้านคน หรือร้อยละ ๒๐ ของประชากรทั้งหมด (นิตยสารประเทศไทย, ๒๕๔๙) ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัย (Aging Society) ซึ่งมีสัดส่วนประชากรสูงอายุ (อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป) เกินกว่า ร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งหมด (ร้อยละ ๑๐.๔๓) มา ตั้งแต่ ปี พ.ศ. ๒๕๔๘ (United Nation, ๒๐๑๒) ทั้งนี้ สัดส่วนประชากรสูงอายุของประเทศไทยเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยคิดเป็นร้อยละ ๑๒.๙ ของประชากรทั้งหมด ในปี พ.ศ. ๒๕๔๓ และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๑๘.๓ และ ๒๔.๓ ในปี พ.ศ. ๒๕๖๓ และ พ.ศ. ๒๕๗๓ ตามลำดับ (United Nation, ๒๐๑๒) การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรดังกล่าวทำให้นักวิชาการในประเทศไทย จำนวนมากให้ความสำคัญกับงานวิจัยเกี่ยวกับความอยู่ดีมีสุข (Well-Being) ของผู้สูงอายุในประเทศไทย เนื่องจากเชื่อว่าการที่ผู้สูงอายุอยู่ดีมีสุขจะช่วยให้ผู้สูงอายุ ไม่เป็นเพียงประชากรพึ่งพิงหรือเป็นภาระให้แก่ครอบครัว สังคม และประเทศ แต่จะช่วยให้ผู้สูงอายุกลายเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญและมีส่วนในการพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมของประเทศได้ และหากประเทศมีแนวทางในการยกระดับความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุได้อย่างยั่งยืน การพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทยย่อมเป็นไปอย่างยั่งยืน อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาจากงานวิจัยเกี่ยวกับสังคมผู้สูงอายุในประเทศไทย กลับพบว่างานวิจัยส่วนใหญ่เน้นศึกษาผู้สูงอายุในเชิงพื้นที่หรือกลุ่มอาชีพ เช่น ศุภเจตน์ จันทรสาส์น (๒๕๖๐) และ Knodel et al. (๒๐๑๗) ศึกษาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในภาพรวมทั้งประเทศไทย วิทยา ธรรมเจริญ (๒๕๔๘) ศึกษาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในจังหวัด ชุมติเดช เจียนดอน และคณะ (๒๕๔๘) และอารดา ธีระเกียรติกำจร (๒๕๔๘) ศึกษาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุในเขตที่อยู่อาศัยแห่งใดแห่งหนึ่ง และ ทวีชัย เชษฐเนิน และปิยธิดา คูหิรัญญรัตน์ (๒๕๔๙) ศึกษาความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุตามกลุ่มอาชีพ ลักษณะดังกล่าว ทำให้ประเทศไทยยังคงมีข้อจำกัดขององค์ความรู้เกี่ยวกับสังคมผู้สูงอายุในมิติอื่นๆ ซึ่งจะก่อให้เกิดข้อจำกัดต่อภาครัฐในการสร้างนโยบายที่มีประสิทธิภาพเพื่อยกระดับศักยภาพและความเอื้ออาทรในสังคมสูงวัยของผู้สูงอายุ จากข้อมูลทั้งหมดที่ได้กล่าวมาข้างต้น จึงเป็นที่มาของแผนงานวิจัยนี้ซึ่งมุ่งเน้นนำเสนอการพัฒนาศักยภาพและความเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในอีกหนึ่งมิตินั้นคือ การเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในประเทศไทย

การดูแลผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิงและมีภาวะความพิการร่วม แม้ว่าภาครัฐส่วนกลางส่วนท้องถิ่น รวมทั้ง ชุมชนบางแห่งเริ่มบริการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวในครอบครัวและชุมชน เช่น มีอาสาสมัครผู้สูงอายุหรือเพื่อนผู้สูงอายุที่ยังแข็งแรงไปเยี่ยมเยียนช่วยเหลือ มีพยาบาลจากหน่วยบริการสุขภาพปฐมภูมิเข้าไปดูแลผู้สูงอายุที่ทุพพลภาพหรือที่ลุกจากเตียงไม่ได้ แต่ก็มีปัญหาการดำเนินงานยังไม่เป็นระบบที่เหมาะสม ยังขาดการบูรณาการ การดูแลด้านสุขภาพและสังคม บุคลากร

ไม่เพียงพอ ผู้ดูแลขาดความรู้ในการดูแลและขาดระบบสนับสนุนที่ชัดเจน โดยเฉพาะปัญหาผู้สูงอายุไทยที่ต้องเผชิญในอนาคต คือ การขาดผู้ดูแล อันเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ การย้ายถิ่นไปหางานทำที่อื่นของสมาชิกวัยแรงงาน ทำให้ผู้สูงอายุในชนบทจำนวนมากน้อยถูกทอดทิ้ง ต้องช่วยตัวเองมากกว่าที่ควรจะเป็น

การดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพิการร่วม โดยเฉพาะพื้นที่จังหวัดลำพูน ซึ่งจากการสำรวจประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย ปี ๒๕๖๐ โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ ที่พบว่า ผู้สูงอายุในจังหวัดลำพูนนี้มีรายได้ต่ำกว่าเส้นความจน (๒,๔๗๒ บาทต่อเดือน) สูงสุดกอปรกับการเปลี่ยนแปลงสังคม เศรษฐกิจ ความเป็นเมือง การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของครัวเรือนมีขนาดเล็กลง ส่งผลต่อศักยภาพของครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิง โดยมีประเด็นคำถามว่าครอบครัวดูแลผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิงอย่างไร ปัญหาและต้องการความช่วยเหลือจากกลไกที่อยู่ในชุมชนท้องถิ่นหรือไม่ ชุมชนท้องถิ่นดำเนินการหรือมีแผนงาน ตลอดจน แสวงหาแนวทางในการดูแลที่เหมาะสมอย่างไร โดยกำหนดเกณฑ์ในการเลือกพื้นที่ศึกษา คือ ๑) เป็นชุมชนเกษตรกรรมที่อยู่นอกเขตชลประทาน มีอาชีพหลัก คือ การทำนาปี ๒) กลุ่มหรือชมรมผู้สูงอายุยังไม่เข้มแข็งหรือไม่ได้รับการส่งเสริมสนับสนุนเท่าที่ควร และ ๓) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นยังไม่ได้ทำงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนอย่างจริงจัง ไม่ว่าจะเป็นการทำงานด้านผู้สูงอายุหรือประชากรในกลุ่มอื่น ทั้งนี้ เพื่อประโยชน์สำหรับกลไกที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มเป้าหมายต่อไป

ประเทศไทยกำลังอยู่ในช่วงการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) คาดว่าไม่เกินในอีก ๔ ปีข้างหน้า เนื่องจากความเอาใจใส่ด้านการดูแลสุขภาพและวิทยาการทางการแพทย์ทำให้คนอายุยืนมากขึ้น แต่อย่างไรก็ตาม ด้วยความจริงที่ว่าคนยังมีอายุมากขึ้นก็ยังมีโอกาสเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยและความพิการหรือช่วยเหลือตัวเองไม่ได้เพิ่มมากขึ้น จากรายงานข้อมูลสถานการณ์คนพิการในประเทศไทย ณ เดือนกันยายน พ.ศ. ๒๕๕๙ โดยกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ พบว่า ประเทศไทยมีผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมด้วยจำนวน ๘๑๒,๘๒๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๙.๕ ของคนพิการทั่วประเทศ โดยพบความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายมากที่สุด รองลงมาคือความพิการทางการได้ยินหรือสื่อความหมาย และทางการมองเห็น ตามลำดับ สาเหตุของความพิการส่วนใหญ่ร้อยละ ๓๐.๘ เกิดจากภาวะความเจ็บป่วยและโรคต่างๆ ได้แก่ ความดันโลหิตสูงหลอดเลือดหัวใจตีบข้อสันหลังอักเสบโรคติดเชื้อเบาหวาน และลมชัก ตามลำดับ ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมด้วยนั้น ส่วนใหญ่จัดอยู่ในกลุ่มของผู้ป่วยติดเตียง หรือผู้ที่มีภาวะพึ่งพิงมากที่สุด นอกจากนี้ ยังพบว่าในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ ร้อยละ ๓๔ ของผู้สูงอายุมีรายได้ต่ำกว่าเส้นยากจนมาก โดยแหล่งรายได้หลักที่เคยได้จากบุตรลดลงจากร้อยละ ๕๒ ในปี พ.ศ. ๒๕๕๐ เหลือเพียงร้อยละ ๓๔ ในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ ทำให้ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาการดูแลด้านสุขภาพและสวัสดิการต่างๆ จากรัฐบาลมากขึ้น (ปัทมา ล้อพงศ์พานิชย์, ๒๕๖๐)

ในปี พ.ศ. ๒๕๖๐ ประเทศไทยมีประชากรทั้งหมดประมาณ ๖๖.๒ ล้านคน เป็นประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปมากถึง ๑๐.๒ ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ ๑๕.๔ ของประชากรทั้งหมด แสดงให้เห็นว่าประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว๑ ทั้งนี้จากการคาดการณ์ พบว่าในปี พ.ศ. ๒๕๖๘ ประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๑๙.๘ ทำให้ประเทศไทยจะกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุระดับสุดยอด การเข้าสู่สังคมสูงวัยทำให้สังคมไทยต้องเผชิญกับประเด็นท้าทายต่อคุณภาพชีวิตของประชากร

สูงอายุ ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม และสุขภาพ เช่น การเข้าถึงบริการทางสังคม รวมถึงสุขภาพของ ผู้สูงอายุที่พบว่า ผู้สูงอายุไทยมีแนวโน้มที่จะเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง สอดคล้องกับข้อมูลของมูลนิธิ ผู้สูงอายุไทย พบว่า ประมาณครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุ รายงานว่าตนเอง มีโรคเรื้อรังหรือโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันเลือดสูง ผู้สูงอายุเพศหญิงมีอัตราป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูง สูงกว่าเพศชาย โดยมีอัตราป่วยในช่วงผู้สูงอายุวัยต้น วัยกลาง และวัยปลาย คิดเป็น ร้อยละ ๕๐, ๖๐ และ ๖๙ ตามลำดับ นอกจากนี้ผู้สูงอายุมีภาวะทุพพลภาพมากขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่ม ผู้สูงอายุที่มีอายุ ๘๐ ปีขึ้นไป ที่ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรพื้นฐานได้ด้วยตนเอง ซึ่งจะเป็นกลุ่มที่ต้องการ การดูแลระยะยาวมากที่สุด ๒ จากข้อมูลข้างต้น จำนวนผู้สูงอายุที่มากขึ้น อายุขัยที่ยืนยาว การ เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่รักษาไม่หาย และความเสื่อมถอยของสมรรถภาพทางกายของผู้สูงอายุ ระบบ การดูแลระยะยาวจึงได้รับการพัฒนาอย่างเป็นระบบโดยมีการกำหนดเป็นนโยบายของรัฐบาลในปี พ.ศ. ๒๕๕๘๓ สำหรับการดูแลระยะยาว (Long term care) รวมถึงบริการที่ครอบคลุมความจำเป็น ของการดูแลโรคเรื้อรัง หรือภาวะพิการ ในช่วงเวลานาน การดูแลระยะยาวเกี่ยวข้องกับภาวะเรื้อรัง ทางการแพทย์ เช่น ภาวะข้ออักเสบ อัมพาต สมองเสื่อม การบาดเจ็บไขสันหลัง หรือ อาการเจ็บป่วย ทางจิตเรื้อรัง เป็นต้น การจัดบริการระยะยาว ได้แก่ การช่วยเหลือในการทำกิจวัตรประจำวัน การ กระตุ้นให้มีการฟื้นฟูสภาพ หรือการจัดบริการชดเชยความเป็นอิสระที่เสียไปในผู้ที่อยู่ในภาวะพึ่งพิง ผู้ให้บริการแบบไม่เป็นทางการ (Informal caregiver) ได้แก่ ครอบครัว เพื่อน หรือโดยผู้ให้บริการ แบบเป็นทางการ (Formal caregivers) ที่ผ่านการอบรมแบบวิชาชีพหรือบุคลากรกึ่งวิชาชีพ (Paraprofessionals) ๔ เป้าหมายสำคัญของการดูแลระยะยาว คือการยืดอายุของการพึ่งพาตนเอง ของผู้สูงอายุให้ได้ยาวนานที่สุด การช่วยเหลือผู้ป่วยให้มากที่สุดในกรณีที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเอง ได้หรือไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ทางสังคมได้ในขณะนั้น อันจะส่งผลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีสามารถ ดำเนินชีวิตให้เป็นอิสระเท่าที่จะเป็นไปได้ (กิริติ กิจธีระวุฒิมงษ์ และนิทรา กิจธีระวุฒิมงษ์, ๒๕๖๑)

บทความวิจัยนี้ นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เป็นต้นแบบในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความ พิจารณ์ร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ดังนั้น ผลผลิต ผลลัพธ์ที่เกิดจาก งานวิจัยนี้หน่วยงานราชการ เอกชน ชุมชน และท้องถิ่นได้มีข้อมูลเชิงลึก ที่เที่ยงตรงและทันต่อ เหตุการณ์ ซึ่งอาจนำไปใช้ในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในมิติใหม่ๆ เพื่อขยายโอกาสให้ชุมชนหรือท้องถิ่นได้ฟื้นฟูมีส่วนร่วมในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทร สำหรับสังคมสูงวัยและนำเสนอเนื้อหาควบคู่กันไป ทั้งนี้ องค์ความรู้ที่ได้จากข้อค้นพบจะนำไปสร้าง ข้อเสนอเชิงนโยบายในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยของประเทศไทย ซึ่งจะสะท้อนถึงความเชื่อมโยงของบทบาทของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในภาครัฐและภาคเอกชน ตลอดจน ชุมชนและท้องถิ่นที่สามารถนำมาปรับใช้ได้ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑ เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิจารณาอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (จังหวัดลำพูน

๒ เพื่อศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิจารณาอย่าง (ยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน

๓ เพื่อพัฒนานวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูน

การทบทวนวรรณกรรม

การวัดคุณภาพชีวิตด้วยเครื่องมือ WHOQOL-BREF-THAI ๑๔ ที่แนะนำโดยองค์การอนามัยโลกและแปลเป็นภาษาไทย ประกอบด้วยข้อคำถาม ๒ ชนิด คือ แบบภาวะวิสัย (Perceived Objective) และอัตวิสัย (Self-Report Subjective) ประกอบด้วยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ๔ ด้าน ดังนี้

๑. ด้านร่างกาย (Physical Domain) คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคลที่มีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย ความรู้สึกสุขสบายไม่มีความเจ็บปวด ความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น

๒. ด้านจิตใจ (Psychological Domain) คือ การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง ภาพลักษณ์ของตนเอง ความรู้สึกภาคภูมิใจ มั่นใจในตนเอง ความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจ การจัดการกับความเศร้า เป็นต้น

๓. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social Relationships) คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ทางเพศ หรือการมีเพศสัมพันธ์

๔. ด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่ามีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต ได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงิน สถานบริการทางสุขภาพและสังคมสงเคราะห์ เป็นต้น

แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง

วียะดา รัตนสุวรรณ (๒๕๖๑) ได้เสนอโมเดลเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง เรียกว่า ARISE Model ประกอบด้วย ๕ องค์ประกอบ ได้แก่ การเพิ่มการดูแลด้วยความเข้าใจมนุษย์ (Add humanistic caring) การพัฒนาทักษะการสะท้อนคิดเพื่อหามุมมองด้านบวก (Reflection for positive thinking) กลยุทธ์เผชิญความเครียดแบบบูรณาการ (Integrated Coping strategy) การสร้างกลุ่มเพื่อนช่วยเพื่อน (Social Support) และการเสริมพลังอำนาจให้สามารถกำหนดเป้าหมายและวางแผนในการดูแลให้เหมาะสมกับบริบทของผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง (Empowerment for goal setting of caring) โดยเขาอธิบายเพิ่มเติมว่า ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง เป็นผู้สูงอายุที่ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ แต่ต้องการความช่วยเหลือหรือการเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น ทั้งนี้ผู้ที่มิบทบาทสำคัญในการดูแล คือผู้ดูแลหลักในครอบครัว ซึ่งส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุในฐานะลูกหลาน โดยรับผิดชอบในการช่วยเหลือดูแลเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ จากสภาพการณ์ดังกล่าวส่งผลให้เกิดความคับข้องใจต่อผู้สูงอายุและผู้ดูแล กล่าวคือผู้สูงอายุบางส่วนมีความรู้สึกสิ้นหวังเนื่องจากสภาพร่างกายไม่ดีขึ้น และมีความต้องการการดูแลด้วยความเข้าใจ ความคาดหวังในการช่วยเหลือตัวเองให้ได้ตลอดจนการมีสิทธิในการเลือกมีชีวิตรและตาย

อย่างมีศักดิ์ศรี สำหรับผู้ดูแลเกิดความเหนื่อยล้าจากการที่ต้องดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง เป็นระยะเวลาานาน ร่วมกับความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลและห่วงใยในความปลอดภัยของผู้สูงอายุ ความคาดหวังให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพแข็งแรงขึ้นและความไม่เข้าใจถึงจิตใจและความต้องการของผู้สูงอายุ อาจทำให้เกิดปัญหาทางด้านจริยธรรมในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุและผู้ดูแลขึ้นได้ เช่น คุณค่าของความเป็นมนุษย์ ต้องการความมีอิสระในตัวเองชีวิต และการตายอย่างมีศักดิ์ศรี สาเหตุส่วนใหญ่เกิดขึ้นจากมุมมองที่แตกต่างกันของผู้สูงอายุและผู้ดูแล

ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงเป็นผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ในชีวิตประจำวัน เนื่องจากภาวะเจ็บป่วยเรื้อรังหรือความพิการต่างๆ ทำให้เกิดภาวะพึ่งพิงซึ่งเป็นภาวะที่ผู้สูงอายุไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ แต่ต้องการความช่วยเหลือหรือการเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น สะท้อนให้เห็นว่าพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุบางส่วนหรือแทบทั้งหมดต้องอาศัยผู้ดูแลในการช่วยเหลือในการทำกิจกรรมร่วมด้วย สภาพปัญหาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพบว่า มีหลายด้าน ได้แก่ ด้านร่างกายคือ ร่างกายไม่แข็งแรง เจ็บป่วยง่าย ขาดความคล่องตัว เคลื่อนไหวร่างกายไม่สะดวก ด้านจิตใจ คือมีความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวล ไม่ปลอดภัย กลัวการถูกทอดทิ้ง ทั้งนี้ผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง คือผู้ดูแลหลักในครอบครัว ซึ่งส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุในฐานะลูกหลาน โดยรับผิดชอบในการช่วยเหลือดูแลเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อย่างต่อเนื่องทุกวัน จากสภาพการณ์ดังกล่าวส่งผลให้เกิดความคับข้องใจต่อผู้สูงอายุและผู้ดูแล กล่าวคือ ผู้สูงอายุบางส่วนมีความรู้สึกสิ้นหวังเนื่องจากสภาพร่างกายไม่ดีขึ้น จากที่เคยช่วยเหลือตัวเองได้บ้างเป็นช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ สำหรับผู้ดูแลเกิดความเหนื่อยล้าจากการที่ต้องดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุเฉพาะบางกิจกรรมในตอนกลางวันเป็นต้องช่วยเหลือดูแลทุกกิจกรรมในชีวิตประจำวันตลอดเวลาทั้งกลางวันและกลางคืน ร่วมกับความรู้สึกรู้สึกวิตกกังวลและเครียดจากอาการของผู้สูงอายุที่ไม่ดีขึ้นตามความคาดหวัง อาจทำให้เกิดปัญหาทางด้านจริยธรรมในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง ที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุและผู้ดูแลขึ้นได้ เช่น คุณค่าของความเป็นมนุษย์ ต้องการความมีอิสระในตัวเองหรือความรู้สึกเป็นอิสระ ชีวิตและการตายอย่างมีศักดิ์ศรี

ระเบียบวิธีวิจัย

ขอบเขตการวิจัย

พื้นที่วิจัย/องค์กรที่วิจัย

๑) **พื้นที่วิจัย** องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดลำพูน ผ่านเครือข่ายวิจัยในสถาบันอุดมศึกษา ๓ แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

๒) **พื้นที่ขยายผลและใช้ประโยชน์** องค์กรบริหารส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูนและหน่วยงานอื่นๆ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

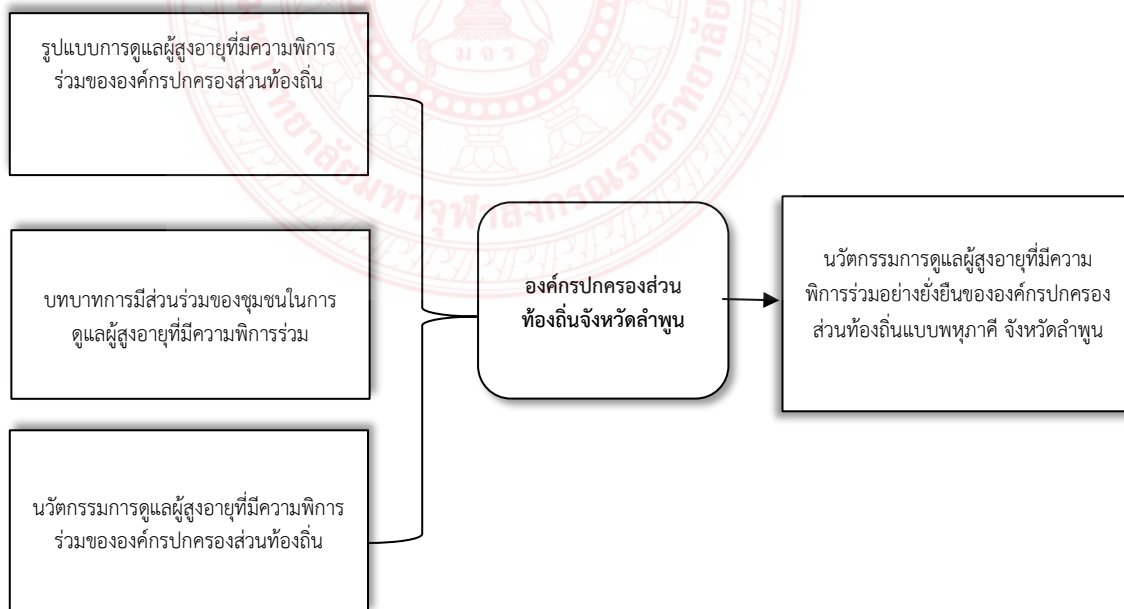
๑) **ประชากร** คือ (ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม จิตอาสา และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำพูน

๒) กลุ่มตัวอย่าง ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม จิตอาสา และเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จำนวน ๑๐๐ คนที่สมัครเข้าร่วมโครงการและผ่านการคัดเลือกโดยคณะกรรมการที่มีคุณสมบัติตามที่คณะผู้วิจัยกำหนดขึ้น โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ๑๐๐ คน โดยครอบคลุมตัวแปรด้าน เพศ อายุ อาชีพ การศึกษา สถานภาพ ศาสนา ลักษณะเขตที่อาศัย จังหวัด โดยใช้แบบแผนในการสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างซึ่งเน้นให้ครอบคลุมผู้มีสิทธิ์ออกเสียงเลือกตั้งในเขตภาคเหนือ และวางอยู่บนหลักเกณฑ์ความน่าจะเป็นทางสถิติ (Probability Sampling) และดำเนินการสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการ () ผสมผสาน Multi-Stage Sampling เริ่มต้นจากการกำหนดพื้นที่ที่จะทำการวิจัย โดยวิธีการสุ่ม () ตัวอย่างแบบชั้น Stratified Sampling ซึ่งแบ่งพื้นที่วิจัย หลังจากนั้นใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่าย () Simple Random Sampling (และใช้การเก็บข้อมูลแบบเจาะจงจากกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติเบื้องต้นที่คณะผู้วิจัยกำหนดไว้ สำหรับคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างในการตอบแบบสอบถาม

๓) การสุ่มตัวอย่าง ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ตามคุณสมบัติที่กำหนดขึ้น คือ ๑ ต้อง (มีความรู้เบื้องต้นเกี่ยวหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ๒ ต้องมีความพร้อม ความเสียสละและความ (พยายามในการฝึกอบรมครบหลักสูตร ๓ วัน และ ๓) ต้องมีประสบการณ์ในการสอนและจิตอาสาในการพัฒนาสังคม

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยได้นำแนวคิดดังกล่าวมาเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้



แผนภูมิภาพที่ ๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

ผลการวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๒) เพื่อศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓) เพื่อพัฒนานวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุ

ที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ พื้นที่วิจัย คือ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอลี่ จังหวัดลำพูน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ๑) ผู้บริหารเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๑๕ คน ๒) ผู้สูงอายุ ๖๐ คน ๓) ชาวบ้านที่มาทำจิตอาสา ๖๐ คน คัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และแนวทางการสนทนากลุ่ม ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา แล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า

๑. ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ ต้องการความช่วยเหลือหรือเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น ผู้มีบทบาทสำคัญ คือ บุคคลในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายในการช่วยเหลือด้านสวัสดิการ

๒. บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น มี ๕ ประการ คือ ๑) บทบาทตามพระราชบัญญัติตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด ๓) บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ และ ๕) บทบาทการผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา

๓. นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่ นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

อภิปรายผลการวิจัย

การจัดบริการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน (Community-Based Rehabilitation) โดยพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุ เพื่อให้สามารถฟื้นฟูสมรรถภาพตามสภาพความพิการของผู้สูงอายุรายบุคคลได้อย่างถูกต้อง รวมทั้งการใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือต่างๆ การซ่อมบำรุงตามระยะเวลา เช่น การเปลี่ยนแบตเตอรี่เครื่องช่วยฟัง เป็นต้น จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถใช้อุปกรณ์ฯ ได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ในกรณีพื้นที่มีอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุไม่เพียงพอ ควรให้นิสิต นักศึกษาด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ เช่น พยาบาล สาธารณสุขชุมชน กายภาพบำบัด เป็นต้น ผู้ที่มีภูมิสำเนาในชุมชนอยู่แล้วหรือนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพในชุมชน เป็นผู้ช่วยดูแล เนื่องจากในปัจจุบันทุกหลักสูตรได้ให้ความสำคัญอย่างยิ่งกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่มีความพิการเพื่อรองรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย ส่วนการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุที่มีความพิการ เช่น การจัดให้มีทางลาดที่มีความชันเหมาะสมกับการใช้รถเข็นนั่ง การปรับความกว้างของขนาดประตูทั้งในบ้าน และสถานที่สาธารณะต่างๆ การติดตั้งราวจับในห้องน้ำ เป็นต้น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ควรรับผิดชอบดำเนินการสำรวจและจัดลำดับความสำคัญของงานที่ต้องแก้ไขเร่งด่วน ภายใต้การประสานงานกับหน่วยงานของรัฐบาล เพื่อไม่ให้ดำเนินการซ้ำซ้อนกัน แนวทางการจัดสวัสดิการทางสังคมทั้งในระดับนโยบายและการปฏิบัติจริงในพื้นที่ดังที่กล่าวมาแล้วนั้น สิ่ง

สำคัญ คือ การบูรณาการทุกภาคส่วนให้ร่วมมือกัน ลดความซ้ำซ้อนของการดำเนินงาน มีการประเมินผลการปฏิบัติงานตามความเป็นจริงและปรับปรุงให้เหมาะสมกับบริบทของพื้นที่

องค์ความรู้และการนำไปใช้ประโยชน์

องค์ความรู้จากงานวิจัย

การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ก่อนให้เกิดองค์ความรู้จากงานวิจัยเรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (๒) (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) โดยมีแผนภูมิภาพดังนี้



แผนภูมิภาพที่ ๑ จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” VMCU Model

การนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

๑) ได้ระบบการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ๒) ได้ทราบบทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ๓) ได้นวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี จังหวัดลำพูน

บทสรุป

นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เป็นต้นแบบในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่าง ยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ดังนั้น ผลผลิต ผลลัพธ์ที่เกิดจากงานวิจัยนี้ หน่วยงานราชการ เอกชน ชุมชน และท้องถิ่นได้มีข้อมูลเชิงลึก เทียบตรงและทันต่อเหตุการณ์ ซึ่งอาจ นำไปใช้ในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในมิติใหม่ๆ เพื่อขยายโอกาส ให้ชุมชนหรือท้องถิ่นได้ฟื้นฟูมีส่วนร่วมในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูง วัยและนำเสนอเนื้อหาควบคู่กันไป ทั้งนี้ องค์ความรู้ที่ได้จากข้อค้นพบจะนำไปสร้างข้อเสนอเชิง นโยบายในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยของประเทศไทย ซึ่งจะ สะท้อนถึงความเชื่อมโยงของบทบาทของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในภาครัฐและภาคเอกชน ตลอดจนชุมชน และท้องถิ่นที่สามารถนำมาปรับใช้ได้ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

กิริติ กิจธีระวุฒิวงษ์ และนิทรา กิจธีระวุฒิวงษ์ทิศทางของการพัฒนาผู้ดูแลผู้สูงอายุระยะ .(๒๕๖๑) .

.ยาวในชุมชนวารสารการพยาบาลและการดูแลสุขภาพ. ๓๖(๔), ๑๕-๒๔.

ปัทมา ล้อพงศ์พานิชย์ .ผู้สูงอายุที่มีความพิการ: การเข้า (ไม่) ถึงสวัสดิการสังคม .(๒๕๖๐) .วารสาร

การพยาบาลและการดูแลสุขภาพ. ๓๕(๓), ๒๒-๓๐.

วิยะดา รัตนสุวรรณ .จริยธรรมในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง .(๒๕๖๑) .วารสารการพยาบาล

การสาธารณสุขและการศึกษา๑๙ .(๓), ๑๔-๒๔).

The National Committee on the Elderly. Situation of the Thai Elderly ๒๐๑๔. Bangkok:

Amarin Printing & Publishing; ๒๐๑๖



ภาคผนวก ฅ
แบบสรุปผลการวิจัย

สัญญาเลขที่	MCU RS ๘๐๐๗๖๓๐๔๑
ชื่อรายงานการวิจัย:	การพัฒนานวัตกรรมเชิงชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนตามแนวพระพุทธศาสนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดลำพูน
คณะผู้วิจัย:	ดร.อาภากร ปัญโญ, นางญาตาวิมินทร์ พีชทองกลาง ผศ.ดร.ประทีป พีชทองกลาง
ส่วนงาน:	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำปาง
ปีงบประมาณ:	๒๕๖๓
ทุนอุดหนุนการวิจัย:	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สรุปโครงการวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดูแลผู้สูงอายุ บทบาทการมีส่วนร่วมของชุมชนและสร้างนวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแบบพหุภาคี รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม พื้นที่วิจัย คือ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๓ แห่ง ในอำเภอเถิน จังหวัดลำพูน ได้แก่ เทศบาลตำบลวังดิน เทศบาลตำบลดงดำ และเทศบาลตำบลก้อ อำเภอเถิน จังหวัดลำพูน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ๑) ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๑๕ คน ๒) ผู้สูงอายุ ๖๐ คน ๓) ชาวบ้านที่ทำจิตอาสา ๖๐ คน คัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี ๓ ชนิด ได้แก่ ๑) แบบสังเกต ๒) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก ๓) แบบสนทนากลุ่มย่อย วิเคราะห์เนื้อหา แล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนาผลการวิจัยพบว่า

๑. ผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วม ไม่สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันอย่างเป็นอิสระ ต้องการความช่วยเหลือหรือเฝ้าระวังจากบุคคลอื่น ผู้มีบทบาทสำคัญ คือ บุคคลในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายในการช่วยเหลือด้านสวัสดิการ

๒. บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมี ๕ ประการ คือ ๑) บทบาทตามพระราชบัญญัติ ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาทตามนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นระดับจังหวัด ๓) บทบาทตามแผนงานและยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการตามพระราชบัญญัติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑ และบทบาทการผลักดันแกนนำและสร้างจิตอาสา

๓. นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาคประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่ นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

ข้อเสนอแนะ**๑. ข้อเสนอแนะเชิงเชิงวิชาการและนโยบาย**

นวัตกรรมเชิงชุมชนที่เป็นต้นแบบในการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมอย่าง ยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำพูน ดังนั้น ผลผลิต ผลลัพธ์ที่เกิดจากงานวิจัยนี้ หน่วยงานราชการ เอกชน ชุมชน และท้องถิ่นได้มีข้อมูลเชิงลึก ที่เที่ยงตรงและทันต่อเหตุการณ์ ซึ่ง อาจนำไปใช้ในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยในมิติใหม่ๆ เพื่อขยาย โอกาสให้ชุมชนหรือท้องถิ่นได้ฟื้นฟูมีส่วนร่วมในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับ สังคมสูงวัยและนำเสนอเนื้อหาควบคู่กันไป ทั้งนี้ องค์ความรู้ที่ได้จากข้อค้นพบจะนำไปสร้าง ข้อเสนอเชิงนโยบายในการเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเอื้ออาทรสำหรับสังคมสูงวัยของประเทศ ไทย ซึ่งจะสะท้อนถึงความเชื่อมโยงของบทบาทของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในภาครัฐและภาคเอกชน ตลอดจนชุมชนและท้องถิ่นที่สามารถนำมาปรับใช้ได้ต่อไป

๒. ข้อเสนอสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยครั้งต่อไป ควรดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการในการสร้างความเข้าใจต่อการพัฒนา ศักยภาพของผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในประเทศไทยต่อไป

การนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์

จากการศึกษาวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้ค้นพบองค์ความรู้ใหม่ และสามารถนำไปใช้ประโยชน์ ได้หลายด้าน ดังต่อไปนี้

๑. **ด้านการเรียนการสอน** สามารถนำองค์ความรู้มาบูรณาการกับการเรียนการสอน ระดับปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา และ หลักสูตรระดับปริญญาตรี หลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา และใช้ประกอบการบรรยายในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุตามหลักพุทธศาสนา
๒. **ด้านประโยชน์ต่อสังคม**

นำองค์ความรู้และนโยบายไปขับเคลื่อนนวัตกรรมเชิงชุมชนที่เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหา จุฬาฯ) อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนาและสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริมสิ่ง อำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิตอาสาภาค ประชาชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปสู่นโยบายเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีความพิการร่วมได้ อย่างเป็นรูปธรรมต่อไป

การประชาสัมพันธ์

ผลการวิจัยเรื่องนี้ ได้ถูกนำไปเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ผลการวิจัย และกิจกรรมจากการ วิจัยไว้ ๓ ลักษณะ ดังนี้

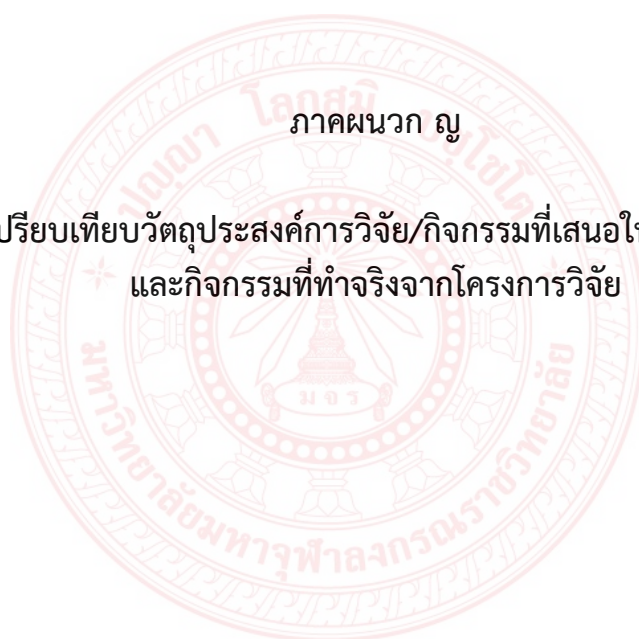
๑. การนำเสนอผลงานวิชาการระดับชาติ
๒. การเผยแพร่ผลงานทางวิชาการในรูปแบบ บทความวิจัยในวารสารในฐาน TCI กลุ่ม ๒ จำนวน ๑ บทความ ได้แก่ วารสารปรัชญาและศาสนา มหาวิทยาลัยขอนแก่น

๓. การนำรายงานการวิจัยเผยแพร่ในรูปแบบเอกสารออนไลน์ มอบให้ห้องสมุด
มหาวิทยาลัยและสถานศึกษาต่างๆ ในประเทศไทย



ภาคผนวก ญ

การวิจัยเปรียบเทียบวัตถุประสงค์การวิจัย/กิจกรรมที่เสนอในข้อเสนอโครงการ
และกิจกรรมที่ทำจริงจากโครงการวิจัย



**ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์การวิจัย/กิจกรรมที่เสนอในข้อเสนอโครงการ
และกิจกรรมที่ทำจริงจากโครงการวิจัย**

ตามแผนงาน		ปฏิบัติจริง	สนับสนุน วัตถุประสงค์	ร้อยละความ พึงพอใจต่อ ความสำเร็จ
กิจกรรม	ผลที่คาดว่าจะ ได้รับ	ผลที่ได้จริง		
การดูแลผู้สูงอายุ บทบาท การมีส่วนร่วมของชุมชนใน การดูแลผู้สูงอายุที่มีความ พิการร่วมอย่างยั่งยืนของ องค์กรปกครองส่วน ท้องถิ่นแบบพหุภาคี		<p>๑. ผู้สูงอายุที่มีความ พิการร่วม ไม่สามารถ ปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน อย่างเป็นอิสระ ต้องการ ความช่วยเหลือหรือเฝ้า ระวังจากบุคคลอื่น ผู้มี บทบาทสำคัญ คือ บุคคล ในครอบครัว ลูกหลาน เป็นต้น ทั้งนี้ต้องอาศัย องค์กรปกครองส่วน ท้องถิ่นในการกำหนด นโยบายในการช่วยเหลือ ด้านสวัสดิการ</p> <p>๒. บทบาทของ องค์กรปกครองส่วน ท้องถิ่นมี ๕ ประการ คือ</p> <p>๑) บทบาทตาม พระราชบัญญัติ ตาม พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ๒) บทบาท ตามนโยบายขององค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่น ระดับจังหวัด ๓) บทบาท ตามแผนงานและ ยุทธศาสตร์ท้องถิ่น ๔) บทบาทการจัดสวัสดิการ ตามพระราชบัญญัติ เกี่ยวกับผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖ ตามมาตรา ๑๑</p>	ข้อที่ ๑	๑๐๐%

		และบทบาทการผลักดัน แกนนำและสร้างจิต อาสา		
สร้างนวัตกรรมการดูแล ผู้สูงอายุที่มีความพิการ ร่วมอย่างยั่งยืนขององค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่นแบบ พหุภาคี		นวัตกรรมเชิงชุมชนที่ เกิดขึ้น เรียกว่า “จิต (มหาจุฬาฯ)อาสา” หรือ VMCU Model มี ๔ องค์ประกอบ ได้แก่ ๑) ประชาชนจิตอาสา (Volunteer) ๒) พัฒนา และสร้างกำลังใจ (Moral Support) ๓) ห่วงใยและเกื้อกูล (Caring) ๔) หนุนเสริม สิ่งอำนวยความสะดวก (Universal Design) นวัตกรรมนี้สามารถ ขับเคลื่อนโดยกลุ่มจิต อาสาภาคประชาชนและ องค์กรปกครองส่วน ท้องถิ่นไปสู่นโยบายเพื่อ ช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มี ความพิการร่วมได้อย่าง เป็นรูปธรรมต่อไป	ข้อที่ ๒,๓	๑๐๐%

ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ ต่อ มจร.

ลงนาม

(ดร.อาภากร ปัญโญ)
หัวหน้าโครงการวิจัย



ประวัติผู้วิจัย

๑. หัวหน้าโครงการ

ชื่อ-นามสกุล	นางสาวอาภากร ปัญญา
วัน เดือน ปีเกิด	- ที่อยู่ปัจจุบัน ๖๔/๗ หมู่ ๔ ตำบลลี่ อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ๕๑๑๑๐ โทรศัพท์ ๐๘๙๘๕๓๒๖๑๒
ประวัติการศึกษา	๒๕๒๙ มัธยมศึกษา โรงเรียนสวนบุญโญปถัมภ์ ลำพูน อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน ๒๕๓๓ ประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน สาขาวิชาช่างไฟฟ้ากำลัง ๒๕๓๘ ศิลปศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต กรุงเทพฯ สาขาวิชา การท่องเที่ยวและการโรงแรม ๒๕๔๔ ประกาศนียบัตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สาขาวิชา ประเมินโครงการ ๒๕๔๗ ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยนอร์ท-เชียงใหม่ สาขาวิชา การบริหารและประเมินโครงการ
ประสบการณ์การทำงาน	๒๕๔๘ – ๒๕๕๒ ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่ฝ่ายบุคคล โรงแรมเดลต้าแกรนด์แปซิฟิก กรุงเทพฯ ๒๕๔๘ – ๒๕๕๑ ตำแหน่ง รองนายกเทศมนตรีตำบลวังดิน อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ๒๕๕๒ – ๒๕๕๓ ตำแหน่ง รองนายกเทศมนตรีตำบลวังดิน อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน

ผลงานทางวิชาการ (งานวิจัย/บทความทางวิชาการ/หนังสือ/ตำรา)

ประเภทงานวิจัย

อาภากร ปัญญา และคณะ, (๒๕๕๖), “การพัฒนาข้อกำหนดการอยู่ร่วมกันของชุมชนศิลปะ ๕ ของบ้านพระบาทห้วยต้ม หมู่ที่ ๘ และบ้านชัยวงษา หมู่ที่ ๒๒ ตำบลนาทราย อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ระยะที่ ๑” สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

อาภากร ปัญญา และคณะ, (๒๕๖๑), “การพัฒนาข้อกำหนดการอยู่ร่วมกันของชุมชนศิลปะ ๕ ของบ้านพระบาทห้วยต้ม หมู่ที่ ๘ และบ้านชัยวงษา หมู่ที่ ๒๒ ตำบลนาทราย อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ระยะที่ ๒” สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

ประเภทบทความทางวิชาการ

อาภากร ปัญญา และคณะ, “กระบวนการและทักษะการปรึกษาเชิงพุทธจิตวิทยา”. บทความวิชาการ ในวารสารปณิธาน : วารสารวิชาการด้านปรัชญาและศาสนา

อาการ ปัญญา และคณะ “ธรรมเนียมเถื่อนถิ่นครุบาเมืองลี่ : แนวทางการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยว เพื่อสักการะครุบาในเขตอำเภอลี่ จังหวัดลำพูน”. บทความวิชาการในวารสารปรัชญาและ ศาสนา ๓ (๒) ก.ค. – ธ.ค. ๖๑.

อาการ ปัญญา และคณะ, “มีศิลป์มีสันติภาพ : ถอดบทเรียนชุมชนสันติภาพจากยอดดอย”. บทความวิชาการในวารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร.ปีที่ ๗ ฉบับเพิ่มเติม.

๒. ผู้ร่วมวิจัย

ชื่อ-นามสกุล

(ภาษาไทย)

ผศ.ดร. ประทีป พิษทองกลาง

(ภาษาอังกฤษ)

Asst. Prof. Dr. Prateep Peuchthonglang

ตำแหน่งปัจจุบัน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์

สาขาวิชาสังคมวิทยา (สังคมกับพุทธศาสนา)

หน่วยงานที่สังกัด

๑๒๘ ถ.ห้วยแก้ว ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ.เชียงใหม่

แผนกวิชาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์

คณะบริหารธุรกิจและศิลปศาสตร์

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา

โทรศัพท์: ๐๘-๕๘๖๖-๑๔๔๑

:อีเมลล์Khun_Jedrin@hotmail.com

ประวัติการศึกษา

๒๕๕๗ ปริญญาเอก

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา (พธ.ด.)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒๕๕๖ ปริญญาโท

สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว(ศษ.ม.)

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

๒๕๕๑ ปริญญาตรี

สาขาวิชาจิตวิทยา (พธ.บ.)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒๕๓๙ เปรียญธรรม

๗ ประโยค สำนักเรียนวัดปากน้ำ

๒๕๓๓ นักธรรม

ชั้นเอก สำนักเรียนวัดปากน้ำ

การฝึกอบรม

๒๕๕๙ นักจัดการโครงการ “Project manager” รุ่นที่ ๒

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา จังหวัดเชียงใหม่

๒๕๕๙ นักจัดการงานวิจัย รุ่นที่ ๙

สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) และสำนักงานพัฒนาการวิจัย

การเกษตร (องค์การมหาชน) สวก.

๒๕๕๘ วิทยากรหลักสูตรการพัฒนานักวิจัย (Training for the trainers) รุ่นที่ ๙.

สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.)

หัวหน้าแผนงานวิจัย

- ๒๕๖๓ การสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตปัญญาและศาสนาธรรมแก่คนไทย.
ทุนบูรณาการวิจัยและนวัตกรรม งบประมาณแผ่นดิน (วช).
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา.
- ๒๕๕๙ ยุทธศาสตร์การจัดการการท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาในล้านนา.
งบประมาณแผ่นดิน (วช.) มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา.
- ๒๕๕๘ ยุทธศาสตร์การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์แหล่ง
อารยธรรมล้านนาบริเวณแม่น้ำปิง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่.
ทุนวิจัยงบประมาณแผ่นดิน (วช). มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา.
- ๒๕๕๖ การพัฒนาชุมชนต้นแบบเศรษฐกิจสร้างสรรค์ชุมชนก๊วแลน้อยและก๊วแลหลวง
อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่. งบประมาณแผ่นดิน (วช.)
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา.

