

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การสร้างนวัตกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าโดยใช้ชุมชนและสถานศึกษาเป็นฐาน โดยมีจุดประสงค์ 1) เพื่อศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า 2) เพื่อสร้างนวัตกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าสู่การปฏิบัติโดยใช้ชุมชนและสถานศึกษาเป็นฐาน 3) เพื่อศึกษาแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าการเลือกพื้นที่ในการวิจัย ผู้วิจัยได้เลือกชุมชนพื้นที่ในเขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 44 ชุมชน อยู่ใน 7 แขวง ได้แก่ แขวงตลาดพลู แขวงบางยี่เรือ แขวงวัดกัลยาณ์ แขวงศิริบุญชัย แขวงบุคคโล แขวงสำเหร่ และแขวงดาวคะนอง ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเรื่องสร้างนวัตกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าโดยใช้ชุมชนและสถานศึกษาเป็นฐาน เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อยู่ในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี 44 ชุมชน มีจำนวนทั้งสิ้น 1,038 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยผู้วิจัย แบ่งออกเป็น กลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย ใช้ศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ได้ผู้สูงอายุชุมชนละ 10 คน รวมทั้งสิ้น 440 คน ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง โดยใช้เกณฑ์เป็นผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ไม่น้อยกว่า 10 ปี และเป็นผู้สูงอายุที่มีความพร้อมในด้านเวลา ด้านสุขภาพ และสนใจสมัครเข้าร่วมกิจกรรมเสริมพลัง ใช้ศึกษาเกี่ยวกับการสร้างนวัตกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า จำนวน 150 คน ใช้เกี่ยวกับการประเมินนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้และแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า จำนวนอย่างละ 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบบสำรวจบริบทชุมชนแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างศึกษาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุแบบประเมินความคิดเห็นในการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมพลังพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุแบบประเมินคุณภาพนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structural interview) แนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การเก็บรวบรวมข้อมูล (Methodological triangulation) ประกอบด้วย 1) ข้อมูลจากแหล่งข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary source) ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจากงานเอกสาร ตำรา เว็บไซต์ และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 2) ข้อมูลจากภาคสนาม (Field research) วิธีเก็บข้อมูล ได้แก่การเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสำรวจบริบทชุมชนด้วยการใช้แบบสำรวจบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนเขตธนบุรี การเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่สนใจและสมัครเข้าร่วมกิจกรรมเสริมพลังพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า ด้วยการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างและแบบประเมินโครงการ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ศึกษาข้อมูลพื้นฐานของผู้สูงอายุโดยใช้ความถี่

คำร้อยละ ศึกษาในระดับความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมพลังประเมินคุณภาพนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ ในภาพรวมและเป็นรายด้านโดยใช้ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ คณะนักวิจัยได้ศึกษาบริบทชุมชนที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ศึกษาข้อมูลทั่วไปและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ศึกษาเกี่ยวกับนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และศึกษาเกี่ยวกับแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุสู่สังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า ซึ่งสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ส่วน มีดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี

ส่วนที่ 2 ผลการสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี

ส่วนที่ 3 ผลการประเมินคุณภาพของนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ (วีดิทัศน์ และ e-book) ของผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 4 ผลการศึกษาแนวทางการบริหารในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี

ส่วนที่ 1 ผลการศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี

การศึกษาระบบชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี คณะนักวิจัยได้สำรวจชุมชนโดยการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมายอยู่ในชุมชน ได้แก่ ประธานชุมชน กรรมการชุมชน ผู้สูงอายุ ประชาชนทั่วไปที่อาศัยอยู่ชุมชนธนบุรี ชุมชนละ 10 คน รวม 440 คน เพื่อนำข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุมาสร้างนวัตกรรมเสริมพลังและหาแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตเข้าสู่สังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า โดยสังเคราะห์เป็นภาพรวมทั้ง 44 ชุมชน ประกอบด้วยข้อมูล 10 ประเด็น ดังนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับชุมชน

เมืองธนบุรี หรือ บางกอกในอดีต คือ ผังพระนครและฝั่งธนบุรีในปัจจุบัน ซึ่งเคยเป็นแผ่นดินเดียวกันมาก่อน ก่อนเป็นที่ราบสามเหลี่ยมปากน้ำเจ้าพระยาที่อุดมสมบูรณ์ มีแม่น้ำเจ้าพระยาและลำคลองต่างๆ ที่กระจายอยู่ทั่วบริเวณ ดังนั้นจึงมีข้อสันนิษฐานว่าคำว่า “บางกอก” นั้นน่าจะเพี้ยนมาจากเดิมว่า “บางเกาะ” ด้วยความที่พื้นที่ดังกล่าวมีลักษณะเป็นเกาะเล็กเกาะน้อยจากแม่น้ำลำคลองต่างๆ ธนบุรีในอดีตคือ เมืองที่เป็นแหล่งรวมวัฒนธรรมหลากหลายชนชาติ ซึ่งอพยพมาจากกรุงศรีอยุธยาครั้งกรุงแตกและได้ขยายแหล่งที่อยู่อาศัยและที่ทำหากินตลอดริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยา ลัดเลาะเข้าไปตามลำคลองนับร้อยสาย มีอดีตที่งดงามคือวัดวาอารามน้อยใหญ่เคียงคู่ชุมชนริมฝั่งแม่น้ำ มีเรือแจว เรือพายสัญจรไปมาและนำสินค้านานาชนิดจากเรือกสวน ไร่ นา บรรทุกใส่เรือมาค้าขาย

(<http://www.wangdermpalace/10/8/2555> อ้างถึงใน วาสนา เพิ่มพูล, 2554, หน้า 59-60) ปัจจุบัน เมืองธนบุรีอาจมีฐานะเป็นเพียงเขตเล็กๆเขตหนึ่งของกรุงเทพมหานครมีผืนดินอยู่ฝั่งตะวันตกของแม่น้ำเจ้าพระยา เนื่องจากมีการขยับขยายความเจริญภาคเมืองอุตสาหกรรมจากฝั่งตะวันออกของกรุงเทพมหานคร ทำให้มีการถมคลองเพื่อสร้างชุมชนเมืองแบบใหม่ คูคลองหลายแห่งถูกแปรสภาพเป็นคลองระบายน้ำทั้งจากบ้านเรือนที่อยู่อาศัยความต้องการภาคแรงงานของอุตสาหกรรมและการโยกย้ายถิ่นฐานจากภาคชนบทสู่เมืองได้เข้ามาแทนที่วัฒนธรรมชุมชนแบบเดิม (สำนักงานเขตธนบุรี, 2548, หน้า 23) เมื่อปี พ.ศ. 2535 กรุงเทพมหานครได้มีแนวคิดในการพัฒนาประชาคมเมืองกรุงเทพฯ โดยมีเป้าหมายให้กรุงเทพฯเป็นเมืองน่าอยู่ จึงได้จัดตั้งให้มีชุมชนขึ้นมาเพื่อความง่ายต่อการจัดระเบียบความเป็นมาของแต่ละชุมชนมีที่มาแตกต่างกันไป

ปัจจุบันเขตธนบุรีเป็น 1 ใน 50 เขตการปกครองของกรุงเทพมหานคร ตั้งอยู่ทางตะวันตกของแม่น้ำเจ้าพระยา มีพื้นที่ทั้งสิ้น 8.551 ตารางกิโลเมตร โดยมีอาณาเขตติดต่อกับเขตอื่นๆ ดังนี้ ทิศเหนือ ติดต่อกับเขตบางกอกใหญ่ ทิศใต้ ติดต่อเขตราชบุรีบูรณะ ทิศตะวันออก ติดต่อเขตคลองสาน ทิศตะวันตก ติดต่อเขตจอมทองและเขตภาษีเจริญ และแบ่งพื้นที่การปกครองเป็น 7 แขวง ประกอบด้วย แขวงวัดกัลยาณ์ หิรัญรูจี บางยี่เรือ บุคโคล ตลาด पुल ดาวคะนอง และแขวงสำเหร่

ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีส่วนใหญ่มีลักษณะเป็นชุมชนที่ค่อนข้างแออัดเป็นตึกแถวสลับกับบ้านเรือนเล็กๆ พื้นที่ใช้สอยมีน้อยลักษณะถนนภายในชุมชนเป็นคอนกรีต แล้วจะแยกเป็นถนนขนาดเล็กลงมาบางแห่งจะเป็นพื้นแบบลาดยางผสม ถนนส่วนใหญ่ มี 1 เลน รถยนต์ไม่สามารถวิ่งสวนกันได้ในชุมชนได้เพียงระยะสั้นๆ ส่วนด้านในชุมชนจะเป็นทางเท้า และทางของรถจักรยานยนต์เป็นส่วนใหญ่วิ่งสวนกันได้ คนในชุมชนสามารถสัญจรได้คือรถจักรยานยนต์เนื่องจากมีเพียงถนนเล็กๆและทางเท้าริมคลองเท่านั้นนอกจากนี้ผู้คนในชุมชนจะสัญจรโดยใช้รถประจำทาง สาย 40, 3, 82 และ 7 เป็นต้น ซึ่งจะได้ผ่านเข้ามาในชุมชนโดยตรงแต่จะผ่านทางถนนใหญ่

2. ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพทางภูมิศาสตร์ของชุมชน

ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีมีแม่น้ำและลำคลองสายสำคัญในพื้นที่ ได้แก่ แม่น้ำเจ้าพระยาคลองบางกอกใหญ่คลองบางหลวงคลองบางน้ำจืดคลองบางไส้ไก่คลองบางสะแกคลองสำเหร่คลองบุคโคลคลองโกบือ คลองวัดกระจับ คลองวัดน้อย และคลองวัดน้อย จากข้อมูลแม่น้ำ ลำคลองข้างต้นของชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีมีจำนวนมากเนื่องจากวิถีชีวิตของชาวฝั่งธนบุรีในอดีตใช้แหล่งน้ำสำหรับสัญจรทางน้ำ และปัจจุบันบางชุมชนใช้เป็นแหล่งน้ำสายหลักของชุมชน และสำหรับอุปโภคบริโภคของคนในชุมชนและลำคลองหลายแห่งเลิกใช้เนื่องจากคนในชุมชนทิ้งขยะ ปล่อยน้ำเสียลงในลำคลอง ทำให้มีกลิ่นเหม็นสร้างมลภาวะให้กับชุมชนสภาพแวดล้อมของชุมชนส่วนใหญ่เป็นชุมชนแออัดเพราะไม่มีบริเวณบ้านเป็นของตัวเองทำให้อากาศถ่ายเทไม่สะดวกมากนัก และพื้นที่ภายในชุมชนมีขนาดเล็กบ้านเรือนของชาวบ้านแต่ละหลังมีบริเวณใช้สอยและแออัดและบางชุมชนเป็นบ้านที่มีบริเวณและตึกแถวสลับกันไปสภาพอากาศภายในชุมชนส่วนใหญ่ค่อนข้างที่จะมีมลภาวะสูงเพราะเป็นแหล่งชุมชนแออัดและมีการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์จากรถจักรยานยนต์ที่ใช้สัญจรไปมาภายในชุมชนและบางชุมชนมีการเผาไหม้ที่เกิดจากการเผาองเต็กไหว้บรรพบุรุษของชาวบ้านแต่บางชุมชนมีสภาพอากาศที่ดี

3. ข้อมูลเกี่ยวกับประชากรปัจจุบันในชุมชน

ชุมชนในพื้นที่เขตธนบุรี มี 44 ชุมชน จำนวนประชากรมีทั้งหมด 68,724 คน จำนวนครัวเรือน 14,414 ครัวเรือน ผู้สูงอายุอาศัยอยู่กับพี่น้องลูกหลานเป็นบ้านของตนเองและบางส่วนเป็นบ้านเช่า ส่วนรายได้จากสวัสดิการของรัฐ เช่น เงินเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ บางรายเงินจากเกษียณอายุราชการ เงินจากการค้าขาย และรับจ้างทั่วๆ ไปเล็กน้อยๆ เป็นต้น

4. ข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพของคนในชุมชน

ลักษณะอาชีพของคนในชุมชนมีความหลากหลายอาชีพส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้างทั่วไป บางครอบครัวจะอยู่ในภาวะว่างงาน จะเกิดปัญหาในเรื่องรายจ่ายในครอบครัวที่ไม่เพียงพอต่อรายจ่ายที่มากขึ้น ส่วนอาชีพของผู้สูงอายุรับจ้างทั่วไปบ้าง ค่าขายบ้าง พอมีรายได้เล็กน้อยช่วยเหลือครอบครัวและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

5. ข้อมูลเกี่ยวกับทรัพยากรท่องเที่ยว

ชุมชนในพื้นที่เขตธนบุรีถือว่าเป็นเขตอนุรักษ์เมืองเก่า แหล่งท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์และศิลปวัฒนธรรมทางฝั่งธนบุรีมีโบราณสถาน โบราณวัตถุที่มีความโดดเด่นทั้งด้านสถาปัตยกรรม ประติมากรรมมากมาย รวมทั้งวิถีชีวิตซึ่งอยู่ในชุมชนต่างๆ ชุมชนวัดประยูรวงศ์นี้มีโบราณสถานอยู่คือ วัดประยูรวงศาवासวรวิหารชุมชนกุฎิเงินมีโบราณสถานที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญ คือ โบสถ์ช่างตาครूस เป็นมรดกล้ำค่าของบรรพชนคริสต์ศาสนิกชนในท้องถิ่นพิพิธภัณฑสถานบ้านกุฎิเงินเป็นพิพิธภัณฑที่เก็บรวบรวมความเป็นมาอันเก่าแก่ของชุมชนชาวสยาม-โปรตุเกสสถานที่ท่องเที่ยวชุมชนกุฎิขาว

6. ข้อมูลเกี่ยวกับองค์กรสาธารณะประโยชน์ในชุมชน

องค์กรสาธารณะประโยชน์ในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีประกอบด้วย สถานศึกษา สถานการรักษาพยาบาล คือ สถานศึกษาในเขตธนบุรี มีโรงเรียนระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษา จำนวน 32 แห่ง สถานศึกษาระดับอุดมศึกษามี 2 แห่งศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก 4 แห่ง

สถานที่รักษาพยาบาลชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีมีสถานที่รักษาพยาบาลได้แก่สถานีนอนามัย จำนวน 1 แห่ง ศูนย์บริการสาธารณสุข จำนวน 3 แห่ง ศูนย์สุขภาพชุมชน จำนวน 5 แห่ง

7. ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งการเรียนรู้ในชุมชน

ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีมีแหล่งการเรียนรู้ด้านวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี ด้านโบราณสถาน โบราณวัตถุ เช่น วัดประยูรวงศาवास มีโบราณสถานที่เป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญ คือ พระอุโบสถเป็นสถาปัตยกรรมแบบทรงไทย หน้าบันเป็นลายดอกพุดตาน มีพระประธานเป็นพระพุทธรูปหล่อปางมารวิชัย วัดประดิษฐารามเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญ คือเป็นวัดสร้างขึ้นเมื่อประมาณ พ.ศ. 2293 ก่อนกรุงศรีอยุธยาแตก 17 ปี วัดเวฬุราชิน สร้างในสมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้น เจ้าพระยาพลเทพ (เอี่ยม) ต้นตระกูลชูโต เป็นผู้สร้าง วัดจันทารามวรวิหาร (วัดกลาง) สร้างมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาตามหลักฐานจากหอสมุดแห่งชาติ พระยาสุรเสนา (ขุนเณร) เป็นผู้สร้างวัดเดิมชื่อวัดบางยี่เรือกลางต่อมารัชกาลที่ 3 ได้ทรงพระราชทานนามใหม่ว่า มัสยิดบางหลวง (กุฎิขาว) ตั้งในชุมชนกุฎิขาว เป็นมัสยิดที่ก่ออิฐถือปูนทรงไทยแห่งเดียวของโลก” สร้างขึ้นในสมัยรัชกาลที่ 1 นอกจากนี้ ยังมีแหล่งการเรียนรู้ที่เป็นมรดกทางวัฒนธรรม เช่น ชลู่บ้านลาว เป็นของชาวลาวที่

ชุมชนบางไผ่ไก่ บ้านศิลปะไทย เป็นแหล่งการเรียนรู้เกี่ยวกับการทำหัตถกรรมเรื่องราวเรื่องราวเกียรติ เช่น พระราม ทศกัณฐ์ หนุมาน

8. ข้อมูลเกี่ยวกับภูมิปัญญาท้องถิ่น

ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีมีแหล่งการเรียนรู้ชุมชนทางด้านศิลปวัฒนธรรม สถาปัตยกรรม โบราณสถาน โบราณวัตถุต่างๆ และเป็นแหล่งรวมภูมิปัญญาท้องถิ่นมาแต่โบราณรวมทั้งปราชญ์ชาวบ้านเก่าแก่มากมายหลากหลายสาขาประกอบด้วย สาขาคหกรรม ด้านอาหาร ด้านสาขาศิลปกรรม ด้านหัตถกรรม ด้านดนตรี นาฏศิลป์และการเล่นพื้นบ้านสาขา สาธารณสุขด้านการรักษาและนวดแผนไทย ด้านยาและสมุนไพร ผู้ทรงภูมิปัญญาส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ที่มีความรู้ ความเชี่ยวชาญที่สั่งสมมาตั้งแต่บรรพบุรุษ และสืบทอดกันมา

9. ข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งอำนวยความสะดวกในชุมชน

สิ่งอำนวยความสะดวกภายในชุมชนได้แก่ เครื่องออกกำลังกายลานกีฬา ลานกิจกรรมภายในโรงเรียนบริเวณวัด สถานที่พักผ่อนในชุมชน เช่น สวนย่อม เป็นที่ร่มรื่น มีพุ่มไม้ เหมาะกับการพักผ่อน พบปะพูดคุยกันมีสถานที่ทำกิจกรรมภายในชุมชน บริเวณมีสียดบางหลวง เช่น การละหมาดจะจัดในมัสยิดโดยตรงบางชุมชนมีสถานที่อ่านหนังสือพิมพ์/หนังสือประเภทต่างๆชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีส่วนใหญ่จะมีเครื่องออกกำลังกายให้กับคนในชุมชนได้ใช้ประโยชน์เพื่อสุขภาพ สถานที่จัดกิจกรรม เช่น จัดเลี้ยง จัดกิจกรรมวันสำคัญต่างๆส่วนใหญ่ใช้บริเวณลานวัด ลานโรงเรียนเนื่องจากแต่ละชุมชนส่วนใหญ่เป็นชุมชนแออัดจึงพื้นที่ใช้สอยน้อยถึงอย่างไรให้คนในชุมชนตลอดจนผู้สูงอายุได้ใช้ประโยชน์เพื่อเสริมสุขภาพให้แข็งแรง

10. ข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมการเรียนรู้ของคนในชุมชน

การส่งเสริมการเรียนรู้ของคนในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีมีการส่งเสริมฝึกฝนอาชีพในคนในชุมชน ทักษะอาชีพด้านต่างๆ เช่น การทำอาหาร ทำขนมฝรั่งกุฎีจีนให้กับผู้ที่สนใจและคณะนักท่องเที่ยวนักท่องเที่ยวทำหมู่กระดาศภายในครอบครัวเพื่อสืบทอดรุ่นต่อรุ่นทำเครื่องหอม ทำผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร ประดิษฐ์ของใช้จากเศษวัสดุ มีหน่วยงานรัฐ และเอกชน มาจัดภายในชุมชน เพื่อพัฒนาสุขภาพกาย สุขภาพจิต ทำให้คุณภาพชีวิตของคนในชุมชนดีขึ้นมีสวัสดิการต่างๆ อื่นๆ เช่น บัตรสวัสดิการ มีเบี้ยผู้สูงอายุ บริการตัดผมการดูแลและการป้องกันโรค เช่น ศูนย์สาธารณสุขมาให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคไข้เลือดออก โรคพิษสุนัขบ้า มีข้อมูลข่าวสารเรื่องต่างๆ เช่น นักศึกษามาให้ความรู้ นอกจากนี้จะมีอาสาสมัครมาตรวจสุขภาพของคนในชุมชนปีละ 2 ครั้ง และให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคข้อมูลภายในชุมชนจะมีการประชุมกัน พบปะกัน แลกเปลี่ยนข้อมูลกันและกันในการพัฒนาชุมชน รวมถึงการพัฒนาสภาพแวดล้อม และคุณภาพชีวิตภายในชุมชน การประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารผู้นำชุมชนจะแจ้งข้อมูลข่าวสารให้กับคนในชุมชนทราบผ่านเสียงตามสาย โดยจะประกาศทุกตอนเช้าหลังจากเพลงชาติมีการส่งเสริมการเรียนรู้ของคนในชุมชนและผู้สูงอายุได้ฝึกฝนอาชีพที่สนใจ เช่น เกี่ยวกับงานอาหาร งานประดิษฐ์ งานผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร เป็นต้น ซึ่งงานเหล่านี้สามารถนำไปสร้างอาชีพเสริมให้กับตนเองและครอบครัวได้อีกทางหนึ่ง และยังเป็นการแลกเปลี่ยนการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ด้านการดูแลและการป้องกันโรค และเอกชนให้การบริการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต

ส่วนองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ สรุปได้ 6 องค์ประกอบ ได้แก่ คุณภาพชีวิตเกี่ยวกับสุขภาพกายและใจ คุณภาพชีวิตเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ คุณภาพชีวิตเกี่ยวกับหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต คุณภาพชีวิตเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในสังคม คุณภาพชีวิตเกี่ยวกับการจัดการความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น และคุณภาพชีวิตเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของครอบครัวและผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 2 ผลการสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตนบุรี

จากการที่คณะผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตนบุรี เพื่อนำข้อมูลมาสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุในชุมชนพื้นที่เขตนบุรี ดังนั้นคณะนักวิจัยจึงได้สร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลัง 4 กิจกรรม ได้แก่ 1) กิจกรรม “ประกวดตำน้ำพริกสดแช่บ ออาหารดีเพื่อสุขภาพของผู้สูงอายุ” เป็นกิจกรรมที่เสริมพลังคุณภาพชีวิตเกี่ยวกับอาหารโภชนาการ การเลือกรับประทานอาหารให้เหมาะสมกับวัยและสุขภาพ และการเรียนเกี่ยวกับบรรจุภัณฑ์ เพื่อนำไปสร้างรายได้และอาชีพให้กับครอบครัว และชุมชน 2) กิจกรรม “ร้องเล่นเต้นรำพาเพลิน เสริมสุขภาพกายและใจ” เป็นกิจกรรมเสริมพลังให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีจากการได้ออกกำลังกายและมีความสุขใจได้ร้องเล่นเต้นรำ 3) กิจกรรม “สืบสานวัฒนธรรมแต่งกายผ้าไทยย้อนยุคของผู้สูงอายุ ปี 2561” เป็นกิจกรรมเสริมพลังส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุของแต่ละชุมชนในการสืบสานวัฒนธรรมไทยและภูมิปัญญาการแต่งกายด้วยผ้าไทย และยังเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะของผ้าและออกแบบการแต่งกายยุคต่างๆ 4) กิจกรรม “ฝึกทักษะเรียนรู้การทำสบู่สมุนไพรไทย” เป็นกิจกรรมเสริมพลังให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ลงมือปฏิบัติ โดยมีผู้ทรงภูมิปัญญาถ่ายทอดองค์ความรู้ ตลอดจนแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน และนำไปประยุกต์ใช้ในการสร้างรายได้และอาชีพต่อไป

หลังจากที่คณะนักวิจัยได้จัดกิจกรรมเสริมพลัง 4 กิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุในชุมชนพื้นที่เขตนบุรีแล้ว คณะนักวิจัยได้สัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง รวมทั้งผู้สูงอายุทำแบบประเมินโครงการในการเข้าร่วมกิจกรรม แล้วนำผลมาวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลแต่ละกิจกรรมแบ่งออกเป็น 4 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุพื้นที่เขตนบุรี ประกอบด้วย 16 ด้าน ได้แก่ เพศ อายุ ภูมิลำเนา จำนวนพี่น้อง ศาสนา สถานภาพปัจจุบัน บทบาทในครอบครัว ลักษณะที่อยู่อาศัย ระดับการศึกษา ลักษณะอาชีพ แหล่งรายได้ โรคประจำตัว สถานที่รักษา ต้องการพัฒนาความรู้หรือทักษะเพิ่มเติมในการทำงาน เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ตอนที่ 2 องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 6 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพกายและใจของผู้สูงอายุ ด้านอาหารและโภชนาการ ด้านหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต ด้านการมีส่วนร่วมในชุมชน ด้านการจัดการความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น และด้านบทบาทหน้าที่ของครอบครัวและผู้สูงอายุ และตอนที่ 3 การประเมินความคิดเห็นของผู้สูงอายุเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมพลัง 4 กิจกรรม ประกอบด้วย ด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านความพึงพอใจต่อกิจกรรม และด้านการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ คณะผู้วิจัยขอสรุปผลลำดับดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุในภาพรวม พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุเฉลี่ยตั้งแต่ 66 ปีขึ้นไป มีภูมิลำเนาอาศัยอยู่ในชุมชนพื้นที่เขตนบุรี มีพี่น้องร่วมสายโลหิต

1-4 คน ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ สถานภาพปัจจุบันสมรสแล้ว บทบาทในครอบครัวเป็นสมาชิก ลักษณะที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่เป็นบ้านของตนเอง ระดับการศึกษาจบระดับชั้นประถมศึกษา ลักษณะอาชีพส่วนใหญ่ 3 อันดับแรก คือ เป็นแม่บ้าน/พ่อบ้าน ทำธุรกิจส่วนตัวและค้าขาย แหล่งรายได้ของผู้สูงอายุได้มาจากครอบครัวและสวัสดิการของรัฐ เช่น เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ส่วนด้านสุขภาพเกี่ยวกับโรคประจำตัว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นโรคความดันโลหิตและโรคเบาหวาน การเข้ารับการรักษาจะใช้สถานพยาบาลของรัฐเป็นส่วนใหญ่ และมีบุตรหลานและญาติพี่น้องเป็นผู้ดูแลเอาใจใส่ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการพัฒนาความรู้หรือทักษะเพิ่มเติมในการทำงาน เนื่องจากมีเวลาว่างและต้องการหารายได้เพื่อตนเองและครอบครัว และผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะสมัครเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

2. ข้อมูลองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 6 ด้าน สรุปได้ว่า 1) ด้านการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ การเคลื่อนไหวร่างกายในการทำงานบ้าน งานอดิเรก การตรวจระดับความดันโลหิต และการตรวจร่างกายประจำปีตามลำดับ รองลงมาผู้สูงอายุดูแลสุขภาพด้านการตรวจระดับน้ำตาลในเลือด การตื่นของชีพจร/หัวใจ และชอบการออกกำลังกาย เช่น ว่ายน้ำ เดิน วิ่ง เต้นแอโรบิก เป็นต้น 2) ด้านการดูแลอาหารและโภชนาการ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ชอบบริโภคผักและผลไม้ต่างๆ ที่ปลอดสารพิษ มักจะเลือกกินอาหารหลากหลายครบ 5 หมู่ และชอบเลือกซื้ออาหารสดมาปรุงเอง ส่วนพฤติกรรมของผู้สูงอายุไม่ชอบกระทำ พบว่า อยู่ในระดับน้อยที่สุดและน้อย คือ การดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การกินอาหารสุกๆ ดิบๆ และการซื้ออาหารแปรรูปตามลำดับ เป็นต้น 3) ด้านหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด คือ ที่พักอาศัยมีหลักฐานถูกต้องตามกฎหมาย บ้านที่อยู่อาศัยมีความแข็งแรงและมั่นคง รองลงมา พบว่า อยู่ในระดับมาก 3 อันดับแรก ได้แก่ สิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐาน เช่น น้ำสะอาด ถนน สถานที่พักผ่อน เป็นต้น ผู้สูงอายุจะมีรายได้จากสวัสดิการของรัฐและครอบครัว และรายได้มีพอเพียงต่อการดำรงชีวิต 4) ด้านการมีส่วนร่วมในชุมชน พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากทุกข้อ เมื่อพิจารณารายข้อเรียงจากมากไปหาน้อย 4 อันดับแรก ได้แก่ มีกิจกรรมสนทนาการกับกลุ่มเพื่อนและชมรมต่างๆ มีส่วนร่วมในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารของชุมชน ร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อพิจารณาประเด็นต่างๆ ของชุมชน และมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์สืบสานประเพณี วัฒนธรรมและแหล่งท่องเที่ยวของชุมชน เป็นต้น 5) ด้านการจัดการความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากทุกข้อ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงจากมากไปหาน้อย 4 อันดับแรก ได้แก่ การได้รับความรู้ใหม่ๆ และนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและครอบครัว ได้รับความรู้จากวิทยากรเกี่ยวกับการเลือกอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพและการออกกำลังกายที่ถูกต้อง การได้รับความรู้จากการจัดประชุมสัมมนาจากหน่วยงานต่างๆ 6) ด้านบทบาทหน้าที่ของครอบครัวและผู้สูงอายุ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ สมาชิกในครอบครัวยอมรับและเคารพยกย่องให้เกียรติซึ่งกันและกันตามลำดับอาวุโส ครอบครัวให้ความรักห่วงใย เอาใจใส่ซึ่งกันและกันทั้งในภาวะปกติและเจ็บป่วย และสมาชิกในครอบครัวของผู้สูงอายุใช้หลักธรรมในการดำรงชีวิต

3. การประเมินความคิดเห็นของผู้สูงอายุที่มีต่อกิจกรรม 4 กิจกรรม สรุปผลได้ว่า 1) ด้านความรู้ความเข้าใจ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาแต่ละกิจกรรม พบว่า กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยโดยเรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยสูงสุดไปต่ำสุด ได้แก่ กิจกรรมเสริมพลังประกวดทำน้ำพริกสดแช่อาหารดีเพื่อสุขภาพ กิจกรรมร้องเล่นเต้นรำพาเพลินสุขภาพกายและใจ กิจกรรมสืบสานวัฒนธรรมไทยแต่งกายผ้าไทยย้อนยุคของผู้สูงอายุ และกิจกรรมพัฒนาทักษะเรียนรู้การทำสบู่สมุนไพรของผู้สูงอายุ 2) ด้านความพึงพอใจ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาแต่ละกิจกรรม พบว่า กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยโดยเรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยสูงสุดไปต่ำสุด ได้แก่ กิจกรรมเสริมพลังประกวดทำน้ำพริกสดแช่อาหารดีเพื่อสุขภาพ กิจกรรมสืบสานวัฒนธรรมไทยแต่งกายผ้าไทยย้อนยุคของผู้สูงอายุ กิจกรรมร้องเล่นเต้นรำพาเพลินสุขภาพกายและใจ และกิจกรรมพัฒนาทักษะเรียนรู้การทำสบู่สมุนไพรของผู้สูงอายุ 3) ด้านการนำความรู้ไปใช้ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาแต่ละกิจกรรม พบว่า กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยโดยเรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยสูงสุดไปต่ำสุด ได้แก่ กิจกรรมสืบสานวัฒนธรรมไทยแต่งกายผ้าไทยย้อนยุคของผู้สูงอายุ กิจกรรมเสริมพลังประกวดทำน้ำพริกสดแช่อาหารดีเพื่อสุขภาพ กิจกรรมร้องเล่นเต้นรำพาเพลินสุขภาพกายและใจ และกิจกรรมพัฒนาทักษะเรียนรู้การทำสบู่สมุนไพรของผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 3 ผลการประเมินคุณภาพของนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ (วีดิทัศน์และ e-book) ของผู้สูงอายุ

จากการจัดกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในพื้นที่ชุมชนเขตธนบุรี จำนวน 4 กิจกรรม คือ กิจกรรมประกวดทำน้ำพริกเพื่อสุขภาพ กิจกรรมร้องเล่นเต้นรำเพื่อสุขภาพกายและใจ กิจกรรมสืบสานวัฒนธรรมแต่งกายผ้าไทยและกิจกรรมฝึกทักษะการเรียนรู้จากสบู่สมุนไพร คณะนักวิจัยนำมาจัดทำเป็นนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ ได้แก่ วีดิทัศน์และ e-book ผ่านเว็บไซต์ของคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี และได้ให้ผู้สูงอายุประเมินคุณภาพของนวัตกรรมดังกล่าว ผลการประเมินคือ ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 60-65 ปี วุฒิการศึกษาส่วนใหญ่จบระดับชั้นมัธยมศึกษา อาศัยอยู่ในพื้นที่ชุมชนเขตธนบุรี ประเมินคุณภาพนวัตกรรมคลังความรู้ในภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ย 3 อันดับแรก ได้แก่ เป็นนวัตกรรมที่ให้ความสนุกสนานเพลิดเพลินใจ เป็นนวัตกรรมที่สร้างความอบอุ่นความภาคภูมิใจ และเป็นนวัตกรรมที่มีรูปภาพประกอบคำบรรยายสวยงามมาก ตามลำดับ

ส่วนที่ 4 ผลการศึกษาแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า

จากการศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้สร้างนวัตกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งผลของการจัดกิจกรรมผู้สูงอายุมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก หลังจากนั้นได้นำนวัตกรรมเสริมพลังไปจัดทำนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ในรูปแบบวีดิทัศน์ และ e-book ผลการประเมินการใช้ประโยชน์อยู่ในระดับมากเช่นเดียวกัน หลังจากนั้นคณะผู้วิจัยได้ลงชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี เพื่อต้องการทราบแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า สรุปผลของการศึกษามีดังนี้

1. ผู้สูงอายุของชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ส่วนใหญ่มีพลังความพร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม/ชุมชนอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนๆ ระหว่างชุมชนเดียวกัน และต่างชุมชน เช่น การดูแลอาหารและโภชนาการให้กับสุขภาพ เรียนรู้เทคนิคการปรุงอาหาร เรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น การนำสมุนไพรไทยมาสร้างผลิตภัณฑ์ และการบรรจุภัณฑ์ เพื่อสร้างรายได้เสริมให้กับตนเอง ครอบครัวและชุมชนท้องถิ่น

2. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านจิตใจ มีความสุขกับสภาพแวดล้อมที่อยู่รอบตนเอง เช่น ต้องการความรัก ความเอาใจใส่จากครอบครัว สามารถที่จะตัดสินใจด้วยตนเอง ส่งเสริมบทบาท ศักยภาพให้เป็นที่ยอมรับ เช่น การได้รับให้เป็นวิทยากรให้กับสถานศึกษาหรือหน่วยงานอื่นในฐานะเป็นวิทยากรท้องถิ่น หรือมีส่วนร่วมเป็นคณะกรรมการในการตัดสินใจการประกวดแข่งขัน ประเพณีเทศกาลต่างๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า นอกจากนี้ต้องการกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพจิต ที่ผ่อนคลายความเครียด ได้แก่ กิจกรรมนันทนาการ ได้ร้องเล่น เดินรำ หรือการท่องเที่ยว จะทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขสนุกสนาน มีความสุขทั้งกายและใจ

3. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการได้รับความช่วยเหลือจากหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน สนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดอบรมฝึกอาชีพหรืองานที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ โดยจัดหาวิทยากรที่มีความรู้ความสามารถมาช่วยพัฒนาให้ความรู้ ทักษะ ด้านอาชีพจนสามารถต่อยอดเป็นอาชีพเสริมได้ เป็นสินค้า OTOP ของชุมชนได้ในอนาคต เช่น จัดทำพวงหรีด ดอกไม้จันทน์ อาหาร การพับผ้าเช็ดหน้ารูปต่างๆ การทำผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร โดยให้ความรู้ด้านการตลาดและแหล่งหรือช่องทางการจัดจำหน่ายที่สามารถส่งสินค้าที่ผลิตจากชุมชนไปสู่ตลาดที่ถาวรมั่นคง จนสามารถประยุกต์ใช้ความรู้ที่ได้รับนำไปประกอบอาชีพได้ นอกจากนี้ต้องการความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยติดเตียงในชุมชน ซึ่งเป็นการสร้างอาสาสมัคร จิตอาสาของชุมชน โดยไม่ต้องพึ่งพาจากคนอื่น

4. ผู้สูงอายุต้องการให้มีโครงการจากหน่วยงานในพื้นที่ ตรวจเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุอย่างน้อยปีละ 3-4 ครั้ง เพื่อจะได้ทราบปัญหาและความต้องการช่วยเหลือด้านต่างๆ เช่น สภาพความเป็นอยู่ และสิ่งแวดล้อม ความปลอดภัย สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เป็นต้น

5. ผู้สูงอายุต้องการหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต คือ สามารถพึ่งพาตนเอง สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ โดยมีระบบการคุ้มครองทางสังคม เช่น ด้านรายได้ ด้านอาชีพ ด้านครอบครัว ผู้ดูแลสมาชิกในครอบครัว เพื่อนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตเข้าสู่สูงวัยในทศวรรษหน้าได้อย่างยั่งยืน

6. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการนวัตกรรมเสริมพลัง รูปแบบที่เป็นกิจกรรมที่ทางคณะนักวิจัย จัด แต่ให้มีความหลากหลายมากขึ้น จะทำให้ผู้สูงอายุได้ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และนวัตกรรมเป็นสื่อเทคโนโลยี เช่น เว็บไซต์คลังความรู้ที่เป็นวิถีทัศนศึกษา e-book โดยป้อนข้อมูลผ่าน LINE Youtube หรือ Facebook เป็นต้น ซึ่งนวัตกรรมเหล่านี้มีประโยชน์ทำให้ผู้สูงอายุได้ศึกษาและเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน ทำให้คุณภาพชีวิตไม่เหงา ไม่ซึมเศร้า และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิต แต่ปัญหาที่กับผู้สูงอายุมากมาย คือ ขาดสื่อเทคโนโลยี เช่น การเชื่อมต่อของ Internet หรือ Wifi ของชุมชนยังไม่ทั่วถึง ต้องการได้รับความช่วยเหลือในเรื่องนี้ ซึ่งคณะนักวิจัยได้ดำเนินจัดทำนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ ได้แก่ วิถีทัศน e-book ที่ให้ความรู้ที่เป็นประโยชน์กับผู้สูงอายุของชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี และพื้นที่อื่นๆ โดยผ่านเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัย

7. ผู้สูงอายุพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยการพัฒนาชุมชนให้มีสภาพแวดล้อม น่าอยู่ น่ามอง และป้องกันมลพิษต่างๆ จากแนวคิดนี้ทำให้เกิดกิจกรรมการสร้างสิ่งแวดล้อมบ้านน่าอยู่ร่วมกันได้ ชุมชนน่ามอง ซึ่งกิจกรรมนี้ส่งเสริมให้คนในชุมชนดูแลบ้านให้สะอาดทั้งภายในบ้านและนอก เกิดความร่วมมือร่วมใจ ความสามัคคีในระหว่างคนในชุมชน ต่างชุมชน และครอบครัว นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง

อภิปรายผล

ผลการศึกษาบริบทชุมชนและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี

จากการศึกษาบริบทชุมชนในพื้นที่เขตธนบุรี พบว่า เป็นชุมชนเก่าแก่มาช้านานเพราะพื้นที่ในเขตธนบุรีเป็นส่วนหนึ่งของกรุงธนบุรีในอดีต ซึ่งเป็นเมืองหลวงของประเทศไทยในสมัยสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช เมืองธนบุรี หรือบางกอกในอดีต ที่อยู่ระหว่างคลองบางกอกน้อยกับคลองบางกอกใหญ่ ซึ่งในอดีตคลองทั้งสองนี้คือแม่น้ำเจ้าพระยาสายเก่าเพื่อย่นระยะในการเดินทางจึงได้ขุดคลองลัดได้ขยายกว้างขึ้นกลายเป็นแม่น้ำเจ้าพระยาสายใหม่ พื้นที่จึงโอบล้อมด้วยคลอง ค่อยๆ เปลี่ยนสภาพเป็นชุมชนที่หนาแน่นขึ้น จึงมีกลุ่มชนหลากหลายเชื้อชาติอยู่อาศัยอยู่ร่วมกัน ซึ่งอพยพเคลื่อนย้ายมาจากกรุงศรีอยุธยาแตกครั้งที่ 2 และเข้ามาตั้งชุมชนอยู่บริเวณพื้นที่ริมแม่น้ำเจ้าพระยาฝั่งธนบุรี สอดคล้องงานวิจัยของ พิษณุ บางเขียว และคณะ (2550, หน้า 21-30) ได้กล่าวถึงกลุ่มชาติพันธุ์ที่เข้าตั้งถิ่นฐานชุมชนธนบุรี ได้แก่ 1) ชาวมอญ อพยพหนีภัยสงครามทัพพม่า เนื่องจากเป็นกบฏจึงได้ลี้ภัยเข้ามาดินแดนไทย สมเด็จพระเจ้ากรุงธนบุรีให้ชาวมอญมาตั้งถิ่นฐานในธนบุรีตามริมแม่น้ำลำคลอง เรียกว่า “คลองมอญ” ของชุมชนวัดประดิษฐารามหรือชาวบ้านเรียกว่า วัดมอญ 2) ชาวลาว เป็นชาวลาวเวียงจันทน์ ประเทศลาว ที่ถูกกวาดต้อนมาในสมัยพระเจ้าตากสินมหาราช พ.ศ. 2321 และให้มาตั้งถิ่นฐาน “หมู่บ้านลาว” ชุมชนบางไส้ไก่บ้านสมเด็จ และในสมัยรัชกาลที่ 1 หลังสงครามโลกครั้งที่ 2 มีชาวลาวที่เป็นเชลยศึกที่อพยพมาจากประเทศลาว ประมาณ 10-20 ครอบครัว มาตั้งถิ่นฐานบริเวณลำประโคน ชื่อว่า “ศรีภูมิ” เป็นชุมชนศรีภูมิ 3) ชาวมุสลิม ได้มาตั้งถิ่นฐานตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาได้อพยพหนีภัยสงครามสมัยกรุงธนบุรี ย้ายถิ่นฐานมาอาศัยอยู่ฝั่งธนบุรี ชุมชนมัสยิดบ้านสมเด็จและชุมชนกุฎีขาวปัจจุบัน 4) ชาวไทยเชื้อสายโปรตุเกส อพยพมาจากเมื่อครั้งกรุงศรีอยุธยาแตกครั้งที่ 2 พ.ศ. 2310 มาตั้งถิ่นฐานอยู่ในชุมชนกุฎีจีน ซึ่งปัจจุบันแทบไม่เหลือเค้าเดิมของหน้าตาแบบตะวันแล้ว และ 5) ชาวจีน อพยพหนีภัยสงครามเสียกรุงศรีอยุธยาครั้งที่ 2 ในสมัยกรุงธนบุรี เข้ามาตั้งถิ่นฐานย่านชุมชนกุฎีจีน โดยมีวัตถุประสงค์ด้านการค้าขายและเพิ่มจำนวนประชากรในราชธานี และปัจจุบันมีชาวจีนอาศัยอยู่ในชุมชนโรงคานเป็นส่วนใหญ่ จะเห็นได้ว่าชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีส่วนใหญ่เป็นชุมชนเก่าแก่มีประวัติความเป็นมายาวนานมากกว่า 200 ปี โดยเฉพาะคนในชุมชนรวมทั้งผู้สูงอายุมีหลากหลายชาติพันธุ์ ก็สามารถอาศัยอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข แม้ว่าจะมีความหลากหลายทางวัฒนธรรม ประเพณี พิธีกรรม และความเชื่อ เป็นต้น

สภาพชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี มีแม่น้ำและลำคลองสำคัญในพื้นที่ ได้แก่ แม่น้ำเจ้าพระยา คลองบางกอกใหญ่ คลองบางหลวง คลองบางน้ำชน คลองบางไส้ไก่ คลองบางสะแก คลองบุคคโล คลองวัด

น้อย เป็นต้น ซึ่งในอดีตวิถีชีวิตของชาวฝั่งธนบุรีใช้แหล่งน้ำในการบริโภค การสัญจรทางน้ำ ซึ่งสอดคล้องการศึกษาของ กรรณิการ์ สุธีรัตนภิรมย์ (2555, หน้า 390) เกี่ยวกับกรุงธนบุรีสมัยอยุธยา ถึงรัตนโกสินทร์อยู่ริมน้ำ โดยอาศัยน้ำเป็นปัจจัยธรรมชาติสำคัญในการดำรงชีพ ชุมชนต่างๆ มีบ้านเรือนกระจายไปตามลำน้ำต่างๆ ตั้งแต่ในสมัยอยุธยา แต่ปัจจุบันบางชุมชนใช้เป็นแหล่งน้ำสายหลักสำหรับบริโภคและสัญจร เช่น แม่น้ำเจ้าพระยา คลองบางกอกใหญ่ คลองบางหลวง แต่บางคลองก็เลิกใช้เนื่องจากการทิ้งขยะและปล่อยน้ำเสียลงแม่น้ำลำคลองทำให้เกิดมลภาวะให้กับชุมชน นอกจากนี้ลักษณะของชุมชนเป็นแบบสังคมเมือง คือ ประชาชนอยู่หนาแน่น แออัด บ้านที่อยู่อาศัยอยู่ตามตรอกซอกซอยของชุมชน ไม่มีที่ดินเป็นของตนเอง เช่าปลูกบ้าน สภาพอากาศในชุมชนส่วนใหญ่มีมลภาวะสูงเกิดจากการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์จากรถจักรยานยนต์ที่ใช้สัญจรในชุมชน อาชีพส่วนใหญ่ของคนในชุมชน ได้แก่ รับจ้างทั่วไป บางครอบครัวอยู่ในภาวะว่างงานทำให้มีรายได้ไม่พอเพียงต่อรายจ่าย จากสภาพข้างต้นสอดคล้องงานวิจัยของ ธนวิดี บุญลือ (2554, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความเหลื่อมล้ำทางสังคมในกรุงเทพมหานคร ชุมชนวัดใหญ่ศรีสุพรรณ เขตธนบุรี ผลการศึกษาได้ระบุปัญหาของชุมชนว่าด้านเศรษฐกิจของชุมชน ได้แก่ รายได้ต่ำ ค่าครองชีพสูง ขาดความมั่นคงในอาชีพ การว่างงาน กู้เงินนอกระบบและด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ น้ำในคลองบางไส้ไก่เน่าเสีย มอเตอร์ไซค์รับจ้างปล่อยมลพิษทางอากาศ และเสียงคนในชุมชนส่วนใหญ่เช่าที่ปลูกบ้าน ไม่มีที่ดินเป็นของตนเอง เป็นต้น จากสภาพข้างต้นที่เกี่ยวกับที่อยู่อาศัย มลภาวะทางอากาศและรายได้ของคนในชุมชน สิ่งเหล่านี้อาจจะมีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสุขภาพกาย ซึ่งอาจเกิดโรคร้ายได้ เช่น โรคปอด ภูมิแพ้ หรือโรคมะเร็งในที่สุด ชุมชนต้องหาทางแก้ไขให้ผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวตามหลักยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุโดยมีมาตรการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยและมาตรการส่งเสริมด้านการทำงานและการรายได้ของผู้สูงอายุ ซึ่งได้ระบุไว้ในแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) (นันทิยา ใจเย็น, 2557, หน้า 6-7) และยิ่งสอดคล้องแนวคิดของ ลอว์ตัน (Lawton, 1985 อ้างถึงใน ดวงใจ คำคง, 2554, หน้า 34-35) กล่าวว่า สิ่งแวดล้อมจะมีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ลักษณะภูมิอากาศ ภูมิประเทศ และที่อยู่อาศัย เป็นต้น

ส่วนแหล่งทรัพยากรท่องเที่ยวในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์และศิลปวัฒนธรรมทางฝั่งธนบุรี เนื่องจากเป็นเขตอนุรักษ์เมืองเก่า จึงมีความโดดเด่นทั้งทางด้านสถาปัตยกรรม ประติมากรรมมากมาย เช่น ชุมชนกุฎี มีโบราณสถานเป็นแหล่งท่องเที่ยวแห่งหนึ่ง คือ โบสถ์ช่างตากูร์ ชุมชนกุฎีขาว มีมัสยิดบางหลวงตกแต่งภายในด้วยศิลปะแบบไทย จีน และยุโรป ถือเป็นมัสยิดทรงไทยแห่งเดียวในโลก วัดราชคฤห์วรวิหารเป็นวัดเก่าแก่ที่สร้างในสมัยกรุงศรีอยุธยา เช่นเดียวกัน วัดโพธิ์นิมิตสถิตมหาสีมาราม มีพระพุทธรูปและจิตรกรรมฝาผนังที่เก่าแก่งดงามอีกแห่งหนึ่ง จะเห็นได้ว่าชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีมีแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ที่ควรมีการจัดการให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจของประเทศ สมควรได้รับการพัฒนาอนุรักษ์ทรัพยากรการท่องเที่ยว ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัย มณีวรรณ ชาตวนิช (2555, หน้า 18-22) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการจัดการแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมชุมชนตลาดพลู เขตธนบุรี ซึ่งเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ที่เก่าแก่ ได้แก่ วัดราชคฤห์ วัดอินทาราม วัดโพธิ์นิมิต บ้านโบราณชุดประตูปะเกียบ เป็นต้น โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้ชุมชนได้ค้นพบแนวทางในการจัดการและพัฒนาเป็นแหล่ง

ท่องเที่ยวที่ควรสืบทอด และเพื่อผลักดันให้เกิดการท่องเที่ยวในเมือง กระจายรายได้สู่ชุมชน และปลูกฝัง และจิตสำนึกความห่วงใยทรัพยากรการท่องเที่ยวที่ชุมชนของตนเองอาศัยอยู่ นำไปสู่การจัดการท่องเที่ยว โดยชุมชนมีส่วนร่วมจากข้อมูลข้างต้น ชุมชนพื้นที่เขตนบุรีมีทรัพยากรท่องเที่ยว ทั้งเชิงวัฒนธรรมและเชิงประวัติศาสตร์ที่ชุมชนควรอนุรักษ์สืบทอดตลอดจนจัดการให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวฝั่งธนบุรีแห่งหนึ่งที่มีคุณค่าและน่านิยมใจของคนในชุมชน รวมทั้งผู้สูงอายุรวมกลุ่มกัน ร่วมใจกัน ดำรงรักษาไว้ให้กับอนุชนคนรุ่นหลัง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ บีเดิล-บราวน์ และคณะ (Beadle-Brown & et al., 2008, p.380 อ้างถึงใน สิทธิพงศ์ บุญผดุง, 2554, หน้า 18-19) กล่าวว่าคุณภาพชีวิตประกอบด้วยตัวชี้วัดด้านการรวมกลุ่มทางสังคม (Social inclusion) คือความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม การมีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคมและการช่วยเหลือสนับสนุนเรื่องต่างๆ โดยเฉพาะผู้สูงอายุต้องการมีส่วนร่วม มีกิจกรรมในสังคมและชุมชน สอดคล้องกับแนวคิดของ ฟลานาแกน (Flanagan, 1978) ระบุว่าการมีกิจกรรมในสังคมและชุมชน และการได้มีการสนับสนุนและช่วยเหลือต่างๆ ถือว่าเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์และผู้สูงอายุก็ต้องมีบทบาทดังกล่าวเช่นเดียวกัน

ด้านแหล่งการเรียนรู้วัฒนธรรมและประเพณี เนื่องจากชุมชนพื้นที่เขตนบุรีอยู่ในเขตเมืองเก่าแหล่งวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมและประเพณีที่สืบทอดกันมายาวนาน ซึ่งจัดขึ้นในชุมชนต่างๆ ได้แก่ ประเพณีงานทิ้งกระจาดวัดกัลยาณมิตรวรวิหาร ซึ่งเป็นประเพณีดั้งเดิมของชาวจีน ประเพณีไหว้บูชาพระเจ้าตากมีช่วงวันที่ 28 ธันวาคม ของทุกปี ประเพณีบุพการีของชุมชนบุพาราม ประเพณีตรุษฮีตของชุมชนพัฒนาบ้านล่าง ประเพณีสงกรานต์ขามมอญของชุมชนบางไส้ไก่ ประเพณีทอดพระวัดขางตาคูร์สเป็นประเพณีเก่าแก่ของคนในชุมชนคลิสตัง เป็นต้น ซึ่งประเพณีเหล่านี้ชุมชนต่างๆ ยังมีการสืบทอดจัดประเพณีพิธีกรรมดังกล่าวจนถึงปัจจุบัน นอกจากนี้ชุมชนพื้นที่เขตนบุรียังแหล่งการเรียนรู้ที่เป็นศาสนสถาน โบราณสถาน โบราณวัตถุที่สำคัญ ได้แก่ กุฏิเจริญพาศน์เป็นศาสนสถานย่านแขกเจ้าเซ็นของชุมชนมุสลิม บ้านเจ้าสัวพ่อค้าชาวจีนเป็นบ้านโบราณตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 พระอุโบสถที่วัดกัลยาณมิตรมีลักษณะสถาปัตยกรรมแบบจีน ภายในมีจิตรกรรมฝาผนังเกี่ยวกับพุทธประวัติ และพระพุทธรูปหล่อปางปาไลไลยก์ วัดโพธิ์นิมิตสถิตมหาสีมารามมีพระพุทธรูปและจิตรกรรมฝาผนังที่เก่าแก่งดงามแห่งหนึ่ง จากตัวอย่างประเพณีวัฒนธรรมและแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญของชุมชนพื้นที่เขตนบุรีที่คนในชุมชนและรวมทั้งผู้สูงอายุช่วยกันสืบทอดมรดกทางวัฒนธรรมให้คงอยู่ ซึ่งจากศึกษาของ สยาม ยิ้มบัว (2558, หน้า 1-2) ระบุว่าปัจจุบันชุมชนต่างๆ ยังมีการจัดประเพณีพิธีกรรมตามความเชื่อทางศาสนาอย่างต่อเนื่อง โดยหน่วยงานภาครัฐและเอกชนได้ให้ความสนใจในการเข้าร่วมจัดกิจกรรมอนุรักษ์ให้เป็นสถานที่ท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมของชุมชน นอกจากนี้ยังเป็นชุมชนที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมอันประกอบด้วย 3 ศาสนา 4 ความเชื่อ ได้แก่ ศาสนาพุทธ ศาสนาคริสต์ และศาสนาอิสลาม ก็มีวิถีชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างสมานฉันท์ ถือว่าเป็นตัวอย่างที่ดีในการเป็นต้นแบบของชุมชนที่เข้มแข็ง ถึงแม้ว่าจะมีความหลากหลายทางด้านเชื้อชาติ ศาสนา ความเชื่อ และศิลปวัฒนธรรมก็ตาม จากการศึกษาของ นางเยาว์ อุทุมพร (2558, หน้า 9) ได้จัดแหล่งการเรียนรู้ดังกล่าว เป็นแหล่งการเรียนรู้ทางประวัติศาสตร์ ศาสนสถาน และโบราณสถาน และแหล่งการเรียนรู้ทางศิลปวัฒนธรรม ประเพณี และกิจกรรมต่างๆ จากสิ่งที่กล่าวมาข้างต้นเป็นความภาคภูมิใจ และมีความภาคภูมิใจของของคนในชุมชน รวมทั้งผู้สูงอายุได้มีแหล่งการเรียนรู้ได้ศึกษาและเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่ง

สอดคล้องกับแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ด้านจิตใจเป็นด้านหนึ่งของเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิต คือ การเรียนรู้ถึงความรู้สึกร่างกายในตนเองและความสามารถในการเรียนรู้เรื่องต่างๆ ได้ ดังนั้นคนในชุมชนต้องสร้างจิตสำนึกให้ตระหนักถึงผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มีประโยชน์ต่อสังคมและชุมชน เนื่องจากเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญและมีส่วนร่วมในการสืบทอดมรดกทางวัฒนธรรม ประเพณี ความเชื่อต่างๆ ของชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ซึ่งก็สอดคล้องข้อเสนอแนะขององค์การอนามัยโลก (WHO, 2002, p.6) ได้เสนอแนวคิดเสาหลักด้านการมีส่วนร่วมสำหรับประชากรที่กำลังเข้าสู่วัยสูงอายุและผู้ที่เป็นผู้สูงอายุแล้วเกิดการมีส่วนร่วมอย่างมีพลังอย่างเต็มที่

ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี เป็นแหล่งรวมภูมิปัญญาท้องถิ่นมาแต่โบราณรวมทั้งปราชญ์ชาวบ้านเก่าแก่มากมายหลายด้าน ตัวอย่างเช่น ด้านอาหาร ขนมฝรั่งกุฎีจีน ชุมชนกุฎีจีน ขนมกุยช่าย ชุมชนโรงเจ 1 ด้านงานประดิษฐ์ เหยียดูโปยทาน ชุมชนกุฎีขาว หมูออมสิน ชุมชนกุฎีจีน ด้านการรักษา การนวดแผนไทย ชุมชนวัดหิรัญรูจี ด้านหัตถกรรม หัวโขน บ้านศิลปะไทย ชุมชนบางไส้ไก่ ของจิว ชุมชนเจริญนคร 66 ปลาตะเพียนฉลุไทยลายวิจิตร ชุมชนปากคลองบางสะแก ด้านดนตรีนาฏศิลป์และการเล่นพื้นบ้าน ชลุ่มบ้านลาว ชุมชนบางไส้ไก่ การแสดงรำกลองยาว ชุมชนวัดกัลยาณ์ เป็นต้น ภูมิปัญญาดังกล่าวข้างต้น แบ่งออกเป็นสาขาต่างๆ ได้แก่ สาขาคหกรรม ด้านอาหารและการประดิษฐ์ สาขาศิลปกรรม ด้านหัตถกรรม ด้านดนตรี นาฏศิลป์และการเล่นพื้นบ้าน สาขาสาธารณสุข ด้านสมุนไพรต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วาสนา เพิ่มพูล (2554, หน้า 69-70) ระบุว่าภูมิปัญญาท้องถิ่นแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่ 1) แบ่งตามประเภทของสาขาภูมิปัญญาท้องถิ่น ได้ 4 สาขา คือ สาขาศิลปกรรม สาขาคหกรรม สาขาสาธารณสุข และสาขาศาสนาและประเพณี 2) แบ่งตามแขนงลักษณะของภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งภูมิปัญญากระจายอยู่ใน 7 แขนง ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี โดยผู้ทรงภูมิปัญญาส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญที่สั่งสมมาตั้งแต่บรรพบุรุษและสืบทอดกันมา และได้ถ่ายทอดองค์ความรู้และประสบการณ์สู่สาธารณชนเป็นการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ซึ่งสอดคล้องกับปฏิญญาผู้สูงอายุไทยปี 2542 (กระทรวงสาธารณสุข, 2542, หน้า 1 อ้างถึงใน นันทิยา ใจเย็น, 2557, หน้า 8) ระบุว่าผู้สูงอายุต้องได้รับปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ควรได้รับโอกาสในการศึกษาเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพของตนอย่างต่อเนื่อง และควรได้ถ่ายทอดองค์ความรู้และประสบการณ์ภูมิปัญญาของตนเองให้กับสังคมและชุมชนโดยได้รับค่าตอบแทนเพื่อก่อให้เกิดความภาคภูมิใจและเห็นชีวิตมีคุณค่ามากขึ้นเมื่อเข้าสู่สู่วัย

ผลการสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี

จากการจัดกิจกรรมเสริมพลัง เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ทำให้ได้ข้อมูลองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพกายและใจของผู้สูงอายุ ด้านการดูแลอาหารและโภชนาการ ด้านหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต ด้านการมีส่วนร่วมในชุมชน ด้านการจัดการความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น และด้านบทบาทหน้าที่ของครอบครัวและผู้สูงอายุ พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี โดยภาพรวมมีการดูแลสุขภาพกายอยู่ในระดับดีมาก ได้แก่ การเคลื่อนไหวร่างกายที่เกิดจากการทำงานบ้าน งานอดิเรก อีกทั้งผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังมีการตรวจระดับความดันโลหิต กับการตรวจร่างกายประจำปีจาก

ทางภาครัฐ จากข้อมูลจะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี มีการดูแลสุขภาพดี แต่ยังคงขาดงบประมาณจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัยที่ส่งเสริมการออกกำลังกายให้ทั่วถึงทุกชุมชน โดยมีการให้ความรู้วิธีการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558, หน้า 83) ได้ศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในเขตจังหวัดแพร่ ผลการศึกษาด้านสุขภาพอนามัย พบว่า ควรมีกลไกในการนำแผนยุทธศาสตร์ ด้านสุขภาพอนามัยผู้สูงอายุไม่ปฏิบัติจริง ควรจัดอบรมให้ความรู้ อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างเหมาะสมแก่ผู้สูงอายุอย่างน้อย 1 ครั้ง/ปี

ส่วนการดูแลอาหารและโภชนาการของผู้สูงอายุ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก เช่น ชอบบริโภคผักและผลไม้ต่างๆ ที่ปลอดสารพิษ มีการเลือกกินอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ อีกทั้งยังเลือกซื้ออาหารสดมาปรุงทานเอง ไม่รับประทานอาหารสุกๆ ดิบๆ อาหารที่มีไขมันสูง และไม่ดื่มสุรา หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ มีผลทำให้ผู้สูงอายุที่มาเข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่มีสุขภาพที่แข็งแรง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของโรวีย์และคาห์น (Rowe and Kahn, 1997 cited in Hsu et al., 2010, p.548) กล่าวว่า ผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จการดำรงชีวิตจะเกี่ยวข้องกับมิติด้านสุขภาพ เรื่องการเลือกและการบริโภค พฤติกรรมการรับประทานอาหาร ยารักษาโรคและการออกกำลังกาย/การเคลื่อนไหวร่างกาย นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ ฮอปกินส์ (Hopkins, 1998 cited in Kurtus, 2005 อ้างถึงใน สุทธิพงศ์ บุญผดุง, 2554, หน้า 25) ได้ศึกษาและพบว่า ปัจจัยที่มีผลที่ทำให้ผู้สูงอายุมีอายุยืนยาว ได้แก่ การออกกำลังกายเป็นประจำที่สำคัญที่สุด จะทำให้หัวใจและกล้ามเนื้อแข็งแรง ระบบการย่อยอาหารทำงานปกติ ลดความตึงเครียดจะช่วยให้นอนหลับสบาย และควรลดบริโภคอาหารในปริมาณที่เหมาะสมและมีประโยชน์ ได้แก่ อาหารที่มีไขมันต่ำ ผัก และผลไม้ วิตามินรวมถึงน้ำ เป็นต้น และยังสอดคล้องกับแนวคิดของ ฟลานนาแกน (Flanagan, 1978 อ้างถึงใน วิโรจน์ เจริญลักษณ์ และคณะ, 2561, หน้า 3147) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ คือ มีความสุขสบายทั้งทางร่างกายและวัตถุ โดยร่างกายมีสุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง ปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บต่างๆ ก็จะสามารถเคลื่อนไหวร่างกาย ฟังตนเองได้ดี หมั่นออกกำลังกาย และรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการมีคุณค่าเพียงพอต่อความต้องการของร่างกายและยังสอดคล้องกับการศึกษาของ ธันวา บัวมี (2560, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองน้อย อำเภอวัดสิงห์ จังหวัดชัยนาท ผลการศึกษาพบว่า การออกกำลังกายในรองเท้าส้นต่ำอย่างสม่ำเสมอ ให้มีอุปกรณ์และสถานที่และบุคลากรในการส่งเสริมออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และให้มีกีฬาผู้สูงอายุปีละครั้ง ตรวจสุขภาพประจำปีทุกเดือนเป็นแบบเชิงรุก เช่น การเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้ในการดูแลสุขภาพ โดยกลุ่มผู้สูงอายุเอง เป็นต้น

ส่วนด้านหลักประกันและความมั่นคงในชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีโดยภาพรวมอยู่ในระดับดีมาก ได้แก่ ที่พักอาศัยมีหลักฐานถูกต้องตามกฎหมาย และมีความแข็งแรงมั่นคง มีสิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐาน เช่น ถนน สถานที่พักผ่อน เป็นต้น และมีรายได้จากภาครัฐ และครอบครัว เพียงพอต่อการดำรงชีวิต ตลอดจนมีบทบาทหน้าที่ในครอบครัว โดยสมาชิกในครอบครัวยอมรับและเคารพยกย่อง มีความรักห่วงใย ดูแลเอาใจใส่ และใช้หลักธรรมในการดำเนินชีวิต จะเห็นได้ว่าสิ่งที่กล่าวข้างต้นเป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับ

แนวคิดพื้นฐานของแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552 (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2553, หน้า 29-35) ซึ่งให้เห็นด้านการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ โดยมีมาตรการ ส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสถานที่ที่เหมาะสม โดยให้ความรู้แก่ครอบครัวและผู้สูงอายุในการปรับปรุงที่อยู่อาศัย มีแหล่งเงินกู้ดอกเบี้ยต่ำเพื่อสร้าง/ปรับปรุงที่อยู่อาศัย และออกกฎหมายให้สิทธิพิเศษแก่ภาคเอกชนที่จัดบริการด้านที่พักอาศัยที่มีมาตรฐานสำหรับผู้สูงอายุ ส่วนมาตรการระบบบริการและเครือข่ายการเกื้อหนุน คือ ส่งเสริมจัดสิ่งอำนวยความสะดวกที่ใช้ได้จริงในสถานที่สาธารณะสำหรับผู้สูงอายุ เช่น ถนนหนทางที่เหมาะสม จัดให้มีสวนสาธารณะ และพื้นที่ออกกำลังกายที่เหมาะสม และปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ และปรับปรุงระบบขนส่งทุกประเภทให้ผู้สูงอายุเข้าถึง และมาตรการด้านครอบครัว ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้อยู่กับครอบครัวให้นานที่สุด โดยการส่งเสริมค่านิยมในการอยู่ร่วมกับผู้สูงอายุ การให้ความรู้และข้อมูลแก่สมาชิกในครอบครัวเกี่ยวกับบริการต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ จากมาตรการดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ กาญจนา ปัญญาธร (2555, บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องความมั่นคงในชีวิตของผู้สูงอายุ ตำบลนาพุ อำเภอบึงสามพัน จังหวัดอุตรดิตถ์ ผลการวิจัย พบว่า ปัญหาหลักประกันและความมั่นคงในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ บ้านที่อยู่อาศัยไม่มีการจัดเตรียมให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ อาศัยอยู่คนเดียว ขาดการดูแลจากครอบครัว และรายได้ไม่พอใช้จ่ายในการดำรงชีวิต จากปัญหาดังกล่าว การหาทางช่วยกันส่งเสริมสนับสนุนพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความมั่นคงในชีวิต โดยเฉพาะด้านที่อยู่อาศัยและด้านครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พรกมล ระหาญนอก และคณะ (2559, หน้า 117) ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย อย่างยั่งยืน ผลการศึกษาพบว่า องค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่อาศัยในบ้านที่มีลักษณะมั่นคงถาวร มีความโปร่งสบาย สภาพแวดล้อมไม่มีปัญหาด้านเสียงดัง ด้านฝุ่น น้ำเน่า ส่วนด้านครอบครัว พบว่า ผู้สูงอายุและครอบครัวมีการปรึกษาหารือกันอยู่เสมอ และมีส่วนร่วมในการตัดสินใจกับครอบครัว นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ กิตติวงศ์ สาสวด (2560, หน้า 29) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุต้องมาจากครอบครัวที่อบอุ่น สมาชิกในครอบครัวมีความรัก ความสามัคคีต่อกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุอย่างใกล้ชิด นอกจากนี้สิ่งแวดล้อมของครอบครัวมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ เช่น การได้รับเอาใจใส่และยกย่องนับถือจากลูก หลาน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พลอยพรรณ เชี่ยวชาญ (2559, หน้า 57) พบว่า สิ่งแวดล้อมของครอบครัวจะส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุ เนื่องจากครอบครัวเป็นสถาบันที่ตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจ และเกื้อหนุนดูแลผู้สูงอายุให้อยู่อย่างมีความสุข สิ่งเหล่านี้จะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีพลังในการดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุขเช่นกัน

ส่วนด้านการมีส่วนร่วมในชุมชนเป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ฟลานาแกน (Flanagan, 1978) กล่าวว่า การได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมจะทำให้บุคคลรู้สึกมีความสำคัญได้แสดงออกถึงคุณค่าในตัวเอง ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ได้รับการยกย่องเคารพนับถือ จะทำให้มีความมั่นใจในตนเองและรู้จุดยืนของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับศึกษาของ สุพร คูหา (2552 อ้างถึงใน กัญญา ชื่นอารมย์ และคณะ, 2560, หน้า 102) กล่าวว่า ควรเสริมสร้างสัมพันธ์ทางสังคมให้แก่ผู้สูงอายุ โดยจัดกิจกรรมกลุ่มชมรมสำหรับผู้สูงอายุ จะ

ทำให้ผู้สูงอายุมารวมกลุ่มกัน และยังพบว่า ผู้สูงอายุได้ลอบบทบาทการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม แต่ยังคงร่วมกิจกรรมในชุมชน และกิจกรรมทางศาสนาอย่างสม่ำเสมอ และยังคงคล้อยกับงานวิจัยของ ณัฐจิตตา เทวเลิศสกุล และคณะ (2559, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาแนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุจากการให้เป็นพลัง ผลการศึกษาวิจัยพบว่า ด้านการมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมและเข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน คือ การจัดกิจกรรมสนทนากับผู้สูงอายุ นอกจากนี้ความต้องการด้านการจัดความรู้หรือด้านการพัฒนาความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีประสบการณ์ต่างๆ เพื่อเป็นภูมิปัญญาให้ชนรุ่นหลังได้สืบทอดได้เป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีความปราดเปรื่อง (Intelligence theory) (อรรครา ธรรมาธิกุล และคณะ, 2558, หน้า 20-24 ระบุว่าผู้สูงอายุที่ยังปราดเปรื่องและคงอยู่ความเป็นปราชญ์อยู่ได้ เพราะเป็นผู้ที่มีความสนใจในเรื่องต่างๆ อยู่เสมอ มีการค้นคว้าและพยายามที่จะเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา

จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่า องค์ประกอบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มีความแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับบริบทและองค์ประกอบหลายๆ ด้านที่จะเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุ ซึ่งปัจจุบันรัฐบาลได้ดำเนินการปรับโครงสร้างกำลังคนของประเทศ ในส่วนของผู้สูงอายุโดยวางเป้าหมายที่จะสร้างความมั่นคงให้เป็น “สังคมผู้สูงอายุที่มีพลัง” (Active aging society) ใน 7 มิติ ประกอบด้วย ความสุข สุขภาพ ที่อยู่อาศัย การออม นวัตกรรม สภาพแวดล้อม ปลอดภัย และความมั่นคง (คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ, 2553, หน้า 29-35) ซึ่งจะเห็นได้จากข้อมูลการประเมินความคิดเห็นของผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี ที่มีต่อนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลัง และนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ในรูปแบบทั้งวีดิทัศน์ และ e-book ซึ่งมีองค์ประกอบที่น่าสนใจ เช่น ความยาวของเนื้อหาเหมาะสม สื่อความหมายด้วยตัวอักษรได้ชัดเจน มีภาพเคลื่อนไหว สีสดใสสวยงาม มีเสียงประกอบ และภาพวีดิทัศน์ ทำให้ผู้สูงอายุสนุกสนานและเพลิดเพลิน เป็นต้น ดังนั้นความคิดเห็นของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ ความเข้าใจ ด้านความพึงพอใจ และด้านการนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ เนื่องจากเป็นนวัตกรรมที่เสริมพลังให้กับผู้สูงอายุ ได้มีความสุขทั้งทางกายและใจ สามารถดำรงชีวิตเพื่อเข้าสู่สังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน

ส่วนแนวทางการบริหารจัดการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญมากเนื่องจากสถานการณ์สังคมสูงวัยไทย มีผลกระทบต่อโครงสร้างของประชากรจากการรายงานของสถาบันวิจัยและผู้สูงอายุ (2559, หน้า 25) และอนันต์ อนันตกุล (2560, หน้า 9) ระบุว่าในปี พ.ศ. 2564 คาดว่าประเทศไทยจะเป็น “สังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์” และภายในปี พ.ศ. 2574 เป็น “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป สัดส่วนสูงถึงร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งถือว่าเป็นการเปลี่ยนระดับที่รวดเร็วมากเมื่อเทียบกับประเทศอื่น จากสถานการณ์เกี่ยวกับผู้สูงอายุไทยข้างต้น การสร้างนวัตกรรมกิจกรรมเสริมพลังและนวัตกรรมเว็บไซต์คลังความรู้ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนพื้นที่เขตธนบุรีมีประเด็นที่สำคัญสำหรับประกอบในการวางแผนบริหารจัดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในทศวรรษหน้าหลายประการ 1) ผู้สูงอายุมีความต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชนและหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น สถานศึกษา ห้างสรรพสินค้า เป็นต้น เพราะเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์ของการสูงวัยอย่างมีพลัง สอดคล้องกับการศึกษาของมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนา

ผู้สูงอายุไทย (2561, หน้า 4) ระบุว่า การสูงวัยอย่างมีพลังคือได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ในปี 2560 มีผู้สูงอายุไทยเข้าร่วมในกิจกรรมทางสังคมเป็นจำนวนมาก ซึ่งถ้าประเทศไทยมีนโยบายและมาตรการต่างๆ จะทำให้ผู้สูงอายุไทยยังคงมีพลังและมีคุณค่า โดยไม่เพิ่มภาระในการดูแลให้กับครอบครัว สังคม และประเทศชาติ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดเสริมพลัง (Active Aging) ที่กำหนดโดยองค์การอนามัยโลก (WHO, 2002 อ้างถึงใน วิพรรณ ประจวบเหมาะ, 2560, หน้า 18-20) เน้นกระบวนการที่สร้างโอกาสที่เหมาะสม ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคมเป็นการเพิ่มคุณภาพชีวิตให้ผู้สูงอายุให้มีชีวิตอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี ซึ่งก็สอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) จากการศึกษาของ อรรถรา ธรรมาธิกุล (2558, หน้า 20-24) สิทธิพงศ์ บุญผดุง (2554, หน้า 9-10) อาชญญา รัตนกุล และคณะ (2552, หน้า 22-25) กล่าวว่าทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่าผู้สูงอายุมีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อความสุขและการมีชีวิตที่ดี รู้สึกว่าตนเองยังมีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อสังคม และถ้าผู้สูงอายุมีกิจกรรมอยู่เสมอๆ จะมีบุคลิกภาพที่กระฉับกระเฉง มีความพึงพอใจในชีวิต และปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่ไม่มีกิจกรรมหรือบทบาทใดๆ 2) ผู้สูงอายุต้องการมีสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะในช่วงอายุวัยใด ถ้ามีสุขภาพจิตที่ดี ก็จะสามารถปรับตัวแก้ปัญหาต่างๆ กับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงและมีผลต่อการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะผู้สูงอายุต้องอยู่กับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตนเอง เช่น ความอบอุ่นจากครอบครัว ความเป็นอยู่ที่ปลอดภัย มีที่อยู่อาศัยที่เป็นหลักแหล่ง มีสิ่งอำนวยความสะดวก มีกิจกรรมส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การได้รับความรู้ ข้อมูลข่าวสารผ่านช่องทางต่างๆ ซึ่งสิ่งที่กล่าวข้างต้น ถ้ามีการจัดกิจกรรมที่ดีก็จะสามารถป้องกันผลกระทบด้านจิตใจของผู้สูงอายุได้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักการของกรมอนามัย (2562) ที่ระบุว่า สิ่งที่สร้างจิตใจที่แจ่มใสให้กับผู้สูงอายุด้วยกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมทางสังคม จะช่วยให้ผู้สูงอายุได้พบปะกับผู้อื่นในวัยใกล้เคียงกัน จะไม่รู้สึกละโดดเดี่ยว กิจกรรมรูปแบบการออกกำลังกายเป็นกิจกรรมทางกายเพิ่มความแข็งแรง ทนทานของสุขภาพกาย ก็จะส่งผลต่อสุขภาพจิตโดยตรง กิจกรรมเผยแพร่ความรู้ กิจกรรมนี้จะเป็นการแบ่งปันความรู้ให้กับผู้อื่น เนื่องจากผู้สูงอายุบางท่านเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ มีความรู้ความสามารถในงานอาชีพและสามารถสืบทอดวิชาชีพให้คงอยู่ และยังทำให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจ และตระหนักในคุณค่าของตนเอง ซึ่งเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ดีในทศวรรษหน้าอีกทางหนึ่งที่ควรส่งเสริมและสนับสนุนให้ร่วมมือกันทุกภาคส่วน 3) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการได้รับความช่วยเหลือจากหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน โดยมีนโยบายแผนงาน พัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ชัดเจน และเป็นรูปธรรมมากขึ้น ได้แก่ วิทยาการพัฒนาทักษะอาชีพและช่องทางการจัดจำหน่าย วิทยาการที่พัฒนาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกายและใจ การตรวจเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ หลักประกันและความมั่นคงในชีวิต ซึ่งสอดคล้องงานวิจัยของ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558, หน้า 83-86) ศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในเขตจังหวัดแพร่ ผลการศึกษาด้านการเงินและการงาน ควรส่งเสริมการศึกษาอาชีพ และจัดหางานที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุตามความถนัด ควรสนับสนุนงบประมาณในการจัดอบรมเพิ่มความรู้และทักษะในการประกอบกลุ่มอาชีพของผู้สูงอายุ โดยเชิญบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถด้านอาชีพนั้นๆ มาฝึกสอนให้เกิดความรู้ความชำนาญ และพาเที่ยวชมสถานประกอบอาชีพที่สถานที่จริง จะทำให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มเกิดความเพลิดเพลิน และเป็นการหารายได้เพื่อการดำรงชีวิต และจนเจือครอบครัวได้อีกทางหนึ่ง และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ จุฑาลักษณ์ แสนโท

และคณะ (2560, หน้า 344) ได้ศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา : โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลนาราชควาย จังหวัดนครพนม ผลการศึกษา ควรมีแผนการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ มีอาชีพการงานและมีรายได้ โดยการฝึกอาชีพที่พัฒนาทักษะและสามารถสร้างรายได้ให้กับผู้สูงอายุ และจัดทำแผนพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ดึงการมีส่วนร่วมจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาดำเนินการ อย่างเป็นรูปธรรม เพื่อหลักประกันและความมั่นคงในชีวิต 4) ผู้สูงอายุต้องการนวัตกรรมเสริมพลังใน รูปแบบกิจกรรมเสริมพลังและนวัตกรรมสื่อเทคโนโลยี ได้แก่ คลังความรู้ผ่านเว็บไซต์ LINE Facebook Youtube เป็นต้น กิจกรรมเสริมพลังที่คณะนักวิจัยจัดให้กับผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมเสริม สุขภาพ อาหารและโภชนาการ กิจกรรมประกวดผ้าไทยย้อนยุค กิจกรรมรณรงค์ เดินร่ำ และกิจกรรม เสริมทักษะอาชีพ ซึ่งกิจกรรมเสริมพลังเหล่านี้มีประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เนื่องจาก กิจกรรมจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความสุขที่ตนเองมีคุณค่า ไม่อยู่อย่างโดดเดี่ยว ตามลำพัง ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรม (Activity theory) ซึ่ง Havighurst และ Albrecht (อ้าง ถึงใน วิจารณ์ท์ ม่วงสกุล, 2558, หน้า 104-105) เสนอว่า ผู้สูงอายุจะประสบความสำเร็จได้จะต้องมี การทำกิจกรรมอยู่เสมอ เป็นกิจกรรมที่กระทำร่วมกับบุคคลอื่น ได้แก่ เพื่อน ครอบครัว สังคม โดย กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิต ทำให้รู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของ สังคม และสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขได้ ส่วนนวัตกรรมเสริมพลังเป็นสื่อ เทคโนโลยีคลังความรู้ รูปแบบเว็บไซต์ LINE Facebook หรือ Youtube เป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้ และรู้เท่าทันสื่อ เนื่องจากสภาพสังคมเปลี่ยนแปลง เทคโนโลยีเริ่มมีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิต มากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกจะก้าวตามไม่ทัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพ์ใจ ทายะติ (2560, บทคัดย่อ) ได้ศึกษารูปแบบการจัดการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุประเทศไทย เพื่อการเรียนรู้เท่าทัน เทคโนโลยีสารสนเทศ และการสื่อสาร ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีขีดความสามารถ การรู้เท่าทัน เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในระดับปานกลาง เกี่ยวกับการเข้าถึงการประเมิน การรวบรวม และการจัดการ นอกจากนี้ สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2560, หน้า 95-96) ได้สำรวจพบว่า ในปี 2560 ผู้สูงอายุร้อยละ 62.4 ใช้โทรศัพท์ที่ไม่ต้องเรียนรู้การใช้งานมากนัก แต่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ เช่นกัน โดยใช้บริการ SMS ผ่านโทรศัพท์มือถือ ใช้บริการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตเพื่อเข้าสื่อออนไลน์ รับส่งอีเมล หรือใช้บริการธุรกรรมทางธนาคาร เป็นต้น ดังนั้นผู้สูงอายุจะต้องเรียนรู้การใช้เทคโนโลยี ด้านคอมพิวเตอร์เพื่อใช้ประโยชน์ เช่น ดูหนัง ฟังเพลง อ่าน E-book ค้นหาข้อมูลบริการและสินค้า เพื่อสุขภาพ และอื่นๆ ซึ่งงานวิจัยนี้ได้จัดทำเว็บไซต์คลังความรู้ผ่านอินเทอร์เน็ต E-book เพื่อให้ ผู้สูงอายุชุมชนพื้นที่เขตธนบุรี และผู้สนใจทั่วไปได้ใช้ประโยชน์ แต่ก็พบปัญหากับผู้สูงอายุบางรายที่ไม่ สามารถเข้าถึงข้อมูลได้ เนื่องจากการเชื่อมต่อทางอินเทอร์เน็ต หรือ Wifi ยังไม่ทั่วถึงในชุมชน ซึ่ง จะต้องได้รับการช่วยเหลือ จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำข้อมูลเพื่อเป็นแนวทางจากข้อมูลการวิจัยไปดำเนินการวางแผนกำหนดนโยบาย ให้กับชุมชนเขตพื้นที่กำกับดูแล ตลอดจนภาครัฐได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ

ผู้สูงอายุให้มีความพร้อมด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านสติปัญญา และด้านครอบครัว สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพในทศวรรษหน้า

2. ควรสนับสนุนเพื่อสร้างแนวทางที่จะนำข้อมูลสำหรับผู้ที่สนใจทำวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทอื่นๆ ต่อไป

3. ควรสนับสนุนให้มีการอบรม สัมมนา เพื่อพัฒนา การสร้างนวัตกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้าในพื้นที่อื่นๆ

4. เป็นแนวทางในการทำวิจัยครั้งต่อไปในการสร้างนวัตกรรมเสริมพลังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเข้าสู่ยุคสังคมสูงวัยในทศวรรษหน้า

มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี