



รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี
ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ

A MODEL OF THE HEALTH PROMOTION OF THE ELDERLY FOR
THE WELL - BEING BASED ON SUFFICIENCY ECONOMY PRINCIPLE
OF SISAKET PROVINCE

พระอุกฤษ โขติญาโน (ทวิ)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี
ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ

พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวิ)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



A Model of the Health Promotion of the Elderly for the
Well - being Based on Sufficiency Economy Principle of
Sisaket Province

Phra Aukrid Chotiyano (Tawee)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of
Master of Arts
(Social Development)
Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ เรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

.....
(พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ ประธานกรรมการ

(พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร.)

..... กรรมการ
(รศ.ดร.สุวิญ รักษ์ตย์)

..... กรรมการ
(รศ.ดร.โกนิฐ ศรีทอง)

..... กรรมการ
(ดร.เดชา กัปโก)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ รศ.ดร.โกนิฐ ศรีทอง ประธานกรรมการ

ดร.เดชา กัปโก กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

.....
(พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี))



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ เรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

กรรมการ

(รศ.ดร.สุวิญ รักษัตย์)

กรรมการ

(รศ.ดร.โกนิฐ ศรีทอง)

กรรมการ

(ดร.เดชา กัปโก)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

รศ.ดร.โกนิฐ ศรีทอง

ประธานกรรมการ

ดร.เดชา กัปโก

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระอุกฤษ โชติญาโณ (ทวี))

ชื่อวิทยานิพนธ์	: รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ
ผู้วิจัย	: พระอุกฤษ โขติยาโน (ทวิ)
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (การพัฒนาสังคม)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	: รศ.ดร. โกนิฐ์ ศรีทอง, ป.ธ.๗, พธ.บ. (การศึกษานอกโรงเรียน), M.A. (Sociology), Ph.D. (Sociology) : ดร.เดชา กัปโก, ป.ธ. ๘, ศน.บ. (สังคมวิทยา), M.A. (Sociology), Ph.D. (Sociology)
วันสำเร็จการศึกษา	: ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ ๑) เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ๒) เพื่อศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ และ ๓) เพื่อเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) บุคคลกลุ่มต่าง ๆ ๓ กลุ่ม ได้แก่ ผู้นำชุมชน ประชาชนชุมชนและผู้สูงอายุ จำนวน ๒๑ รูป/คน ด้วยการสัมภาษณ์เจาะลึก (In-depth Interview) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการพรรณนาความ

ผลการวิจัยพบว่า ๑) ปัญหาของผู้สูงอายุที่พบนั้น ถ้าเป็นปัญหาทั่วไป พบว่า ผู้สูงอายุจะประสบปัญหาที่สำคัญ ๓ ปัญหา ได้แก่ (๑) ปัญหาทางด้านกายภาพ (๒) ปัญหาทางด้านสังคมและ (๓) ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ส่วนปัญหาทางด้านสุขภาวะนั้นแบ่งออกเป็น ๔ ด้าน ได้แก่ (๑) ปัญหาสุขภาวะทางกาย (๒) ปัญหาสุขภาวะทางจิตใจ (๓) ปัญหาสุขภาวะทางสังคม และ (๔) ปัญหาสุขภาวะทางจิตวิญญาณ หรือ ปัญหาสุขภาวะทางปัญญา ทั้งนี้ พบว่าปัญหาสุขภาวะต่าง ๆ จะสามารถจัดการกับปัญหาโดย (๑) ผู้สูงอายุ (๒) ครอบครัว (๓) ชุมชน และ (๔) รัฐ

๒) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข คือ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน เงื่อนไขความรู้และเงื่อนไขคุณธรรม มาประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ (๑) กระบวนการ

เสริมสร้างสุขภาวะทางกาย (๒) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจ (๓) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม และ (๔) กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

๓) รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ได้มีการเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุใน ๔ มิติ ได้แก่ (๑) รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางร่างกาย (๒) รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจ (๓) รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม และ (๔) รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณ โดยอาศัยองค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสำคัญในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ โดยนำเอาปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงด้วย และได้รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ที่ผู้วิจัยได้นำเสนอมานั้น มีหลักการทำงานตามลำดับขั้นตอน ดังนี้ คือ (๑) เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่หนึ่ง (Dependent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐานที่เน้นความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัว (๒) เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่สอง (Independent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้าที่เน้นความพอเพียงในระดับกลุ่มหรือองค์กร (๓) เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่สาม (Inter-dependent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้าที่เน้นความพอเพียงในระดับเครือข่าย ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข จนสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข

Thesis Title : A Model of the Health Promotion of the Elderly for the Well - being Based on Sufficiency Economy Principle of Sisaket Province

Researcher : Phra Aukrid Chotiyano (Tawee)

Degree : Master of Arts (Social Development)

Thesis Supervisory Committee

: Assoc. Prof. Dr. Konit Srithong, Pali VII,
B.A. (Pol.Sc.), M.A. (Sociology), Ph.D. (Sociology)

: Dr. Decha Kuppako, Pali VIII,
B.A. (Sociology), M.A. (Sociology), Ph.D. (Sociology)

Date of Graduation : July 10, 2018

Abstract

The purposes of this study are as follows; 1) to study problems and well-being of elders for their good living at Non Pun Sub-district, Phrai Bueng District, Sri Sa Ket province 2) to study methods of well being promotion in elders for their good living according to the Sufficiency Economy philosophy at Non Pun Sub-district, Phrai Bueng District, Sri Sa Ket province, and 3) to give recommendations of well-being promotion in elders according to the Sufficiency Economy philosophy at Non Pun Sub-district, Phrai Bueng District, Sri Sa Ket province. A qualitative research was used in this study. Data was collected from key informants which were categorized in to 3 groups, including community leaders, local gurus, and elders. The total numbers of key informants were 21 people. An in-depth interview and focus group discussion were conducted for data collection. The study was analyzed by using a description.

The findings are concluded as follows: 1) There are 3 general problems that were found the most in elders, including 1) physical problem, 2) social problem, and 3) economic problem. Well-being problems are divided in to 4 categories, including 1) psychical well-being, 2) mental well-being, 3) social well-being, and 4) spiritual well-being or intellectual well-being. These well-being problems can be solved by 1) elders, 2) family, 3) community, and 4) government.

2) The process of enhancing the health of the elderly for their well-being. According to the sufficiency economy in Non Poon Sub - District, Prai Bueng Distrit, Sisaket Province found that the elderly have adopted the 3 loop, 2 conditions of the Sufficiency Economy philosophy, namely modesty, rationality, immunity, knowledge

and moral conditions applied in the process of enhancing health in four areas as follows: (1) Strengthening physical fitness (2) Mental Health Process (3) the process of enhancing social well-being and (4) Spiritual healing process.

3) It was found that there are 4 forms for promoting elders' good life according to the Sufficiency Economy philosophy as follows; 1) physical promotion, 2) mental promotion, 3) social promotion, and 4) spiritual promotion. Main factors that help promote well-being in elders are elders, family, community, and government. The Sufficiency Economy philosophy is also used to apply for promoting well-being. The researcher gives some recommendations according to the Sufficiency Economy philosophy as the following steps; 1) step one- dependent: this step focuses on sufficiency in individuals and at the family level, 2) step two-independent: this step is about progressive sufficiency economy which focuses on the group or organization level, and 3) step three- inter-dependent: this step is also about progressive sufficiency economy which emphasizes on the network level. These recommendations fall according to 3 components and 2 conditions of the Sufficiency Economy philosophy and will help the elders to live happily.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ” ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดีเพราะได้รับการอนุเคราะห์ช่วยเหลือจากหลายฝ่าย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณทุก ๆ ท่าน มา ณ ที่นี้

ผู้วิจัยขออนุโมทนาขอบคุณ รศ.ดร.โกนิฐ ศรีทอง และ ดร.เดชา กับโก อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ทั้งสองท่านเป็นอย่างยิ่ง ที่เมตตาให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษา พร้อมทั้งสละเวลาตรวจทานแก้ไขข้อบกพร่องในระหว่างการดำเนินการทำวิทยานิพนธ์ให้แก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดีมาโดยตลอด จนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้อย่างสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ พระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ. ดร. , พระมหาสม กลยาโณ, ดร. และขออนุโมทนาขอบคุณ ผศ.ผดุง วรรณทอง คณาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๓ ท่าน ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความสอดคล้องของเครื่องมือวิจัย เพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือวิจัยให้มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ มีความน่าเชื่อถือ และพร้อมที่จะนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามสำหรับงานทำวิจัยครั้งนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ขอกราบขอบพระคุณครูบาอาจารย์ ทุก ๆ ท่าน รวมไปถึงคณาจารย์จากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาให้กับผู้วิจัยมาเป็นอย่างดี ทำให้ผู้วิจัยได้นำทักษะองค์ความรู้ที่เคยได้ศึกษามาประยุกต์ใช้กับการทำวิจัยได้เป็นอย่างดี

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยต้องขออนุโมทนาขอบพระคุณ โยมพ่อ โยมแม่ คือ โยมพ่อประดิษฐ์ ทวีผู้เป็นบิดา และโยมแม่เพ็ญศรี จันทร์เพ็ง ผู้เป็นมารดาที่ให้กำเนิด ทั้งสองท่านนี้เป็นกำลังใจที่สำคัญของผู้วิจัย ท่านคอยให้การเลี้ยงดู คอยอบรมสั่งสอน คอยให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยเป็นอย่างดีทุก ๆ ด้าน ทั้งยังคอยส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้วิจัยได้ศึกษาต่อในหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิตในครั้งนี้ด้วย

อานิสงส์ผลบุญและคุณประโยชน์ที่ได้รับจากวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอน้อมถวายบูชาคุณพระศรีรัตนตรัย คุณพระพุทธ พระธรรม และพระอริยสงฆ์ และขอแผ่เมตตาอุทิศกุศลผลบุญในครั้งนี้ ให้กับญาติทั้งหลาย บรรพบุรุษผู้ล่วงลับทั้งหลาย ทั้งในอดีตชาติและปัจจุบันชาติ ครูบาอาจารย์ทั้งหลาย สรรพสัตว์ทั้งหลายทุกภพภูมิ กุศลผลบุญอันใดที่ผู้วิจัยได้รับ ขอให้ท่านทั้งหลายจงมีส่วนแห่งบุญนั้นด้วยเทอญ

พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี)

๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(ก)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(ค)
กิตติกรรมประกาศ	(จ)
สารบัญ	(ฉ)
สารบัญตาราง	(ญ)
สารบัญภาพหรือแผนภูมิ	(ฎ)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(ฏ)
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๖
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๖
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๗
๑.๕ นิยามเฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๙
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๑๑
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๗
๑.๘ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๑๘
๑.๙ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๑๘
บทที่ ๒ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๒๐
๒.๑ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ	๒๑
๒.๑.๑ ความหมายของผู้สูงอายุ	๒๑
๒.๑.๒ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ	๒๕
๒.๑.๓ ความต้องการของผู้สูงอายุทั่วไป	๒๘
๒.๑.๔ ปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ	๓๐
๒.๑.๕ ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	๓๒
๒.๑.๖ ปฏิญญาผู้สูงอายุ	๓๓

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
๒.๒ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการการเสริมสร้างสุขภาวะ	๓๕
๒.๒.๑ ความหมายของการเสริมสร้างสุขภาวะ	๓๕
๒.๒.๒ แนวทางการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	๔๑
๒.๒.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ	๔๕
๒.๓ แนวคิดทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียง	๔๙
๒.๓.๑ ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง	๔๙
๒.๓.๒ หลักแนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๕๑
๒.๓.๓ ระดับของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๕๕
๒.๔ แนวคิดการพัฒนาที่ยั่งยืน SDG	๕๗
๒.๔.๑ ความเป็นมาของแนวคิดการพัฒนาที่ยั่งยืน	๕๗
๒.๔.๒ กระบวนการพัฒนาที่ยั่งยืน	๖๑
๒.๔.๓ เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ๑๗ เป้าหมาย	๖๓
๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖๔
๒.๕.๑ งานวิจัยในประเทศ	๖๔
๒.๕.๒ งานวิจัยต่างประเทศ	๗๕
๒.๖ ข้อมูลพื้นที่ภาคสนาม	๗๗
๒.๖.๑ ประวัติความเป็นมา	๗๗
๒.๖.๒ ข้อมูลทั่วไป	๗๘
๒.๖.๓ สภาพเศรษฐกิจ	๗๙
๒.๖.๔ เขตการปกครอง	๘๐
๒.๖.๕ สภาพสังคม	๘๑
๒.๖.๖ แนวปฏิบัติการ ๙ ด้าน ในการบริหารจัดการ	๘๒
บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย	๘๕
๓.๑ รูปแบบการวิจัย	๘๕
๓.๒ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants)	๘๕
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๘๖
๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล	๙๐
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล	๙๐

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
บทที่ ๔ ผลการศึกษา	๙๑
๔.๑ ปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี	๙๑
๔.๑.๑ ปัญหาทั่วไปของผู้สูงอายุ	๙๑
๔.๑.๒ ปัญหาด้านสุขภาวะและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ	๙๕
๔.๒ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง	๑๑๑
๔.๒.๑ การนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ	๑๑๑
๔.๒.๒ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง	๑๒๙
๔.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง	๑๓๕
๔.๓.๑ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง	๑๓๕
๔.๓.๒ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง	๑๓๖
๔.๓.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง	๑๓๗
๔.๓.๔ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง	๑๓๘
๔.๔ องค์ความรู้จากการวิจัย	๑๔๐
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๑๔๘
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๔๙
๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย	๑๗๑
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๑๘๖
๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๑๘๖
๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ	๑๘๗
๕.๓.๓ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	๑๘๗
บรรณานุกรม	๑๘๙
ภาคผนวก	๑๙๙
ภาคผนวก ก แบบสัมภาษณ์	๒๐๐
ภาคผนวก ข รายนามผู้เชี่ยวชาญ	๒๐๘
ภาคผนวก ค หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการตรวจเครื่องมือวิจัย	๒๑๐
ภาคผนวก ง แบบประเมินหาดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา	๒๑๔
ภาคผนวก จ หนังสือขอความอนุเคราะห์ลงพื้นที่เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย	๒๒๖

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
ภาคผนวก ฉ ภาพการเก็บข้อมูลภาสนาม	๒๔๘
ภาคผนวก ช เอกสาร โครงการต่าง ๆ ของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ	๒๕๗
ภาคผนวก ซ ระเบียบข้อบังคับของชมรมผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ	๒๘๖
ประวัติผู้วิจัย	๒๙๔

สารบัญตาราง

ตาราง

หน้า

๒.๑	จำนวนประชากรในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน	๗๙
๒.๒	รายได้เฉลี่ยของแต่ละหมู่บ้าน	๗๙
๓.๑	กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants)	๘๖
๓.๒	ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไข	๘๗

สารบัญภาพ

รูปภาพ	หน้า
๒.๑ ความเชื่อมโยงของสุขภาวะของสุขภาพะที่เป็นองค์กรวม	๔๐
๒.๒ แนวความคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๕๕
๒.๓ ระดับของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๕๖
๔.๑ เสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง	๑๔๐

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยใช้พระไตรปิฎกฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเป็นหลักสำหรับอักษรย่อชื่อคัมภีร์ในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ การอ้างอิงพระไตรปิฎกใช้ระบุคัมภีร์และระบุถึง เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๓๓๕. หมายถึง การอ้างอิงนั้น ระบุถึงคัมภีร์ พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่มที่ ๑๐ ข้อที่ ๔๐๒ หน้าที ๓๓๕ ส่วนการอ้างอิงอรรถกถาจะแจ้งชื่อคัมภีร์/ข้อ/หน้าตามลำดับ เช่น ที.ส.อ. (ไทย) ๔/๗๐/๑ หมายถึง ทีฆนิกาย สีสันธวรรค อรรถกถาภาษาไทย

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (ไทย) = วินัยปิฎก มหาวิงค์ (ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ขุ.สุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิปาตปาติ	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.ส. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ข. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทิกนินบาตร	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปญจกนินบาตร	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก วิงค์	(ภาษาไทย)
อภ.ธ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก ธาตุกถา	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาในด้านอุตสาหกรรม วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในช่วง ๔ ทศวรรษที่ผ่านมา เป็นการพัฒนาที่ก่อให้เกิดผลกระทบและความเสียหายต่อทรัพยากรโลกเป็นอย่างมาก เมื่อปี ๒๕๔๓ ประเทศไทยและประเทศต่างๆ ทั่วโลก รวม ๑๘๙ ประเทศจึงรวมตัวกันในการประชุมองค์การสหประชาชาติที่มหานครนิวยอร์ก สหรัฐอเมริกา และเห็นพ้องต้องกันในการตั้งเป้าหมายการพัฒนาทั้งในระดับชาติและระดับสากลที่ทุกประเทศจะดำเนินการร่วมกันให้ได้ภายในปี โดยเป้าหมายดังกล่าวเรียกว่า เป้าหมายการพัฒนาแห่งสหัสวรรษ หรือ Millennium Development Goals (MDGs) อันประกอบด้วย ๘ เป้าหมายหลัก คือ ๑) ขจัดความยากจนและความหิวโหย ๒) ให้เด็กทุกคนได้รับการศึกษาระดับประถมศึกษา ๓) ส่งเสริมความเท่าเทียมกันทางเพศและบทบาทสตรี ๔) ลดอัตราการตายของเด็ก ๕) พัฒนาสุขภาพของสตรีมีครรภ์ ๖) ต่อสู้กับโรคเอดส์ มาลาเรีย และโรคสำคัญอื่นๆ ๗) รักษาและจัดการสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน และ ๘) ส่งเสริมการเป็นหุ้นส่วนเพื่อการพัฒนาในประชาคมโลก^๑

สหประชาชาติกำหนดเป้าหมายของการพัฒนาสังคมโลกจากทศวรรษที่ผ่านมา ๘ ประเด็น และได้สิ้นสุดลงในปี พ.ศ. ๒๕๕๘ และมีการกำหนดเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืนสำหรับสังคมโลกที่จะนำไปใช้ทศวรรษหน้า ๑๗ ประเด็น คือ ๑) การขจัดความยากจนทุกรูปแบบ ๒) การขจัดความหิวโหย การบรรลุถึงความมั่นคงทางอาหารและเกษตรกรรมที่ยั่งยืน ๓) การมีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี ๔) การได้รับการศึกษาที่มีคุณภาพเท่าเทียม ทั้งถึงและมีการเรียนรู้ตลอดชีวิต ๕) การบรรลุความเท่าเทียมกันระหว่างเพศ การเพิ่มพลังสตรีและเด็กหญิง ๖) การเข้าถึงการใช้ น้ำสะอาดและสุขาภิบาลที่ดี ๗) การเข้าถึงพลังงานที่มั่นคงและสะอาด ๘) การมีงานที่มีคุณค่าเพื่อเพิ่ม การเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ ๙) การส่งเสริมอุตสาหกรรม นวัตกรรมและโครงสร้างพื้นฐานที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ๑๐) การลดความเหลื่อมล้ำทั้งภายในและระหว่างประเทศ ๑๑) การตั้งถิ่นฐาน และชุมชนอย่างยั่งยืน ๑๒) การส่งเสริมการผลิตและการบริโภคที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ๑๓) การเตรียมพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ๑๔) การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรทาง

^๑ มูลนิธิมั่นพัฒนา, เป้าหมายการพัฒนาแห่งสหัสวรรษ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.manpattanalibrary.com> [๒๐ มีนาคม ๒๕๖๐].

ทะเลและชายฝั่งอย่างยั่งยืน ๑๕) การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรบนบกและรักษาระบบนิเวศ ๑๖) การสร้างสังคมสันติสุข ยุติธรรมและมีสถาบันทางสังคมที่มีความเข้มแข็ง ๑๗) การส่งเสริมการมีส่วนร่วมในทุกกระดับในการบรรลุถึงเป้าหมายของการพัฒนาที่ยั่งยืนของโลก ทั้งนี้หน่วยงานที่รับผิดชอบ เช่น United Nation จะต้องกำหนดเกณฑ์และเป้าหมายของดัชนีการพัฒนาที่ยั่งยืนเพื่อประเทศต่างๆ นำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดความยั่งยืน^๒

สำหรับเป้าหมายทั้ง ๑๗ ข้อนั้น อาศัยกรอบแนวคิดที่มองการพัฒนาที่ยั่งยืนผ่านมิติที่เชื่อมโยงกันของเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ในการรวบรวมความเห็นและข้อเสนอจากประชาชนจากทุกประเทศทั่วโลก ที่จะใช้เป็นเป้าหมายเพื่อการพัฒนาาร่วมกันในอีก ๑๕ ปีข้างหน้า จนถึงปี ๒๕๗๓ เพื่อทดแทนเป้าหมายการพัฒนาแห่งสหัสวรรษ (Millennium Development Goals) ทั้ง ๘ ข้อที่สิ้นสุดลงในปี ๒๕๔๘ ซึ่งเป็นครั้งแรกที่มีเป้าหมายร่วมในการมุ่งจัดความยากจนของประชากรโลกทั้งสิ้น ๘๓๖ ล้านคนทั่วโลกให้หมดสิ้นไปภายในปี ๒๕๗๓ ^๓

ปัจจุบันประเด็นประชากรที่ประเทศต่าง ๆ ในโลกพูดถึงกันมากในสหัสวรรษที่ ๒๐ นี้ ได้แก่ การสูงวัยของประชากร โครงสร้างอายุของประชากรโลกและของประเทศต่าง ๆ กำลังเปลี่ยนไปในทิศทางที่มีอายุสูงขึ้น ปรากฏการณ์ทางประชากรนี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากอัตราเกิดของประชากรทั่วโลกได้ลดต่ำลง ในขณะที่ผู้คนมีอายุยืนยาวขึ้น การสูงวัยของประชากรย่อมมีผลอย่างมากต่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมในแต่ละประเทศในปี ๒๕๔๘ เมื่อ ๒๐ ปีก่อนโลกของเรามีประชากรประมาณ ๕,๗๓๕ ล้านคน และมีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ประมาณ ๕๔๐ ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ ๙ ของประชากรโลก ในปี ๒๐๑๕ ประชากรโลกมีจำนวน ๗,๓๔๙ ล้านคน ในจำนวนนี้มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปจำนวน ๙๐๑ ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ ๑๒ จึงกล่าวได้ว่า “ประชากรโลกได้กลายเป็นสังคมสูงวัย” แล้วใน ๖ ทวีปของโลก ยุโรปมีระดับการสูงวัยสูงที่สุด คือ มีสัดส่วนประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปสูงถึงร้อยละ ๒๔ ของประชากรทั้งทวีป ๗๓๘ ล้านคน แม้เอเชียจะมีสัดส่วนของประชากรสูงอายุนับเป็นอันดับ ๔ รองจากทวีปยุโรป อเมริกาเหนือ และโอเชียเนีย แต่เป็นทวีปที่มีประชากรสูงอายุนับมากที่สุด คือ ๕๐๘ ล้านคน คิดเป็นร้อยละ ๑๒ ของประชากรทั้งทวีป ประเทศที่มีประชากรมากที่สุดในโลก ๒ ประเทศ อยู่ในทวีปเอเชีย คือ จีน มีประชากร ๑,๓๗๖ ล้านคน มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ๒๐๙ ล้านคน (๑๕%) อินเดีย มีประชากร ๑,๓๑๑ ล้านคน

^๒ สยาม อรุณศรีศรีมรกต และยงยุทธ วัชรคุลย์, “เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ๑๗ ประการของสหประชาชาติเพื่อโลกอนาคต” , วารสารวิจัยสหวิทยาการไทย, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.tci-thaijo.org/index.php/jtir/article/download/48254/52411> [๓ สิงหาคม ๒๕๖๐].

^๓ มูลนิธิมั่นพัฒนา, Sustainable Development Goals (SDGs) เป้าหมายการพัฒนาอย่างยั่งยืน , [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.manpattanalibrary.com> [๒๐ มีนาคม ๒๕๖๐].

มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ๑๑๗ ล้านคน (๙%) ประเทศที่มีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุมากที่สุดในโลก ประเทศญี่ปุ่น มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ๓๓ %^๔

ในปี ๒๕๕๘ ประเทศอาเซียนมีประชากรรวมกันทั้งหมด ๖๓๓ ล้านคน มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ๕๙ ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ ๙ ของประชากรทั้งหมด ขณะนี้มี ๓ ประเทศในอาเซียนที่เป็นสังคมสูงวัยแล้ว คือ มีร้อยละของประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ได้แก่ สิงคโปร์ มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๑๘ ประเทศไทย มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๑๖ เวียดนาม มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๑๐ อินโดนีเซียเป็นประเทศที่มีประชากรมากที่สุดในอาเซียน คือ มี ๒๕๘ ล้านคน หรือเกือบครึ่งหนึ่งของประชากรทั้งอาเซียน อินโดนีเซียมีประชากรสูงอายุประมาณ ๒๑ ล้านคน หรือ คิดเป็นร้อยละ ๘ ของประชากรทั้งประเทศ ในปี ๒๕๕๘ ประเทศไทยมีประชากร ๖๕.๑ ล้านคน เพื่อบ้านอีกประมาณ ๓ ล้านคน) ประเทศไทยได้กลายเป็นสังคมสูงวัย ที่มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปประมาณ ๑๐.๓ ล้านคน คิดเป็นร้อยละ ๑๖ ของประชากรไทยทั้งหมดประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ประกอบด้วยผู้ชาย ๔.๖ ล้านคน และผู้หญิง ๕.๗ ล้านคนคิดเป็นอัตราส่วนเพศของประชากรสูงอายุเท่ากับผู้สูงอายุชาย ๘๐ คนต่อผู้สูงอายุหญิง ๑๐๐ คน^๕

ปัจจุบันจำนวนผู้สูงอายุในประเทศไทยได้มีอัตราเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว เนื่องจากระบบสาธารณสุขได้รับการพัฒนามากขึ้น การตระหนักถึงแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญส่งผลให้ภาครัฐกำหนดมาตรการเตรียมการรองรับให้การดูแลผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น โดยกำหนดยุทธศาสตร์ "การเตรียมความพร้อม สังคมไทยสู่สังคมผู้สูงอายุ" เป็นหนึ่งในยุทธศาสตร์หลักของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ ๑๒ ด้วยการมีแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๔๕ – ๒๕๖๔) เพื่อกำหนดทิศทางนโยบายยุทธศาสตร์และมาตรการต่าง ๆ ที่ใช้ดำเนินการด้านผู้สูงอายุให้ชัดเจน^๖ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าภาครัฐและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จะต้องเตรียมความพร้อมเกี่ยวกับระบบการดูแลและให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุ อาทิเช่น การให้บริการด้านสุขภาพ การจัดสวัสดิการทางสังคม การส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดี โดยที่สิ่งเหล่านี้จะต้องมีการได้รับรู้ถึงข้อมูลที่เป็นต่อการวางแผนและดำเนินการบนฐานของการลงทุนและใช้จ่ายอย่างคุ้มค่า

^๔ สำนักงานสถิติแห่งชาติ, ระบบสถิติทางทะเบียน:สถิติจำนวนประชากรและบ้าน ณ รากฐานข้อมูล, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age.php [๑๑ มิ.ย. ๒๕๖๐].

^๕ มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.), สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.๒๕๕๘, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.) ๒๕๕๘), หน้า ๖ – ๗.

^๖ วิพรรณ ประจวบเหมาะ, ภาพรวมประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย ในการทบทวนและสังเคราะห์องค์ความรู้ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.๒๕๔๕-๒๕๕๐, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.), ๒๕๕๓), หน้า ๕-๘.

สุขภาวะหรือสุขภาพของผู้สูงอายุ อยู่ในเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน หรือ Sustainable Development Goals (SDGs) ในเป้าหมายที่ ๓ คือ การมีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี โดยสุขภาวะมีองค์ประกอบอยู่ ๔ มิติ ได้แก่ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางจิตวิญญาณหรือการรู้คิด (ปัญญา) ทั้งสี่เรื่องไม่ได้แยกกันอยู่เป็นกอง ๆ แต่ว่าเชื่อมโยงอยู่ในกันและกันทั้งหมด ซึ่งสุขภาวะด้านหนึ่งที่ครอบคลุมและไปเชื่อมโยงกับสุขภาวะในอีกสามมิติ ซึ่งการมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งสี่มิติที่กล่าวมาไม่ได้เป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญเพียงแค่พื้นฐานที่จะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีเท่านั้น แต่มีความสำคัญต่อทุกองค์ประกอบของการที่จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีเนื่องจากสุขภาวะหรือสุขภาพ ไม่ใช่เรื่องการไม่มีโรคเท่านั้น แต่หมายถึงความถูกต้องเหมาะสมทั้งหมดของมนุษย์และของสังคมใน พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐ มาตรา ๓ ในพระราชบัญญัตินี้ “สุขภาพ” คือ ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล “ปัญญา” หมายถึง ความรู้ทั่ว รู้เท่าทันและความเข้าใจอย่างแยกได้ในเหตุผลแห่งความดี ความชั่ว ความมีประโยชน์และความมีโทษ ซึ่งนำไปสู่ความมีจิตอันดีงามและเอื้อเพื่อผู้อื่น^๗ เมื่อมีการบัญญัติคำว่าสุขภาวะขึ้นมา สุขภาพจึงแยกไม่ได้จากวิถีชีวิตที่จะต้องดำเนินไปบนพื้นฐานของความต้องพอดี โดยดำรงอยู่ในครอบครัว ชุมชนและสังคมที่พัฒนาอย่างสมดุล สุขภาวะทางทางจิตวิญญาณ ในปัจจุบันใช้คำว่า สุขภาวะด้านปัญญา หมายถึง ความฉลาดรู้ นำไปสู่ชีวิตที่สมดุล สุขภาพนี้ได้มีการเปลี่ยนจุดเน้นเดิม ซึ่งพูดถึงเรื่องการแก้ปัญหาเมื่อเกิดโรคร้ายไข้เจ็บขึ้นแล้วเป็นหลัก ต่อมาได้เน้นในเรื่องของการป้องกันหรือการสร้างเสริมสุขภาพก่อนที่จะเกิดโรคขึ้นควบคู่กันไปด้วย โดยเชื่อว่าวิธีการดังกล่าวนี้จะช่วยให้เราสามารถที่จะสร้างสุขภาพได้ดีกว่า หรือพูดในภาษาที่สั้น ๆ เน้นที่การสร้างนำซ่อม การเปลี่ยนแปลงบทบาทพฤติกรรมสุขภาพจากเชิงรับมาเป็นเชิงรุก

การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยี ทำให้บุคคลมีการดำเนินชีวิตที่เต็มไปด้วยความเร่งรีบ ตึงเครียด หรือแข่งขันเพื่อความอยู่รอด ไม่มีกิจกรรมเพื่อผ่อนคลายปัญหาชีวิต ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพร่างกาย และจิตใจ โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ปัจจุบันกำลังเผชิญกับโรค รวมทั้งรูปแบบการดำเนินชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงมากขึ้น โดยมีการบริโภคไขมันเพิ่มขึ้นและเส้นใยน้อยลง มีการออกกำลังกายน้อยลง บางส่วนยังคงสูบบุหรี่และดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ รวมทั้งสิ่งแวดล้อมด้านสังคมและด้านกายภาพส่งผลต่อสุขภาพเพิ่มขึ้น ซึ่งการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุอาจเป็นปัจจัยสำคัญของการเจ็บป่วยและสาเหตุการเสียชีวิต ถ้าบุคคลสามารถรับผิดชอบตนเอง ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสมก็จะเกิดผลดีต่อคุณภาพชีวิต สุขภาวะเป็นภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ ที่บุคคลรับรู้ได้ว่าตน

^๗ สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา, พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐, (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา, ๒๕๕๐) , หน้า ๑.

มีความสุข ปราศจากความเครียดหรือแรงกดดันใด ๆ^๔ สุขภาพจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงปรารถนา แต่อย่างไรก็ตามภาวะสุขภาพเป็นกระบวนการพลวัตที่ไม่หยุดนิ่ง จะมีการเปลี่ยนแปลงอย่าง สลับซับซ้อนอยู่ตลอดเวลาและอย่างต่อเนื่อง บุคคลจึงต้องพยายามหาวิธีการที่จะปกป้องสุขภาพ เพื่อไม่ให้เกิดภาวะเจ็บป่วยหรือถึงแม้ว่าจะเกิดภาวะเจ็บป่วยขึ้น บุคคลจะต้องพยายามดูแลรักษา เพื่อให้ร่างกายกลับสู่สภาวะปกติให้เร็วที่สุด วิธีการสำคัญที่บุคคลใช้ปกป้องสุขภาพนั้น คือ การมี พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องและสม่ำเสมอ^๕ การเสริมสร้างสุขภาพจึงเป็นกลไกสำคัญในการ ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของคนไทยทุกคนใหม่ สุขภาวะที่ดีขึ้นตามศักยภาพของแต่ละบุคคล

จังหวัดศรีสะเกษเป็นจังหวัดหนึ่งของประเทศไทย อยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ตอนล่าง ลักษณะภูมิประเทศทางตอนใต้เป็นที่สูง และค่อยๆ ลาดต่ำไปทางเหนือลงสู่ลุ่มแม่น้ำมูลซึ่ง อยู่ทางตอนเหนือของจังหวัด ปัจจุบันมีเนื้อที่ ๘,๘๔๐ ตารางกิโลเมตร ประกอบด้วยอำเภอ จำนวน ๒๒ อำเภอ มีประชากรราว ๑,๔๗๐,๓๔๑ คน เป็นประชากรชาย จำนวน ๗๓๔,๔๕๗ คน เป็นประชากรหญิง จำนวน ๗๓๕,๘๘๔ คน มีจำนวนผู้สูงอายุประมาณ ๑๙๑,๙๙๐ คน อำเภอไพรบึง มีประชากร จำนวน ๓๗,๓๙๔ คน เป็นประชากรชาย จำนวน ๑๘,๖๓๑ คน เป็นประชากรหญิง จำนวน ๑๘,๗๖๓ คน มีจำนวนผู้สูงอายุประมาณ ๔,๔๕๖ คนสำหรับในตำบลโนนปูน พบว่า มีจำนวนประชากร ๔,๒๘๕ คน เป็นประชากรชาย จำนวน ๒,๑๒๗ คน เป็นประชากรหญิง จำนวน ๒,๑๕๘ คน มีจำนวนผู้สูงอายุประมาณ ๕๓๙ คน^{๑๐}

จากสภาพปัญหาข้างต้น ถ้าได้มีการเตรียมรับมือกับปัญหาเหล่านี้เสียแต่ล่วงหน้า หรือสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่ทรง พระราชทานแก่พสกนิกร ย่อมเป็นการเตรียมการอย่างชาญฉลาด ช่วยให้รัฐไม่ต้องทุ่มงบประมาณ จำนวนมหาศาลกับการฟื้นฟู ดูแล รักษาผู้สูงอายุ ดังนั้น การเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุเป็นสิ่งจำเป็น และเป็นเรื่องเร่งด่วนที่รัฐควรเร่งรีบในการดำเนินการ หากไม่มีการดำเนินการใดๆ เพื่อรองรับสังคม ผู้สูงอายุของไทย ก็จะมีแนวโน้มที่จะต้องเผชิญกับปัญหาความยากจนของผู้สูงอายุ^{๑๑} รวมถึงปัญหา ต่างๆ ที่กล่าวมาข้างต้น โดยกำหนดแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพที่เหมาะสมให้กับผู้สูงอายุ ในลักษณะเชิงรุกและนำไปสู่การปฏิบัติอย่างจริงจัง โดยเน้นการพัฒนาผู้สูงอายุมากกว่าการ

^๔ ประเวศ วะสี, “กระบวนการทางวิทยาศาสตร์บูรณาการ”, **สานปฏิรูป**, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๔๕ , (มิถุนายน ๒๕๕๙): ๑๓ – ๑๔.

^๕ Palank, **Determinants of Health-promotive Behavior: A Review of Current Research**, (The Nursing Clinics of North America, 1991), p. 129.

^{๑๐} สำนักงานสถิติแห่งชาติ, **ระบบสถิติทางทะเบียน สถิติจำนวนประชากรและบ้าน ณ รากฐานข้อมูล**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age.php [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๐].

^{๑๑} วโรทัย โกศลพิศิษฐ์, ๒๕๕๐, **หนี้สินของเกษตรกรในชนบทไทย**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.fpo.go.th/S-I/Source/Article/Article66.htm> [๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

สงเคราะห์ ไม่ว่าจะเป็นการดูแลตนเองอย่างมีความรู้และทักษะที่ดีพอ การดูแลรักษาสุขภาวะ ตลอดจนการสร้างระบบการดูแลให้เกิดศักยภาพของการเป็นผู้สูงอายุ สังคมไทยก็ไม่ต้องกลัวกับการรับมือกับปัญหาต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นในกายภาคหน้าของผู้สูงอายุ^{๑๒} โดยเฉพาะอย่างยิ่งการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งได้แก่ หลักความพอประมาณ หลักการมีเหตุผลและหลักการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี มาสอดแทรกในปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสุขภาวะที่ดี สำหรับการสร้างเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุนั้นเป็นการส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิต ดำเนินการอยู่ภายใต้แนวคิดของเกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อันสืบเนื่องมาจากโครงการตามพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษารูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อศึกษาปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ และนำไปเป็นฐานข้อมูลในการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีและเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อให้ได้รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และนำไปขยายผลได้อย่างมีประสิทธิภาพในชุมชนและสังคมต่อไปอย่างยั่งยืน

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๑.๒.๒ เพื่อศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๑.๒.๓ เพื่อเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ ต้องการทราบถึงปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษว่าเป็นอย่างไร

๑.๓.๒ ต้องการทราบถึงกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษว่ามีอะไรบ้าง

^{๑๒} ศากุล ช่างไม้, ตามรอยพระบาทพระราชาราชภัฏเศรษฐกิจพอเพียง, (มหาสารคาม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม, ๒๕๕๐), หน้า ๑๒.

๑.๓.๓ ต้องการทราบถึงรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษว่าเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในจังหวัดศรีสะเกษ และกำหนดขอบเขตของการวิจัยดังนี้ คือ

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ขอบเขตด้านเนื้อหาในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยต้องการศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ ในจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง และนำเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในจังหวัดศรีสะเกษ โดยศึกษาตามกรอบแนวคิด สุขภาวะ ๔ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ^{๑๓}

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเอกสาร

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบการวิจัยแบบคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ซึ่งในการศึกษาเชิงเอกสาร (Documentary Research) นั้น ใช้เอกสารหลักฐาน ดังนี้

๑. เอกสารชั้นปฐมภูมิ คือ คัมภีร์พระไตรปิฎกฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อรรถกถา
๒. เอกสารชั้นทุติยภูมิ คือ หนังสือ วารสาร บทความ และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านพื้นที่ในการศึกษาวิจัย

ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่เก็บข้อมูล ในชุมชน บ้านกันตรจ หมู่ที่ ๑ บ้านหนองระเียว หมู่ที่ ๒ บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓ และบ้านโคน หมู่ ๔ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เนื่องจากชุมชนดังกล่าวเป็นชุมชนที่มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุจำนวนมาก มีกลุ่มผู้นำชุมชนที่เข้มแข็ง มีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุในชุมชน และเป็นชุมชนที่มีความพยายามในการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้นในอนาคตอันใกล้ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะลงพื้นที่เก็บข้อมูลวิจัยในพื้นที่ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

^{๑๓} ประเวศ วะสี, *บนเส้นทางใหม่ การส่งเสริมสุขภาพ อภิวัฒน์ชีวิตและสังคม*, (กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน, ๒๕๔๑), หน้า ๘.

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ผู้วิจัยมุ่งศึกษาเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) บุคคลกลุ่มต่าง ๆ ๓ กลุ่ม จำนวน ๒๑ ท่าน ดังนี้

กลุ่มที่ ๑ คือ ผู้นำชุมชน ๖ คน ได้แก่ นักพัฒนาชุมชน จากองค์การบริหารส่วนตำบล ๑ คน, กำนันตำบลโนนปูน ๑ คน, และผู้ใหญ่บ้าน ๓ คน มีรายชื่อดังต่อไปนี้

๑. นางธัญวรัตน์ มิตรภูมิบุรุษ, นักพัฒนาชุมชน อบต. โนนปูน
๒. นางอลิศรา มะลิซ้อน, กำนันตำบลโนนปูน
๓. นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านก้นตรวง หมู่ ๑
๔. นายสาคร จันท, ผู้ใหญ่บ้านหนองระเียว หมู่ ๒
๕. นางเพ็ญศรี จันทเพ็ง, ผู้ใหญ่บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓
๖. นายฮา ศรีพูล, ผู้ใหญ่บ้านโคน หมู่ ๔

กลุ่มที่ ๒ คือ ประชาชนชุมชน จำนวน ๗ รูป/คน ได้แก่ พระสงฆ์ ๑ รูป, พยาบาลวิชาชีพ ประจำโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน ๑ คน , อสม. ๔ คน และประธานชมรมผู้สูงอายุ ๑ คน มีรายชื่อดังต่อไปนี้

๑. พระมหาติง อากาศโร, เจ้าอาวาส วัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์
๒. นายสุทธิชัย ด้วงทอง , พยาบาลวิชาชีพ
๓. นางบุญปัน วันทะวงษ์, อสม. บ้านก้นตรวง หมู่ ๑
๔. นางทองศรี ผิงนิล, อสม. บ้านหนองระเียว หมู่ ๒
๕. นางอรุณทัย ทองบาง, อสม. บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓
๖. นายประยูร ทองบาง, อสม. บ้านโคน หมู่ ๔
๗. นายบุญเชิด จันทเพ็ง, ประธานชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูน

กลุ่มที่ ๓ คือ ผู้สูงอายุ จำนวน ๘ คน

๑. นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านก้นตรวง หมู่ ๑
๒. นายเทียม วันทะวงษ์, ผู้สูงอายุบ้านก้นตรวง หมู่ ๑
๓. นางกันหา ศิริภา , ผู้สูงอายุบ้านก้นตรวง หมู่ ๑
๔. นายฤทธิ์ เพชรพลอย, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒
๕. นางลักษณ นงค์เยาว์, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒
๖. นายมาน พงษ์เพชร, ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓
๗. นายอานวย ชันวงษ์, ผู้สูงอายุบ้านโคน หมู่ ๔
๘. นางไฉ ศรีพูล, ผู้สูงอายุบ้านโคน หมู่ ๔

๑.๔.๕ ขอบเขตด้านเวลา

เริ่มตั้งแต่เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๐ ถึงเดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ รวมเป็นระยะเวลา ๘ เดือน

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ” ผู้วิจัยได้กำหนดนิยามศัพท์เฉพาะไว้ ดังนี้

๑.๕.๑ ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีชีวิตและมีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไปที่ยังอาศัยอยู่ในชุมชน ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๑.๕.๒ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะ หมายถึง แนวทางที่จะทำให้ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีสุขภาวะที่ดีโดยอาศัยองค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนช่วยในการเสริมสร้างสุขภาวะ ได้แก่ ตัวของผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ เพื่อเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีขีดความรู้ ความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ ในแต่ละด้าน อย่างสมบูรณ์ในทุกมิติของสุขภาวะทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ บนพื้นฐานการพึ่งพาตนเองเป็นหลัก ให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง พอประมาณ มีเหตุผล สร้างภูมิคุ้มกันที่ดี ด้วยหลักความรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง และมีคุณธรรม เป็นพื้นฐานของระบบ มีความซื่อสัตย์ เมตตา จิตอาสา เสียสละและแบ่งปัน ตามความเหมาะสมของชีวิต เศรษฐกิจ และสังคมที่เป็นอยู่ เพื่อความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน สามารถพัฒนาดูแลสุขภาวะของตนเองให้ดีพร้อมหรือเต็มประสิทธิภาพ

๑.๕.๓ ความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุ หมายถึง การมีวิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี และการมีสุขภาวะที่ดีของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ครอบคลุมทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านร่างกาย ๒) ด้านจิตใจ ๓) ด้านสังคม และ ๔) ด้านจิตวิญญาณ

๑.๕.๔ หลักเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง ปรัชญาที่ชี้ให้เห็นถึงแนวทางการดำรงอยู่และการปฏิบัติตนของผู้สูงอายุในทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ให้ดำเนินไปในทางสายกลาง ความไม่ประมาท โดยคำนึงถึงความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตลอดจนใช้ความรู้ และคุณธรรม ในการพัฒนาด้านเศรษฐกิจ สังคมและ การเมือง ของผู้สูงอายุเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ประกอบด้วย

๑.๕.๔.๑ ความพอประมาณ หมายถึง ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีระดับความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มาก เกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

๑.๕.๔.๒ ความมีเหตุผล หมายถึง ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการตัดสินใจที่เกี่ยวกับระดับของความพอเพียง ต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล

๑.๕.๔.๓ การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบ และการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต

๑.๕.๔.๔ เจาะใจด้านความรู้ หมายถึง การที่ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีความรู้เกี่ยวกับด้านต่าง ๆ อาทิเช่น ความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาพื้นบ้าน ความรู้เกี่ยวกับการทำการเกษตร ความรู้เกี่ยวกับการสิทธิของผู้สูงอายุ ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ภาวะแบบองค์รวม เป็นต้น โดยผู้สูงอายุควรมีความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน

๑.๕.๔.๕ เจาะใจด้านคุณธรรม ประกอบด้วย ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีความตระหนักรู้ในคุณธรรม มีความอดทนและซื่อสัตย์สุจริต มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

๑.๕.๕ ปัญหาทั่วไปของผู้สูงอายุ หมายถึง ปัญหาทางด้านสังคม จิตใจ และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๑.๕.๖ ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ หมายถึง ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ปัญหาทางสุขภาพทางร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ (ปัญญา)

๑.๕.๗ การจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุ หมายถึง การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุโดยผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และองค์กรภาครัฐ

๑.๕.๘ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุ หมายถึง วิธีการเพิ่มสมรรถนะให้ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีความสามารถในการควบคุมดูแลและพัฒนาสุขภาพของตนเองได้ อันจะเป็นผลต่อสุขภาพที่สมบูรณ์ทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ

๑.๕.๙ สุขภาวะ หมายถึง ผู้สูงอายุมีสภาวะความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ที่เชื่อมโยงซึ่งกันและกันอย่างบูรณาการ หากขาดองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่งย่อมส่งผลกระทบต่อองค์ประกอบอื่นๆ การดำรงสภาวะสุขภาพแบบองค์รวมจึงต้องคำนึงถึงความสมดุลในทุกองค์ประกอบไว้ เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๑.๕.๑๐ สุขภาวะทางร่างกาย (Physical Health) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีสภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีพลังกำลัง ไม่พิการ ไม่เป็นโรค ไม่เกิดอุบัติเหตุ และดำรงอยู่ในสภาพแวดล้อมที่สร้างเสริมสุขภาพ

๑.๕.๑๑ สุขภาวะทางจิตใจ (Mental Health) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีสภาพของจิตใจที่มีความสุข รื่นเริงมีสติ มีสมาธิ มีปัญญา รวมถึงลดความเห็นแก่ตัวด้วย เพราะบุคคลใดที่ยังมีความเห็นแก่ตัว บุคคลนั้นก็จะมีความสุขที่สมบูรณ์ทางจิตไม่ได้เลย

๑.๕.๑๒ สุขภาวะทางสังคม (Social Health) หมายถึง ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีสภาวะทางกายและจิตใจที่สุขสมบูรณ์มี สภาพของความเป็นอยู่หรือ การดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ไม่ทำให้ผู้อื่น หรือสังคม เดือดร้อน สามารถปฏิสัมพันธ์ และปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้เป็นอย่างดีและมีความสุข

๑.๕.๑๓ สุขภาพทางจิตวิญญาณ (Spiritual Health) หมายถึง ผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีสภาวะที่ดีสภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อทำความดี เช่น การเสียสละ การมีความเมตตาการุณาการเข้าถึงพระรัตนตรัย หรือเข้าถึงพระเจ้า สุขทางวิญญาณเป็นสภาวะที่ทำให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย ร่างกายเบาสบายและมีความสุขอย่างล้นลึก อันจะส่งผลดีต่อสุขภาพในทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นทางกาย ทางจิตใจ และทางสังคม

๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องออกเป็นประเภทหนังสือ และประเภทผลงานวิจัย ดังนี้

๑.๖.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

ชุตินา หฤทัย^{๑๔} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “นโยบายคุณภาพชีวิตตามแผนพัฒนาสาธารณสุข” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุหมายถึง สภาวะที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป มีความอ่อนแอทางร่างกายและจิตใจ อาจเจ็บป่วยหรือความพิการเกิดร่วม เป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงสู่ความเสื่อมทางร่างกายและ จิตใจ การเปลี่ยนแปลงจะมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับพันธุกรรม สิ่งแวดล้อมและโภชนาการ

ประพิน วัฒนกิจ^{๑๕} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “มโนคติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ” สรุปว่า ผู้สูงอายุหมายถึง ผู้ที่มีอายุ ๖๐ ปี เป็นวัยที่พ้นจากการทำงานของทางราชการหรือรัฐวิสาหกิจหรือสำนักงานของเอกชนบางแห่ง โดยทั่วไปผู้ที่ก้าวสู่วัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาอย่างเห็นได้ชัด

วิไลวรรณ ทองเจริญ^{๑๖} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ศาสตร์และศิลป์การพยาบาลผู้สูงอายุ” สรุป ได้ว่า คณะรัฐมนตรีได้ลงมติอนุมัติให้วันที่ ๑๓ เมษายนของทุกปีเป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาติและให้

^{๑๔} ชุตินา หฤทัย, นโยบายคุณภาพชีวิตตามแผนพัฒนาสาธารณสุข, วารสารกองการพยาบาล, (กรุงเทพมหานคร: มปท., ๒๕๓๑), หน้า ๑.

^{๑๕} ประพิน วัฒนกิจ, “มโนคติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ”, วารสารกองการพยาบาล, (๑๔ – ๑๕ มกราคม ๒๕๓๑), หน้า ๘.

มีการ จัดงานวันผู้สูงอายุขึ้น โดยเลือกดอกคำءวนเป็นสัญลักษณ์ของผู้สูงอายุ เพราะต้นคำءวน เป็นต้นไม้ต้นอายุยืนให้ความร่มเย็น มีใบเขียวตลอดปี ให้ความร่มเย็น ดอกมีสีนวล กลิ่นหอม กลีบแข็งแรง ไม่ร่วงง่าย เหมือนกับผู้ทรงวัยวุฒิที่คงคุณความดีงามไว้เป็นแบบอย่างแก่ลูกหลาน

กุลยา ตันติผลาชีวะ^{๑๗} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “การพยาบาลผู้สูงอายุ” สรุปได้ว่า วัยสูงอายุ เป็นช่วงสุดท้ายของอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป สภาพความเสื่อมถอยของร่างกายและจิตใจมี มากใน ระยะนี้ ขาดความแคล่วคล่องว่องไว ความจำเสื่อม ความคิดอ่านล่าช้า ความขยันหมั่นเพียร ความก้าวหน้าลดลง สภาพร่างกายเสื่อมถอยหุ้ตึง ตามัว ผมหงอกและยังต้องพบกับปัญหาการปรับตัว ให้เข้ากับสภาพร่างกายและสังคมในวัยสูงอายุด้วย

ปริชา อุปโยคิน^{๑๘} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ความสุขของผู้สูงอายุ” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ คือ ร่มโพธิ์ร่มไทรเป็นศูนย์กลางของจิตใจและมีคุณค่าต่อสังคม

ประภาศน์ อวยชัย^{๑๙} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “อยู่อย่างมีความสุขในวัยชรา” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ เป็นทรัพยากรที่มีค่าของชาติเป็นผู้มีประสบการณ์ มีความรู้ความสามารถความสุ่มรอบ ครอบวิริยะ อุตสาหะพากเพียร ยังทำประโยชน์แก่ประชาชนสังคมและประเทศชาติ

เอก ธนะสิริ^{๒๐} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ทำอย่างไรจะปราศจากโรคและลดความแก่” สรุปได้ว่า การมีครอบครัวอบอุ่น มีกินมีใช้อย่างเพียงพอ และต้องดูแลการกินของเราให้ดี ต้องกิน ผัก ผลไม้ เยอะ ๆ ลดเนื้อสัตว์และอาหารพวกไขมัน การออกกำลังกายสม่ำเสมอและทำจิตใจให้สงบ สิ่งเหล่านี้คือกุญแจที่จะทำให้สุขภาพแข็งแรง และนำมาซึ่งความสุขในวัยผู้สูงอายุนอกจากนั้น ยังมี หลัก ๙ อ. คือ อนาคต อนามัย อารมณ์ ออกกำลังกาย อาหาร อากาศ อาทิตย์ อดิเรก อบอุ่น

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)^{๒๑} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ” สรุปได้ว่า ธรรมะของผู้สูงอายุคืออิทธิบาท ๔ ที่จะทำให้อายุยืนชีวิตมีกำลังมีทางเดินมุ่งไปสู่จุดหมาย ชำรงหน้าทำให้ชีวิตมีความหมายที่จะอยู่ต่อไปเป็นการป้องกันสิ่งที่จะเข้ามารบกวนจิตใจ

^{๑๖} วิไลวรรณ ทองเจริญ, ศาสตร์และศิลป์การพยาบาลผู้สูงอายุ, (โครงการตำราคณะแพทย ศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔), หน้า ๑ - ๒.

^{๑๗} กุลยา ตันติผลาชีวะ, การพยาบาลผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เจริญกิจ, ๒๕๒๔), หน้า ๒๔.

^{๑๘} ปริชา อุปโยคิน, ความสุขของผู้สูงอายุ, สำนักงานแพทย์ทางเลือก, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: [www. Thaicam.go.th/index.php](http://www.Thaicam.go.th/index.php), [๖ สิงหาคม ๒๕๖๐], หน้า ๓๒ - ๓๓.

^{๑๙} ประภาศน์ อวยชัย, อยู่อย่างมีความสุขในวัยชรา, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๗), หน้า ๓๔.

^{๒๐} เอก ธนะสิริ, ทำอย่างไรจะปราศจากโรคและลดความแก่, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: นามมีบุ๊คพับลิเคชันส์, ๒๕๕๐), หน้า ๓๕ - ๔๐.

^{๒๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา ,๒๕๕๐), หน้า ๔๙.

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว^{๒๒} ได้พระราชทานพระราชดำริเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมานานกว่า ๒๕ ปีแล้ว ตั้งแต่ก่อนที่ประเทศไทยเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ เมื่อกลางปี พ.ศ. ๒๕๔๐ และต่อมาภายหลังได้ทรงเน้นย้ำแนวทางการแก้ไขเพื่อให้พสกนิกรอดพ้น และสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์และความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเห็นความสำคัญของความพออยู่พอกินว่ามีผลอย่างไรต่อราษฎรและประเทศชาติ พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในวโรกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ณ ศาลาดุสิดาลัยสวนจิตรลดา พระราชวังดุสิต วันพุธ ที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๔๑ ตรัสไว้ว่า คำว่า พอเพียง มีความหมายอีกอย่างหนึ่ง มีความหมายกว้างออกไปอีก ไม่ได้หมายถึงการมีพอสำหรับใช้ของตนเอง แต่มีความหมายว่า พอมีพอกิน คำว่า พอมีพอกินนี้ ก็แปลว่าเศรษฐกิจพอเพียงนั่นเอง พอเพียงนี้ก็มีความหมายว่า มีกินมีอยู่ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่หรูหราก็ได้ แต่ว่าพอ แม้บางอย่างอาจจะดูฟุ้งเฟ้อแต่ถ้าทำให้มีความสุข ถ้าทำได้ ก็สมควรที่จะทำ สมควรที่ปฏิบัติ Self-Sufficiency นั้น หมายความว่า ผลิตอะไรมีพอที่จะใช้ ไม่ต้องไปขอซื้อคนอื่น อยู่ได้ด้วยตนเอง คนเราถ้าพอในความต้องการ ก็มีความโลภน้อย เมื่อมีความโลภน้อย ก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าทุกประเทศมีความคิดอันนี้ไม่ใช่เศรษฐกิจ มีความคิดว่าจะทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า พอประมาณไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข

พิศุทธิ์ โงทัยกิ้ง^{๒๓} ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “๒๐๙” คำสอนพ่อเศรษฐกิจพอเพียง” ซึ่งเป็นหนังสือเฉลิมพระเกียรติเฉลิมฉลองพระชนมายุ ๘๐ พรรษา ได้จัดทำขึ้นเพื่อรวบรวมพระราชดำรัสเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ได้กล่าวไว้ว่า เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ครอบครัว ชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบและความระมัดระวังในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานทางจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่รัฐ นักทฤษฎีและนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีความสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้านความอดทน ความเพียร มีสติ มีปัญญาและความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

^{๒๒} กรมศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม, ๘๐ พรรษาเทิดไท้องค์ราชัน, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๘๒.

^{๒๓} พิศุทธิ์ โงทัยกิ้ง, ดร., ๒๐๙ คำสอนพ่อเศรษฐกิจพอเพียง, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๕๑), หน้า ๒๔.

สุเมธ ตันติเวชกุล^{๒๔} ได้กล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้พระราชทานไว้ในหนังสือ “ใต้เบื้องพระยุคลบาท” ไว้ว่า พระเจ้าอยู่หัวได้รับสั่งมาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง และประโยคหนึ่งที่ทรงอธิบายว่า คำว่า หัวใจ ก็คือคำว่า พอ เศรษฐกิจพอเพียง ก็คือคำว่า พอ คุณจะมีชีวิตที่ตั้งอยู่บนมาตรฐานความพออย่างไร ความพอก็คือคำว่า พอประมาณ ความพอประมาณ พระองค์ขยายความต่อไปอีก ไม่ใช่ผมพูดนะครับ พอประมาณ คือ พอแต่จำเพาะตัวเองที่หากินได้อย่างมีเหตุผล ด้วยความซื่อสัตย์สุจริต จึงไม่ต้องไปเบียดเบียนคนอื่นเขาแน่นอน มาตรฐานแต่ละคนไม่เหมือนกัน ไม่ใช่ทุกคนจะให้จนหมดเหมือนกัน นั่นก็ไม่ใช่ชีวิตจริง บางคนมาตรฐานก็อยู่แค่นี้ แต่ทุกคนต้องมีมาตรฐานเส้นระดับพอดีของตัวเอง คือ ต้องสร้างมาให้ได้ แล้วยึดตรานั้นเป็นหลัก ซึ่งภาษาทางพุทธเราก็สอนอยู่แล้ว เรื่องของเส้นทางสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา คือทางสายกลาง คือ ไม่หย่อน ไม่ตึงเกินไป เหมาะสมแต่ละคน

๑.๖.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ละออง สุวิทยาภรณ์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัญหาสุขภาพอนามัยผู้สูงอายุในชนบท : กรณีศึกษาเฉพาะ อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุหมายถึง ผู้ที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ตามเกณฑ์ปลดเกษียณ^{๒๕}

ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะการทำงานของผู้สูงอายุ ในประเทศไทย” พบว่า การมองผู้สูงอายุมี ๒ แนวทาง คือ แนวทางที่มองว่าผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีคุณค่า ต่อสังคมและอีกแนวทางหนึ่งมองว่าผู้สูงอายุเป็นผู้ที่เป็นภาระของสังคม^{๒๖}

วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาความสอดคล้อง ระหว่างการเสริมสร้างสุขภาพเชิงพุทธกับการเสริมสร้างสุขภาพของผู้มีอายุยืนในสังคมไทย พบว่า องค์ความรู้ในการเสริมสร้างสุขภาพ ในทางพระพุทธศาสนามีดังนี้ สาเหตุที่ทำให้อายุยืนมาจาก อุดมกรรมหรือปัจจุบันกรรม ซึ่งในพระพุทธศาสนาเรียกว่าโรค แบ่งออกเป็นทางกายและทางใจ ซึ่งสาเหตุมีหลายประการ การแก้ปัญหาโรคและความเจ็บป่วยแก้ไขที่เหตุของโรค โรคทางกาย รักษาด้วยสมุนไพร อาหาร เป็นต้น การรักษาโรคทางใจใช้ศีลสมาธิและปัญญา มีความสอดคล้อง ระหว่างการเสริมสร้างสุขภาพเชิงพุทธกับการเสริมสุขภาพของผู้ที่มีอายุยืนเป็นส่วนใหญ่ในเรื่อง ๑) การจำแนกโรค

^{๒๔} สุเมธ ตันติเวชกุล,ดร., **ใต้เบื้องพระยุคลบาท**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มติชน, ๒๕๔๔).

^{๒๕} ละออง สุวิทยาภรณ์, “ปัญหาสุขภาพอนามัยผู้สูงอายุในชนบท: กรณีศึกษาเฉพาะอำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง”, **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๖).

^{๒๖} ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์, “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะการทำงานของผู้สูงอายุในประเทศไทย”, **วิทยานิพนธ์สังคมศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๕).

๒) สาเหตุของโรค ๓) การแก้ปัญหาสุขภาพและความเจ็บป่วย ๔) การเสริมสร้างสุขภาพโดยรวม การเสริมสุขภาพกายการเสริมสุขภาพจิต มีความแตกต่างกัน^{๒๗}

จารุวรรณ เหมะธรและพิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความต้องการทางสุขภาพ อนามัยของผู้สูงอายุ” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุหมายถึง การพัฒนาเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ในวาระ สุดท้ายของช่วงอายุมนุษย์ความสูงอายุนี้จะเริ่มตั้งแต่เกิดมาและดำเนินต่อไปจนสิ้นอายุขัย^{๒๘}

วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพุทธธรรมสำหรับผู้สูงอายุ” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ความต้องการของผู้สูงอายุ แบ่งเป็น ๒ ด้าน คือ ความต้องการความสุขทางกาย และความต้องการความสุขทางใจ ๒) ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินชีวิตที่ทำให้ผู้สูงอายุไม่มีความสุขมี ๒ ด้าน คือ อุปสรรคทางกายและอุปสรรคทางใจ ๓) รูปแบบในการดำเนินชีวิตที่ผู้สูงอายุคาดหวังหลังวัยเกษียณ พบว่า แนวคิดเรื่องความสุขของผู้สูงอายุให้ความสำคัญต่อความสุขมากขึ้นกว่าเดิมทั้ง ๒ ด้าน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพอใจในรูปแบบการดำเนินชีวิตปัจจุบันแล้ว มีส่วนน้อยที่ต้องการเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ พบว่า หลักการและแนวคิดของผู้เชี่ยวชาญต่าง ๆ ล้วนให้ความรู้และข้อเสนอแนะที่ดีในการปฏิบัติตน ในวิถีการดำเนินชีวิต ซึ่งผู้สูงอายุสามารถนำไปใช้เพื่อสุขภาวะที่ดีต่อไปได้ ส่วนหลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข คือ ธรรมที่เป็นอาหารของวิชาและวิมุตติ ได้แก่ โพชฌงค์ ๗ สติปัฏฐาน ๔ สุจริต ๓ อินทรีย์สังวร โภชนมัตตัญญูตา สติสัมปชัญญะ โยนิโสมนสิการ ศรัทธา สัทธรรม^{๒๙}

ซูชีพ เปียคนอก ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง: กรณีตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี” มีวัตถุประสงค์เพื่อหารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ให้เป็นรูปธรรมในระดับครอบครัวและชุมชน และส่งเสริมและสนับสนุนให้มีชมรมต้นแบบการสร้างเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยการประยุกต์กระบวนการวิจัยของการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม พื้นที่ตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบที่เหมาะสมในการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีองค์ประกอบของรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะ ๖ องค์ประกอบ แยกเป็นกระบวนการในการเสริมสร้างสุขภาวะ ๕ กระบวนการ และเงื่อนไขของความสำเร็จ ๑ เงื่อนไข

^{๒๗} วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์, “การศึกษาความสอดคล้องระหว่างการเสริมสร้างสุขภาพเชิงพุทธกับการเสริมสร้างสุขภาพของผู้มีอายุยืนในสังคมไทย”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

^{๒๘} จารุวรรณ เหมะธรและพิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ, “ความต้องการทางสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ”, **รายงานการวิจัย**, (ภาควิชาพยาบาลศาสตร์: กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๖๖), หน้า ๖.

^{๒๙} วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์, “รูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพุทธธรรมสำหรับผู้สูงอายุ”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

ประกอบด้วย ๑) กระบวนการศึกษาสภาวะ ๒) กระบวนการวิเคราะห์ศักยภาพและความต้องการ ๓) กระบวนการวางแผนปฏิบัติ ๔) กระบวนการดำเนินกิจกรรมตามแผนภายใต้เงื่อนไขความรู้และคุณธรรม ๕) กระบวนการดำรงความยั่งยืน และ ๖) ทำความเข้าใจเงื่อนไขของบริบทที่เกี่ยวข้อง^{๓๐}

มณีนรุตม์ กุลวงษ์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการพึ่งตนเองตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลพุเตย อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์” ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบในการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลตำบลพุเตย อำเภอวิเชียร จังหวัดเพชรบูรณ์ ได้รูปแบบมี ๔ ขั้นตอน เริ่มจากขั้นตอนการมีส่วนร่วม มีส่วนร่วมในการเข้าร่วมกลุ่ม กำหนดเป้าหมาย ปฏิบัติจนสำเร็จให้ตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุ มีส่วนร่วมในการเข้าร่วมกลุ่ม กำหนดเป้าหมาย ปฏิบัติจนสำเร็จให้ตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุ ร่วมคัดเลือกผู้สูงอายุที่มีความรู้ความสามารถเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม ร่วมในกระบวนการจัดการเรียนรู้ รวมถึงเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้ความสามารถเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม ร่วมในกระบวนการจัดการเรียนรู้ รวมถึงเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้หน่วยงานท้องถิ่นเทศบาลตำบลพุเตย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพุเตยให้มาร่วมกันดำเนินกิจกรรมให้สอดคล้องกับรูปแบบที่ต้องการพัฒนาไปถึง ตามด้วยขั้นตอนกระบวนการจัดการวางแผนพัฒนาผู้สูงอายุ เตรียมกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาผู้สูงอายุให้ครบทั้ง ๕ ด้าน ตามแนวทางของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านเทคโนโลยี ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ภายใต้ ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข คือ มีความพอประมาณ ความเป็นเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกัน มีความรู้และมีคุณธรรมสู่ขั้นตอนการเรียนรู้ เป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อการพัฒนาการพึ่งตนเอง ดูแลตนเอง เบื้องต้นรู้การอยู่ร่วมกัน เรียนรู้การใช้ทรัพยากร อนุรักษ์ สืบสานภูมิปัญญา เรียนรู้การสื่อสาร เข้าใจ ทันทเหตุการณ์ การถ่ายทอดเทคโนโลยี นำมาเป็นแนวทางพัฒนาการพึ่งตนเอง ตามแนวคิดการเสริมสร้างพลัง ๕ อย่าง คือ ทำให้มี ทำให้เกิด ทำให้ตระหนัก ทำให้เชื่อมั่น ทำให้ได้ มีระบบเครือข่ายการเกื้อหนุนระบบบริการสื่อเทคโนโลยี โดยใช้พลังกาย พลังใจ พลังความคิด พลังปัญญา พลังการบริหาร พลังเศรษฐกิจและพลังการเมือง^{๓๑}

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า มีผู้สนใจให้การศึกษาในประเด็นเรื่องของผู้สูงอายุ การเสริมสร้างสภาวะของผู้สูงอายุ และประเด็นเรื่องปรัชญาเศรษฐกิจ

^{๓๐} ชูชีพ เปียดนอก, “การเสริมสร้างสภาวะผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณีตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี”, วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – มิถุนายน ๒๕๕๙): ๔๙-๕๖.

^{๓๑} มณีนรุตม์ กุลวงษ์, “รูปแบบการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลพุเตย อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์”, รายงานวิจัย, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร, ๒๕๕๙), หน้า บทคัดย่อ.

พอเพียงไว้หลายท่าน แต่ยังไม่พบงานวิจัยที่ทำการศึกษาประเด็นเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ” ฉะนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาประเด็นดังกล่าว เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เพื่อศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ และเพื่อเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสัมภาษณ์เจาะลึก (In-depth Interview) จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) มีการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีพรรณนาความ มีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูลจากเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบความคิดในการสร้างสัมภาษณ์

๑.๗.๒ ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและเอกสารการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยพิจารณาถึงรายละเอียดต่าง ๆ เพื่อให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่กำหนดไว้

๑.๗.๓ ขอคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์

๑.๗.๔ สร้างสัมภาษณ์ให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

๑.๗.๕ นำเสนอร่างสัมภาษณ์ถามต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไข แล้วนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา

๑.๗.๖ จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับจริง และนำไปสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

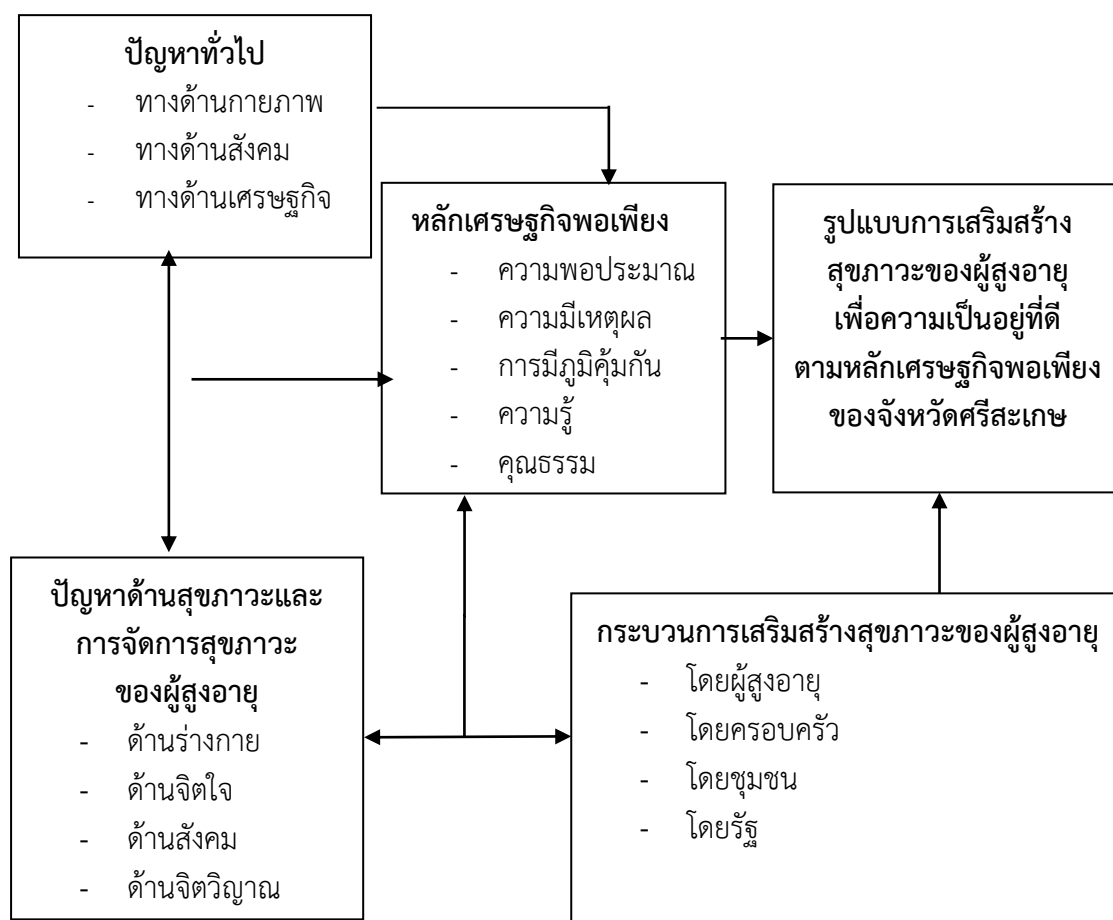
๑.๗.๗ ดำเนินการสัมภาษณ์ตามวัน เวลาและสถานที่ที่กำหนดไว้ จนครบทุกประเด็น โดยขออนุญาตใช้วิธีการจดบันทึกและการบันทึกเสียงประกอบการสัมภาษณ์

๑.๗.๘ นำข้อความจากการสัมภาษณ์และการจดบันทึกมาจำแนกเป็นประเด็นและเรียบเรียงเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย

๑.๗.๙ วิเคราะห์คำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลสำคัญตามวัตถุประสงค์การวิจัย โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis Technique) ประกอบบริบท (Context)

๑.๗.๑๐ สังเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัยและนำเสนอต่อไป

๑.๘ กรอบแนวคิดในการวิจัย



๑.๙ ประโยชน์ที่รับจากการวิจัย

๑.๙.๑ ทำให้ได้ทราบถึงปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีในจังหวัดศรีสะเกษ

๑.๙.๒ ทำให้ได้กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในจังหวัดศรีสะเกษ

๑.๙.๓ ทำให้ทราบถึงรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในจังหวัดศรีสะเกษ

๑.๙.๔ ทำให้ได้รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๑.๙.๕ ทำให้ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง และได้ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ เพื่อนำไปเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุทั้ง

๔ ด้าน โดยตัวผู้สูงอายุ ครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน รัฐ ตลอดจนภาคีเครือข่ายต่าง ๆ สามารถนำรูปแบบที่ได้จากงานวิจัยไปพัฒนาในการส่งเสริมและเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ เพื่อประโยชน์สุขตั้งแต่ระดับจุลภาคและมหภาค

บทที่ ๒

ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้ มุ่งศึกษารูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ เพื่อให้การศึกษาสำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์ และเพื่อให้การศึกษาค้นคว้าดำเนินไปตามความมุ่งหมาย ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจึงได้รวบรวมสาระสำคัญต่างๆ จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมานำเสนอเป็นสำคัญดังต่อไปนี้

๒.๑ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

๒.๑.๑ ความหมายของผู้สูงอายุ

๒.๑.๒ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

๒.๑.๓ ความต้องการของผู้สูงอายุทั่วไป

๒.๑.๔ ปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ

๒.๑.๕ ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

๒.๑.๖ ปฏิญญาผู้สูงอายุ

๒.๒ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมสุขภาวะ

๒.๒.๑ ความหมายของการสร้างเสริมสุขภาวะ

๒.๒.๒ แนวปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

๒.๒.๓ รูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุ

๒.๓ แนวคิดทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียง

๒.๓.๑ ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง

๒.๓.๒ หลักแนวคิดของหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

๒.๓.๓ ระดับของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

๒.๔ แนวคิดการพัฒนายั่งยืน

๒.๔.๑ ความเป็นมาของแนวคิดการพัฒนายั่งยืน

๒.๔.๒ กระบวนการพัฒนายั่งยืน

๒.๔.๓ เป้าหมายการพัฒนายั่งยืน ๑๗ เป้าหมาย

๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๕.๑ งานวิจัยในประเทศ

๒.๕.๒ งานวิจัยต่างประเทศ

๒.๖ ข้อมูลพื้นที่ภาคสนาม

๒.๑ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยได้รวบรวมและศึกษาค้นคว้าจากเอกสารต่าง ๆ ได้มีนักวิชาการทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศได้ให้ความหมายคำว่า "ผู้สูงอายุ" ไว้อย่างหลากหลาย ความหมายของผู้สูงอายุมีหลากหลายและผันแปรไปตามแต่ละประเทศขึ้นอยู่กับอายุเฉลี่ยของการทำงานหรือสภาพร่างกายรวมทั้งสภาพสังคมเศรษฐกิจและวัฒนธรรมของแต่ละประเทศเพื่อไว้เป็นเกณฑ์ในการพิจารณาผู้สูงอายุ โดยนำมาใช้ในการกำหนดการเข้าสู่วัยสูงอายุโดยจัดไว้ดังนี้^๑

รัฐบาลได้เห็นความสำคัญโดยคณะรัฐมนตรีได้มีมติ ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๕ แต่งตั้งคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติขึ้น โดยมีรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทยเป็นประธานกรรมการ อธิบดีกรมประชาสงเคราะห์เป็นกรรมการและเลขานุการ ผู้แทนจากหน่วยราชการองค์กรเอกชนที่เกี่ยวข้องร่วมเป็นกรรมการ ทำหน้าที่กำหนดนโยบายวางแผนและดำเนินกิจกรรมระดับชาติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ซึ่งคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติได้แต่งตั้งอนุกรรมการขึ้นรวม ๗ สาขา เพื่อดำเนินกิจกรรมในด้านต่าง ๆ นอกจากนี้ นั้นเมื่อวันที่ ๑๔ ธันวาคม ๒๕๒๕ คณะรัฐมนตรีได้ลงมติอนุมัติในวันที่ ๑๓ เมษายน ของทุกปีเป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาติและกำหนดให้มีการจัดงานวันผู้สูงอายุแห่งชาติทุกปี โดยได้เลือก “ดอกคำฝอย” เป็นสัญลักษณ์ของผู้สูงอายุ เพราะเป็นต้นไม้ยืนต้นอายุยืนให้ความร่มเย็น มีใบเขียวตลอดปีให้ร่มเงาดีดอกมีสีนวล กลิ่นหอม กลีบแข็งแรงไม่ร่วงง่ายเหมือนกับผู้ที่ทรงวัยวุฒิที่คงคุณธรรมความดีงามไว้เป็นแบบอย่างแก่ลูกหลาน^๒

๒.๑.๑ ความหมายของผู้สูงอายุ

โดยทั่วไปความหมายของคำว่า “ผู้สูงอายุ” พอสรุปได้ว่า มีวิธีการมองหรือให้คำนิยามไว้ ๒ แนวทางหลัก ๆ คือ แนวทางที่มองว่าผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีคุณค่าต่อสังคม และอีกแนวทางหนึ่งมองว่าผู้สูงอายุเป็นผู้ที่เป็นภาระของสังคม^๓ คือ การจำแนกตามกาลเวลาและจำแนกตามสรีรวิทยา นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้หลายท่าน ดังต่อไปนี้

^๑ รุจิราภรณ์ แอกทอง, “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัดนครปฐม”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๖๔).

^๒ วิไลวรรณ ทองเจริญ, ศาสตร์และศิลป์การพยาบาลผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: โครงการตำรา คณะแพทยศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔), หน้า ๑ – ๒.

^๓ ปัทมา อมรสิริสมบุญ, “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะการทำงานของสูงอายุในประเทศไทย”, วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาโทศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๕), หน้า ๕.

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุแห่งชาติ (๒๕๔๖) ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า เป็นบุคคลซึ่งมีอายุเกิน ๖๐ ปี บริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทย ^๔

United Nations (๒๐๐๖) ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า หมายถึงผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป การใช้คำว่าผู้สูงอายุหมายถึง ใช้อายุเป็นหลักในการเรียกใช้ คำว่าคนชรา หมายถึง ใช้ลักษณะทางกายภาพเป็นหลักในการเรียก ส่วนผู้อาวุโส หมายถึง ใช้สถานภาพทางราชการ แก่กว่า เก่ากว่าเป็นหลักในการเรียก สำหรับภาษาอังกฤษ ใช้คำว่า Older persons มีคำหลายคำ ใช้เป็นสรพนามเรียกผู้สูงอายุ ได้แก่ Aging, Elderly, Older person, Senior citizen เป็นต้น ^๕

กุลยา ตันติผลาชีวะ กล่าวว่า วัยสูงอายุเป็นช่วงสุดท้ายของอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไปสภาวะความเสื่อมถอยของร่างกายและจิตใจมีมากในระยะนี้ขาดความคล่องแคล่วว่องไวความจำเสื่อมความคิดอ่านล่าช้า ความขยันหมั่นเพียรความคิดก้าวหน้าลดลง สภาพร่างกายเสื่อมถอย หูตึง ตามัวผมหงอก และนอกจากนี้ยังต้องพบกับปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับสภาพร่างกายและสังคมในวัยสูงอายุด้วย^๖

ขวัญดาว กลรรัตน์ ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า หมายถึงบุคคล ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และหน้าที่การงานทางสังคม โดยแต่ละคนจะปรากฏอาการเสื่อมแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม โรคภัย และภาวะโภชนาการของแต่ละบุคคล ทั้งเป็นผู้ที่ควรได้รับการช่วยเหลือ ดูแล อุปการะจากคนใน ครอบครัวและสังคมเพื่อให้มีความสุข^๗

ชุติมา หฤทัย กล่าวว่า ผู้สูงอายุหมายถึง สภาวะที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไปมีความอ่อนแอทางร่างกายและจิตใจอาจเจ็บป่วยหรือความพิการเกิดร่วมเป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงสู่ความเสื่อมทางร่างกายและจิตใจ การเปลี่ยนแปลงจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม และโภชนาการ^๘

วราภรณ์ ตระกูลสถิต ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า เป็นผู้ที่มี อายุมากกว่า ๖๐ ปีหรือ ๖๕ ปี ลักษณะผู้สูงอายุจะเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

^๔ สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา, **พระราชบัญญัติผู้สูงอายุแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๖**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา, ๒๕๔๐) หน้า ๑.

^๕ United Nations, **Planned Population Distribution of Development**, (New York: Author, 2006).

^๖ กุลยา ตันติผลาชีวะ, **การพยาบาลผู้สูงอายุ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เจริญกิจ, ๒๕๒๔), หน้า ๒๔.

^๗ ขวัญดาว กลรรัตน์, “ปัจจัยเชิงสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตภูมิภาคตะวันตกของประเทศไทย”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๕๔).

^๘ ชุติมา หฤทัย, **นโยบายคุณภาพชีวิตตามแผนพัฒนาสาธารณสุข, วารสารกองการพยาบาล**, (กรุงเทพมหานคร : มทป., ๒๕๓๓), หน้า ๓.

โดยวัยนี้จะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมถอยลงมากกว่าวัยที่ผ่านมา การเปลี่ยนแปลง เหล่านี้จะมีผลกระทบต่ออารมณ์และจิตใจเป็นอย่างมาก การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุที่เหมาะสมจะ ช่วยลดปัญหาทางสุขภาพกายและใจได้มาก^๙

จากรุวรรณ เหมะธรและพิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ สรุปว่า ผู้สูงอายุหมายถึง การพัฒนาเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องในวาระสุดท้ายของช่วงอายุมนุษย์ ความสูงอายุนี้จะเริ่มตั้งแต่เกิดมาและดำเนินต่อไปจนสิ้นอายุไข^{๑๐}

พวงทอง ไกรพิบูลย์ ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า เป็นบุคคลที่มีอายุมาก เป็นคำที่บ่งบอกถึงตัวเลขของอายุ โดยนิยมนับตามอายุตั้งแต่แรกเกิด (Chronological age) หรือที่เรียกว่าทั่วไปว่า คนแก่หรือคนชรา โดยพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒ ได้ให้ความหมายของคำว่า คนแก่คือคนที่มีอายุมากหรืออยู่ในวัยชรา และให้ความหมายของคำว่าชรา คือ แก่ด้วยอายุ ชำรุดทรุดโทรม นอกจากนั้นยังมีการเรียกผู้สูงอายุว่า ราษฎรอาวุโส (Senior citizen)^{๑๑}

วิลาวัลย์ รัตนา ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า เป็นบุคคลที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป มีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้น โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงไปในทางเสื่อม ไม่ว่าจะเป็น ทางร่างกาย จิตใจและสังคม การจะอธิบายความหมายของผู้สูงอายุให้ครอบคลุมนั้นต้องใช้หลาย ทฤษฎีร่วมกัน อธิบาย เช่น ทฤษฎีทางจิตวิทยา ทฤษฎีทางสังคมวิทยา เป็นต้น^{๑๒}

ธารารธร ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุ ไว้ว่า หมายถึง ผู้ที่มีอายุ ๖๐ ปี หรือมากกว่าเมื่อนับตามวัย หรือหมายถึงผู้ที่เกษียณอายุจากการทำงาน เมื่อนับตามสภาพเศรษฐกิจ หรือหมายถึงผู้ที่สังคมยอมรับว่าสูงอายุจากการกำหนดของสังคม วัฒนธรรม หรือวัยสูงอายุเริ่มต้นอย่างน้อยที่สุดเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น และเป็นขบวนการต่อเนื่องไปตลอดชีวิต เมื่อนับตามชีววิทยา ในการพิจารณากำหนดช่วงอายุเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุได้มีการศึกษากัน มาก โดยทั่วไปแล้วใช้เกณฑ์การเกษียณอายุการทำงานเป็นส่วนใหญ่ แต่ในประเทศที่มีความเจริญ ทางการแพทย์ พบว่าผู้สูงอายุ ๖๐ ปี แล้วยังแข็งแรงและมีความสามารถในการทำงานได้ดี องค์การ

^๙ วราภรณ์ ตระกูลสฤต, การประเมินภาวะสุขภาพผู้ใหญ่และผู้สูงอายุสำหรับพยาบาล, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (ขอนแก่น: ธนาเพลส จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๔.

^{๑๐} จากรุวรรณ เหมะธรและพิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ, “ความต้องการทางสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ”, *รายงานวิจัย*, (ภาควิชาพยาบาลศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๖), หน้า ๖.

^{๑๑} พวงทอง ไกรพิบูลย์, *การดูแลผู้สูงอายุ*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://haamor.com/th/> [๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

^{๑๒} วิลาวัลย์ รัตนา “พฤติกรรมและการดูแลสุขภาพและการสนับสนุนทางสังคมกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี”, *วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒).

อนามัยโลกจึงได้แบ่งเกณฑ์อายุตามสภาพการของการมีอายุเพิ่มมากขึ้น ดังนี้ ๑) ผู้สูงอายุ มีอายุระหว่าง ๖๐-๗๔ ปี ๒) คนชรา มีอายุระหว่าง ๗๕-๙๐ ปี ๓) คนชรามาก มีอายุ ๙๐ ปี ขึ้นไป^{๑๓}

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร ได้กล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่าเป็นการกำหนด อายุให้กับกลุ่มบุคคลที่อายุตั้งแต่ ๖๐ ปี ขึ้นไป เรียกว่าเป็น "คนแก่" แต่บางครั้งมีข้อพิจารณาอื่น ประกอบด้วย เช่น ภาวะสุขภาพ บางคนอายุประมาณ ๕๐-๕๕ ปี แต่มีสุขภาพไม่แข็งแรง มีโรคภัยและ ทำงานไม่ไหว ผมหงอก หลังโก่ง เรียกว่า "คนแก่" บางคนมีหลานก็รู้สึกว่าเป็นคนแก่และเริ่มลดกิจกรรมลงกลุ่มผู้สูงอายุไม่ใส่ใจต่อตัวเลขอายุ แต่พิจารณาจากองค์ประกอบต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น ปวด เอว ปวดข้อเข่า เดินไกล ๆ ไม่ไหว ทำงานหนักไม่ค่อยได้เหนื่อยง่าย ไม่มีแรง เป็นต้น ^{๑๔}

นายแพทย์อวย เกตุสิงห์ ได้ให้ความหมายของความสูงอายุ แบ่งความสูงอายุออกเป็น ๔ รูปแบบคือ

๑. แก่โดยอายุ คือ แก่เพราะเกิดมานาน
๒. แก่โดยสังขาร คือ แก่ตามสภาพร่างกาย
๓. แก่โดยจิตใจ คือ แก่ไปตามความคิด
๔. แก่โดยสังคม คือ แก่ด้วยสิ่งแวดล้อมและประสบการณ์^{๑๕}

จากข้อมูลดังกล่าวมาข้างต้นนี้ ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไปโดยนับตามอายุปฏิทินแต่ในบางประเทศเช่น ประเทศเยอรมนี สวีเดน เป็นต้น ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้ที่อายุ ๖๕ ปีขึ้นไป โดยแบ่งแยกจาก การทำงานของผู้สูงอายุ เพราะในประเทศที่มีความเจริญทางการแพทย์สูง จะส่งผลให้สุขภาพ ร่างกายของผู้สูงอายุมีความแข็งแรงขึ้น อายุ ๖๐ ปีแล้วยังแข็งแรงอยู่จึงให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้ ที่อายุ ๖๕ ปี ถึงจะเกษียณอายุราชการ มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมไปในทางที่เสื่อมโทรมลง เชื่องช้าลงและสมรรถภาพของร่างกายทำงานได้ไม่เต็มที่เหมือนตอนวัยหนุ่มสาว มีภาวะเครียดและความเหงาเกิดขึ้นจากการสูญเสียคนรอบข้าง

^{๑๓} ธรรารธร ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม, “พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม”, รายงานวิจัย, (สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม, ๒๕๕๐), หน้า ๑๑.

^{๑๔} ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ โครงการระบบการดูแลระยะยาวในครอบครัวสำหรับผู้สูงอายุ, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท มิสเตอร์ก๊อปปี (ประเทศไทย) จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๖.

^{๑๕} อวย เกตุสิงห์, ผลงานของศาสตราจารย์นายแพทย์อวย เกตุสิงห์, (กรุงเทพมหานคร: ศิวพร, ๒๕๓๕), หน้า ๒๓.

๒.๑.๒ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

บุคคลเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ทำให้เกิดความเสื่อมลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ ถือว่าเป็นสิ่งปกติที่เกิดขึ้นกับบุคคลที่เข้าสู่วัยนี้ การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ นอกจากนั้น ผู้สูงอายุส่วนมากต้องการปรับตัว ซึ่งมีอยู่ ๒ ประเภทกว้าง ๆ คือการปรับตัวภายนอก ได้แก่ ส่วนที่สามารถมองเห็นได้ เช่น การรักษาสุขภาพอนามัย การมีงานอดิเรกที่ตนสนใจ และการปรับตัวภายใน เช่น การทำใจ การรู้จักปลง การยอมรับความชราการยอมรับการพลัดพลาด การมีอารมณ์เยือกเย็น การปรับตัวภายนอกง่ายกว่าการปรับตัวภายในแนวคิดที่เกี่ยวกับทฤษฎีของผู้สูงอายุ มีดังนี้

๒.๑.๒.๑ ทฤษฎีความสูงอายุทางด้านร่างกาย (Biological Theory of Elderly) การพิจารณาการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย โดยพิจารณาประสิทธิภาพการทำงานของร่างกาย เมื่อมีอายุมากขึ้นสภาพต่าง ๆ ของร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและการทำหน้าที่ของอวัยวะต่าง ๆ เช่น ผมหงอก สายตาวาวขึ้น ความสามารถในการทำงานของกล้ามเนื้อลดลง เป็นต้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายแต่ละคนจะเกิดขึ้นไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่างที่สำคัญ ได้แก่ พันธุกรรม โรคหรือความเจ็บปวด สิ่งแวดล้อมหรือการปฏิบัติตัว โดยเฉพาะสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุ บุคคลที่อยู่ในครอบครัวที่ให้การดูแลจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุพยายามส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการดูแลรักษาสุขภาพและปฏิบัติตนอย่างถูกต้องเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตต่อไปได้อย่างมีความสุข^{๑๖}

๒.๑.๒.๒ ทฤษฎีทางจิตวิทยา (Psychological Theory) การพิจารณาการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ เมื่อร่างกายเปลี่ยนแปลงไปตามวัยที่เพิ่มขึ้น อารมณ์และจิตใจก็ย่อมเปลี่ยนแปลงไปด้วย ในการเปลี่ยนแปลงทางจิตพิจารณาความสามารถเหล่านี้ได้แก่ ความจำ การเรียนรู้ สถิติปัญญา ความชำนาญ ความรู้สึกแรงจูงใจและอารมณ์ ผู้ที่มีอายุจะมีลักษณะน้อยใจง่าย ไม่ยอมรับรู้ ยึดมั่นความคิดตัวเองเป็นหลัก ไม่ค่อยยอมรับความรู้ใหม่ ๆ หรือการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจะทำให้มีอารมณ์ไม่มั่นคง จู้จี้ ขี้บ่น หงุดหงิดง่าย รวมทั้งวัยผู้สูงอายุนี้เป็นวัยที่ต้องหยุดทำงาน ผู้สูงอายุจะรู้สึกกลัวความว้าเหว่ กลัวการสูญเสียความสำคัญ กลัวการถูกทอดทิ้ง เกรงว่าจะไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม ตลอดจนผู้สูงอายุต้องเผชิญกับการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก

๒.๑.๒.๓ ทฤษฎีทางสังคมวิทยา (Sociological Theory) การพิจารณาการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญกับผู้สูงอายุ เพราะผู้สูงอายุจะต้องประสบกับสภาพที่ถูกกลดบทบาทหน้าที่การทำงาน หรือหยุดการกระทำลง เนื่องจากข้อจำกัดทางด้านร่างกาย

^{๑๖} ประอรณูช เชื้อถือ, “ความสัมพันธ์ระหว่างบทบาทครอบครัวในการส่งเสริมสุขภาพ กับพฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตมหาวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๘).

สัมพันธภาพทางสังคมขอบเขตจำกัด ความห่างเหินจากสังคมมีมากขึ้นการยอมรับทางสังคมต่อความมีอายุมักเป็นไปทางลบ เพราะสังคมจะประเมินความสามารถในแง่ปฏิบัติ และจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบัน นอกจากนั้นแล้ว สังคมไทย ได้มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเกษตรกรรมมาเป็นสังคมอุตสาหกรรมมากขึ้น โครงสร้างของระบบครอบครัวมีแนวโน้มจะเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น เงินได้กลายมาเป็นปัจจัยสำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทำให้เกิดการดิ้นรนต่อสู้ทางเศรษฐกิจ สมาชิกในครอบครัวที่สามารถหางานได้ก็จะละทิ้งถิ่นฐานไปทำงานในเมืองเพื่อหารายได้มาเลี้ยงครอบครัว มีการแข่งขันทางสังคม มองเห็นประโยชน์ส่วนตัวเป็นหลักการพึ่งพาอาศัยกันน้อยลง ให้ความสำคัญกับค่านิยมทางด้านวัตถุมากกว่าด้านจิตใจ การรับรู้ของคนรุ่นใหม่คิดว่าผู้สูงอายุเป็นคนมีความคิดล้าหลัง ไม่ทันต่อเหตุการณ์ เกิดปัญหาช่องว่างระหว่างวัย ทำให้ผู้สูงอายุขาดความสำคัญ ขาดการให้ความเคารพยอมรับจากบุตรหลานในครอบครัว แต่เดิมที่ผู้สูงอายุเป็นหัวหน้าครอบครัว มีหน้าที่ให้การดูแลและหาเลี้ยงครอบครัวต้องปรับบทบาทมาเป็นผู้พึ่งพาอาศัยเป็นผู้รับมากกว่าผู้ให้ มีการเปลี่ยนแปลงของรายได้โดยเฉพาะในผู้สูงอายุที่ครบเกษียณ ต้องออกจากการทำงาน ต้องลดบทบาทเกี่ยวกับสังคม ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกสูญเสียอำนาจและบทบาททางสังคมที่เคยมี รู้สึกว่าตนเองหมดความหมาย ไร้คุณค่า และคิดว่าตนเองเป็นปัญหาและภาระสังคม การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคม และเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุดังกล่าวอาจเป็นสิ่งที่บ่งชี้ให้ทราบถึงความสามารถในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุลดลง แต่เพื่อให้ครอบครัวได้เข้าใจในตัวผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ช่วยอธิบายให้ครอบครัวยอมรับและเข้าใจในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เพื่อให้ครอบครัวมีความพร้อมที่จะให้การดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุนั้นสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างมีความสุข

๒.๑.๒.๔ ทฤษฎีทำลายตัวเอง (Auto immune Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าการเป็นผู้สูงอายุ เกิดจากร่างกายสร้างภูมิคุ้มกันปกติลดลงพร้อม ๆ กับการสร้างภูมิคุ้มกันทำลายตัวเองมากขึ้น ดังนั้นการสร้างภูมิคุ้มกันปกติลดลง มีผลให้ร่างกายต่อสู้เชื้อโรคและสิ่งแปลกปลอมน้อยลงก่อให้เกิดการเจ็บป่วยง่าย

๒.๑.๒.๕ ทฤษฎีความปราดเปรื่อง (Intelligence Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่าผู้สูงอายุมีความปราดเปรื่อง และคงความเป็นปราชญ์อยู่ได้ต้องมีความสนใจศึกษาค้นคว้าอยู่ตลอดเวลาเป็นผู้ใฝ่รู้และเป็นผู้มีสุขภาพดี และเป็นผู้ที่มีเศรษฐกิจดี^{๑๗}

๒.๑.๒.๖ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับชมรมผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุเป็นองค์กรประชาชน หรือองค์กรชาวบ้านประเภทหนึ่ง ที่เริ่มต้นจากการรวมตัวของชาวบ้านตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไปในรูปของกลุ่ม เพื่อดำเนินกิจกรรมในกิจกรรมหนึ่งตามวัตถุประสงค์ของกลุ่ม เพื่อสนองวัตถุประสงค์

^{๑๗} กฤษณา บุณยะพงศ์, “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแก่เยาวชนในกรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐).

ของชุมชนหรือสนองวัตถุประสงค์ของทางราชการหรือหน่วยงานเอกชนที่ให้การสนับสนุนการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ กลุ่มที่จัดตั้งขึ้นนี้อาจจัดตั้งอย่างไม่เป็นทางการ คือไม่มีกฎหมายรองรับ แต่อาจมีระเบียบทางราชการ หรือระเบียบที่กลุ่มจัดทำขึ้นเองเพื่อใช้เป็นแนวทางดำเนินกิจกรรมของกลุ่มที่เป็นทางการซึ่งจัดขึ้นมาโดยมีกฎหมายรองรับ อาจเป็นนิติบุคคลหรือไม่เป็นนิติบุคคลก็ได้แล้วแต่กรณี

๒.๑.๒.๗ ทฤษฎีความต้องการของมนุษย์ Maslow^{๑๘} กล่าวว่าแรงจูงใจหรือความปรารถนาของมนุษย์นั้นติดตัวมาแต่กำเนิดและความปรารถนา เหล่านี้จะเรียงลำดับขั้นของความปรารถนา ตั้งแต่ขั้นแรกไปสู่ความปรารถนา ขั้นสูงขึ้นไปเป็นลำดับ Maslow เรียงลำดับความต้องการของมนุษย์จากขั้นต้นไปสู่ความต้องการขั้นต่อไปไว้เป็นลำดับดังนี้

๑. ความต้องการทางด้านร่างกาย (Physiological Needs)
๒. ความต้องการความปลอดภัย (Safety Needs)
๓. ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Belongingness and Love Needs)
๔. ความต้องการได้รับความนับถือยกย่อง (Esteem Needs)
๕. ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-actualization Needs)

ทฤษฎีความรักความต้องการขั้นพื้นฐานของมาสโลว์ (Maslow) มนุษย์ทุกคนต้องการความรักและการยอมรับจากผู้อื่น^{๑๙}

๑. ความต้องการทางร่างกาย (Physiological Needs) เป็นความต้องการด้านวัตถุที่ทำให้เรามีชีวิตอยู่ได้ ความต้องการนี้เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่มนุษย์ทุกคนต้องการ เพื่อการมีชีวิตอยู่ เช่น ความต้องการอาหาร ความต้องการทางเพศ ความต้องการพักผ่อน เป็นต้นความต้องการเหล่านี้ มีอยู่ในมนุษย์ทุกคนโดยไม่จำเป็นต้องเรียนรู้ อาจเรียกความต้องการเหล่านี้ว่า สัญชาตญาณ ซึ่งมีอยู่เหมือนกันทั้งคนและสัตว์

๒. ความต้องการความปลอดภัย (Safety Needs) ความต้องการที่จะได้รับความคุ้มครองอันตรายทั้งร่างกายและจิตใจ เมื่อมนุษย์มีสิ่งเกื้อกูลในการดำรงชีวิตแล้ว เขาจะเริ่มสนใจว่าหาความปลอดภัยให้แก่ชีวิตในลำดับต่อมาโดยทางกาย มนุษย์ต้องการมีชีวิตที่ยืนยาวปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ส่วนทางจิตก็อยากจะมี จิตใจที่ร่าเริง เบิกบาน แจ่มใส และพยายามหลีกเลี่ยงจากบุคคลหรือสิ่งต่างๆ ที่ทำให้จิตใจเศร้าหมอง

^{๑๘} ศรีเรือน แก้วกังวาล, **ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๙-๑๒๒

^{๑๙} ศรีเรือน แก้วกังวาล, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๘), หน้า ๗๐ - ๗๒.

๓. ความต้องการความรักทางสังคม (Social or Belongingness and Love Needs) ความต้องการความรักและการยอมรับจากผู้อื่น ความต้องการขั้นนี้เรียกว่า “ความรัก” เป็นความต้องการที่เราต้องพึ่งพิงผู้อื่นให้มาชอบ มารัก มาเห็นอกเห็นใจยอมรับและเห็นคุณค่าความสามารถในตัวเองของแต่ละบุคคล เพื่อเราจะได้รู้สึกว่าเป็นที่ยอมรับและเป็นที่รักของผู้อื่น

๔. ความต้องการที่จะได้รับการยกย่องในสังคม (Esteem of Egoistic Needs) ความต้องการที่จะเห็นคุณค่าตัวเอง ความต้องการนี้เป็นความต้องการของคนที่มีจิตใจละเอียดอ่อนลึกซึ้ง มีการพัฒนาด้านจิตใจสูงขึ้นแล้วรู้จักศึกษาจิตใจตนเอง ควบคุมตนเอง รู้จักใช้ชีวิตให้อยู่เหนืออิทธิพลความต้องการขั้นต่ำกว่าได้

๕. ความต้องการได้รับความสำเร็จตามความนึกคิด (Needs for Self – Actualization) ความต้องการที่จะเป็นตัวของตัวเอง และสามารถพึ่งตัวเองได้อย่างเต็มที่ที่มีพัฒนาการทางจิตในขั้นสูงที่สุด บุคคลต้องการจะเป็นตัวของตัวเอง ต้องการจะคิดด้วยและทำตัวเป็นภาระแก่คนอื่นน้อยที่สุด

สรุปได้ว่า มนุษย์มีความต้องการทางด้านร่างกายตนเองมีชีวิตอยู่ได้ ซึ่งเป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน ต้องการความปลอดภัยทางร่างกายและจิตใจเพื่อให้มีชีวิตที่ยืนยาวปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีจิตใจร่าเริง เบิกบาน แจ่มใส ต้องการให้คนทั่วไปเห็นความสามารถของตนเองเป็นที่ยอมรับและเป็นที่รักของผู้อื่น ต้องการพัฒนาจิตใจของตนเอง ควบคุมตนเองได้และใช้ชีวิตให้อยู่เหนืออิทธิพลความต้องการขั้นต่ำได้ ต้องการที่จะเป็นตัวของตัวเอง พึ่งตนเองได้อย่างเต็มที่ไม่ว่าตัวให้เป็นภาระแก่คนอื่น

๒.๑.๓ ความต้องการของผู้สูงอายุทั่วไป

ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มประชากรที่มีจำนวนมากขึ้นในขณะที่กลุ่มประชากรในวัยหนุ่มสาวมีสัดส่วนน้อยลง ทั้งยังมีหน้าที่การงานอื่น ๆ ที่ต้องรับผิดชอบ ทำให้ผู้สูงอายุต้องประสบปัญหาต่าง ๆ มากมายทั้งทางด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต ปัญหาทางด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ปัญหาที่อยู่อาศัย เป็นต้น ปัญหาดังกล่าวนอกจากจะกระทบต่อผู้สูงอายุโดยตรงแล้วยังส่งผลกระทบไปถึงครอบครัวของผู้สูงอายุที่ต้องรับภาระเลี้ยงดูและต้องปรับตัวเข้าหากันระหว่างผู้สูงอายุและบุตรหลานอันส่งผลถึงความสัมพันธ์ระหว่างกันได้ นอกจากนี้ ยังส่งผลกระทบไปถึงชุมชนและสังคมในภาพรวมที่ต้องการดูแลให้สวัสดิการผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ เช่น การรักษาพยาบาล การให้สวัสดิการต่าง ๆ อีกมากมายซึ่งเป็นปัญหาสำคัญระดับชาติ ความต้องการของผู้สูงอายุแบ่งออกเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

๑. ความต้องการสนับสนุนจากครอบครัว พบว่า ผู้สูงอายุที่ถูกปล่อยให้อยู่โดดเดี่ยวจะขาดความมั่นคงทางอารมณ์และจิตใจ รวมทั้งเศรษฐกิจจึงต้องหันพึ่งการช่วยเหลือจากบุคคลหรือองค์กรสังคมสงเคราะห์ภายนอกครอบครัว ผู้สูงอายุจึงมีความต้องการที่จะได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวของตนเองควบคู่กันไปกับการช่วยเหลือจากภายนอกครอบครัว เช่น กลุ่มอาสาสมัครทั้งองค์กรภาครัฐและองค์กรเอกชนภายนอก

๒. ความต้องการด้านประกันรายได้ โดยเฉพาะการประกันสังคมประเภทประกันชราภาพ เมื่อเข้าสู่วัยชราและเลิกประกอบอาชีพแล้ว จะได้รับบำนาญชราภาพเพื่อช่วยให้ดำรงชีวิตอย่างมีความสุขและมีความปลอดภัยตามควรแก่สภาพในบั้นปลายชีวิต ไม่เป็นภาระแก่บุตรหลานและสังคม

๓. ความต้องการมีส่วนร่วมในชุมชน โดยเฉพาะการมีส่วนร่วมในกิจกรรมบางประเภทในสังคม สังคมจึงควรให้โอกาสแก่ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการปรับปรุงชีวิตของชุมชนให้ดีขึ้นให้มีโอกาสได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ในการพัฒนาตนเองในการปรับตัวให้ทันสมัยกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในการปรับปรุงวัฒนธรรมและในการรักษาสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจให้แข็งแรงอยู่เสมอ

๔. ความต้องการที่จะลดการพึ่งพาผู้อื่นให้น้อยลง หากครอบครัวและสังคมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในครอบครัวและสังคมแล้วจะเป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุให้รู้จักพึ่งตนเองไม่เป็นภาระแก่สังคมในบั้นปลายชีวิต

๕. ความต้องการทางสังคมของผู้สูงอายุต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวกลุ่มสังคม ต้องการการยอมรับและเคารพยกย่องนับถือจากบุคคลในครอบครัวและสังคม ต้องการเป็นบุคคลที่มีความสำคัญในสายตาของสมาชิกในครอบครัวของกลุ่มของชุมชนและสังคม ต้องการมีสัมพันธ์อันดีกับบุคคลภายในครอบครัว ชุมชนและสังคม สามารถปรับตัวเข้ากับลูกหลานในครอบครัวและสังคมได้ ต้องการมีโอกาสที่ตนเองปรารถนา

๖. ความต้องการทางกายและจิต เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่สุดในชีวิตมนุษย์ความต้องการด้านร่างกายได้แก่ ปัจจัยสี่ ความต้องการด้านจิต ได้แก่ ความมั่นคงปลอดภัยโดยเฉพาะความต้องการด้านที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัยคลายจากความวิตกกังวลและหวาดกลัว ความต้องการการได้รับการยอมรับนับถือความต้องการที่ได้รับการยอมรับนับถือว่าเป็นสมาชิกของกลุ่มสังคมและครอบครัว ความต้องการโอกาสก้าวหน้าโดยเฉพาะในเรื่องความสำเร็จของการทำงานในบั้นปลายชีวิต

๗. ความต้องการด้านเศรษฐกิจ ต้องการได้รับความช่วยเหลือด้านการเงินจากลูกหลานเพื่อสะสมไว้ใช้จ่ายในวาระที่ตนเจ็บป่วย ต้องการให้รัฐช่วยจัดหาอาชีพเพื่อเป็นการเพิ่มพูนรายได้ทั้งนี้เพื่อตนจะได้มีบทบาททางเศรษฐกิจช่วยให้ตนพ้นจากภาวะความบีบคั้นของเศรษฐกิจในสถานการณ์ปัจจุบัน

จะเห็นได้ว่ามีปัญหาเกิดขึ้นหลาย ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ เศรษฐกิจและสังคม การที่ผู้สูงอายุจะสามารถรักษาความสมดุลของชีวิตและปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้นั้นย่อมเกิดจากปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยภายในของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความรู้ ความเชื่อ ทักษะ ค่านิยม การรับรู้และการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุปัจจัยภายนอกได้แก่ สิ่งแวดล้อม ซึ่งประกอบไปด้วยครอบครัว ชุมชน นโยบายรัฐ แหล่งบริการต่าง ๆ ซึ่งเป็นแหล่งที่จะช่วยส่งเสริมและสนับสนุน

ให้ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการในชีวิตซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมและแบบแผนการดำเนินชีวิตที่ดีมีความเป็นอยู่ที่ดีอันนำไปสู่การมีสุขภาพจิตที่ดีในที่สุด^{๒๐}

สรุปได้ว่า ความต้องการของผู้สูงอายุโดยทั่วไปนั้นผู้สูงอายุมีปัญหาเกิดขึ้นหลาย ๆ ด้าน ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ เศรษฐกิจและสังคม ผู้สูงอายุจะปรับตัวเข้ากับสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้นั้น จะต้องเกิดจากปัจจัยในตัวของผู้สูงอายุเอง ซึ่งเรียกว่าปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยภายในของผู้สูงอายุ พร้อมกับปัจจัยภายนอกที่อยู่รอบ ๆ ตัวของผู้สูงอายุ เช่น ครอบครัว ชุมชน นโยบายของรัฐ ผู้สูงอายุต้องการความช่วยเหลือจากภาครัฐและต้องการให้ทางครอบครัวช่วยเหลือไปพร้อม ๆ กัน รายได้จากเบี้ยยังชีพ การรักษาพยาบาลจากรัฐฟรี ต้องการมีส่วนร่วมในชุมชน ร่วมกิจกรรมในชุมชน เพื่อเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เพื่อจะได้พัฒนาตนเองให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมเป็นการรักษาสุขภาพทางด้านร่างกายและจิตใจให้แข็งแรง ต้องการพึ่งพาตนเองได้จะได้ไม่เป็นภาระแก่ลูกหลาน สังคมและชุมชนที่ตนอาศัยอยู่ นอกจากนี้ ยังมีความต้องการให้คนในสังคมและบุคคลภายในครอบครัวเคารพยกย่องนับถือยอมรับว่าเป็นบุคคลที่มีความสำคัญในสายตาของคนในสังคมและบุคคล ผู้ใกล้ชิดผู้สูงอายุยังต้องการความปลอดภัยในที่อยู่อาศัยเพื่อจะได้ไม่เกิดความหวาดกลัวว่าจะมีคนมาทำร้ายต้องการความช่วยเหลือจากครอบครัวด้านการเงินเพื่อที่จะมีเงินใช้จ่ายในเวลาเจ็บป่วยหรือเวลาต้องการจะซื้อสิ่งของที่ตนจำเป็น

๒.๑.๔ ปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุในประเทศต้องเผชิญปัญหาต่าง ๆ เช่นเดียวกับผู้สูงอายุในประเทศกำลังพัฒนาอื่น ๆ ปัญหาเหล่านี้ได้แก่^{๒๑}

๒.๑.๔.๑ ปัญหาด้านสังคม

ผู้สูงอายุไม่มีญาติพี่น้องลูกหลานดูแลก็อาจจะมีส่วนน้อย ส่วนใหญ่จะอยู่เป็นครอบครัวใหญ่แต่ไม่มีผู้ดูแลอย่างชัดเจน เนื่องจากการดูแลผู้สูงอายุเป็นภาระตึงเครียดมีความกดดันมากกว่าระหว่างผู้ดูแลและผู้ถูกดูแล ซึ่งสืบเนื่องมาจากความเสื่อมของสังขารและเกิดจากความไม่เข้าใจกันก่อให้เกิดความเครียดกดดัน ทำให้การดูแลผู้สูงอายุค่อนข้างท้อแท้ นอกจากนี้ ผู้ดูแลยังขาดความรู้ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุ พอขาดความเข้าใจก็เกิดปัญหา อีกประการหนึ่งลูกหลานที่รับดูแลผู้สูงอายุใครดูแลก็ต้องดูแลไปไม่มีใครมาเปลี่ยน อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุติดที่ด้วยไม่อยากอยู่ที่

^{๒๐} รุจิราภรณ์ แอทอง, “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัดนครปฐม”, วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๔๙).

^{๒๑} สำนักส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการและผู้สูงอายุ, ผู้สูงอายุในประเทศไทย, (กรุงเทพมหานคร: กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, ๒๕๔๖), หน้า ๓๑-๓๒.

อื่นจะทำให้กดดันเครียดเป็นปัญหาสังคมและสุขภาพตามมาผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เข้าใจในตนเองอาจขาดความรู้เคยทำอะไรก็ทำอย่างนั้น

๒.๑.๔.๒ ปัญหาด้านเศรษฐกิจ

การดูแลผู้สูงอายุต้องมีค่าใช้จ่ายจำนวนมาก ซึ่งเป็นภาระให้กับลูกหลาน บ้างท่านมีสวัสดิการ มีบำนาญ บำเหน็จ ประกันสังคม ประกันชีวิต ฯลฯ แต่ไม่ได้มีทุกคน ผู้สูงอายุในครอบครัวธรรมดาไม่มีรายได้พอใช้ไปวัน ๆ หนึ่งหรืออาจไม่มีเลยถ้าเกิดเจ็บไข้ได้ป่วยก็ไม่มีเงินไปหาหมอเพื่อรักษาอาการเจ็บป่วยได้จึงเป็นปัญหาด้านเศรษฐกิจ

๒.๑.๔.๓ ปัญหาด้านกายภาพของที่อยู่อาศัยและชุมชน

ที่อยู่อาศัยไม่ได้เตรียมรองรับผู้สูงอายุ บ้านที่ซื้อจากหมู่บ้านไม่มีราวจับสำหรับผู้สูงอายุ ไม่มีทางเดิน ทางลาดสำหรับผู้สูงอายุ ไม่มีที่ว่างสำหรับทำกิจกรรม ขาดการวางแผนเส้นทางเดินทางการเข้าถึงที่สะดวกระหว่างบ้านพักกับสถานบริการสาธารณสุขที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ ชุมชนขาดจิตสำนึกที่ดีกับผู้สูงอายุ ผู้บริหารควรให้นโยบายที่เป็นรูปธรรม ในระดับชุมชนจัดหาพื้นที่ทำกิจกรรมร่วมกัน ออกกำลังกาย ถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์ ให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุในชุมชนนั้น ๆ

ผลกระทบที่เกิดจากการเป็นผู้สูงอายุที่เกิดกับบุคคลเหล่านั้น ๓ ด้านที่สำคัญ ดังนี้

๑. ผลที่เกิดขึ้นทางด้านร่างกาย เกิดจากอาการของความเสื่อมต่าง ๆ อย่างชัดเจน เช่น อาการนอนไม่หลับ หูตึง ระบบย่อยอาหารผิดปกติ กระดูกและกล้ามเนื้อเสื่อม การปรับตัวต่ออุณหภูมิลดลง ระบบขับถ่ายเสื่อม ฯลฯ ผลดังกล่าวผู้สูงอายุส่วนใหญ่เกิดปัญหาสุขภาพตามมาโดยผู้สูงอายุกว่าร้อยละ ๕๐ มีโรคประจำตัว และส่วนหนึ่งถึงขนาดล้มหมอนนอนเสื่อ

๒. ผลที่เกิดขึ้นทางด้านจิตใจ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและสังคม ซึ่งได้แก่ การต้องสูญเสียด้านต่าง ๆ ไปตามสภาพ เช่น การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก เพื่อนฝูง หรือแม้กระทั่งบุตรหลานแต่งงานแยกครอบครัวออกไป และการสูญเสียฐานะทางสังคม เศรษฐกิจ หรือ รายได้ ฯลฯ มีผลให้เกิดความไม่มั่นคงทางจิตใจในผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก ผู้สูงอายุจำนวนมากมีปัญหาโรคทางจิตใจหลายด้าน เช่น คิดว่าตนเองหมดคุณค่า สิ้นหวัง สะเทือนใจมาก ท้อแท้ คิดอยากฆ่าตัวตาย

๓. ผลที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสังคมและวัฒนธรรม สังคมไทยในอดีตมีค่านิยมในการเคารพนับถือผู้อาวุโส เชื้อฟุ้งผู้สูงอายุ ให้ความสำคัญโดยยกย่องให้เป็นผู้รู้ของบ้านชุมชนและสังคม แต่ด้วยการเปลี่ยนแปลงของสังคมในปัจจุบัน ทำให้ผู้สูงอายุมีบทบาทในครอบครัวและสังคมน้อยลง ผู้สูงอายุกลายเป็นผู้พึ่งพิงอาศัยอยู่กับลูกหลาน บางครั้งถูกทอดทิ้ง มีช่องว่างระหว่างวัยมาก สภาพนี้มักทำให้ผู้สูงอายุมีอาการหวาดระแวง ซึมเศร้า หดแรงแรง หงุดหงิด วิตกกังวลเกิดอาการทางสุขภาพจิตได้^{๒๒}

^{๒๒} สุรกุล เจนอบรม, วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุและการศึกษานอกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย, (กรุงเทพมหานคร : นิชนเอดเวอร์ไทยซิงกรุ๊ป, ๒๕๔๑), หน้า ๒๘-๒๙.

๒.๑.๕ ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุประกอบด้วยปัจจัย ๓ ด้านดังนี้

๒.๑.๕.๑ ปัจจัยที่หนึ่ง คือ ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย

๑. ระดับการศึกษา ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงจะมีความสามารถในการดูแล ตนเองและมีโอกาสเลือกทำกิจกรรมได้ดีและมากกว่ากลุ่มที่มีการศึกษาต่ำ

๒. งานอดิเรก หมายถึง วิธีทางในการใช้เวลาทำกิจกรรมด้านต่าง ๆ นอกเหนือไปจาก หน้าที่การงานประจำหรือเป็นกิจกรรมที่ทำในเวลาว่างด้วยความสมัครใจเพื่อ ก่อให้เกิดความเพลิดเพลินแก่ผู้ทำโดยตรง บทบาทและกิจกรรมใดก็ตามที่บุคคลถูกผลักดันให้เลิ กะทำจะต้อง มีกิจกรรมใหม่ขึ้นมาทดแทนและกิจกรรมหนึ่งที่ถูกเลือกเข้ามาคืองานอดิเรก

๓. สุขภาพ ผู้สูงอายุมักประสบปัญหาสุขภาพที่ทรุดโทรมลง ซึ่งเป็นอุปสรรค ต่อการ ปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และต้องพึ่งพิงผู้อื่น สิ่งนี้ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกด้อยในสายตาของ บุคคลทั่วไปและมีผลต่อความพึงพอใจของผู้สูงอายุด้วย

๒.๑.๕.๒ ปัจจัยที่สอง คือ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ

ปัญหาด้านเศรษฐกิจเป็นปัญหาหลักของผู้สูงอายุทำให้รายได้ลดน้อยลงส่งผล ต่อ ความสามารถในการดูแลตนเองทางด้านสุขภาพและส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

๒.๑.๕.๓ ปัจจัยที่สาม คือ ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม

เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุทำให้ต้องเสียบทบาทในการ ทำงานผู้สูงอายุจึงเปลี่ยนจุด สนใจไปยังครอบครัวหาบทบาทใหม่ให้กับตนเองด้วยการเป็นผู้ ให้คำปรึกษาแนะนำช่วยดูแลลูกหลาน ภายในบ้านหากความสัมพันธ์ในครอบครัวดีจะส่งผลกระทบต่อความ พึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุส่วนด้าน ความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุคคลภายนอกหรือสังคมนั้น

ในปี ๑๙๘๖ เบอร์กแมนได้ทำการศึกษาผู้สูงอายุจำนวน ๗,๒๐๐ คน เป็นเวลา ๑๐ ปี พบว่าผู้สูงอายุ ที่แยกตัวออกจากสังคมมีอัตราการตายสูงกว่าผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมถึง ๒.๕ เท่า จากปัจจัย ๓ ด้าน ที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในส่วนของงานอดิเรก และการมีสัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัวรวมทั้งสังคมในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ซึ่งอาจกลายเป็นบทบาทหน้าที่ของผู้สูงอายุที่ควรมีต่อสังคมครอบครัวและชุมชนเพื่อการมีคุณค่า ในชีวิตและเพิ่มความพึงพอใจตนเองของผู้สูงอายุอาจแบ่งได้เป็น ๓ ประเภทคือ

๑. กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal Activity) เช่น ช่วยเหลืองานของสมาชิกใน ครอบครัว และการพบปะสังสรรค์กับเพื่อน ญาติ เป็นต้น

๒. กิจกรรมที่มีรูปแบบ (Formal Activity) เช่น เข้าร่วมในสมาคมต่าง ๆ การเข้ากลุ่ม ทาง ศาสนาการเป็นอาสาสมัครเพื่อสังคมซึ่งเป็นกิจกรรมภายนอกครอบครัว เป็นต้น

๓. กิจกรรมที่ทำคนเดียว (Solitary Activity) เช่น การทำงานในยามว่างกิจกรรมเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจส่วนตัวและกิจกรรมภายในบ้าน เป็นต้น

สรุปได้ว่า การส่งเสริมดูแลสุขภาพผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจทุกภาคส่วนต้องมีส่วนร่วมทั้งภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการกำหนดนโยบายเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ให้เป็นรูปธรรมสามารถนำไปสู่การปฏิบัติได้ บุคคลในครอบครัวมีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุ ชุมชนมีส่วนร่วมในการจัดตั้งชุมชน หรือกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ให้การยอมรับยกย่องผู้สูงอายุ จะส่งผลให้การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุดียิ่งขึ้น

๒.๑.๖ ปฏิญญาผู้สูงอายุไทย

ความเป็นมาของการร่างปฏิญญาผู้สูงอายุไทยได้เริ่มขึ้นจากการที่องค์การสหประชาชาติได้จัดประชุมสมัชชาโลกว่าด้วยผู้สูงอายุที่กรุงเวียนนา ประเทศออสเตรียใน ปี พ.ศ. ๒๕๒๕ โดยได้กำหนดแผนปฏิบัติการระยะยาวระหว่างประเทศเกี่ยวกับผู้สูงอายุและใน ปี พ.ศ. ๒๕๔๒ องค์การสหประชาชาติได้ประกาศให้ปีนี้เป็นปีสากลว่าด้วยผู้สูงอายุ ซึ่งประเทศไทยได้ตระหนักถึงความสำคัญของผู้สูงอายุโดย ปี พ.ศ.๒๕๒๕ คณะรัฐมนตรีได้มีมติในวันที่ ๑๓ เมษายนของทุกปีเป็น “วันผู้สูงอายุแห่งชาติ” รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. ๒๕๕๐ ได้บัญญัติไว้ถึงเรื่องสิทธิของผู้สูงอายุในหมวดของสิทธิและเสรีภาพของชนชาวไทยเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้รับความช่วยเหลือมีคุณภาพที่ดีและพึ่งตนเองได้ นอกจากนี้ผู้แทนจากองค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุทั้งภาครัฐและเอกชนและองค์กรผู้สูงอายุจึงได้ร่วมกันจัดทำปฏิญญาผู้สูงอายุเพื่อถือปฏิบัติให้เป็นไปในทิศทางเดียวกันให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้สูงอายุ ปฏิญญาผู้สูงอายุเป็นพันธกรณีเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้รับความคุ้มครองและพิทักษ์สิทธิจึงได้กำหนดสาระสำคัญไว้ดังนี้^{๒๓}

ข้อ ๑ ผู้สูงอายุต้องได้รับปัจจัยในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรีได้รับการพิทักษ์และคุ้มครองให้พ้นจากการถูกทอดทิ้งและละเมิดสิทธิโดยปราศจากการเลือกปฏิบัติโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ไม่สามารถพึ่งตนเองหรือครอบครัวได้และผู้พิการที่สูงอายุ

ข้อ ๒ ผู้สูงอายุควรอยู่ในครอบครัวโดยได้รับความเคารพรักความเข้าใจความเอื้ออาทรการดูแลเอาใจใส่การยอมรับบทบาทของกันและกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีในการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

ข้อ ๓ ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการศึกษาเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างต่อเนื่องเข้าถึงข้อมูลข่าวสารและบริการทางสังคมอันเป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิตเข้าถึงความเปลี่ยนแปลงของสังคมรอบด้านเพื่อสามารถปรับตัวบทบาทของตนให้สมวัย

^{๒๓} วันชัย ชูประดิษฐ์, “การศึกษาความต้องการสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลตำบลลำทับ อำเภอลำทับ จังหวัดกระบี่”, วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, ๒๕๕๕).

ข้อ ๔ ผู้สูงอายุควรได้ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ให้สังคมมีโอกาสได้ทำงานที่เหมาะสมกับวัยตามความสมัครใจโดยได้รับค่าตอบแทนที่เป็นธรรม เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจและเห็นชีวิตมีคุณค่า

ข้อ ๕ ผู้สูงอายุควรได้เรียนรู้ในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองต้องมีหลักประกันและสามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพอนามัยอย่างครบวงจรโดยเท่าเทียมกันรวมถึงได้รับการดูแลจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิตอย่างสงบตามคตินิยม

ข้อ ๖ ผู้สูงอายุควรมีบทบาทและส่วนร่วมในกิจกรรมของครอบครัวชุมชนและสังคม โดยเฉพาะการรวมกลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้และความเข้าใจอันดีระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันและกับบุคคลทุกวัย

ข้อ ๗ รัฐโดยการมีส่วนร่วมขององค์การภาคเอกชนประชาชนสถาบันสังคมต้องกำหนดนโยบายและแผนหลักด้านผู้สูงอายุ ส่งเสริมและประสานให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดำเนินการอย่างต่อเนื่องให้บรรลุผลตามเป้าหมาย

ข้อ ๘ รัฐโดยการมีส่วนร่วมขององค์การภาคเอกชนประชาชน สถาบันสังคม ต้องตรากฎหมายว่าด้วยผู้สูงอายุ เพื่อเป็นหลักประกันและการบังคับใช้ในการพิทักษ์สิทธิคุ้มครองสวัสดิภาพและจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ

ข้อ ๙ รัฐโดยการมีส่วนร่วมขององค์การภาคเอกชนประชาชนสถาบันสังคม ต้องรณรงค์ปลูกฝังค่านิยมให้สังคมตระหนักถึงคุณค่าของผู้สูงอายุตามวัฒนธรรมที่เป็นความกตัญญูต่อบุพการีและความเอื้ออาทรต่อกัน

คุณภาพชีวิตหรือการมีชีวิตที่ดีในผู้สูงอายุและกล่าวว่าผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีต้องประกอบด้วยปัจจัยสำคัญ ๔ ด้าน คือ

๑. **การมีความสุขทางด้านจิตใจ (Psychological Well-Being)** หมายถึง การที่บุคคลสามารถประเมินได้ว่า ประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมาคุณภาพ โดยประเมินได้จากผลกระทบระดับความสุขที่ได้รับและความสำเร็จที่ได้บรรลุตามความต้องการหรือเป้าหมายที่ตั้งไว้

๒. **ความสามารถในการแสดงพฤติกรรม (Behavioral Competence)** หมายถึง ความสามารถในการทำหน้าที่ของบุคคล ซึ่งรวมถึงการทำหน้าที่ของร่างกาย การมีสุขภาพที่ดี การรับรู้ที่ถูกต้องและการมีพฤติกรรมทางสังคมที่ถูกต้อง

๓. **สิ่งแวดล้อมของบุคคล (Objective Environment)** หมายถึง สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ๕ ส่วน ได้แก่

๑. สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ลักษณะภูมิอากาศ ภูมิประเทศ และที่อยู่อาศัย
๒. บุคคลที่มีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ เช่น สมาชิกในครอบครัว เพื่อน
๓. บุคคลอื่นทั่วไปที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ

๔. สถานภาพทางสังคม อายุ เชื้อชาติ และเศรษฐกิจ

๕. สภาพสังคมและวัฒนธรรมภายในชุมชนที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่

๔. การรับรู้คุณภาพชีวิต (Perceived Quality of Life) หมายถึง การที่บุคคลมีการประเมินตนเองเกี่ยวกับความผาสุกทางด้านจิตใจ ความสามารถในการทำหน้าที่ ตลอดจน สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อบุคคล^{๒๔}

สรุปได้ว่า ปฏิญญาผู้สูงอายุหมวดสิทธิและเสรีภาพของชนชาวไทยเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้รับการช่วยเหลือมีคุณภาพชีวิตที่ดีพึงตนเองได้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้สูงอายุ ปฏิญญาผู้สูงอายุเป็นพันธกรณี เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้รับความคุ้มครองและพิทักษ์สิทธิของผู้สูงอายุ มี ๙ ข้อ ด้านการ ดำรงชีวิตพ้นจากการถูกทอดทิ้งและละเมิดสิทธิปราศจากการเลือกปฏิบัติ ด้านครอบครัว ได้รับความ เคารพรักษาความอาทรดูแลเอาใจใส่จากลูกหลาน ด้านการศึกษาเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพ เข้าถึงข้อมูล ข่าวสารและบริการทางสังคมที่เป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิต ด้านถ่ายทอดประสบการณ์ให้กับสังคม ทำงานให้กับสังคม รับค่าตอบแทนที่เป็นธรรมเพื่อให้เกิดความภูมิใจและเห็นชีวิตมีคุณค่า ด้านการ ดูแลสุขภาพอนามัยรับบริการด้านสุขภาพอนามัยครบวงจรจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ด้านมีส่วนร่วม ในองค์เอกชนรัฐส่งเสริมให้หน่วยงานดำเนินการกับผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องเป็นหลักประกันและการ บังคับใช้ในการพิทักษ์สิทธิคุ้มครองสวัสดิภาพและจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ รัฐองค์กรเอกชน ประชาชนสถาบันสังคม รมรณรงค์ปลูกฝังสังคมตระหนักคุณค่าของผู้สูงอายุ ตามวัฒนธรรมที่เป็น ความ กตัญญูต่เวทีและความเอื้ออาทรต่อกัน

๒.๒ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาวะ

๒.๒.๑ ความหมายของการเสริมสร้างสุขภาวะ

การสร้างเสริมสุขภาพ หรือการส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion) เป็นคำที่ใช้ในวงการสาธารณสุขมานานแล้ว แต่บางคนอาจมองว่าการสร้างเสริมสุขภาพเป็นงานด้านสุขภาพอนามัยของโรงพยาบาลเท่านั้น แต่ความจริงแล้วการสร้างเสริมสุขภาพนั้นเป็นเรื่องของบุคคลหรือตัวเราเองเป็นอันดับแรก รองลงมาคือ สิ่งแวดล้อมและสังคมเมื่อ ปี พ.ศ. ๒๕๒๙ องค์การอนามัยโลกได้ออกกฎบัตรออตตาวา (Ottawa Charter) และได้ให้นิยามของ “การสร้างเสริมสุขภาพ” ว่าเป็นกระบวนการเพิ่มสมรรถนะให้บุคคลมีความสามารถในการควบคุมดูแลตนเองจากปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดสุขภาพที่จะส่งผลให้บุคคลมีสุขภาพที่ดี สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสม รวมถึงการปรับสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดีด้วย เพื่อเป็นการเน้นให้เห็นว่าการสร้างเสริมสุขภาพ มิใช่ความรับผิดชอบขององค์กรในภาคสุขภาพเพียงเท่านั้น แต่ต้องเกิดจากความร่วมมือของคนทุกคนในสังคม

^{๒๔} M. P., Lawton, Measures of Quality of Life and Subjective Well-being., (Generation, 1997), pp. 45-51.

เพื่อการมีสุขภาพดีของตนเองและสังคม โดยการสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมที่สนับสนุนการสร้างสุขภาพที่ดีของประชาชน และเสริมสร้างชุมชนให้มีความเข้มแข็งในการส่งเสริมสุขภาพรวมถึงการพัฒนาทักษะส่วนบุคคลเพื่อการมีสุขภาพที่ดี และการปรับเปลี่ยนการรับบริการทางสุขภาพ^{๒๕}

บวร งามศิริอุดม กล่าวว่า การสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promotion) หมายถึง กระบวนการที่จะทำให้คนหรือชุมชนมีขีดความรู้ ความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อไม่ให้โรคร้ายมาเบียดเบียน และสามารถพัฒนาดูแลสุขภาพของตนเองให้ดีพร้อมหรือเต็มประสิทธิภาพ ดังนั้นการสร้างเสริมสุขภาพจึงเปรียบเหมือนกุญแจไขไปสู่การมีสุขภาพดีของคน^{๒๖}

สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล ได้ให้ความหมาย การสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promotion) เป็นกระบวนการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่ “การพัฒนา” “การคงไว้” และ “การป้องกันการเสื่อมถอย” ของสถานะทางสุขภาพ โดยเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่าจะต้องอาศัยความรู้ ของสาขาที่หลากหลาย และการดำเนินการของส่วนการบริการต่าง ๆ ทั้งทางสุขภาพและทางสังคม การสร้างเสริมสุขภาพประกอบไปด้วย ๔ กระบวนการ ดังนี้

๑. การให้ความรู้ทางสุขภาพ เป็นกระบวนการให้ข้อมูลข่าวสารที่มุ่งให้เกิดการสร้างเสริมสุขภาพโดยอาศัยกลวิธีต่าง ๆ ได้แก่ การสอนกลุ่ม การมีส่วนร่วม และสื่อสารมวลชน

๒. การป้องกันโรค หมายถึงกระบวนการเพื่อให้การวินิจฉัยโรคหรือปัญหาทางสุขภาพในระยะแรกก่อนจะมีอาการทางคลินิก (การตรวจคัดกรอง) หรือการป้องกันโรคเฉพาะโรค

๓. การคงไว้ของสุขภาพ หมายถึง การคัดการรักษาเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเสื่อมถอยของสถานะทางสุขภาพในประชากรกลุ่มเสี่ยง

๔. นโยบายสาธารณะทางด้านสุขภาพ เป็นกระบวนการทางนโยบายเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ โดยตรงหรือเพื่อการสนับสนุน เช่น การจัดสรรงบประมาณ การออกกฎหมายเฉพาะ (เช่น กฎหมายให้บริการตรวจคัดกรองแก่ผู้สูงอายุโดยไม่คิดมูลค่า) การพัฒนาระบบบริการ หรือการควบคุมการโฆษณาที่อาจมีผลเสียต่อสุขภาพ (เช่น โฆษณามบุหรี่)^{๒๗}

Pender กล่าวว่า การสร้างเสริมสุขภาพประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ ที่มีผลโดยตรงต่อการเพิ่มระดับความสมบูรณ์ และการบรรลุเป้าหมายในชีวิตของบุคคลครอบครัว ชุมชน และสังคม

^{๒๕} คณานิษฐ์ อินอ่อน และคณะ, การสร้างเสริมสุขภาพด้วยการใช้เครื่องมือวิทยาศาสตร์การกีฬา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๔๒), หน้า ๑.

^{๒๖} บวร งามศิริอุดม, การพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๘), หน้า ๑.

^{๒๗} สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล, “การดูแลระยะยาว (Long-term care) และทิศทางนโยบายที่ควรจะเป็นสำหรับประเทศไทยและภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก”, วารสารพญาวินยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ, ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๔, (ตุลาคม - ธันวาคม ๒๕๔๕), ๔๐-๔๒.

นอกจากนี้ ยังได้อธิบายถึงองค์ประกอบที่สำคัญของวิถีชีวิตที่สร้างเสริมสุขภาพ ได้แก่ การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค ทั้งสององค์ประกอบ มีพื้นฐานในการมุ่งใจและจุดมุ่งหมายที่แตกต่างกัน^{๒๘}

Green and Router ให้ความหมาย การสร้างเสริมสุขภาพว่าหมายถึง ผลรวมของการสนับสนุนทางด้านการศึกษาและสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดผลต่อการปฏิบัติในสภาวะการณ์การดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งจะนำไปสู่สภาวะสุขภาพที่สมบูรณ์ การกระทำหรือการปฏิบัติเหล่านั้นอาจอยู่ในระดับบุคคล ชุมชน หรือ กลุ่มบุคคลก็ตาม การปฏิบัติหรือการกระทำเหล่านั้นย่อมส่งผลต่อภาวะสุขภาพของบุคคลและชุมชนโดยรวม ^{๒๙}

Kaplan, Sallis and Paterson ได้ให้ความหมายของการสร้างเสริมสุขภาพว่าคือ “ความพยายามเพื่อให้แน่ใจว่าประชากรมีสุขภาพดี ต้องมีการป้องกันโรคและได้รับการสร้างเสริมสุขภาพดีในแบบแผนของการดำเนินชีวิต”^{๓๐}

องค์การอนามัยโลก (WHO: World Health Organization) ในฐานะเป็นองค์กรหลักที่ดูแลด้านสุขภาพอนามัยได้ให้ความหมายของสุขภาพ (Health) ไว้ว่า สุขภาพ หมายถึง ภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ (จิตวิญญาณ) รวมถึงการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข และได้หมายความว่าเฉพาะเพียงแต่ความปราศจากโรคหรือความพิการทุพพลภาพเท่านั้น [Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.” (WHO, 1946)] ต่อมาในที่ประชุมองค์การสุขภาพโลกเมื่อเดือนพฤษภาคม ๒๕๔๑ ได้เพิ่ม สุขภาวะด้านจิตวิญญาณ (Spiritual Well-Being) อีกหัวข้อหนึ่ง^{๓๑}

สุขภาพ (Health) องค์การอนามัยโลกได้ให้นิยามไว้ว่า Health is mcomplete physical, mental, social and spiritual well being ซึ่งหมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ

สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางร่างกาย หมายถึง การที่มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง คล่องแคล่ว ว่องไว มีพลังกำลัง ไม่พิการ ไม่เป็นโรค ไม่เกิดอุบัติเหตุและดำรงอยู่ในสภาวะแวดล้อมที่สร้างเสริมสุขภาพ

^{๒๘} Pender, *Health Promotion in Nursing Practice* (2nd ed.), (Norwalk : Appleton & Lange, 1987), pp. 4 – 5.

^{๒๙} Green and Router, *Health Promotion Planning: An Educational and Environment Approach*.California, [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.lgreen.net/precede.htm> [๑๙ กรกฎาคม ๒๕๕๙].

^{๓๐} Kaplan, Sallis and Paterson , *Health and Human Behavior*, 1993, p. 81.

^{๓๑} ประเวศ วะสี, *บนเส้นทางใหม่ การส่งเสริมสุขภาพอภีวัฒน์ชีวิตและสังคม*, (กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน, ๒๕๔๒), หน้า ๘.

สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิต หมายถึง การมีจิตใจที่มีความสุข รื่นเริงมีสติ มีสมาธิ มีปัญญา รวมถึงลดความเห็นแก่ตัวด้วย เพราะบุคคลใดที่ยังมีความเห็นแก่ตัว บุคคลนั้นก็จะมีความสุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิตไม่ได้เลยสุขภาวะที่

สมบูรณ์ทางสังคม หมายถึง มีการอยู่ร่วมกันในครอบครัวเสมอภาค มีสันติภาพ และมีระบบการให้บริการทางสังคมที่ดี

สุขภาวะที่สมบูรณ์ทางจิตวิญญาณ (Spiritual Wellness) หมายถึงสุขภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อทำความดี เช่น การเสียสละ การมีความเมตตากรุณาการเข้าถึงพระรัตนตรัย หรือเข้าถึงพระเจ้า เป็นต้น สุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นสุขภาวะที่ทำให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย ร่างกายเบาสบายและมีความสุขอย่างล้นเหลือ อันจะส่งผลดีต่อสุขภาพในทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นทางกาย ทางจิตใจ และทางสังคม^{๓๒}

สุขภาพหรือสุขภาวะ เป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งต่อความเจริญงอกงามและพัฒนาการทุก ๆ ด้านในตัวบุคคล ถ้าการศึกษาคือความเจริญงอกงามจริง บุคคลจะเจริญงอกงามไม่ได้หากสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจของเราไม่สมบูรณ์ไม่ดีหรือมีแต่ข้อบกพร่อง แม้ในสมัยกรีกโบราณก็ยังไม่เล็งเห็นความสำคัญของสุขภาพอยู่เป็นอันมากกล่าวคือมีปรัชญา ๒ คน คืออริสโตเติล และพลาโต (Aristotle and Plato) ได้มีความคิดสอดคล้องต้องกันว่า “การที่จะให้การศึกษาทางด้านอื่น ๆ นั้น สมควรที่จะให้เด็กมีสุขภาพดีเสียก่อน” หมายความว่า หากเด็กมีสุขภาพไม่ดีเสียแล้วแม้จะให้การศึกษาอบรมดีพิเศษ อย่างไรก็ตาม การศึกษาเล่าเรียนก็ย่อมจะไม่ได้รับผลเต็มเม็ดเต็มหน่วยหรืออาจจะไร้ผลเสียเลยก็เป็นได้ นับเป็นการลงทุนที่หวังกำไรได้ยากมากแต่ตรงกันข้าม ถ้าเด็กมีสุขภาพดี การศึกษาเล่าเรียนก็ย่อมจะดำเนินไปได้ด้วยดี เด็กสามารถนำความรู้หรือประสบการณ์ไปใช้ให้เป็นประโยชน์ได้อย่างสมบูรณ์ทั้งในด้านส่วนตัวและส่วนรวม^{๓๓} สุขภาพ คือ ความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณที่เชื่อมโยงซึ่งกันและกันอย่างแบ่งแยกไม่ได้ การขาดความสมดุลในองค์ประกอบใดองค์ประกอบหนึ่งย่อมส่งผลต่อองค์ประกอบอื่น ๆ เสมอ การดำรงภาวะสุขภาพแบบองค์รวม จึงต้องคำนึงถึงการผสมผสานกลยุทธ์ที่จะคงความสมดุลในทุกองค์ประกอบ โดยจะครอบคลุมถึงการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมของบุคคลเป็นสำคัญ^{๓๔}

^{๓๒} คณานันท์ อินอ่อน และคณะ, การสร้างเสริมสุขภาพด้วยการใช้เครื่องมือวิทยาศาสตร์การกีฬา, หน้า ๓.

^{๓๓} สุชาติ โสมประยูร และเอมอัชฌา วัฒนบุรานนท์, การสอนสุขศึกษา = Health education teaching, (กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ๒๕๔๒), หน้า ๓.

^{๓๔} เกษม วัฒนชัย, “หลักคิดแบบองค์รวมของสุขภาพ”, มติชน วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๔๘ ปีที่ ๒๘. ฉบับที่ ๙๘๓๘ ๒๕๔๘.

สุขภาพ เป็นสภาวะทางร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ไม่เพียงแต่ปราศจากโรคและความพิการเท่านั้น สุขภาพมีความเป็นพลวัตรจึงทำให้มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในแต่ละบุคคลตลอดชีวิตอย่างต่อเนื่อง ^{๓๕}

สุขภาพ คือ สภาวะ เป็นแนวคิดที่มุ่งเน้นการสร้างสุขภาพมากกว่าการซ่อมสุขภาพโดยนิยาม “สุขภาพ” คือสภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางใจ ทางสังคมและทางจิตวิญญาณที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างเป็นบูรณาการ ^{๓๖}

ในอดีตคำว่าสุขภาพหมายถึง สุขภาพกายเป็นหลัก ต่อมาจึงได้รวมสุขภาพจิตเข้าไปด้วย เพราะเห็นว่าคนที่มีสุขภาพกายสมบูรณ์แข็งแรงแต่สุขภาพจิตเสื่อมโทรมหรือเป็นโรคจิตก็ไม่สามารถดำเนินชีวิตเป็นปกติสุขได้ ข้ำร้ายอาจจะทำร้ายผู้อื่นได้อีกด้วยปัจจุบัน คำว่าสุขภาพมิได้หมายความว่าเฉพาะสุขภาพกายและสุขภาพจิตเท่านั้น แต่ยังได้รวมถึงสุขภาพสังคมและสุขภาพจิตวิญญาณอีกด้วย จึงสามารถสรุปได้ว่าในความหมายของ "สภาวะ" ในปัจจุบัน มีองค์ประกอบ ๔ ส่วนด้วยกัน คือ

๑. สุขภาพกาย (Physical Health) หมายถึง สภาพที่ดีของร่างกาย กล่าวคืออวัยวะต่าง ๆ อยู่ในสภาพที่ดี มีความแข็งแรงสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ร่างกายสามารถทำงานได้ตามปกติและ มีความสัมพันธ์กับทุกส่วนเป็นอย่างดี และก่อให้เกิดประสิทธิภาพที่ดีในการทำงาน

๒. สุขภาพจิต (Mental Health) หมายถึง สภาพของจิตใจที่สามารถควบคุมอารมณ์ได้มีจิตใจ เบิกบานแจ่มใส มิให้เกิดความคับข้องใจหรือขัดแย้งในจิตใจสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข สามารถควบคุมอารมณ์ได้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งผู้มีสุขภาพจิตดีย่อมมีผลมาจากสุขภาพกายที่ดีด้วย ดังที่ John Lock ได้กล่าวไว้ว่า “A sound mind is in a sound body” คือ “จิตใจที่แจ่มใสย่อมอยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์”

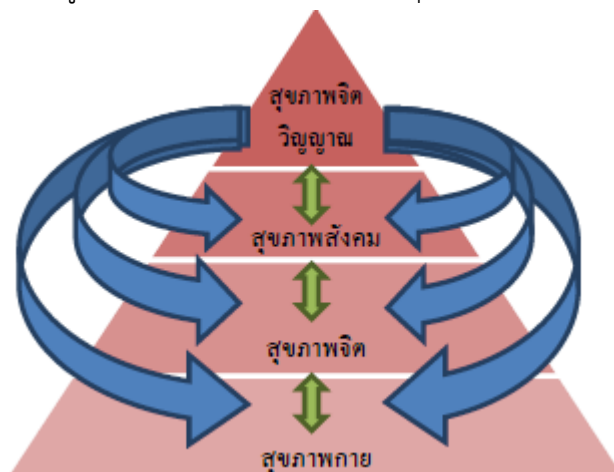
๓. สุขภาพสังคม (Social Health) หมายถึง บุคคลที่มีสภาวะทางกายและจิตใจที่สุขสมบูรณ์มี สภาพของความเป็นอยู่หรือการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ไม่ทำให้ผู้อื่นหรือสังคมเดือดร้อน สามารถปฏิสัมพันธ์และปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้เป็นอย่างดีและมีความสุข

๔. สุขภาพจิตวิญญาณ (Spiritual Health) หมายถึงสภาวะที่ดีของปัญญาที่มีความรู้ทั่วรู้เท่าทัน และความเข้าใจอย่างแยกได้ในเหตุผลแห่งความดีความชั่วความมีประโยชน์และความมีโทษ ซึ่งนำไปสู่ ความมีจิตอันดีงามและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

^{๓๕} บวร งามศิริอุดม, **หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน , ๒๕๔๘), หน้า ๑.

^{๓๖} คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข, **แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ. ๒๕๕๐ - ๒๕๕๔**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์, ๒๕๔๔), หน้า ๓.

ซึ่ง พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐ ได้ให้ความหมายของสุขภาพ ว่าหมายความว่า ภาวะของ มนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวม อย่างสมดุลทั้งนี้โดยมีแผนภูมิที่แสดงถึงความเชื่อมโยงของสุขภาวะที่เป็นองค์รวมไว้ ดังรูปภาพที่ ๒.๑



แผนภาพที่ ๒.๑ ความเชื่อมโยงของสุขภาวะของสุขภาพที่เป็นองค์รวม
ที่มา: ดัดแปลงจากอำพลจิน ดาวิณะ สไลด์นำเสนอประกอบบรรยายในพิธีเปิดการประชุมการพัฒนา ศักยภาพคน กลไก กระบวนการ AHA/IIHA ณ โรงแรมโรสการ์เด้นสวนสามพราน ๑๑ มกราคม ๒๕๓๕

การมีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ มีชีวิตอยู่ในสังคมอย่างเป็นสุข เป็นความต้องการจำเป็น พื้นฐานของชีวิตที่คนเราทุกคนปรารถนา แต่การที่เราจะมีสุขภาพที่ดีได้นั้นเราจะต้องลงมือทำด้วยตัวเองไม่มีผู้ใดสามารถทำแทนเราได้ ดังนั้น สุขบัญญัติ คือ ข้อกำหนดที่ประชาชนทุกคนควรปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอจนเป็นสุขนิสัย เพื่อให้มีสุขภาพดีทั้งทางร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ และสังคมสุขบัญญัติ ๑๐ ประการ มีดังนี้

๑. ดูแลรักษาของใช้ให้สะอาด
๒. รักษาฟันให้แข็งแรง และแปรงฟันทุกวันอย่างถูกต้อง
๓. ล้างมือให้สะอาดก่อนกินอาหารและหลังการขับถ่าย
๔. กินอาหารสุก สะอาด ปราศจากสารอันตราย และหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด สีสันฉูดฉาด
๕. งดบุหรี่ สุรา สารเสพติด การพนัน และการสำส่อนทางเพศ
๖. สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวให้อบอุ่น
๗. ป้องกันอุบัติเหตุด้วยการไม่ประมาท
๘. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ และตรวจสุขภาพประจำปี
๙. ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ
๑๐. มีสำนึกต่อส่วนรวม รวมถึงการสร้างสรรค์สังคม

ดังนั้น จะเห็นได้ว่าหากเราปฏิบัติเป็นประจำตามหลักสุขบัญญัติ ๑๐ ประการ อย่างต่อเนื่องจนเป็นนิสัยแล้ว จะช่วยนำเราไปสู่การมีสุขภาพที่ดีตามที่เราพึงปรารถนาได้

สรุปได้ว่า การสร้างเสริมสุขภาพะ หมายถึง การกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่รวมถึงการจัดการศึกษาทางด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้ผู้สูงอายุปรับเปลี่ยนแบบแผนการดำเนินชีวิตไปสู่การมีสุขภาพดี โดยพยายามส่งเสริมความตระหนักในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ ซึ่งเป็นการผสมผสานระหว่างสุขภาพ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมและองค์กรที่เกี่ยวข้องซึ่งสนับสนุนพฤติกรรมของบุคคล กลุ่มและชุมชน เพื่อให้มีสุขภาพดีด้วยการปฏิบัติตนที่ดี มีความสมบูรณ์ทั้ง ๔ ด้าน คือ ด้านร่างกายมีความแข็งแรงสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ด้านจิตใจ มีการสภาพของจิตใจที่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ มีจิตใจ เบิกบานแจ่มใส มองโลกในแง่ดี มีสติและสมาธิ ด้านสังคมการมีสภาพของความเป็นอยู่หรือการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ไม่ทำให้ผู้อื่น หรือสังคมเดือดร้อน มีสัมพันธภาพกับคนอื่น เสียสละเพื่อส่วนรวม และด้านจิตวิญญาณ สภาวะที่ดีของปัญญาที่มีความรู้ทั่วรู้เท่าทัน และความเข้าใจอย่างแยกได้ในเหตุผลแห่งความดีความชั่วความมีประโยชน์และความมีโทษ ซึ่งนำไปสู่ ความมีจิตอันดีงาม

๒.๒.๒ แนวทางการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

การส่งเสริมสุขภาพ คือ กระบวนการเพิ่มความสามารถของตนเองในการพัฒนาสุขภาพของตนเองให้บรรลุความสมบูรณ์ทางกายอารมณ์สังคมและจิตใจการส่งเสริมสุขภาพจะประสบความสำเร็จได้กลุ่มชนและบุคคลต้องเข้าใจรู้ปัญหาความอยากได้ความต้องการและการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของสังคมและธรรมชาติ

๒.๒.๒.๑ การรักษาศีลเพื่อสุขภาพ

เมื่อกล่าวถึงการรักษาศีลตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เป็นการดูแลสุขภาพอีก อย่างหนึ่ง บางคนอาจเข้าใจว่าศีลคือข้อห้ามแต่ความจริงแล้วศีลยังอำนวยความสะดวกสุขภาพให้แข็งแรงอีกด้วย

การรักษาศีลคือการละเว้นไม่ทำความชั่วด้วยการสมทานจากการไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักขโมย ไม่ ประพฤติผิดในกาม ไม่พูดเท็จและไม่ดื่มสุราเมรัย สำหรับผู้รักษาศีลถือว่าการรักษาสุขภาพ เช่น ทำให้ร่างกายแข็งแรง การไม่มีโรคภัยเบียดเบียน ซึ่งถือว่าเป็นภาพอันประเสริฐ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “โอโรคยา ปรมา ลาภา การไม่มีโรคถือว่าเป็นลาภอันประเสริฐ”^{๓๗}

พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงธรรมชาติชีวิตเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอนด้วยอุปมา ๗ ประการคือ^{๓๘}

^{๓๗} พุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๒๕/๔๒.

^{๓๘} อิง.สตตก. ๒๓/๗๔/๑๕๔ – ๑๕๕

๑. ชีวิตของมนุษย์เปรียบเหมือนหยาดน้ำค้างกล่าวคือ หยาดน้ำค้างบนยอดหญ้าเมื่ออาทิตย์ขึ้นมาก็พลันแห้งหายไป ชีวิตมนุษย์ก็ฉับนั้นเหมือนกันคือ นิดหน่อย รวดเร็ว มีทุกข์มากมีความคับแค้นมาก จะพึงเข้าใจได้ด้วยปัญญา ควรกระทำกุศล ควรประพฤติพรหมจรรย์ เพราะสัตว์ที่เกิดแล้วจะไม่ตายไม่มี (ชีวิตของมนุษย์ประมาณ ๑๐๐ ปี เกินกว่านั้นก็ไม่มีแต่เป็นส่วนน้อย)

๒. ชีวิตของมนุษย์เปรียบเหมือนฟองน้ำกล่าวคือ เมื่อฝนตกหนัก ฟองน้ำ (อันเกิดขึ้นเพราะ ฝน)ย่อมแตกไปเร็ว

๓. ชีวิตมนุษย์เปรียบเหมือนรอยไม้ที่ซัดลงไปใต้น้ำกล่าวคือ (น้ำเป็นของไม่แยกกัน) รอยไม้ ที่ซัดลงไปใต้น้ำก็พลันกับเข้าหากัน

๔. ชีวิตของมนุษย์เปรียบเหมือนแม่น้ำที่ไหลลงจากภูเขากล่าวคือ แม่น้ำไหลลงจากภูเขาไหลไปไกลกระแสน้ำเชี่ยวพัดสิ่งต่าง ๆ ไปด้วย ไม่หยุด (แม้สักครู่เดียว) โดยแท้ แม่น้ำมีแต่ไหลเรื่อยไปเท่านั้น

๕. ชีวิตของมนุษย์เปรียบเหมือนก้อนเชพะ (น้ำลาย) กล่าวคือ บุรุษที่แข็งแรงอมก้อนเชพะ ไว้ที่ปลายลิ้น แล้วพึงถ่มไปโดยง่ายตาย

๖. ชีวิตของมนุษย์เปรียบเหมือนชิ้นเนื้อกล่าวคือ ชิ้นเนื้อที่บุคคลใส่ไว้ในกระทะเหล็ก ร้อน ตลอดวันยังค่ำ ย่อมจะไหม้ไปอย่างรวดเร็ว

๗. ชีวิตของมนุษย์เปรียบเหมือนแมโคที่จะถูกฆ่ากล่าวคือ แมโคที่จะถูกฆ่า ซึ่งเขานำไปสู่ที่ฆ่า ก้าวเท้าเดินไปเท่าใดก็ใกล้ความตายเข้ามาเท่านั้น

การดูแลชีวิตร่างกายที่เป็นโรคเป็นความทุกข์ จิตที่เป็นโรคเป็นทุกข์ ดังนั้นการรักษาสุขภาพ ภายที่ดีคือ ภายไม่มีโรคมาเบียดเบียน สุขภาพจิตคือ จิตที่ไม่ถูกกิเลสที่มาจากความโลภ โกรธ หลง เข้ามรบกวนให้เจ็บปวด สุขภาพดีคือ การไม่มีโรคทั้งทางกายและทางใจ ลักษณะของร่างกายมนุษย์ใน ธรรมบท ชราวรรค ได้กล่าวไว้ ๕ ประการคือ

๑. มีความคร่ำคร่า (ปริชณณ)
๒. เป็นรังโรค (โรคินิหิ)
๓. มีอันทรุดโทรมหรือเปื่อยพังไปเป็นธรรมดา (ปภังคณ)
๔. เป็นของเน่าเปื่อย (ปุติ)
๕. มีความแตกสลายไปในที่สุด (มรณนต)
^{๓๔}

^{๓๔} พุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๒๑/๓๕.

๒.๒.๒.๒ สมธิบำบัดและสัจกิริยาบำบัด

พระพุทธเจ้าได้ทรงนำสมาธิมาใช้ในการบำบัดรักษาโรค ดังพุทธพจน์ว่า “ร่างกาย ของตถาคตยังสบายขึ้น ก็เพราะในเวลาที่ดีตถาคตเข้าเจโตสมาธิอันไม่มีนิमित เพราะไม่ใสใจ นิमित ทุกอย่าง เพราะดับเวทนาบางอย่างได้เท่านั้น”^{๔๐}

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) ได้อธิบายว่า การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติยังสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในด้านการดูแลสุขภาพพจนามัยได้หลายประการดังนี้

๑. ช่วยให้การพักผ่อนได้ผลดีเต็มที่ คือ การทำสมาธิเพียง ๑ ชั่วโมง จะช่วยให้ได้รับการพักผ่อนได้ดีกว่าการนอนหลับนานถึง ๕ ชั่วโมง

๒. ช่วยให้การขับถ่ายความร้อนภายในร่างกายที่เกิดจากความร้อนของอากาศภายนอก และขับไล่ความร้อนภายในร่างกายที่เกิดจากพิษไข้ให้ลดลงได้

๓. ช่วยในการบรรเทาหรือประทุงการไหลเวียนของโลหิตที่เกิดจากบาดแผลต่าง ๆ ทั้งแผลฉกรรจ์และไม่ฉกรรจ์ให้เลือดไหลออกช้า และออกน้อยโดยไม่ต้องใช้ส่วนอื่นมาประกอบเป็นต้น^{๔๑}

การใช้สมาธิในพุทธศาสนาสามารถนำไปใช้ในการดูแลสุขภาพทั้งทางกายและใจได้ ประโยชน์ของการฝึกสมาธิช่วยบำบัดรักษาโรคต่าง ๆ ได้สัจกิริยาบำบัด เป็นหลักธรรมที่แสดงให้เห็นว่าการรักษาสุขภาพทางกายและทางจิต จะได้ผลนั้นจะต้องรักษาให้ถูกต้อง กล่าวคือ ต้องเข้าใจธรรมชาติหรือเข้าใจความจริงของร่างกายและจิต ว่าเป็นอย่างไร โดยให้ทำความเข้าใจของการเกิดดับของกายและจิต ดังตอนที่พระพุทธเจ้าประทานให้ กำลังใจแก่ภิกษุผู้ป่วยหนักที่ขุภาคารใกล้เมืองเวสาลีว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลายธรรม ๔ ประการเป็นไฉน คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมไม่ละภิกษุบางรูปที่ทุพพลพลเป็นไข้ เรอนั้นพึงหวังผลนี้คือ จักทำให้แจ้ง ซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันหาอาสวะมิได้ เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองในปัจจุบันเข้าถึงอยู่ต่อกาลไม่นานเลย ธรรม ๕ ประการเป็นไฉน คือภิกษุในธรรมวินัยนี้ย่อมพิจารณาเห็นกายว่า เป็นของไม่งาม มีความสำคัญว่าอาหารเป็นของปฏิกูล มีความสำคัญว่าโลกทั้งปวงไม่น่ายินดี พิจารณา เห็นสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง มีการพิจารณาความตายเกิดขึ้นภายใน”^{๔๒}

การรักษาสุขภาพทางกายและทางจิตด้วยวิธียอมรับความจริงของร่างกายว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้น เปลี่ยนแปลงไปตามกฎธรรมชาติ สรรพสิ่งไม่เที่ยง ทุกข์และอนัตตา ซึ่งเป็นวิธีการยอมรับความจริงใน การรักษาสุขภาพ

^{๔๐} อก.ทสก.(ไทย)๒๔/๓๗๕/๒๒๓ - ๒๒๕.

^{๔๑} พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), **ทาน ศิล สมาธิ**, (กรุงเทพมหานคร: รุ่งทิพย์, ๒๕๔๐), หน้า ๑๒๒ - ๑๒๓.

^{๔๒} อก.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๐/๑๔๔.

๒.๒.๒.๓ แนวปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๕ ประการ ดังนี้^{๔๓}

๑. การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อผู้สูงอายุ โดยเน้นให้ทุกคนในชุมชนหรือสังคมมีข้อตกลงทางสังคมร่วมกัน รับหลักการเดียวกันในการที่จะปฏิบัติเพื่อให้ทุกคนในชุมชนหรือสังคมมีสุขภาพที่ดี เช่น การกำหนดนโยบายไม่ให้มีการทอดทิ้งผู้สูงอายุในชุมชน นโยบายหมู่บ้านปลอดอุบัติเหตุ นโยบายครอบครัวอบอุ่น เป็นต้น

๒. สร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพผู้สูงอายุ สิ่งแวดล้อมในที่นี้อาจเป็นสิ่งแวดล้อมที่เป็นรูปธรรมหรือนามธรรม สิ่งแวดล้อมที่เป็นรูปธรรมที่ใกล้ตัวผู้สูงอายุได้แก่ครอบครัว ซึ่งจะต้องให้ความรักความเอาใจใส่ มีการเกื้อหนุนดูแลผู้สูงอายุ ขณะเดียวกันต้องมีปฏิสัมพันธ์ในเชิงรุกมีความเข้าใจกัน ชุมชนก็เป็นสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ ตัวผู้สูงอายุนั้นเอง ซึ่งต้องมีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุในทุก ๆ ด้าน การดูแลความเป็นระเบียบเรียบร้อยของบ้านและสิ่งที่อยู่อาศัยรอบ ๆ บ้าน ก็จะทำให้ผู้อยู่อาศัยรวมถึงผู้สูงอายุด้วยมีความอบอุ่น มีสุขภาพดี และปลอดภัยจากอุบัติเหตุต่าง ๆ ส่วนสิ่งแวดล้อมที่เป็นนามธรรม อาทิเช่น ขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรมในสังคม ซึ่งสังคมไทยมีข้อดีกว่าประเทศอื่น ๆ ในหลายๆ ด้าน เช่น ให้ความเคารพกตัญญูทวดต่อผู้สูงวัยมีประเพณีรดน้ำดำหัวในสงกรานต์ เป็นต้น

๓. การมีส่วนร่วมของชุมชนในการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ชุมชนจะต้องมีการรวมตัวกันหรือรวมกลุ่มกันเพื่อที่จะดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้เป็นผู้สูงอายุที่สามารถแสดงศักยภาพได้ตามถนัดเพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เช่น การจัดให้มีการรวมกลุ่มเพื่อมีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ กิจกรรมทางด้านประเพณีวัฒนธรรมต่าง ๆ เช่น การฟันทศนฟันทธรรม เป็นต้น

๔. พัฒนาศักยภาพในการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโดยการให้ความรู้ ความเข้าใจแก่ผู้สูงอายุ บุคคลในครอบครัวและชุมชน ในเรื่องการเปลี่ยนแปลงทางสรีระต่าง ๆ ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจอารมณ์และสังคมของผู้สูงอายุ ตลอดจนแนวทางการดูแลส่งเสริมสุขภาพโดยผ่านสื่อต่าง ๆ

๕. ปรับเปลี่ยนบริการทางด้านสาธารณสุข โดยเน้นทางด้านสุขภาพในเชิงรุกมากขึ้น เช่น มีการคัดกรองสุขภาพโดยการดูแล และให้คำปรึกษาด้านสุขภาพ โดยให้บริการ ในลักษณะองค์รวมให้ครอบคลุมทุก ๆ ด้าน

^{๔๓} พนิดา โยวะผุยและคณะ, การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ, วิทยาลัยพยาบาลศรีนครินทรามหาสารคาม สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.smnc.ac.th>, [๑๐ เมษายน ๒๕๕๖].

๒.๒.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ

๒.๒.๓.๑ การส่งเสริมสุขภาพและการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ

การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ คือ การคงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีในผู้สูงอายุ สุขภาพในวัยผู้สูงอายุจะเป็นอย่างไรย่อมขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ ทั้งสองอย่างเกี่ยวข้องกันตลอดเวลาสภาพจิตใจที่สงบเบิกบาน ย่อมทำให้สามารถมีชีวิตที่ดีได้ ถึงแม้สุขภาพทางกายอาจมีปัญหาบ้างก็ตามแต่ถ้าปัญหาทางใจไม่ปกติเกิดความวิตกกังวลหวาดระแวงหรือเบื่อหน่าย เศร้าสร้อย ไม่อาจมีชีวิตที่มีความสุขถึงแม้สภาพร่างกายจะดีก็ตามดังคำเปรียบเปรย “ใจเป็นนายกายเป็นบ่าว” วัยผู้สูงอายุในทางศาสนาถือว่า ความเป็นผู้ชราเป็นภาวะทุกข์ เป็นภาวะที่คนส่วนมากไม่ยากเข้าสู่ภาวะนี้ แต่ทุกคนก็หลีกเลี่ยงไม่พ้น ผู้สูงอายุจำนวนมากสามารถปรับตัวต่อสภาพอันไม่พึงปรารถนาได้ดี เนื่องจากการเตรียมตัวเตรียมใจไว้ก่อนกล่าวคือ^{๔๔}

๑. เตรียมที่อยู่อาศัย

๒. เตรียมเรื่องเงินเพราะถือว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญทำให้คนชรามีความสุข หากมีความมั่นคงทางการเงิน

๓. การชะลอความแก่เป็นการเตรียมตัวเข้าสู่วัยชราด้วยความที่มีสุขภาพดี ทั้งกายและจิตใจ ซึ่งจะต้องประกอบด้วยอารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ และยังมีปัจจัยที่สำคัญ ที่ทำให้คนเรามีชีวิตที่ยืนยาวและมีสมรรถภาพคือ กลวิธีเพิ่มประสิทธิภาพทางด้านหน้าที่ของระบบร่างกาย จิตใจ และ พยายามหลีกเลี่ยงปัจจัยต่าง ๆ ที่จะมาทำอันตรายต่อสุขภาพของเรา การที่จะเอาชนะภาวะสูงอายุจะต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่าง ทั้งการบำรุงและส่งเสริมสุขภาพ กลวิธีต่าง ๆ ในการดูแลตนเองเพื่อให้ชีวิตสดใสในวัยสูงอายุประกอบด้วย ๑๐ อ. ดังนี้ คือ อาหารดี อากาศดี ออกกำลังกาย อุดมการณ์ อนามัย อุบัติเหตุ อารมณ์ อติเรก อบอุ่น อนาคต

๒.๒.๓.๒ การดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโดยครอบครัว

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีประสบการณ์ชีวิตมาก และเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในทางหนึ่งทางใดมาก่อน มีพลังสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ ได้ดี ลูกหลานควรคำนึงถึงคุณค่าและประโยชน์ของผู้สูงอายุโดยทั่วไป ผู้สูงอายุที่มีความยินดีและเต็มใจให้ข้อคิดเห็นต่าง ๆ รวมทั้งให้คำปรึกษาแก่ผู้ที่อ่อนวัยกว่าอยู่แล้วในอดีตที่ผ่านมา ผู้สูงอายุยังใช้ชีวิตที่เป็นสุขตามสมควร ซึ่งจะให้ประโยชน์จากการ

^{๔๔} สำนักงานส่งเสริมสุขภาพกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, การเปลี่ยนแปลงและเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ, [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.anamai.moph.go.th/soongwai>. [๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๐].

ดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในเวลาเดียวกันด้วยเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี สมาชิกในครอบครัว อันประกอบด้วยลูกหลานควรปฏิบัติต่อผู้สูงอายุดังต่อไปนี้^{๔๕}

๑. ช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่ามีความสำคัญและมีความหวังในชีวิต เช่น ขอคำแนะนำต่าง ๆ ขอความช่วยเหลือจากผู้สูงอายุให้ควบคุมดูแลบ้านเรือนเป็นที่ปรึกษาอบรมเลี้ยงดู ลูกหลาน

๒. ควรระมัดระวังคำพูดหรือการกระทำที่แสดงออกต่อผู้สูงอายุ เน้นความสำคัญของผู้สูงอายุอันดับแรก ยกตัวอย่างเช่น เวลารับประทานอาหาร เชิญชวนรับประทานอาหารก่อนและตักข้าวให้

๓. ชวนผู้สูงอายุเล่าเรื่องประสบการณ์ประทับใจในอดีตของท่านให้ฟังและรับฟังอย่างตั้งใจ จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่ายังมีความชื่นชมในบางส่วนของชีวิตของตนเองอยู่

๔. อำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุปฏิบัติกิจกรรมที่น่าสนใจต่างๆ เช่น เมื่อผู้สูงอายุต้องการไปวัด หรือศาสนาสถานต่าง ๆ ลูกหลานควรจัดเตรียมข้าวของต่าง ๆ ให้ และจัดการรับส่ง หรือเป็นเพื่อน

๕. เอาใจใส่ดูแลเรื่องอาหารและออกกำลังกายหรือทำงานตามความถนัดที่เหมาะสม กับวัย

๖. ที่พักอาศัย หากผู้สูงอายุต้องการแยกบ้านอยู่หรือต้องการไปอยู่สถานที่ ที่รัฐจัดให้ก็ ควรตามใจและพาลูกหลานไปเยี่ยมเมื่อมีโอกาส ถ้าหากผู้สูงอายุรู้สึกเป็นสุขและต้องการอยู่ร่วมกับ ลูกหลานก็ให้อยู่บ้านเดียวกัน เพื่อเกิดความรู้สึกอบอุ่น

๗. ช่วยให้ผู้สูงอายุมีโอกาสพบปะสังสรรค์กับญาติสนิทและเพื่อนร่วม วัยเดียวกันโดยการพาไปเยี่ยมเยียนหรือเชิญเพื่อนฝูงญาติมิตรมาสังสรรค์ที่บ้านเป็นที่คลายเหงา พาไปสถานที่ที่เป็น ศูนย์รวมของผู้สูงอายุ เช่น วัดหรือชมรมผู้สูงอายุในชุมชน

๘. ให้ความสำคัญ เห็นคุณค่าและเคารพยกย่องนับถือ ด้วยการเชื่อฟังคำสั่งสอนและ ข้อเสนอแนะจากผู้สูงอายุ ร่วมมือกันรักษาฟื้นฟูขนบธรรมเนียมประเพณีเดิมของไทย เช่น ประเพณีรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุเนื่องในวันสงกรานต์ เป็นต้น

๙. ให้อภัยในการหลงลืมและความผิดพลาดที่ผู้สูงอายุกระทำและยิ่งกว่านั้นควรแสดงความเห็นอกเห็นใจที่เหมาะสมด้วย

๑๐. ช่วยเหลือดูแลรักษาพยาบาลยามเจ็บป่วยหรือพาไปตรวจสุขภาพ ให้การดูแลอย่าง ใกล้ชิดเมื่อเจ็บป่วยหนักเรื้อรัง

^{๔๕} พนิดา โยวะผุยและคณะ, การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ, (วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม สถาบัน พระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข) หน้า ๑๖, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.smnc.ac.th/group/research/images/stories/nurse/promotion.pdf> [๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

๒.๒.๓.๓ การดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโดยชุมชน

การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุโดยชุมชนจะเป็นรูปธรรมได้นั้น ทุกคนในชุมชนจะต้องได้รับการปลูกฝังให้มีพื้นฐานจิตสำนึก ความคิด และการปฏิบัติของทุกคนในชุมชน (ผู้สูงอายุ ลูกหลานและผู้อยู่อาศัยในชุมชนทุกคน) ต้องตระหนักถึงคุณค่าความสำคัญของผู้สูงอายุ (โดยเฉพาะลูกหลาน) เปรียบเสมือนปูชนียบุคคลที่เปี่ยมด้วยประสบการณ์ชีวิตที่ล้มเหลวและดั่งงามซึ่งเป็นแบบอย่าง ในการดำเนินชีวิตของลูกหลานชุมชนในปัจจุบัน โดยลูกหลานและผู้อาศัยในชุมชนต้องแสดงความเคารพยกย่องให้เกียรติเป็นแบบอย่างที่ดีงามในการให้คำปรึกษาแนะแนวการดำเนินชีวิต การงานอาชีพ ครอบครัวการพัฒนาสังคมเศรษฐกิจและการเมือง และบทบาทหน้าที่ของภาครัฐและเอกชน เพื่อเป็นรากฐานชีวิตในชุมชนที่เอื้ออาทรต่อกันเพื่อการช่วยเหลือดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้ร่างกายแข็งแรงและสุขภาพจิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างปกติ และมีความสุขอย่างต่อเนื่องตลอดไป เช่น สมัยปัจจุบัน

๑. ชุมชนจัดตั้ง “ชุมชนพิทักษ์สุข” ร่วมกันทั้งภาครัฐและเอกชน โดยร่วมมือของประชาชน โดยชมรมเป็นแกนร่วมสร้างสวนสุขภาพ ประกอบด้วยสนามออกกำลังกายสนามเด็กเล่น ลานกิจกรรม และร่วมปลูกต้นไม้ให้ร่มรื่น สวยงาม เป็นรากฐานการปลูกฝังการดูแลสุขภาพรักธรรมชาติแก่ลูกหลานเป็นการสร้างสายใยสัมพันธ์ร่วมกันทุกกลุ่มอายุให้เกิดขึ้นในชุมชน โดยชุมชนและเพื่อชุมชน

๒. การประสานงานร่วมกันระหว่างชมรมผู้สูงอายุในชุมชนกับองค์การบริหารส่วนตำบล เพื่อการส่งเสริมงบประมาณดำเนินกิจกรรม รมรณรงค์การช่วยเหลือดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้ร่างกายแข็งแรงและสุขภาพจิตที่ดีโดยจัดสัปดาห์ตรวจสุขภาพประจำปี จัดนิทรรศการเรื่องที่ชุมชนสนใจ การทัศนศึกษาในและนอกสถานที่ของจังหวัด จัดฟังเทศน์ ปฏิบัติธรรมทุกวันพระและวันสำคัญทางศาสนา

๓. ชุมชนจัดตั้งกลุ่มส่งเสริมภูมิปัญญาชาวบ้านในชุมชนนั้น ให้มีการ สืบทอดการปฏิบัติเป็นพลวัตรประจำวัน เพื่อถ่ายทอดถึงลูกหลานและเป็นวัฒนธรรมในชุมชนตลอดไป เช่น กลุ่มจัดทำสิ่งของเครื่องใช้ อาหารพื้นบ้านที่มีประโยชน์เพื่อจำหน่ายในร้านค้าของชุมชนและกลุ่มนวดแผนไทยให้แพร่หลายตลอดไป

๔. ชุมชนประกาศเกียรติคุณลูกหลานหรือผู้ดูแลผู้สูงอายุดีเด่น เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีงามให้ลูกหลานมีจิตสำนึกในความรับผิดชอบดูแลผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องสืบไป

๕. ชุมชนสร้างเสริมการดูแลสุขภาพและส่งเสริมการดำเนินกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุให้ดำรงอยู่ตลอดไปอย่างมีประสิทธิภาพ

๖. ชุมชนให้ความสำคัญและจัดเตรียมความพร้อมบุคคลที่จะเข้าสู่วัยสูงอายุ (๕๕ – ๖๐ ปี) เพื่อการยอมรับและปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อมทั้งร่างกายจิตใจได้อย่างมี

ความสุข โดยการดำเนินโครงการฝึกทักษะชีวิตแบบมีส่วนร่วมในการปรับตัว รับการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุอย่างเหมาะสม

๗. ชุมชนจัดตั้งศูนย์ดูแลสุขภาพได้วัยเตาะแตะ (ได้กอายุ ๐ – ๓ ปี) โดยผู้อยู่ในวัยก่อนผู้สูงอายุหรือผู้สูงอายุที่มีความพร้อมและสมัครใจเพื่อแสดงถึงคุณค่าและมีการอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพของทรัพยากรบุคคลในชุมชนอย่างเป็นรูปแบบสมัยก่อนทั้งดงามวิธีหนึ่ง

กระแสการสร้างสุขภาพอย่างยั่งยืนเป็นสิ่งท้าทายของทุกภาคส่วนในการสร้างสุขภาพอย่างยั่งยืนกระแสแนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพมีความสำคัญต่อการสร้างสุขภาพที่เป็นที่ยอมรับและมีพัฒนาการมาโดยตลอดทั้งในระดับโลกและระดับประเทศ^{๔๖} ดังจะเห็นได้ว่าประเทศแคนาดามีประวัติการพัฒนางานการสร้างเสริมสุขภาพที่เข้มแข็ง โดยมีการขยายตัวของโครงการที่เกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ รมรณรงค์ให้การศึกษาด้านสุขภาพและกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพในชุมชนระดับรากหญ้าขึ้นทั่วประเทศโดยเน้นที่การพัฒนาปัจจัยกำหนดสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม ได้แก่ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมโดยร่วมกันดูแลสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติปัจจัยด้านพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล^{๔๗} และการดำเนินการพัฒนาปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพนี้จะเกิดขึ้นได้ด้วยการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นการมีส่วนร่วมที่เป็นกระบวนการพัฒนาโดยประชาชนและผู้มีส่วนได้เสียเข้ามามีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนาตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุด^{๔๘}

สรุปได้ว่า การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้มีสุขภาพที่ดีจะต้องได้รับความร่วมมือจากครอบครัวลูกหลาน ญาติ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ชุมชน และที่สำคัญขึ้นอยู่กับตัวของผู้สูงอายุเองว่าจะให้ความร่วมมือขนาดไหนในการที่จะให้ตนเองปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เคยมีมาในอดีตยอมรับสภาพปัจจุบันได้เป็นอย่างดี โดยนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเข้ามาใช้ในชีวิต โดยพิจารณาว่าสิ่งที่เกิดในโลกนี้ไม่มีตัวตนเป็นเพียงสิ่งสมมติ จะทำให้จิตใจเข้มแข็งสุขภาพแข็งแรงรู้จักผิดชอบชั่วดีไม่ยึดติดในสิ่งที่เคยกระทำมา รู้จักปลงกับสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณเพื่อการอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

^{๔๖} สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข, กรอบยุทธศาสตร์งานสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคระดับชาติ ๒๕๕๔ - ๒๕๕๘, (กรุงเทพมหานคร: สามเจริญพาณิชย์ จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๕.

^{๔๗} อัมพล จินดาวัฒนะ และคณะ, การสร้างเสริมสุขภาพ: แนวคิดหลักการและบทเรียน ของไทย, (กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน, ๒๕๕๑), หน้า ๓๓.

^{๔๘} อาภาพร เผ่าวัฒนา และคณะ, การสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในชุมชน: การประยุกต์แนวคิดและทฤษฎีสู่การปฏิบัติ, (กรุงเทพมหานคร: แผนงานพัฒนาเครือข่ายพยาบาลเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ, ๒๕๕๔), หน้า ๒๓.

๒.๓ แนวคิดทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียง

พระบรมราโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วันพฤหัสบดีที่ ๑๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๗ “การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอมีพอกิน พอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและใช้อุปกรณ์ที่ประหยัด แต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อได้พื้นฐานมั่นคงพร้อมพอควรและปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป หากมุ่งแต่จะทุ่มเทสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจขึ้นให้รวดเร็วแต่ประการเดียว โดยไม่ให้แผนปฏิบัติการสัมพันธ์กับสภาวะของประเทศและของประชาชนโดยสอดคล้องด้วย ก็จะเกิดความไม่สมดุลในเรื่องต่าง ๆ ขึ้น ซึ่งอาจกลายเป็นความยุ่งยากล้มเหลวได้ในที่สุด”^{๔๙}

๒.๓.๑ ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง

คำว่า “เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นหลักปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำริชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมาโดยตลอดนานกว่า ๒๕ ปี ตั้งแต่ก่อนเกิดวิกฤติการณ์ทางเศรษฐกิจ และเมื่อภายหลังได้ทรงเน้นย้ำแนวทางการแก้ไขเพื่อให้รอดพ้น และสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์และความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ทั้งนี้ยังมีนักวิชาการหลายท่าน ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไว้ ดังจะนำมากล่าวเป็นตัวอย่างดังนี้

กาญจนา บุญยัง และคณะ ได้กล่าวสรุปแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไว้ว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวคิดที่ยึดหลักทางสายกลางเป็นหัวใจสำคัญของกรอบแนวคิด โดยความพอเพียงจะต้องประกอบด้วย ๓ ลักษณะ คือ ความพอประมาณความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันที่ดี เพื่อเตรียมพร้อมที่จะจัดการกับผลกระทบที่เกิดขึ้นจากทั้งภายนอกและภายใน เงื่อนไขในการดำเนินกิจกรรมใด ๆ ให้อยู่ในความพอเพียงนั้นต้องอาศัยทั้ง ความรู้ (รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง) ผนวกกับ คุณธรรม (จิตใจมีคุณธรรม มีชื่อเสียง สุจริต และเพียร อดทน ปัญญา) เพื่อนำไปสู่แนวทางการปฏิบัติ และผลที่คาดว่าจะได้รับคือ การพัฒนาที่สมดุล และพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงในทุกด้าน ทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และความรู้/เทคโนโลยี^{๕๐}

ประเวศ วะสี ได้กล่าวถึงเศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจพื้นฐาน และเศรษฐกิจชุมชนว่า ถ้าสังคมไทยทำความเข้าใจเรื่องเศรษฐกิจพื้นฐานกันอย่างทั่วถึง เราสามารถจัดความยากจนของคนทั่วประเทศพร้อม ๆ กับสร้างฐานทางสังคมและธรรมชาติแวดล้อมให้ฟื้นฟูบูรณะเพิ่มพูนขึ้นเต็มประเทศความเข้มแข็งที่เป็นพื้นฐานทั้งทางเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อมจะส่งผลให้การพัฒนา

^{๔๙} พระบรมราโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร , (มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วันพฤหัสบดีที่ ๑๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๗).

^{๕๐} กาญจนา บุญยัง และคณะ , “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในองค์การบริหารส่วนตำบล”, รายงานวิจัย, (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานวุฒิสภา, ๒๕๕๒), หน้า ๑๐-๑๔.

เศรษฐกิจในระดับบนมั่นคงและยั่งยืน เศรษฐกิจพื้นฐาน หรือเศรษฐกิจชุมชนหรือเศรษฐกิจพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำรัสถึงเมื่อวันที่ ๔ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๐ มีความคล้ายคลึงกันหรือเหมือนกัน

เศรษฐกิจพื้นฐาน หมายถึง เศรษฐกิจที่คำนึงถึงการทะนุบำรุงพื้นฐานของตัวให้เข้มแข็งทั้งทางสังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และเศรษฐกิจพื้นฐานของสังคมก็คือชุมชน เพราะฉะนั้นเศรษฐกิจชุมชนกับเศรษฐกิจพื้นฐานก็อย่างเดียวกัน

เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง พอเพียงสำหรับทุกคน มีธรรมชาติพอเพียงมีความรักพอเพียง มีปัญญาพอเพียง เมื่อทุกอย่างพอเพียงก็เกิดความสมดุล จะเรียกว่าเศรษฐกิจสมดุลก็ได้ เมื่อสมดุลเป็นปกติสบายไม่เจ็บไข้ ไม่วิกฤต เศรษฐกิจพื้นฐานกับเศรษฐกิจชุมชนล้วนมุ่งไปสู่เศรษฐกิจพอเพียง ข้อสำคัญเมื่อพูดถึงเศรษฐกิจพื้นฐานต้องไม่มองเรื่องเศรษฐกิจแบบแยกส่วนแต่เป็นเศรษฐกิจที่อยู่บนความเข้มแข็งของสังคมหรือชุมชน อาศัยการสร้างเสริมความเข้มแข็งของชุมชนเป็นเครื่องมือพัฒนาเศรษฐกิจเชื่อมโยงกับวัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นบูรณาการ

ลักษณะพื้นฐาน ๕ ประการของเศรษฐกิจพอเพียง

๑. เป็นเศรษฐกิจสำหรับคนทั้งมวล ไม่ใช่เศรษฐกิจที่สร้างความร่ำรวยให้คนส่วนน้อยแต่ทั้งคนส่วนใหญ่ให้ยากจน
๒. มีพื้นฐานอยู่ที่ความเข้มแข็งของชุมชน
๓. มีบูรณาการ คือ ไม่ใช่เป็นเรื่องเศรษฐกิจโดด ๆ แต่เชื่อมโยงกับสังคมวัฒนธรรม สิ่งแวดล้อมพร้อมกันไป
๔. อยู่บนพื้นฐานความเข้มแข็งของตนเอง
๕. การจัดการและนวัตกรรมต่าง ๆ เพื่อเพิ่มเติมความก้าวหน้าให้แก่เรื่องพื้นฐาน ทำให้มีพลวัตอย่างไม่หยุดนิ่ง^{๕๑}

อุษณีย์ เกษมสันต์ ณ อยุรยา ได้อธิบายถึงคำว่า“พอ”ในหลักเศรษฐกิจพอเพียงไว้ ๓ ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ ๑ พอมี พอกิน ขั้นแรกเป็นการผลิตเพื่อตนเอง เพื่อครอบครัวเป็นอันดับแรกตั้งข้อความที่ว่า “กินทุกอย่างที่ปลูก และปลูกทุกอย่างที่กิน” พังเงินให้น้อยที่สุดเพราะเป็นสิ่งหายากโดยเริ่มจากการทำบัญชีรายรับ รายจ่าย เพื่อจะได้เห็นส่วนที่เป็นรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือย เกินความพอดี เกินความต้องการ จะได้หาทางแก้ไขด้วยการลดในส่วนนั้น ๆ และอะไรที่สามารถผลิตได้เอง ก็ลองผลิตดู เช่น การปลูกผักสวนครัวในบ้าน การเลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ไว้กินไข่ การทำปุ๋ยชีวภาพจากวัสดุเหลือใช้ในบ้านแทนการซื้อปุ๋ยวิทยาศาสตร์ และการทำสบู่เหลวไว้ใช้เอง เป็นต้น ซึ่งบุคคลทุกกลุ่มอาชีพ

^{๕๑} ประเวศ วะสี, **ประชาคมตำบล ยุทธศาสตร์เพื่อเศรษฐกิจพอเพียง ศิลธรรมและสุขภาพ**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: พิษณุต พรินต์ติ้งเซนเตอร์, ๒๕๔๑), หน้า ๒๐-๒๒.

สามารถทำได้ ถ้าเป็นเกษตรกรที่หาทางบริหารจัดการพื้นที่ตามแนวทฤษฎีใหม่เป็นหลัก คนเรากล้าไม่โลภมากชีวิตก็มีความสุขยิ่งปลดหนี้ได้ ความสุขก็ยิ่งเพิ่มขึ้นเป็นทวีคูณ

ขั้นที่ ๒ อยู่ดี กินดี เป็นขั้นของการรวมกลุ่มสมาชิกในชุมชนและในสังคมใกล้เคียงเข้าด้วยกัน เพื่อก่อให้เกิดพลัง ก่อให้เกิดการผลิต เพื่อมุ่งสู่เศรษฐกิจชุมชน ด้วยการรวบรวมข้อมูลด้านการตลาดการแปรรูปวัตถุดิบของชุมชนให้เป็นสินค้าของชุมชน ให้เป็นสินค้าและบริการเพื่อหารายได้เพิ่มขึ้น เช่น ผลผลิตของข้าวแปรรูปเป็นไส้ของสำเร็จรูป การนำสมุนไพรที่ปลูกได้มาอบแห้งบรรจุแคปซูล การทำปุ๋ยอัดเม็ดชีวภาพ ปุ๋ยน้ำ และสารไล่แมลงบรรจุขวด เป็นต้น ซึ่งการจะทำเช่นนี้ได้จำเป็นต้องมีการรวมกลุ่มให้เข้มแข็งมีการสร้างเครือข่ายของการพัฒนา และเครือข่ายวิสาหกิจชุมชน เพื่อเพิ่มมูลค่าของผลิตภัณฑ์ที่เกิดขึ้นจากภูมิปัญญาชาวบ้านให้สูงขึ้น

ขั้นที่ ๓ มั่งมี ศรีสุข ขั้นนี้เป็นการดำเนินธุรกิจชุมชนที่เกิดจากพลังสร้างสรรค์จากเครือข่ายสหกรณ์ที่มีกิจกรรมคล้ายคลึงกัน ร่วมมือกันทำกิจกรรมผลิต และการจำหน่ายเพื่อก่อให้เกิดอำนาจในการต่อรองในทุกๆ เรื่อง โดยประชาชนในชุมชนและในสังคมเป็นเจ้าของปัจจัยการผลิตเอง เช่นเป็นเจ้าของโรงงานผลิตปุ๋ยชีวภาพ โรงสีกลาง กิจการขนส่ง และเจ้าของตลาดกลาง การเกษตรเป็นต้น จะได้สามารถกำหนดราคาสินค้าและบริการได้เอง อันจะนำไปสู่ความมั่งมี ศรีสุขในที่สุด และเป็นความมั่งมี ความสุขที่ยั่งยืนด้วย เพราะใช้หลักการพึ่งตนเอง และการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน บนฐานของความไม่มีหนี้สิน^{๕๒}

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่ชี้แนวทางการดำรงชีวิต ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชการที่ ๙ มีพระราชดำรัสแก่ชาวไทยนับตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๑๗ เป็นต้นมา และถูกพูดถึงอย่างชัดเจนในวันที่ ๔ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๐ เพื่อเป็นแนวทางการแก้ไขปัญหาเศรษฐกิจของประเทศไทย ให้สามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนในกระแสโลกาภิวัตน์และความเปลี่ยนแปลงต่างๆ เศรษฐกิจพอเพียงมีบทบาทต่อการกำหนดอุดมการณ์การพัฒนาของประเทศ โดยปัญญาชนในสังคมไทยหลายท่านได้ร่วมแสดงความคิดเห็น อย่างเช่น ศ.นพ.ประเวศ วะสี, ศ.เสน่ห์ จามริก, ศ.อภิชัย พันธเสน, และศ.ฉัตรทิพย์ นาถสุภา โดยเชื่อมโยงแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงเข้ากับวัฒนธรรมชุมชน ซึ่งเคยถูกเสนอมาก่อนหน้าโดยองค์กรพัฒนาเอกชนจำนวนหนึ่งนับตั้งแต่พุทธทศวรรษ ๒๕๒๐ และได้ช่วยให้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงเป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางในสังคมไทย

๒.๓.๒ หลักแนวคิดของหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

การพัฒนาตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง คือการพัฒนาที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลางและความไม่ประมาท โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว

^{๕๒} อุษณีย์ เกษมสันต์ ณ อยุธยา, “ศาสตร์แห่งธรรมภิบาลา สร้างคุณค่าแห่งชีวิต”, นิตยสารข่าวทางเดิน, ปีที่ ๓๕ ฉบับที่ ๑๔๙ (เมษายน-มิถุนายน ๒๕๕๓): ๕๑-๕๒ .

ตลอดจนใช้ความรู้ ความรอบคอบ และคุณธรรม ประกอบการวางแผน การตัดสินใจและการกระทำ มีหลักพิจารณาอยู่ ๕ ส่วน ดังนี้

๑. กรอบแนวคิด เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็น โดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลาและเป็นการมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัย และวิกฤตเพื่อ ความมั่นคงและความยั่งยืนของการพัฒนา

๒. คุณลักษณะ เศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติตนได้ในทุกระดับ โดยเน้นการปฏิบัติทางสายกลาง และการพัฒนาอย่างเป็นขั้นเป็นตอน

๓. คำนิยาม ความพอเพียงจะต้องประกอบด้วยคุณลักษณะ ๓ คุณลักษณะพร้อม ๆ กัน ดังนี้

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไปโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและบริโภคที่อยู่ในระดับที่พอประมาณความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ

การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้

๔. เงื่อนไข การตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น ต้องอาศัยทั้งความรู้และคุณธรรมเป็นพื้นฐาน กล่าวคือ

เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

เงื่อนไขคุณธรรม ประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรมมีความซื่อสัตย์สุจริตและความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

๕. แนวทางการปฏิบัติ/ผลที่คาดว่าจะได้รับ จากการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ คือการพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน พร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้และเทคโนโลยี^{๕๓}

^{๕๓} รัตนา แก้วเสน, “การวางแผนระดับท้องถิ่นเพื่อการพัฒนาที่สมดุลด้วยตารางวางแผนเศรษฐกิจพอเพียง: กรณีศึกษาจังหวัดเชียงใหม่”, การค้นคว้าแบบอิสระ เศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔).

แนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจ เพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ จะต้องอาศัยความรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่ง ในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและดำเนินงานทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีสำนึกในคุณธรรมความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียรมีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุล และพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

เศรษฐกิจพอเพียงคือ ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ได้แก่ ความมีเหตุผล ความพอประมาณ และการมีระบบภูมิคุ้มกัน ซึ่งเกาะเกี่ยวสัมพันธ์กันเหมือนเป็นห่วง ๓ ห่วง โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของความรู้กับคุณธรรม อันเป็นเงื่อนไขอีก ๒ เงื่อนไขได้แก่

ความมีเหตุผล โดยเน้นการปรับกิจกรรมและการดำเนินธุรกิจให้สอดคล้องกับภูมิสังคม การที่ภูมิประเทศ และภูมิอากาศของประเทศไทยเหมาะสมกับการเพาะปลูกและเลี้ยงสัตว์ และประชากรมีความชำนาญเกี่ยวกับอาชีพเกษตรกรรม มีเทคโนโลยีและภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สนับสนุนอาชีพเกษตรกรรม และความต้องการอาหารของโลกเพิ่มขึ้นตลอดเวลา ทำให้เกษตรกรรมเป็นสาขาการผลิตที่สำคัญสำหรับประเทศ เปรียบเทียบกับอุตสาหกรรมที่เราต้องพึ่งพิงเงินทุน เทคโนโลยี และการบริหารจัดการจากต่างประเทศ

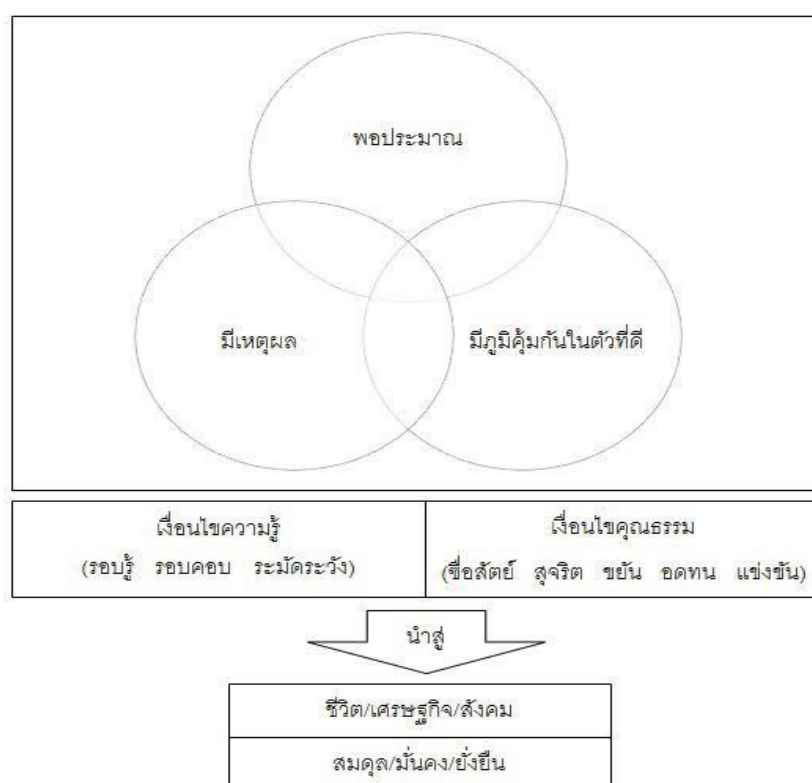
ความพอประมาณ คือ ในการทำกิจกรรมหรือลงทุนธุรกิจต่าง ๆ ต้องคำนึงถึงความสามารถด้านการบริหารจัดการของผู้จะลงทุน ความพร้อมของเงินทุน และเทคโนโลยี ซึ่งควรจะต้องมีประสบการณ์ในการบริหารกิจกรรมหรือธุรกิจที่จะดำเนินการ ต้องมีเงินทุนเพียงพอ หากจะต้องกู้เงินก็ให้เป็นส่วนอยู่และมีความมั่นใจว่าจะใช้คืนเงินกู้ได้ และต้องมีความรอบรู้เกี่ยวกับเทคโนโลยีที่ใช้เป็นอย่างดี สามารถแก้ไขปรับปรุงเทคโนโลยีได้ด้วยตนเอง

การมีภูมิคุ้มกัน คือ เราต้องสร้างภูมิคุ้มกันเกี่ยวกับการเคลื่อนย้ายทุนที่ทำให้เกิดวิกฤตเศรษฐกิจของประเทศมาแล้วไม่ให้เกิดอีก ต้องแก้ไขการที่พึ่งตัวเองไม่ได้ ด้านพลังงานและการที่ไม่สามารถเรียนรู้หรือปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงของโลกได้ เราต้องมีภูมิคุ้มกันความโลภของเราเอง ไม่ให้ความโลภที่ต้องการเพิ่มปริมาณผลผลิตทำให้เราต้องใช้อยู่ในภาคการเกษตร ความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันเป็นสาระหลักของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยมีเงื่อนไขดังนี้

ความรอบรู้ คือ ต้องรู้ทันโลก รู้เขารู้เรา เราต้องรู้ทันการเปลี่ยนแปลงของโลกเพื่อที่จะปรับตัวให้ทันและได้รับประโยชน์จากการเปลี่ยนแปลงนั้นให้ได้ ซึ่งผู้ที่เอาใจใส่ที่จะรับรู้และสามารถประเมินผลกระทบที่จะเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์และปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงได้ดีจะได้เปรียบ

ความรอบคอบ คือ การคิดอย่างรอบคอบต้องเข้าใจความเชื่อมโยงของเหตุปัจจัยและคาดการณ์ได้ว่า การกระทำของเรา หรือผลกระทบของการกระทำของคนอื่นมีเหตุและปัจจัยที่จะมีผลต่อเราอย่างไร ต้องมีการวิเคราะห์เหตุปัจจัย หรือสถานการณ์ที่เป็นไปได้หลายๆ สถานการณ์ และเตรียมหาวิธีการรับมือกับผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้น^{๕๔}

แนวคิดของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง สามารถสรุปง่ายๆ คือ ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข อันประกอบไปด้วยพอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี และมีความรู้ มีคุณธรรม ซึ่งจะนำไปสู่ชีวิต เศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมที่ก้าวหน้าอย่างสมดุล มั่นคง ยั่งยืน ดังรูปภาพต่อไปนี้^{๕๕}



^{๕๔} พระปรีญา รัฐธมโม (จังหวัดมุกด), “บทบาทรด้านการส่งเสริมวิถีชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผูบริหารองค์การส่วนตำบลแม่ท่าช้าง อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

^{๕๕} สรรเสริญ วงศ์อัม, เศรษฐกิจพอเพียง : พื้นฐานสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน, (กรุงเทพมหานคร: เพชรรุ่งการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖.

แผนภาพที่ ๒.๒ แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ที่มา: พระปรีชาญาณ ธิตธมโม (จังหวัดมณฑล), “บทบาทรด้านการส่งเสริมวิถีชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้บริหารองค์การส่วนตำบลแม่ท่าช้าง อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๒๙.

การทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขภาวะที่ดี สามารถทำได้ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงขององค์พระบาทสมเด็จพระปรมิหรมหาภูมิพลอดุลยเดช โดยการ

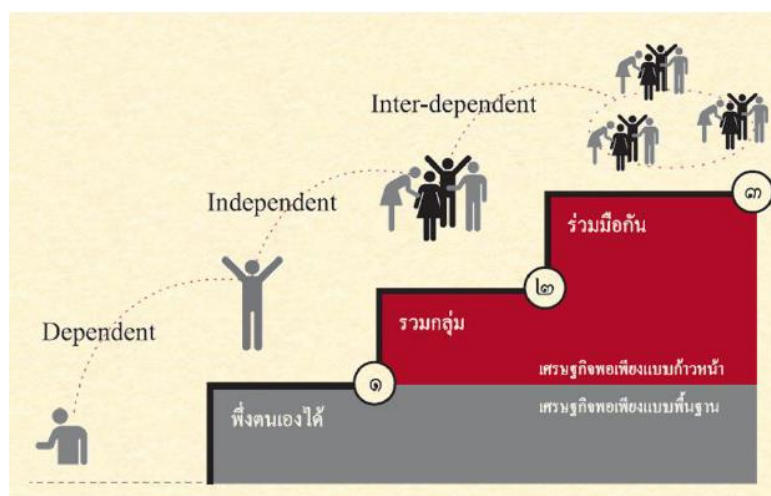
๑. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ปฏิบัติตนเพื่อให้มีความสุขภาวะที่ดี มีความรักตนเอง รักสังคม อยากมีความสุข สุขภาวะที่ดี
๒. ส่งเสริมสนับสนุนสร้างจิตสำนึกด้านสุขภาพตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงให้เกิดกับผู้สูงอายุ
๓. ส่งเสริมสนับสนุนพัฒนาระบบสุขภาพไปสู่การพึ่งตนเองตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยผลักดันให้เป็นนโยบายและยุทธศาสตร์ด้านสุขภาพของประเทศ รวมถึงในองค์กรต่าง ๆ ทุกระดับ และภาคประชาชน

ดังนั้น การสร้างเสริมสุขภาพ ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การพัฒนาสุขภาพ หรือสุขภาวะที่สมบูรณ์ในทุกมิติของสุขภาพทั้งกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ในผู้สูงอายุบนพื้นฐานการพึ่งตนเองเป็นหลัก อย่างทางสายกลางพอประมาณ มีเหตุผล ด้วยหลักความรู้ รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง และมีคุณธรรม เป็นพื้นฐานของระบบ มีความซื่อสัตย์ เมตตา จิตอาสา เสียสละ และแบ่งปัน ตามความเหมาะสมของชีวิต เศรษฐกิจ และสังคมที่เป็นอยู่ เพื่อความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน

๒.๓.๓ ระดับของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

พัฒนา ยอดพฤติการ อธิบายถึงระดับของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงดังนี้ เศรษฐกิจพอเพียงในระดับที่เลี้ยงตนเองบนพื้นฐานของความประหยัดและการลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็น เรียกว่า เศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน เศรษฐกิจพอเพียงในระดับที่มีการรวมตัวกันเพื่อร่วมกันดำเนินงานมีการสร้างเครือข่ายโดยประสานความร่วมมือกับภายนอกเรียกว่า เศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ดังนั้น เศรษฐกิจพอเพียงสามารถจำแนกได้เป็น ๓ ระดับดังต่อไปนี้^{๕๖}

^{๕๖} พิพัฒน์ ยอดพฤติการณ์, **เศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงอะไร**, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันไทยพัฒนา, ๒๕๕๐), หน้า ๘๕ .



แผนภาพที่ ๒.๓ ระดับของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ที่มา: พิพัฒน์ ยอดพฤติการณ์, เศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงอะไร, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันไทยพัฒน์, ๒๕๕๐), หน้า ๘๕ .

๑. เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่หนึ่ง (Dependent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐาน ที่เน้นความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัว มีลักษณะที่สามารถพึ่งพาตนเองสามารถสนองความต้องการขั้นพื้นฐานได้ เช่น ความต้องการในปัจจุบันของตนเองและครอบครัวมีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน มีความสามัคคีกลมเกลียว และมีความพอเพียงในการดำเนินชีวิตด้วยการประหยัดการลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นลง จนสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและด้านจิตใจ

๒. เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่สอง (Independent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ที่เน้นความพอเพียงในระดับกลุ่มหรือองค์กร คือ เมื่อบุคคลหรือครอบครัวมีความพอเพียงในระดับที่หนึ่งแล้ว ก็จะรวมพลังกันในรูปกลุ่มหรือสหกรณ์เพื่อร่วมกันดำเนินงานในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านการผลิต การตลาด ความเป็นอยู่ สวัสดิการ การศึกษา สังคมและศาสนา โดยได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งหน่วยราชการ มูลนิธิและเอกชน

๓. เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่สาม (Inter-dependent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ที่เน้นความพอเพียงในระดับเครือข่าย คือ เมื่อกลุ่มหรือองค์กรมีความพอเพียงในระดับที่สองแล้ว ก็จะร่วมมือกับหน่วยงานภายนอกเพื่อสร้างเครือข่าย มีการติดต่อร่วมมือกับธนาคาร และบริษัทต่าง ๆ ทั้ง ในด้านการลงทุน ด้านการผลิต ด้านการตลาด ด้านการจำหน่าย ด้านการบริหารจัดการเพื่อการขยายกิจกรรมทางเศรษฐกิจที่หลากหลาย ตลอดจนการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง ในด้านสวัสดิการ การศึกษา ด้านสังคมและศาสนาให้ได้รับประโยชน์ด้วยกันทุกฝ่าย

๒.๔ แนวคิดการพัฒนาที่ยั่งยืน Sustainable Development Goals

๒.๔.๑ ความเป็นมาของแนวคิดการพัฒนาที่ยั่งยืน

หลังจากที่ประเทศแถบซีกโลกตะวันตกโดยเฉพาะอังกฤษและอเมริกาได้เป็นผู้นำและต้นแบบในการปฏิวัติอุตสาหกรรม คือเปลี่ยนวิธีการผลิตเพื่อยังชีพและค้าขายภายในประเทศเป็นหลัก มาสู่การผลิตเชิงอุตสาหกรรมเพื่อให้ได้ผลผลิตแบบเดียวกันในปริมาณมากซึ่งทำให้มีต้นทุนต่ำเพื่อการแข่งขันทางการค้าและมุ่งจำหน่ายระหว่างประเทศกันมากขึ้นนับตั้งแต่ช่วงระยะ ๑ ศตวรรษที่ผ่านมา ทำให้เกิดการใช้วัตถุดิบ การส่งผลกระทบต่อธรรมชาติ การบริโภค และการใช้ฐานทรัพยากรธรรมชาติอยู่อย่างฟุ่มเฟือย ไม่คุ้มค่าและมุ่งสนองตอบความสะดวกสบายมากกว่าความจำเป็นพื้นฐาน ทำให้ทรัพยากรธรรมชาติของแต่ละประเทศย่อยหรือลงอย่างมาก เช่น ทรัพยากรพลังงาน ทรัพยากรป่า ทรัพยากรแร่ และทรัพยากรน้ำ เป็นต้น นอกจากนี้ ของเสียที่ออกจากการกระบวนการผลิตและการบริโภคสินค้าของคนได้ก่อให้เกิดมลพิษ การปนเปื้อน และสร้างผลกระทบทั้งแก่มนุษย์ ทรัพยากรน้ำ อากาศ และความหลากหลายทางชีวภาพ^{๕๗}

ดังนั้น ประเทศที่พัฒนาแล้ว จึงเริ่มรวมตัวกันสร้าง กรอบแนวทางการพัฒนาใหม่โดยเกิดการพัฒนาความคิดแบบที่เรียกว่า “การเปลี่ยนย้ายกระบวนทัศน์” (Paradigm Shift) ขึ้นส่งผลให้เกิด “กรอบแนวคิดว่าด้วยการพัฒนาที่ยั่งยืน” นับแต่ปี ๒๕๑๕ เป็นต้นมา จากการที่แนวคิดการพัฒนาที่ยั่งยืนได้เริ่มเข้ามามีบทบาทในกระแสการพัฒนาของสังคมโลกนับตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๑๕ โดยเริ่มตั้งแต่องค์กรสหประชาชาติได้จัดให้มีการประชุมสุดยอดว่าด้วยเรื่องสิ่งแวดล้อมของมนุษย์ (Human Environment) ณ กรุงสต็อกโฮล์ม ประเทศสวีเดน ซึ่งเรียกร้องให้ชาวโลกคำนึงถึงผลกระทบจากการใช้ทรัพยากรอย่างฟุ่มเฟือยจนเกินขีดจำกัด ต่อมาในปี พ.ศ. ๒๕๒๖ สหประชาชาติได้จัดตั้งสมัชชาของโลกว่าด้วยสิ่งแวดล้อมและการพัฒนา (World Commission on Environment and Development) หรือเป็นที่รู้จักกันดีในชื่อ “Brundland Commission” เพื่อทำการศึกษาเรื่องการสร้างสมดุลระหว่างสิ่งแวดล้อมกับการพัฒนา ซึ่งได้เผยแพร่เอกสารชื่อ “Our Common Future” ที่ได้เรียกร้องให้ชาวโลก เปลี่ยนแปลงวิธีการดำเนินชีวิตที่ฟุ่มเฟือยและวิถีทางการพัฒนาประเทศเสียใหม่ในลักษณะที่ปลอดภัยต่อสิ่งแวดล้อม และให้สอดคล้องกับข้อจำกัดของธรรมชาติมากยิ่งขึ้น รวมทั้งได้เสนอว่ามนุษยชาติสามารถที่จะทำให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืนขึ้นมาได้ ต่อมาสหประชาชาติได้จัดการประชุมสุดยอดระดับโลกอีก ๒ – ๓ ครั้ง คือ “การประชุมสุดยอดระดับโลกว่าด้วยเรื่องสิ่งแวดล้อมและการพัฒนา” (UN Conference on Environment and Development : UNCED) ณ กรุงริโอ เดอจาเนโร ประเทศบราซิล ในปี พ.ศ. ๒๕๓๕ โดยมีเอกสารสำคัญ คือ “แผนปฏิบัติการ

^{๕๗} สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, “โครงการพัฒนาดัชนีชี้วัดการพัฒนาที่ยั่งยืนของประเทศไทย”, รายงานการวิจัย, (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๔๗), หน้า ๒-๘.

๒๑” ซึ่งเป็นเหมือนแผนแม่บทของโลกให้ประเทศภาคีสมาชิกที่เข้าร่วมประชุมได้นำไปเป็นกรอบทิศทางพัฒนาประเทศให้ก้าวสู่ความยั่งยืน อีก ๕ ปี ถัดมา สหประชาชาติก็ได้เป็นเจ้าภาพจัด “การประชุมสุดยอดระดับโลกว่าด้วยการพัฒนาที่ยั่งยืน” (World Summit on Sustainable Development: WSSD) ณ กรุงโจฮันเนสเบิร์ก ประเทศสาธารณรัฐแอฟริกาใต้ ในปี พ.ศ. ๒๕๔๕ ซึ่งประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกกว่า ๑๘๐ ประเทศ รวมทั้งประเทศไทยได้ให้ความสำคัญใน “กรอบการพัฒนาที่ยั่งยืน” อย่างต่อเนื่องและร่วมกันลงนามรับมาเป็น “พันธกรณี” ร่วมกันที่จะพัฒนาประเทศและสังคมโลกให้น่าอยู่และยั่งยืน โดยมุ่งพัฒนาทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อมอย่างสมบูรณ์

ฉะนั้น ด้วยเหตุผลต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น จึงไม่น่าแปลกใจว่าทำไมการพัฒนาแบบยั่งยืนจึงได้รับการตอบรับเป็นอย่างดี แม้ว่าแนวคิดการพัฒนาแบบยั่งยืน จะได้รับความนิยมและยอมรับอย่างกว้างขวาง จนสามารถทำให้ปัญหาสิ่งแวดล้อมกลายเป็นปัญหาระดับโลก และได้รับความสนใจจากประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก แต่ก็มีได้หมายความว่าแนวคิดการพัฒนาแบบยั่งยืนสามารถลดทอนความรุนแรงของปัญหาสิ่งแวดล้อมโลกลงได้อย่างฉับพลัน โดยไม่ต้องพูดถึงการจัดปัญหาสิ่งแวดล้อมโลกให้หมดไป

จากรายงานของบรรษัทแลนก์เรียกร่องในสิ่งเหล่านี้ นั่นคือ การพัฒนาที่ตระหนักหรือคำนึงถึงปัญหาสิ่งแวดล้อม และคิดถึงคนรุ่นหลังด้วย จึงได้รับการตอบรับและต้อนรับอย่างอบอุ่นจากวงการต่าง ๆ ซึ่งนอกจากนี้ การพัฒนาที่ยั่งยืน ยังถูกมองว่า เป็นสิ่งที่ดีเป็นสิ่งที่น่าปรารถนา และด้วยความที่ยังคลุมเครือ ก็เป็นการเปิดพื้นที่/ที่ว่างให้กับบรรดาผู้ที่เกี่ยวข้องเลือกตีความ หรือให้ความหมายต่อสิ่งที่เรียกว่า “การพัฒนาแบบยั่งยืน” ในแบบฉบับที่ตัวเองต้องการได้ ไม่แตกต่างจากมโนทัศน์อื่น ๆ ในสังคม ไม่ว่าจะเป็น “ความยุติธรรม” หรือ “ประชาธิปไตย” เป็นต้น เพราะคงไม่มีใครกล้าประกาศว่าไม่เห็นด้วย ไม่ชอบความยุติธรรม ไม่ชอบการปกครองแบบประชาธิปไตย หรือแม้แต่ไม่ชอบการพัฒนาแบบยั่งยืน เพียงแต่จะมีรายละเอียดของเรื่องเหล่านี้แตกต่างกันไปเท่านั้น ฉะนั้น สิ่งที่รายงานของบรรษัทแลนก์กระทำก็คือ เปิดพื้นที่ชนิดใหม่ขึ้นในสังคม เพื่อให้บุคคล สถาบัน หน่วยงาน องค์กรแขนงต่าง ๆ เลือกประกาศจุดยืนทางศีลธรรมของตนเองผ่านวาทกรรมที่เรียกว่า “การพัฒนาแบบยั่งยืน” ^{๕๘}

ความโดดเด่นของวาทกรรมการพัฒนาแบบยั่งยืนอยู่ที่สามารถทำให้สิ่งที่ขัดแย้งกัน สิ่งที่คุณเหมือนว่าจะไปด้วยกันไม่ได้ในอดีต นั่นคือ ความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ (Economic growth) กับการอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (environmental protection) สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบและอย่างราบรื่นโดยไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงระบบที่ดำรงอยู่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลไกตลาดและระบบเศรษฐกิจทุนนิยมโลก กล่าวอีกนัยหนึ่ง ความโดดเด่นของวาทกรรมการพัฒนาแบบยั่งยืน อยู่ที่

^{๕๘} ชัยวัฒน์ เจริญสินโอฬาร, Development Discourse วาทกรรมการพัฒนา, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วิภาฯ, ๒๕๔๙), หน้า ๔๓-๕๕.

สามารถสลายความเชื่อ ความหวาดวิตกในยุคทศวรรษ ๑๙๗๐s และ ๑๙๘๐s ที่มองว่าความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจและสังคมแบบที่ดำรงอยู่จะนำไปสู่การทำลายล้างโลกในที่สุด สิ่ง que การพัฒนาแบบยั่งยืนนำเสนออย่างสำคัญคือการรับผิดชอบต่อผู้อื่น และในฐานะที่การพัฒนาแบบยั่งยืนเป็นรากฐานของจริยธรรมในปัจจุบัน ความน่าสนใจของการพัฒนาแบบยั่งยืนเกี่ยวกับการประสานระหว่างความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ กับการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของวาทกรรมการพัฒนาแบบยั่งยืน ดูยังเป็นข้อเสนอที่น่าสนใจอย่างมากด้วย เนื่องจากเป็นทางเลือกที่สาม ระหว่างข้อเสนอที่ดูมีลักษณะสุดขั้ว ๒ แบบ คือแบบของนักนิเวศวิทยาอย่างลึกที่เรียกร้องให้ปฏิเสธสิ่งที่เรียกว่า “การพัฒนา” อย่างสิ้นเชิง กับแบบที่ชูการพัฒนาอย่างไม่ตั้งคำถาม และไม่คำนึงถึงปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมเลย ดังกรณีของทฤษฎีการให้ทันสมัยอย่างตะวันตกในอดีต

ฉะนั้น ด้วยเหตุผลต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น จึงไม่น่าแปลกใจว่าทำไมการพัฒนาแบบยั่งยืนจึงได้รับการตอบรับเป็นอย่างดี แม้ว่าแนวคิดการพัฒนาแบบยั่งยืน จะได้รับความนิยมและยอมรับอย่างกว้างขวาง จนสามารถทำให้ปัญหาสิ่งแวดล้อมกลายเป็นปัญหาระดับโลก และได้รับความสนใจจากประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก แต่ก็มีได้หมายความว่าแนวคิดการพัฒนาแบบยั่งยืนสามารถลดทอนความรุนแรงของปัญหาสิ่งแวดล้อมโลกลงได้อย่างฉับพลัน โดยไม่ต้องพูดถึงการขจัดปัญหาสิ่งแวดล้อมโลกให้หมดไป ซึ่งยิ่งดูจะเป็นเรื่องห่างไกลมากขึ้นทุกที สาเหตุที่เป็นเช่นนี้ ส่วนหนึ่งก็เป็นเพราะว่าบรรดาพลังและกระบวนการในการทำลายล้างสิ่งแวดล้อมต่างก็ยังคงดำรงอยู่ มิได้ถูกขจัดให้หมดสิ้นไปแต่อย่างใด ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่เรียกว่าการพัฒนา การทำให้เป็นอุตสาหกรรม รวมถึงลัทธิบริโภคนิยมและระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยม ซึ่งมีส่วนอย่างสำคัญในการกระตุ้นให้เกิดการใช้ประโยชน์จากธรรมชาติอย่างขาดความรับผิดชอบเป็นที่น่าสงสัยว่าการพัฒนาที่ยั่งยืนจะเป็นไปได้มากนักน้อยเพียงใดในทางปฏิบัติ เพราะเท่าที่ผ่านมา ความไม่เท่าเทียมในสังคมยังคงดำรงอยู่ คนยากจนจำนวนมากขาดแคลนอาหาร ที่อยู่อาศัย และเครื่องนุ่งห่ม ในประเทศโลกที่สาม หรือแม้แต่ในประเทศที่พัฒนาแล้วก็ตาม นั่นคือ การพัฒนาเท่าที่ผ่านมาได้สร้างปัญหาไว้มากมายซึ่งการแก้ปัญหาแบบประนีประนอมอย่างการพัฒนาแบบยั่งยืนนี้จะแก้ไขได้หรือไม่ เพราะมีความเกี่ยวเนื่องกับผลประโยชน์จำนวนมากของชาติมหาอำนาจและบรรษัทยักษ์ใหญ่ทั้งหลาย

โดยสรุปการพัฒนาอย่างยั่งยืนในบริบทโลก คือ การพัฒนาที่มุ่งสู่ดุลยภาพของมิติ ๓ ด้าน คือ ด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม โยให้ตอบสนองต่อความต้องการของคนรุ่นปัจจุบัน และไม่ทำให้คนรุ่นอนาคตต้องประนีประนอมยอมลดความสามารถที่จะสนองความต้องการของตนเอง ความหมายของคำว่า “ยั่งยืน” การใช้คำ sustainable และ sustainability มีนิยามอยู่ ๓ แนวใหญ่ด้วยกัน ดังนี้คือ

๑. แนวสังคม หมายถึง เรื่องเกี่ยวกับการสนองความต้องการพื้นฐานอย่างต่อเนื่องซึ่งมนุษย์ทุกคนต้องได้รับอาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย และการบำบัดรักษายามเจ็บป่วย ในขณะเดียวกันก็

หมายถึง การสนองความต้องการระดับสูง เช่น ความมั่นคง เสรีภาพ การศึกษา การมีงานทำ ความยั่งยืนทางสังคม อาจจะเน้นเรื่องการส่งเสริมความสุขสมบูรณ์ของมวลชนส่วนใหญ่ เป้าหมายสำคัญที่สุดของแนวนี้นี้ คือ การรักษาคุณภาพชีวิตให้มีระดับสูงอย่างยาวนาน

๒. แนวนิเวศ จุดเน้นอยู่ที่กระบวนการทางชีววิทยาของธรรมชาติ โดยเน้นประเด็นเรื่องความยั่งยืนของการทำงานและประสิทธิภาพของระบบนิเวศ เพื่อก่อให้เกิดความยั่งยืนทางนิเวศในระยะยาวจำเป็นต้องมีการคุ้มครองทรัพยากรทางพันธุกรรมและการอนุรักษ์ความหลากหลายทางธรรมชาติ ในความหมายนี้ การจัดการและการรักษาระบบนิเวศ รวมทั้งการสนับสนุนให้ชีวิตทั้งหลายอยู่รอด คือ เป้าหมายสำคัญที่สุด

๓. แนวเศรษฐกิจ จะเน้นแต่เรื่องการขยายตัวทางเศรษฐกิจ ถ้ากล่าวถึง “ความยั่งยืน” จะหมายถึง เศรษฐกิจขยายตัวอย่างยั่งยืนยาวนาน ในอัตราที่สูง แต่นักเศรษฐศาสตร์สีเขียว มีแนวคิดอีกแบบ คือ กล่าวว่า เศรษฐกิจที่ยั่งยืน หมายถึง เศรษฐกิจที่คำนึงถึงระบบนิเวศและโลกธรรมชาติ การให้คุณค่าทางชีวิตจิตใจมากกว่าคำนึงถึงความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ

พระธรรมปิฎก ^{๕๙} ได้เขียนไว้ในหนังสือ “การพัฒนาที่ยั่งยืน” ระบุถึงการพัฒนาที่ยั่งยืนว่าคือ ระบบการพัฒนาที่เป็นองค์รวม คือ การดำรงอยู่ด้วยดีของมนุษย์ หมายถึง มนุษย์อยู่อย่างมีอิสรภาพและสันติสุขในโลกที่เกื้อกูล การพัฒนาอย่างยั่งยืนต้องอาศัยความเป็นไปอย่างประสานและเกื้อกูลกันของระบบความสัมพันธ์แห่งองค์ประกอบทั้ง ๔ ประการ คือ มนุษย์ สังคม เทคโนโลยี และธรรมชาติแวดล้อม โดยเสนอแนวทางการพัฒนาที่ยั่งยืน คือ การพัฒนาแบบองค์รวมโดยบูรณาการอย่างสมดุล จะต้องเข้าถึงความจริงของธรรมชาติ ซึ่งเป็นไปตามระบบความสัมพันธ์ของเหตุผลและปัจจัยทั้งหลาย มีอิสรภาพที่จะเกื้อกูลต่อกันด้วยระบบความสัมพันธ์แห่งองค์ประกอบพื้นฐานและรวมกับความซับซ้อนที่มนุษย์สร้างขึ้น อันได้แก่ เทคโนโลยี เป็นองค์ประกอบสำคัญของการพัฒนาดังนี้ ๑) มนุษย์ในฐานะบุคคล ในฐานะชีวิตทั้งกายและใจ ๒) สังคม ๓) ธรรมชาติ และ ๔) เทคโนโลยี ซึ่งองค์ประกอบทั้ง ๔ จะเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อกันทั้งระบบ แต่มนุษย์เป็นตัวกระทำ เพราะมีเจตจำนง ในขณะที่องค์ประกอบอื่นไม่มี และการที่มนุษย์แปลกแยกจากธรรมชาติย่อมหมายถึงว่ามนุษย์แปลกแยกจากชีวิตมนุษย์เองด้วย การแก้ปัญหาด้วยการบูรณาการง่าย ๆ ก็คือการเปลี่ยนแปลงที่จะทำให้โลกมนุษย์กับโลกธรรมชาติประสานประโยชน์กันได้ โดยมนุษย์อยู่ในโลกธรรมชาติอย่างกลมกลืน เกื้อกูล ความสำเร็จนี้จึงจะเป็นชัยชนะอย่างแท้จริงของมนุษย์ และเพื่อให้เป็นองค์ประกอบที่ดีที่จะนำไปสู่ระบบใหญ่ทั้งหมด ในการพัฒนาจึงถือเอาการพัฒนามนุษย์เพื่อเป็นศูนย์กลางในการเป็นปัจจัยที่กระทำดังกล่าวมาแล้ว

^{๕๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *การพัฒนาที่ยั่งยืน*, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โกมลคีมทอง, ๒๕๔๓), หน้า ๔๗-๕๐.

๒.๔.๒ กระบวนการพัฒนาที่ยั่งยืน

กระบวนการพัฒนาที่ยั่งยืนนั้น สามารถแบ่งระบบการพัฒนาได้เป็น ๒ ส่วน ดังนี้^{๖๐}

ส่วนแรก คือ ระบบการพัฒนาคอน โดยพัฒนาที่ตัวคนเป็นปัจจัยที่กระทำให้เป็นศูนย์กลางของการพัฒนาด้วยการพัฒนาตัวคนเต็มทั้งระบบ คือ ครอบคลุมพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยทั้ง ๓ ด้านนั้นมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันการพัฒนาคอนจะต้องทำทั้งหมดจึงจะเป็นการพัฒนาคนเต็มคน

๑. พฤติกรรม พฤติกรรมที่ดีเป็นช่องทางให้จิตใจพัฒนาและช่วยให้ปัญญางอกงาม โดยให้ความพิเศษกับพฤติกรรมเคยชินที่ดีและแก้พฤติกรรมที่จะต้องฝึกแต่เด็ก

๒. จิตใจ จิตใจที่มีเจตจำนงที่เป็นตัวชี้เร้ากำหนดพฤติกรรมและสภาพจิตใจที่มีความสุข ก็ทำให้พฤติกรรมมีความมั่นคง ปัญญาจะทำงานได้ผลและพัฒนาไปได้ ต้องอาศัยสภาพจิตใจที่เหมาะสม

๓. ปัญญา ปัญญาเป็นตัวแก้ปัญหาคอน เป็นตัวจัดปรับทุกอย่างทั้งพฤติกรรมและจิตใจให้ลงตัวพอดี และเป็นตัวนำไปสู่จุดหมายแห่งความมีอิสรภาพและสันติสุข จะต้องพัฒนาควบคู่ประสานกันไป และอิงอาศัยการพัฒนาทั้งพฤติกรรมและจิตใจ ใช้ปัญญาบนความไม่ประมาท

ส่วนที่ ๒ คือ ระบบการพัฒนาคอนที่ยั่งยืน โดยคนที่พัฒนาเต็มระบบนั้นเป็นตัวกลางหรือเป็นแกนกลาง ด้วยการเป็นปัจจัยตัวกระทำที่ไปประสานปรับเปลี่ยนบูรณาการระบบสัมพันธ์องค์รวมใหญ่สู่การพัฒนาที่ยั่งยืนและการพัฒนาที่ยั่งยืน จะเกิดขึ้นเมื่อระบบความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทั้ง ๔ ดำเนินไปด้วยดี โดยทุกส่วนเป็นปัจจัยส่งผลในทางเกื้อกูลกัน และในระบบนี้มีมนุษย์ในฐานะปัจจัยตัวการที่มีความสำคัญที่สุด ที่จะให้ภาวะที่พึงประสงค์นี้เกิดขึ้นหรือไม่ โดยจะกล่าวถึงข้อคิดเกี่ยวกับการพัฒนาและการปฏิบัติต่อองค์ประกอบทั้ง ๔ เฉพาะที่เป็นแนวทางพื้นฐานบางประการ

๑. มนุษย์ในฐานะที่เป็นมนุษย์ เป็นหลักที่ควรให้ความสำคัญที่สุด โดยมุ่งให้การศึกษาจัดสรรปัจจัยเกื้อหนุนอื่นๆ เพื่อให้มนุษย์แต่ละชีวิตเจริญงอกงาม เข้าถึงความเต็มมนุษย์ที่สมบูรณ์ อันจะเป็นปัจจัยไปกระทำต่อระบบสัมพันธ์องค์รวมใหญ่บรรลุจุดหมายแห่งการพัฒนาที่ยั่งยืนและมนุษย์ในฐานะทรัพยากรมนุษย์ คือทุนหรือปัจจัยในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม พึงมีการพัฒนาให้เป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพ มีสุขภาพดี ชยัน อดทน รับผิดชอบ มีความรู้ ฯลฯ พร้อมทั้งจะเป็นกำลังในการพัฒนาที่ยั่งยืน

๒. สังคมระบบต่าง ๆ ทางสังคมนั้นเป็นการจัดการรูปแบบในระดับสังคม ต่างสังคม ประเทศชาติที่เปิดถึงทั่วกัน จะต้องวางมาตรการร่วมกัน ปกป้องมิให้มีการกดขี่ บีบบังคับ เอารัดเอา

^{๖๐} ธีรชัย อาป่อง, แนวคิดทฤษฎีการพัฒนา, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://chornorpor.blogspot.com/๒๐๑๑/๐๙/blog-post_๒๖.html [๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

เปรียบกัน ไม่ว่าน้อยใหญ่ สังคมควรมีมาตรการพิทักษ์ ป้องกันมิให้คนเบียดเบียนทำลายธรรมชาติแวดล้อม

๓. ธรรมชาติ การมีทัศนคติที่ดีของมนุษย์ต่อธรรมชาตินั้นไม่ควรหยุดมองแค่เลืกมองตนเองแยกต่างหากจากธรรมชาติ แล้วมองตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ แต่ควรจะก้าวต่อไปถึงขั้นแสดงศักยภาพของมนุษย์ในการจัดวางสมมติต่าง ๆ ที่มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อใช้อำนาจสิทธิต่าง ๆ กลับมาอยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างเกื้อกูล ไปเบียดเบียน ทำร้าย เอาเปรียบ ยอมเสียสละให้มาก แล้วทำความดีชดใช้หรือจะถือว่ากอบโกยจากเขามากพอแล้ว จะคืนให้แก่ธรรมชาติบ้างก็ได้

๔. เทคโนโลยี การพัฒนาเทคโนโลยีใหม่ ๆ ที่เกื้อกูลไม่ทำลายธรรมชาติ เทคโนโลยีที่ประหยัดพลังงานหรือใช้พลังงานอย่างมีประสิทธิภาพ เทคโนโลยีที่มีประสิทธิภาพฝนการผลิตสูงโดยมีของเสียน้อย กำจัดน้ำเสีย กำจัดขยะ เอาของเสียมาเวียนใช้ใหม่ ตลอดจนการวางมาตรการบังคับควบคุม มนุษย์เองจะต้องไม่ประมาทกับการใช้เทคโนโลยี เพราะเทคโนโลยีเป็นเครื่องสนองกิเลสของมนุษย์ จะต้องใช้อย่างมีสติ มิใช่ว่าเทคโนโลยีเจริญก้าวหน้าแต่มนุษย์กลับเสื่อมลง จะต้องเสพที่คุณค่าแท้มิใช่เสพเพราะตณหา ข้อปฏิบัติต่อองค์ประกอบแต่ละอย่างพอเป็นแนวทางแล้วขั้นที่จะบูรณาการทั้ง ๔ องค์ประกอบเข้าด้วยกันเป็นระบบสัมพันธ์อันเดียว โดยเอาระบบพัฒนาตัวคนมาเป็นองค์แกนกลาง ที่จะทำหน้าที่เป็นปัจจัยตัวกระทำให้สำเร็จเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืน

สรุปได้ว่า การพัฒนาอย่างยั่งยืน มีหลักการที่มีลักษณะสำคัญ คือ เป็นการพัฒนาที่ดำเนินไปโดยคำนึงถึงขีดจำกัดของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และสนองความต้องการในปัจจุบัน โดยไม่ส่งผลเสียต่อความต้องการในอนาคต เป็นการพัฒนาที่คำนึงถึงความเป็นองค์รวม คือ มองว่า การจะทำสิ่งใดต้องคำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดกับสิ่งอื่น ๆ ดังนั้น การพัฒนาแนวนี้จึงยึดหลักความรอบคอบ และค่อยเป็นค่อยไป การพัฒนาอย่างยั่งยืนไม่ได้ระบุว่าต้องปฏิเสธรระบบเทคโนโลยี เพียงแต่ต้องคำนึงว่าเทคโนโลยีที่นำมาใช้นั้น เป็นไปในทางสร้างสรรค์หรือทำลายทำลายที่สุ่สุดผลของการดำเนินการพัฒนาตามแนวคิดใดก็ตามจะตกแก่ตัวมนุษย์เองเสมอ เช่น ถ้าหากพัฒนาตามแนวทางเศรษฐกิจและการใช้เทคโนโลยีควบคุมและบงการธรรมชาติมากเกินไป สังคมมนุษย์ก็อาจถึงกาลอวสานรวดเร็วขึ้น หรือหากยึดถือการพัฒนาตามแนวทางความยั่งยืนที่ตระหนักว่าสรรพสิ่งเกี่ยวข้องและส่งผลกระทบต่อกันอย่างซับซ้อนและหลากหลาย สังคมโลกก็จะดำเนินไปด้วยกันระหว่างสรรพสิ่งและตัวมนุษย์ได้อย่างยั่งยืนยาวนาน เป็นต้น^{๖๑}

^{๖๑} สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, “โครงการพัฒนาดัชนีชี้วัดการพัฒนาที่ยั่งยืนของประเทศไทย”, รายงานวิจัย, (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๔๗), หน้า ๒-๘.

๒.๔.๓ เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ๑๗ เป้าหมาย

สหประชาชาติกำหนดเป้าหมายของการพัฒนาสังคมโลกจากทศวรรษที่ผ่านมา ๘ ประเด็น และได้สิ้นสุดลงในปี พ.ศ.๒๕๕๘ และมีการกำหนดเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืนสำหรับสังคมโลกที่จะนำไปใช้ทศวรรษหน้า ๑๗ ประเด็น คือ

๑. การขจัดความยากจนทุกรูปแบบ
๒. การขจัดความหิวโหย การบรรลุถึงความมั่นคงทางอาหารและเกษตรกรรมที่ยั่งยืน
๓. การมีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี
๔. การได้รับการศึกษาที่มีคุณภาพเท่าเทียม ทัวถึงและมีการเรียนรู้ตลอดชีวิต
๕. การบรรลุความเท่าเทียมกันระหว่างเพศ การเพิ่มพลังสตรีและเด็กหญิง
๖. การเข้าถึงการใช้น้ำสะอาดและสุขาภิบาลที่ดี
๗. การเข้าถึงพลังงานที่มั่นคงและสะอาด
๘. การมีงานที่มีคุณค่าเพื่อเพิ่มการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ
๙. การส่งเสริมอุตสาหกรรม นวัตกรรมและโครงสร้างพื้นฐานที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
๑๐. การลดความเหลื่อมล้ำทั้งภายในและระหว่างประเทศ
๑๑. การตั้งถิ่นฐานและชุมชนอย่างยั่งยืน
๑๒. การส่งเสริมการผลิตและการบริโภคที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
๑๓. การเตรียมพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ
๑๔. การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรทางทะเลและชายฝั่งอย่างยั่งยืน
๑๕. การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรบนบกและรักษาระบบนิเวศ
๑๖. การสร้างสังคมสันติสุข ยุติธรรมและมีสถาบันทางสังคมที่มีความเข้มแข็ง
๑๗. การส่งเสริมการมีส่วนร่วม

ในทุกระดับในการบรรลุถึงเป้าหมายของการพัฒนาที่ยั่งยืนของโลก ทั้งนี้หน่วยงานที่รับผิดชอบ เช่น United Nation จะต้องกำหนดเกณฑ์และเป้าหมายของดัชนีการพัฒนาที่ยั่งยืนเพื่อประเทศต่าง ๆ นำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดความยั่งยืน^{๖๒}

ประเทศไทยมีการดำเนินงานที่สอดคล้องกับกรอบการพัฒนาที่ยั่งยืนมาโดยตลอด ณ ขณะนี้ เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน หรือ SDGs เป็นประเด็นสำคัญที่ถูกหยิบยกนำมาใช้ในการวางทิศทางแผนพัฒนาเศรษฐกิจและแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๒ (พ.ศ. ๒๕๖๐-๒๕๖๔) เพื่อให้ทุกภาคร่วมสร้างสังคมที่เป็นสุข ลดความเหลื่อมล้ำทางสังคมขจัดปัญหาความยากจน ส่งเสริมการเป็นเศรษฐกิจสีเขียว

^{๖๒} สยาม อรุณศรีศรีมรกต และยงยุทธ วัชรกุลย์ “เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ๑๗ ประการของสหประชาชาติเพื่อโลกอนาคต” , วารสารวิจัยสหวิทยาการไทย, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.tci-thaijo.org/index.php/jtir/article/download/48254/52411> [๓ สิงหาคม ๒๕๖๐].

มีการผลิตและบริโภคที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมโดยมีภาคส่วนต่าง ๆ ให้ความสนใจและนำแนวทางไปดำเนินงานมากขึ้น

๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๕.๑ งานวิจัยในประเทศ

จุไรรัตน์ ดวงจันทร์^{๖๓} ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลลัพธ์และแนวทางการพัฒนาสู่ความยั่งยืนในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอย่างมีส่วนร่วมของชุมชน” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ผลลัพธ์ที่ได้จากการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอย่างมีส่วนร่วมของชุมชน ได้แก่ ผลลัพธ์ด้านสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย การควบคุมอาหาร การรับประทานอาหารและการคลายเครียด ซึ่งสะท้อนถึงทัศนคติ ความรู้ความเข้าใจในโรคที่เป็น รวมทั้งพฤติกรรม การดูแลตนเองที่เพิ่มขึ้น และผลลัพธ์อื่น ๆ เช่น การได้พบปะกันของผู้สูงอายุ ความสนุกสนาน การมีคุณค่าในตัวเอง และการสานสัมพันธ์อันดี ๒) แนวทางการพัฒนาสู่ความยั่งยืนในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอย่างมีส่วนร่วมของชุมชน ต้องคำนึงถึงการสร้างความตระหนักรู้ด้วยตนเองของผู้สูงอายุ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน คือ ผู้นำสุขภาพที่คงอยู่คู่ชุมชน การประสานความร่วมมือเป็นหนึ่งเดียวของภาคีเครือข่ายและขยายผลการดำเนินงานในผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียงและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ต่อไป

พระมหาสุทิตย์ อาภาภาโรและคณะ^{๖๔} ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ด้านการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมโดยการมีส่วนร่วมของคณะสงฆ์ พบว่า คณะสงฆ์ได้มุ่งเน้นการประยุกต์ใช้หลักธรรม เพื่อส่งเสริมบทบาทและหน้าที่และการบริหารกิจการคณะสงฆ์ที่กำหนดไว้ในบทบัญญัติแห่งพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ ๖ ประการ คือ การปกครอง การศึกษา การเผยแผ่ การศึกษาสงเคราะห์ การสาธารณสงเคราะห์ และการสาธารณูปการ (สงเคราะห์ ๒) ด้านการบูรณาการหลักการทางพระพุทธศาสนากับการพัฒนาสังคมไทยปัจจุบัน พบว่า แนวคิดและวิธีการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมเชิงพุทธ สามารถนำไปสู่การพัฒนาในด้านสิ่งแวดล้อม ด้านพฤติกรรมสุขภาวะเชิงสร้างสรรค์ การพัฒนาจิตใจ ปัญญา และการสร้างพลังทางสังคมได้ ๓) ด้านการพัฒนา รูปแบบของคณะสงฆ์ในการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคม พบว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนา สามารถพัฒนา

^{๖๓} จุไรรัตน์ ดวงจันทร์, “ผลลัพธ์และแนวทางการพัฒนาสู่ความยั่งยืนในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอย่างมีส่วนร่วมของชุมชน”, วารสารวิจัยสหวิทยาการไทย, ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๓ (พฤษภาคม – มิถุนายน ๒๕๕๙): ๕๔ – ๖๑.

^{๖๔} พระมหาสุทิตย์ อาภาภาโร และคณะ, “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา”, Veridian E-Journal (ฉบับภาษาไทย) สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์และศิลปะ, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – เมษายน ๒๕๕๘), หน้า ๙๕๘ – ๙๗๑.

บุคคลและสังคมตามหลักภาวนา ๔ คือ ประการที่หนึ่ง ภายภาวนา มุ่งเน้นการพัฒนากาย การฝึกอบรมกายให้รู้จักเป็นระบบระเบียบ และส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาตนเอง รวมทั้งเข้าใจระบบสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้เกิดความยั่งยืน

ไพบุลย์ พงษ์แสงพันธ์^{๖๕} ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุโดยใช้การมีส่วนร่วมของชุมชน” ผลการวิจัย พบว่า งานอดิเรกที่ผู้สูงอายุชอบ ได้แก่ การทำงานบ้าน นั่งคุยกับเพื่อนบ้าน ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ ฟังเพลง ดูโทรทัศน์ ปั่นจักรยาน อ่านหนังสือ นั่งสมาธิ เลี้ยงหลาน ออกกำลังกาย, กิจกรรมการออกกำลังกายที่ปฏิบัติประจำ ได้แก่ การเดิน ออกกำลังกายด้วยยางยืด เต้นแอโรบิค โยคะ ปั่นจักรยาน ดูแลต้นไม้, แนวทางในการปฏิบัติเพื่อคลายเครียดและวิตกกังวล ได้แก่ พุดคุยกับเพื่อนบ้าน ปลูกต้นไม้ เลี้ยงสัตว์ นอนพักผ่อน ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ ฝึกสมาธิ ระบายเล่าให้ลูก ๆ ฟัง, เมื่อรู้สึกไม่สบายเจ็บป่วยเล็กน้อย ผู้สูงอายุมีแนวทางในการดูแลตนเอง ได้แก่ การซื้อยามกินเอง รับประทานยาสมุนไพร ไปพบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข, การสนับสนุนและให้กำลังใจสมาชิกได้ครบถ้วน ได้แก่ การปลอบโยนกัน พุดคุย ปรีกษากัน การช่วยดูแลความเป็นอยู่ ช่วยเหลือยามเจ็บป่วย, สิ่งที่ผู้สูงอายุรู้สึกภาคภูมิใจเมื่อเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ คือ ภูมิใจที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ได้เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ได้เรียนรู้วิธีการบำบัดต่าง ๆ โดยเฉพาะในทางพระพุทธศาสนา ได้ปฏิบัติงานเป็นอาสาสมัครสาธารณสุขของตำบล มีความภาคภูมิใจที่ได้ทำกิจกรรมกับเพื่อน ได้ช่วยเหลือดูแลสุขภาพคนอื่น จิตใจสงบ ได้รับความรู้เพิ่มเติม รู้จักเพื่อนมากขึ้น มีกำลังใจมากขึ้น, ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ การฝึกสมาธิ ด้านความคิด การกำหนดจิตใจ ได้รับความรู้มากขึ้น สามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน อารมณ์ดี ผ่อนคลายความเครียด, ความประทับใจเมื่อเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชมรมผู้สูงอายุ ประทับใจในการเข้ารับฟังบรรยายวิชาการเพื่อสุขภาพ การได้พบปะพุดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การได้รับความรู้ใหม่ ๆ ความเป็นกันเองของเพื่อน ๆ ที่มาร่วมกิจกรรม, ปัญหาและอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ การเดินทางเนื่องจากไม่มีรถส่วนตัว เวลาไม่เหมาะสม ต้องทำงานส่วนตัว, การมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ เป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรม เป็นอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เป็นคนสาธิตบรรยายให้ความรู้แก่สมาชิก การไปเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ, การได้รับการสนับสนุนและช่วยเหลือในการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจากหน่วยงานหรือสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ การประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่าง ๆ การตรวจสุขภาพทั่วไป และการตรวจคัดกรองโรค มีวิทยากรที่มีความรู้มาบรรยายและดำเนินกิจกรรม

^{๖๕} ไพบุลย์ พงษ์แสงพันธ์ และคณะ, “การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโดยใช้การมีส่วนร่วมของชุมชน”, รายงานวิจัย, (สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (ทุนอุดหนุนจากรัฐบาล): มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๕๗), หน้า ๔๘ – ๔๙.

นนทรี สัจจาธรรม^{๖๖} ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต” ผลการวิจัยพบว่า ผู้ทรงคุณวุฒิมีความคิดเห็นต่อโครงสร้างและรูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยเห็นด้วยร้อยละ ๙๐.๘๐ กลุ่มผู้ดูแลสุขภาพหน่วยงานรัฐ และกลุ่มผู้ดูแลสุขภาพหน่วยงานเอกชน มีความคิดเห็นต่อองค์ประกอบของรายวิชา ระดับปานกลาง ร้อยละ ๘๐.๓๐ และ ๘๐.๒๐ ตามลำดับ สำหรับรูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้น ใช้วิธีการอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุ ตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๖ ในเวลา ๕ วัน (๓๐ ชั่วโมง) รายวิชา ได้แก่ การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และจริยธรรมของผู้ดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ประเมินผลโดยการทดสอบก่อนและหลังเรียน ด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม จริยธรรม ทักษะความสัมพันธ์ การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม และติดตามหลังการอบรม

สมรทิพย์ วิภาวนิช^{๖๗} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสุขภาวะชุมชน” ผลการวิจัยพบว่า ๑) การสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านสังคมในภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนด้านพฤติกรรมสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพ ด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ ในภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก และจากการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ จำนวน ๒ ชุมชน พบว่า มีการน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิต เพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพของคนในชุมชน ทั้งปัญหาด้านเศรษฐกิจ ด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ ด้านสังคม ด้านพฤติกรรม และด้านการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพ ๒) การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสุขภาวะชุมชน ได้รูปแบบชื่อว่า “SMART Model” ซึ่งผ่านการรับรองแล้ว ๓) ผลการทดลองใช้รูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อสุขภาวะชุมชนกับกลุ่มทดลอง พบว่า ผลการทดสอบความรู้ สอบถามเจตคติต่อการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงหลังการทดลองสูงกว่าการทดลองอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ ๔) ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสุขภาวะชุมชนในภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด และจากการถอดบทเรียน พบว่า มีความก้าวหน้าในการดำเนินงานการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงทั้งทางด้านพฤติกรรม สุขภาพ เศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ

^{๖๖} นนนทรี สัจจาธรรม และคณะ, “รูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต”, วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์, ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (กุมภาพันธ์ – พฤษภาคม ๒๕๕๘): ๔๓ – ๕๔.

^{๖๗} นนนทรี สัจจาธรรม, “รูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต”, วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (กุมภาพันธ์ – พฤษภาคม ๒๕๕๘): ๔๓ – ๕๔.

สมพันธ์ เตชะอธิก^{๖๘} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “สุขภาวะชุมชนเพื่อความอยู่ดีมีสุข” ผลการวิจัยพบว่า ผลลัพธ์จากการสร้างเสริมสุขภาวะ สามารถบรรเทาความทุกข์ทางร่างกายและจิตใจได้บ้าง ด้านสังคม ผู้สูงอายุรู้สึกตนเองมีคุณค่า เกิดความร่วมมือกับองค์กรท้องถิ่น ด้านปัญญา เกิดการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาการติดต่อทางปัญญา วิเคราะห์สาเหตุจากการเรียนรู้ในการทำตัวชีวิตแผนที่สุขภาวะ นโยบาย ยุทธศาสตร์ และโครงการ ทำให้ชุมชนและอบต. เกิดความเข้าใจในท้องถิ่นของตนเองมากขึ้น แต่ยังไม่บรรลุผลการพัฒนาสุขภาวะเพื่อความอยู่ดีมีสุข ซึ่งต้องใช้ระยะเวลายาวนานและต้องมีระบบสนับสนุนการทำงานอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ชุมชนท้องถิ่นขยายกิจกรรมจนนำไปสู่การลดหรือแก้ไขปัญห สุขภาวะได้อย่างยั่งยืน สำหรับการส่งเสริมความรู้จักระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะ มีดังนี้ ๑) การพัฒนาตัวชีวิต โดยชาวบ้านได้สร้างความรู้สึกเป็นเจ้าของปัญหาสุขภาวะและชาวบ้านมีความเข้าใจเรื่องสุขภาพองค์รวมที่เชื่อมโยงกับบริบทของท้องถิ่นมากขึ้น ๒) การประยุกต์ใช้แนวคิดการขับเคลื่อนนโยบายสาธารณะด้านสุขภาพ โดยกลไกสามเหลี่ยมเขยื้อนภูเขา พบว่า ผู้นำชุมชนมักทำหลายบทบาทร่วมกันไม่ได้แยกแยะบทบาทเฉพาะด้านใดด้านหนึ่ง ๓) การเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้กับผู้นำ ๓ ด้าน เป็นการพัฒนาภาวะผู้นำ และสร้างความเข้าใจในกระบวนการสร้างสุขภาวะ มีความจำเป็นที่สถาบันวิชาการต้องร่วมจัดกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ๔) การมีส่วนร่วมของชุมชนกับอบต. เริ่มจากการสร้างความสนใจ ความตระหนัก และต้องการเปลี่ยนแปลงไปสู่การมีสุขภาวะที่ดี ชุมชนและอบต. เห็นความสำคัญร่วมเป็นเจ้าของโครงการ อีกทั้งบรรจุข้อบัญญัติงบประมาณเพื่อดำเนินงาน ๕) นวัตกรรมสร้างเสริมสุขภาพและแหล่งเรียนรู้ เป็นการฟื้นฟูสิ่งเก่า หรือการสร้างสิ่งใหม่ที่ดีในชุมชน ทุกตำบลมีการริเริ่มกิจกรรมสุขภาวะ บางตำบลเกิดนวัตกรรมเชื่อมโยงสู่นโยบายจังหวัด เช่น ตำบึงสมุนไพร ส่งผลต่อการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ป่วยโรคเบาหวาน และการมอบลูกฝากหลาน สลับกันเลี้ยงดูเป็นเวลา ๑ เดือน ส่งผลให้พ่อแม่ ผู้ปกครองและลูกมีความเข้าใจบทบาทการเป็นสมาชิกครอบครัว แสดงออกในการดูแล เอาใจใส่กันมากขึ้น เป็นต้น ๖) การสื่อสารสาธารณะในชุมชน เกิดแผนที่สุขภาวะและสื่อพื้นบ้านเป็นเครื่องมือชี้้นำการสร้างนโยบาย ยุทธศาสตร์ โครงการและใช้เผยแพร่ความรู้ ความเข้าใจเรื่องสุขภาวะของชุมชนได้ดี

อุ้นเอื้อ สิงห์คำ^{๖๙} ได้ศึกษาเรื่อง “กระบวนการและผลของการสร้างเสริมสุขภาวะองค์กรรวมวิถีพุทธ” ผลการวิจัยพบว่า กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะองค์กรรวมวิถีพุทธจัดขึ้นเป็นระยะเวลา ๕ วัน เพื่อเรียนรู้ทฤษฎีการสร้างสุขภาพควบคู่กับการปฏิบัติ โดยบูรณาการองค์ความรู้บนความเชื่อจากวิถีการดำรงชีวิตของสังคมไทยและวิทยาการทางวิทยาศาสตร์ เน้นองค์ความรู้เพื่อการพึ่งตนเอง

^{๖๘} สมพันธ์ เตชะอธิกและคณะ, “สุขภาวะชุมชนเพื่อความอยู่ดีมีสุข”, คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. (อัตสำเนา).

^{๖๙} อุ้นเอื้อ สิงห์คำและคณะ, “กระบวนการและผลของการเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรรวมวิถีพุทธ”, วารสารสมาคมนักวิจัย, ปีที่ ๑๙ ฉบับที่ ๑ (๑ มกราคม – เมษายน ๒๕๕๗): ๗๓.

จนเป็นที่พึงของคนอื่นได้ มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ มีการฟังและสนทนารวมจากนักบวชเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณสู่การลด ละ เลิกความโลภ โกรธ หลง นอกจากนี้ ยังพบว่า ผลจากกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพขององค์กรรวมวิถีพุทธทำให้คนมีสุขภาพที่ดีขึ้น เกิดจิตใจที่ดีงาม มีความเสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีอารมณ์เบิกบานแจ่มใส ทำให้เกิดพลังในการช่วยเหลือผู้อื่นที่ทุกข์ทรมาน เพื่อมีสุขภาพดี และช่วยทำให้สุขภาพของสังคมดีขึ้น

ฤทธิ์ชัย แกมนาค^{๗๐} ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอกาฬสินธุ์ จังหวัดเชียงราย” ผลการวิจัยพบว่า ในการค้นหาสภาพปัญหา ความต้องการ และการรับรู้เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ความสำคัญของสภาพปัญหาของผู้สูงอายุเมื่อจัดลำดับความสำคัญ มีดังนี้ คือ ๑) ความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุกับลูกหลาน ได้รับการดูแลตามฐานะและมีผู้สูงอายุบางคนที่ถูกหลานทิ้งให้อยู่ตามลำพัง ๒) ผู้สูงอายุมีปัญหาด้านสุขภาพ สุขภาพไม่แข็งแรง มีโรคประจำตัว เป็นโรคกระดูกทับเส้น ปวดข้อ ปวดเข่า เบาหวาน ความดัน ๓) ผู้สูงอายุมีปัญหาด้านจิตใจ เหงา และเครียด และ ๔) ผู้สูงอายุมีปัญหาด้านการประกอบอาชีพ เนื่องจากมีอาชีพเกษตรกร ทำให้มีรายได้ต่ำ ส่วนความต้องการของผู้สูงอายุ จัดลำดับความสำคัญ ได้ดังนี้ ๑) ผู้สูงอายุต้องการมีสุขภาพที่ดี สุขภาพแข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ มีสถานที่ออกกำลังกาย และทำกิจกรรมร่วมกัน ๒) ผู้สูงอายุต้องการความเอาใจใส่จากครอบครัวและคนใกล้ชิด รวมถึงหน่วยงานที่ดูแลเรื่องสุขภาพ ๓) ผู้สูงอายุต้องการมีรายได้เสริม มีอาชีพ และมีตลาดรองรับผลผลิต ส่วนด้านการรับรู้เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ จัดลำดับความสำคัญ ได้ดังนี้ ๑) ผู้สูงอายุรับรู้ว่าการออกกำลังกายจะช่วยให้ร่างกายแข็งแรง การตรวจสุขภาพประจำปี การรับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะจะช่วยให้ทราบถึงปัญหาสุขภาพ และแนวทางป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ ๒) ผู้สูงอายุรู้ว่า การได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว ผู้ใกล้ชิด การมีกิจกรรมร่วมกันกับชุมชน ช่วยให้สุขภาพจิตดีขึ้น นอกจากนี้ยังได้โครงการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ จากการตัดสินใจเลือกแนวทางและวางแผนร่วมกันในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้กิจกรรมทั้งหมด ๖ กิจกรรม คือ กิจกรรมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ กิจกรรมธรรมบำบัด กิจกรรมช่วงฉายา กิจกรรมออกกำลังกาย กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และกิจกรรมอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ เสริมรายได้ผู้สูงอายุบ้านหัวฝาย และได้จัดทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้โครงการซื้อ การส่งเสริมและยกระดับศักยภาพการศึกษาของผู้สูงวัยด้วยภูมิปัญญาไทยพื้นบ้าน แห่งล้านนา ของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย กิจกรรมการประกอบอาชีพเสริมรายได้ ซึ่งการดำเนินงานในกิจกรรมตามโครงการ พบว่า ได้รับความร่วมมือจากกลุ่มเป้าหมาย สามารถดำเนินงานได้บรรลุเป้าหมาย

^{๗๐} ฤทธิ์ชัย แกมนาคและคณะ, “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอกาฬสินธุ์ จังหวัดเชียงราย”, ใน **รวมบทความการประชุมสัมมนาวิชาการราชภัฏนครสวรรค์วิจัย ครั้งที่ ๑**, หน้า ๙๗๕ – ๙๘๗. (อัสสัมชัญ).

ทุกกิจกรรม ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า มีสุขภาพดี สุขภาพกายและสุขภาพจิตดีขึ้น มีร่างกายแข็งแรง มีอารมณ์ดีขึ้น อยู่ร่วมสังคมได้เป็นอย่างดี ด้านการติดตามผล หลังจากเสร็จสิ้นโครงการ ผู้สูงอายุมีความกระตือรือร้น กล้าพูด กล้าถาม กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าตัดสินใจ มีความสุขและยังคงมีกิจกรรมร่วมกันอยู่เสมอ

วริยา จันทร์ขำ^{๗๑} ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง กรณีศึกษา: องค์การบริหารส่วนตำบลท่างาน อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ฐานคิด ทุนสังคม และศักยภาพการดูแลผู้สูงอายุเพื่อสร้างชุมชนจัดการตนเอง คือ การมีส่วนร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมรับผลประโยชน์ แก้ไขปัญหาโดยใช้ภาคีเครือข่าย สร้างความมีจิตสาธารณะ เพื่อพัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพ พัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาวะชุมชน จัดระบบบริการสุขภาพ จัดตั้งกองทุน/สวัสดิการ และนำใช้ข้อมูลตำบลมาพัฒนางานอย่างเป็นระบบ ๒) รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง ใช้ระบบฐานข้อมูลตำบล บูรณาการทุน และศักยภาพทางสังคมภายในและภายนอกพื้นที่ เน้นการพัฒนาคุณภาพชีวิต สุขภาพความเป็นอยู่ และการพึ่งพาตนเอง ดูแลผู้ที่เข้าสู่วัยผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุ โดยเน้น ๔ มิติ คือ (๑) การดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง (๒) การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุด้านการเรียนรู้สัมมาอาชีพ (๓) การเตรียมความพร้อมก่อนวัยผู้สูงอายุ (๓) การเตรียมความพร้อมก่อนวัยสูงอายุ และ (๔) การจัดสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ

สุดา ศิลากุล^{๗๒} ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนนทบุรี” โดยไปศึกษาการจัดสวัสดิการ ๖ ด้าน ได้แก่ ด้านรายได้ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านที่อยู่อาศัย ด้านการศึกษา ด้านนันทนาการ และสวัสดิการ ด้านอื่น ๆ ผลการศึกษาพบว่า การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุของเทศบาลจัดได้อยู่ในระดับน้อย โดยสวัสดิการด้านนันทนาการ ด้านรายได้ จัดได้อยู่ในระดับปานกลาง ด้านสุขภาพอนามัย ด้านการศึกษา และด้านที่อยู่อาศัยจัดได้อยู่ในระดับน้อย และพบว่า ประเภทของเทศบาลที่แตกต่างกันมีการจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุแตกต่างกัน กล่าวคือ เทศบาลที่มีขนาดใหญ่หรือขนาดกลางมีการจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุได้มากกว่าเทศบาลขนาดเล็ก และประเภทของเทศบาลที่แตกต่างกันมีความพร้อมในการจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุของเทศบาล ในจังหวัดนนทบุรีแตกต่างกัน โดยเทศบาลขนาดใหญ่หรือขนาดกลางจะมีความพร้อมในการจัด สวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุมากกว่าเทศบาลขนาดเล็ก ผู้เขียนได้กำหนด

^{๗๑} วริยา จันทร์ขำ และคณะ, “รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง กรณีศึกษา: องค์การบริหารส่วนตำบลท่างาน อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี”, วารสารวิจัยเพื่อการพัฒนาเชิงพื้นที่, ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม - กันยายน ๒๕๕๘): ๒๒ - ๔๑.

^{๗๒} สุดา ศิลากุล, “การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนนทบุรี”, วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๘).

ขอบเขตของสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุเพื่อใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย ๔ ด้านคือ ด้านสุขภาพ อนามัย ด้านรายได้ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านนันทนาการ

วลัยพร เภกนัยน์ และคณะ^{๗๓} ได้วิจัยเรื่อง “บทบาทของเทศบาลตำบลบางยี่รงค์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสภาพคุณภาพชีวิตดี เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าอยู่ในระดับดีทุกด้าน โดยผู้สูงอายุรู้สึกพึงพอใจในด้านสังคมสูงที่สุด รองลงมาได้แก่ ด้านสาธารณสุข ด้านนันทนาการ และด้านเศรษฐกิจ ตามลำดับ ๒) ผู้สูงอายุมีความเห็นต่อบทบาทของเทศบาลตำบลบางยี่รงค์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภาพรวมอยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าอยู่ในระดับน้อยทุก ด้าน โดยผู้สูงอายุมีความคิดเห็นต่อบทบาทของเทศบาลในด้านสาธารณสุขสูงที่สุด รองลงมาได้แก่ ด้านสังคม ด้านนันทนาการ และด้านเศรษฐกิจ ตามลำดับ ๒ และ ๓) ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม และสภาพคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน มีความเห็นว่า บทบาทของเทศบาล ตำบลบางยี่รงค์ อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงครามในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

ฤทัยชนก กุลสืบ และวรัญญา เชื้อทอง^{๗๔} ได้ทำการศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชาชนในตำบลห้วยกระเจา อำเภอห้วยกระเจา จังหวัดกาญจนบุรี โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๕๐ คนพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ ๕๘ .๐ อายุต่ำกว่า ๓๐ ปี ร้อยละ ๓๔.๐ ไม่มีโรคประจำตัว การรับรู้ประโยชน์ของการดูแลตนเองในระดับปานกลางรับรู้อุปสรรคของการดูแลตนเองในระดับปานกลาง โดยปัจจัยด้านเพศ ระดับการศึกษา อาชีพรายได้ เชื้อสายต่อเดือน การมีโรคประจำตัว การรับรู้ประโยชน์ของการดูแลตนเองและพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกัน ส่วนปัจจัยด้านอายุสถานภาพสมรส และการรับรู้อุปสรรคของการดูแลตนเองต่างกัน มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกัน

ภูริชญา เทพศิริ^{๗๕} ได้ทำการวิจัยเรื่อง “คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลทองหลาง อำเภอบ้านนา จังหวัดนครนายก” ผลการศึกษา คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านสวัสดิการสังคม มีอันดับสูงสุด รองลงมาคือ ด้านความ

^{๗๓} วลัยพร เภกนัยน์ และคณะ, “บทบาทของเทศบาลตำบลบางยี่รงค์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม”, *วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๕๕๔).

^{๗๔} ฤทัยชนก กุลสืบ และวรัญญา เชื้อทอง, “การศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชาชนในตำบลห้วยกระเจา อำเภอห้วยกระเจา จังหวัดกาญจนบุรี”, *รายงานการวิจัย*, (นครปฐม: สถาบันราชภัฏนครปฐม, ๒๕๕๐), หน้า ๒๐ - ๓๓.

^{๗๕} ภูริชญา เทพศิริ, “คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลทองหลาง อำเภอบ้านนา จังหวัดนครนายก”, *วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกริก, ๒๕๕๓).

ตระหนักในคุณค่าแห่งตน ด้านความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว ด้านร่างกาย ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านจิตใจ ตามลำดับ

พระมหาสุเทพ สุธิธญาโณ (ธนิกกุล)^{๗๖} ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยทางจิต-สังคมแห่งการมีอายุยืน : กรณีศึกษาผู้มีอายุยืนตั้งแต่ ๑๐๐ ปีขึ้นไป ” ผลของการศึกษาพบว่า ข้อมูลทั่วไป อายุเฉลี่ยของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ ๑๐๒ ปี ๘ เดือน ส่วนใหญ่ไม่มีวุฒิทางการศึกษาปริญญาโท ๑ ท่าน ส่วนใหญ่อาศัยพักสักระยะและรับจ้างอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ๔ ท่าน และต่างจังหวัด ๓๙ ท่าน และในด้านการสัมภาษณ์การวิเคราะห์ได้ ๕ ด้าน คือ ๑) ด้านกายภาพพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ร่างกายแข็งแรง สมส่วน คุณภาพในการพักผ่อนดี ไม่เสพสิ่งเสพติด ไม่มีโรคประจำตัว นอกจากความเสื่อมแห่งวัยชรา ๒) ด้านกายภาพแวดล้อม พบว่า ผู้สูงอายุอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี รับประทานอาหารชาติ เน้นอาหารพืชผัก รับประทานอาหารและปริมาณไม่มาก ๓) ด้านสังคมพบว่า ผู้สูงอายุทุกคนมีครอบครัวที่อบอุ่น ลูกหลานมีความกตัญญูทดแทนดูแลใกล้ชิด ร่วมกิจกรรมสร้างสรรค์ทางสังคม และประเพณี ๔) ด้านจิตใจ พบว่า ผู้สูงอายุทุกคนมีความสันโดษ ใจกว้าง หนักแน่น มีอารมณ์ขัน ไม่ผูกโกรธ มองโลกในแง่ดี รู้จักทำจิตใจให้สงบ และปล่อยวาง และ ๕) ด้านปัญญา พบว่าผู้สูงอายุรู้เท่าทันชีวิตสังคมและโลก มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง รู้จักเลือกรับประทานอาหารและทำกิจที่สบายแก่ตนเอง ดังนั้น ปัจจัยที่มีผลต่อการมีอายุยืนในแต่ละด้าน จัดอันดับจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านจิตใจมีความถี่สูงสุด ส่วนด้านกายภาพแวดล้อม ด้านสังคม ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ และด้านปัญญา มีความถี่รองลงมาตามลำดับ

พระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุโท)^{๗๗} ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก” ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาสุขภาพของพระสงฆ์ในสมัยพุทธกาลมักจะเป็นโรคทั่วไปที่เนื่องมาจากการดำรงชีวิตอยู่ในป่าเป็นหลัก เช่น เป็นไข้ โรคหิด โรคคอหวนดกโรค เป็นต้นนอกจากนี้ยังมีโรคทางใจและทางปัญญาที่เกิดจากกิเลสอันได้แก่ โลภะ โทสะและโมหะ ซึ่งพระพุทธานุบัญญัติขึ้นเพื่อรักษาโรคทางใจและทางปัญญานี้เป็นหลัก แต่สำหรับพระสงฆ์ไทยในปัจจุบันมีวิถีชีวิต หรือรูปแบบการดำเนินชีวิตของพระสงฆ์เปลี่ยนไป เช่น จากการพักอาศัยอยู่ในป่าเป็นหลักกลายมาเป็นการพักอาศัยอยู่ในวัด การดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรตามที่สามารถหาได้ในป่าเขากลายมาเป็นการดูแลสุขภาพในสถานบริการสุขภาพของภาครัฐและเอกชน เช่น โรงพยาบาลคลินิก และการซื้อยา จากร้านขายยา ฯลฯ

^{๗๖} พระมหาสุเทพ สุธิธญาโณ (ธนิกกุล), “ปัจจัยทางจิต-สังคมแห่งการมีอายุยืน : กรณีศึกษาผู้มีอายุยืนตั้งแต่ ๑๐๐ ปี ขึ้นไป”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

^{๗๗} พระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุโท), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพและการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

สำหรับปัญหาสุขภาพของพระสงฆ์ในสังคมไทยปัจจุบันกลับกลายมาเป็นโรคที่เกิดจากการดำเนินชีวิตที่ดีและสะดวกสบาย ที่เรียกว่า “โรควิถีชีวิต” หรือโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ เช่น โรคเบาหวาน โรคมะเร็ง โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ฯลฯ ซึ่งโรคเหล่านี้สามารถแก้ไขได้โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การฉันอาหาร การออกกำลังกายที่ถูกต้องและการฝึกจิตภาวนาดังนั้น ในส่วนของวิธีการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวมที่พระสงฆ์สามารถปฏิบัติได้ในสังคมปัจจุบัน คือ ๑) สุขภาพทางกาย เช่น การดูแลรักษาความสะอาดร่างกายอย่างสม่ำเสมอ การตรวจสุขภาพอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง การรับประทานอาหารโดยพิจารณาอย่างรอบคอบ และรู้จักประมาณในการบริโภค การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ โดยการทำกิจวัตรประจำวันมีการกวาดวิหารลานเจดีย์ เป็นต้น ๒) สุขภาพทางจิต ได้แก่ การผ่อนคลายอารมณ์ เช่น การออกกำลังกาย ทำกิจวัตรประจำวันของสงฆ์ การทำวัตรสวดมนต์ การเดินจงกรม การฝึกสมาธิการแผ่เมตตา การพักผ่อนให้เพียงพอ และการแก้ไขปัญหาตามหลักอริยสัจ ๔) สุขภาพทางสังคม ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างสังคมสงฆ์ด้วยกัน มีการปฏิบัติตามพระธรรมวินัย และความสัมพันธ์ระหว่างสังคมสงฆ์กับสังคมชาวบ้าน โดยการเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณ และเป็นผู้นำในการพัฒนา ฯลฯ ๕) การดูแลสุขภาพทางปัญญาให้เจริญงอกงาม ตามหลักปัญญาภูมิธรรม ๔ ประการ จึงจะได้บรรลุผล คือ สุขภาวะที่ประณีตยิ่ง ๆ ขึ้นไป จนถึงสุขภาวะอันสมบูรณ์

นายภิรมย์ เจริญผล^{๗๘} ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษา ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐมพบว่า ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์มักพบกับปัญหาทางด้านจิตใจ ถ้าผู้สูงอายุเหล่านั้นสามารถนำหลักพุทธธรรมไปปฏิบัติ น่าจะทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้นในช่วงปัจฉิมวัย ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์จังหวัดนครปฐม ผลการศึกษาสาเหตุและสภาพปัญหาของผู้สูงอายุ พบว่า สาเหตุที่ผู้สูงอายุเข้ารับการอุปการะในสถานสงเคราะห์ เนื่องจากการไม่มีผู้ดูแล ไม่มีที่อยู่อาศัย และอยู่กับครอบครัวไม่มีความสุขตามลำดับ และสภาพปัญหา ๔ ด้านมีดังนี้ ๑) ด้านร่างกาย พบว่า ผู้สูงอายุมีอาการของโรคต่าง ๆ ที่พบในวัยของผู้สูงอายุ ๒) ด้านจิตใจ พบว่าผู้สูงอายุมีความวิตกกังวลในเรื่องความเจ็บป่วย และมีอาการซึมเศร้า ๓) ด้านสังคมในการอยู่ร่วมกันพบว่า ผู้สูงอายุ มีปัญหาการปรับตัวในการอยู่ร่วมกันให้เป็นสุข ๔) ด้านเศรษฐกิจและรายได้ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่มีปัญหา จะได้รับบริการต่าง ๆ จากสถานสงเคราะห์ ผลการศึกษาหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ในพระพุทธานุญาตพบว่า ๑) หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านร่างกาย ได้แก่ ไตรลักษณ์ ชั้นธ ๕ และอริยสัจ ๔ ๒) หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านจิตใจ ได้แก่ การรักษาศีล ๕ ไตรสิกขา บุญกิริยาวัตถุ และการ

^{๗๘} นายภิรมย์ เจริญผล, “วิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

เจริญวิปัสสนากรรมฐาน ๓) หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านสังคมในการอยู่ร่วมกันได้แก่ โลกธรรม ๘ พรหมวิหาร ๔ สังคหวัตถุ ๔ คารวะธรรมอคติ ๔ และขันติ ไสรัจจะ ๔) หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านเศรษฐกิจและรายได้ ได้แก่ อิทธิบาท ๔ ละเว้นอบายมุขและทิฏฐิธัมมิกัตถประโยชน์ผลการศึกษาวิเคราะห์การนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์ พบว่า มี ๔ ด้าน ดังนี้ ๑) ปัญหาด้านร่างกาย พบว่า ผู้สูงอายุมีการยอมรับสภาพความจริงของสังขาร มีความเชื่อในกฎแห่งกรรม จึงปลงตกและการปล่อยวาง ๒) ปัญหาด้านจิตใจ พบว่าผู้สูงอายุปฏิบัติโดยใช้หลักธรรม การบำเพ็ญทาน การรักษาศีล และการเจริญภาวนา ๓) ปัญหาด้านสังคมในการอยู่ร่วมกัน พบว่า ผู้สูงอายุปฏิบัติโดยใช้หลักธรรม การคบหากัลยาณมิตร มีเมตตา กรุณาต่อกัน มีความอดทน อดกลั้น และระงับความโกรธ ๔) ปัญหาด้านเศรษฐกิจและรายได้ พบว่าผู้สูงอายุดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท ละเลิกอบายมุข และรู้จักประมาณตน

พระวิथा ญาณสาร (คัมภีร์)^{๗๙} ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงที่สอดคล้องกับหลักพุทธธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า เศรษฐกิจพอเพียง ได้แก่ เศรษฐกิจที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความพอดี พออยู่ พอกิน พอใช้ เศรษฐกิจที่สามารถอุ้มชูตัวเองได้ดี ให้มีความพอเพียงกับตัวเอง อยู่ได้โดยไม่ต้องเดือดร้อน โดยต้องสร้างพื้นฐานทางเศรษฐกิจของตนเองให้ดีเสียก่อน คือ ตั้งตัวให้มีความพอกินพอใช้ ไม่ใช่มุ่งหวังแต่จะพุ่มพอสว่างความเจริญ ยกเศรษฐกิจให้รวดเร็วแต่เพียงอย่างเดียว เพราะผู้ที่มีอาชีพและฐานะที่เพียงพอที่จะพึ่งตนเอง ย่อมสามารถสร้างความเจริญก้าวหน้าและฐานะทางเศรษฐกิจขั้นสูงขึ้นไป หลักแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมีความสอดคล้องกับพุทธธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท กล่าวคือ มีความขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่ การงาน และการประกอบอาชีพที่สุจริต ฝึกฝนให้มีความชำนาญและรู้จริง รู้จักใช้ปัญญาสอดส่องตรวจตราหาวิธีการที่เหมาะสมที่สุด จัดการและดำเนินการให้ได้ผลดี รู้จักคุ้มครองเก็บรักษาโภคทรัพย์ และผลงานที่ตนได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม ด้วยกำลังงานของตน ไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย คบหาคนดีเป็นมิตร ไม่คบไม่เอาอย่างผู้ที่ชักจูงไปในทางเสื่อมเสีย เลือกลงเรียนศึกษาเยี่ยงอย่างท่านผู้รู้ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้มีความสามารถ ผู้นำความเคารพนับถือและมีคุณสมบัติเกื้อกูลแก่อำชีพทางการงาน รู้จักกำหนดรายได้และรายจ่ายเป็นอยู่พอดี สมรายได้ มีให้เผด็จหรือพุ่มพวย ให้รายได้เหนือรายจ่าย มีประหยัดเก็บไว้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักพุทธธรรม คือ หลักทิฏฐิธัมมิกัตถประโยชน์ ๔ ประการ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาอันเป็นหลักการดำเนินชีวิตให้เกิดความพอเพียงอยู่บนพื้นฐานของศีลธรรมอันเป็นหลักจริยธรรมที่พึงงาม

^{๗๙} พระวิथा ญาณสาร (คัมภีร์), “ศึกษาแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงที่สอดคล้องกับหลักพุทธธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

พระมหามิตร ฐิตปณฺโญ^{๘๐} ได้ศึกษาเรื่อง “ความรู้จักพอประมาณในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงในพระราชดำริ” ผลการวิจัย พบว่า ความรู้จักพอประมาณมุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิตและจิตวิญญาณของคนให้มีความสำนึก (โยนิโสมนสิการ) ก่อนแล้วจึงอุปโภคบริโภค คือ การยกระดับชีวิตที่สามารถแก้ปัญหาความทุกข์ของบุคคลได้ อย่างไรก็ตามความรู้จักพอประมาณจะเกิดขึ้นได้ก็ต้องอาศัยหลักธรรม เช่น หลักสัปปุริสธรรม คือ หลักที่ทำให้คนเป็นคนดี เป็นคนที่มีเหตุผล หลักอပ္ปัญญกปฏิบัติ คือ ธรรมที่เป็นแก่นสารที่แท้จริง เป็นต้น เป็นเครื่องเกื้อหนุน ผู้ปฏิบัติได้ย้อมนำความสุขให้แก่ตนเองและสันติสุขแก่สังคม ส่วนเศรษฐกิจพอเพียงนั้น เริ่มจากการแก้ปัญหาโครงสร้างการดำเนินชีวิตของเกษตรกรให้สามารถยังชีพได้อย่างพอเพียง ด้วยการบริหารจัดการระบบโครงสร้างการผลิตที่สนองตอบการบริโภค เน้นคุณภาพที่ความพอเพียงของการผลิตและการบริโภคมีใช้ตลอดปี ด้วยการเกษตรกรรมบนพื้นฐานของการพึ่งตนเอง โดยการผลิตไว้บริโภคในครัวเรือนอย่างพอเพียง ที่เหลือก็แบ่งปันและขาย ส่วนความเหมือนกัน คือ ทั้งสองแนวคิดจะเน้นการพึ่งตนเอง การเอื้ออาทรกัน ความเป็นอิสระจากปัจจัยภายนอก มุ่งพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพเพื่อรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

สันสกฤต มุนีโมไนย^{๘๑} ได้ศึกษาเรื่อง “ความรู้ ความเข้าใจและการนำ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต : ศึกษากรณีนักศึกษาปริญญาโท ภาคพิเศษ คณะ พัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ” พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ ๖๕.๔ เป็นเพศหญิง และมีอายุเฉลี่ย ๓๗ ปี ส่วนใหญ่ร้อยละ ๕๔.๖ ประกอบอาชีพรับราชการ /รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ ๓๖.๒ มีรายได้ ๑๕,๐๐๑-๒๐,๐๐๐ บาทและร้อยละ ๖๓.๑ มีสถานภาพโสด ส่วนใหญ่มีการรับรู้ ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย ๒.๒๓ (จากคะแนนเต็ม ๓ คะแนน) ส่วนใหญ่ร้อยละ ๙๓.๘ มีความรู้ ความเข้าใจในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับสูง ส่วนใหญ่มีการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิตอยู่ในระดับมาก ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ ความเข้าใจปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ได้แก่ อาชีพ สถานภาพ การรับรู้ข่าวสาร ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์ คือ เพศ อายุ รายได้ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต ได้แก่ เพศ รายได้ สถานภาพ ส่วนปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์ คือ อายุ อาชีพ และการรับรู้ข่าวสาร

^{๘๐} พระมหามิตร ฐิตปณฺโญ (วันยาว), “ความรู้จักพอประมาณในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงในพระราชดำริ”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙).

^{๘๑} สันสกฤต มุนีโมไนย, “ความรู้ความเข้าใจและการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต: ศึกษากรณีนักศึกษาปริญญาโท ภาคพิเศษ คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์”, *ภาคินพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๑).

วิชยุศการณั วีระพันธุ์^{๘๒} ได้ศึกษาเรื่อง “การดำเนินตามแนวปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียง: ศึกษากรณิบ้านบัวงาม ตำบลสีบัวทอง อำเภอสว่างหา จังหวัดอ่างทอง ” พบว่า องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องในการดำเนินชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ ความสัมพันธ์ระหว่างคนในชุมชน การให้ความร่วมมือในกิจกรรมของหมู่บ้าน มีกระบวนการก่อเกิดกลุ่ม ความเข้มแข็งของกลุ่ม มีความศรัทธาในตัวแกนนำหมู่บ้าน และการสนับสนุนจากหน่วยงานภาครัฐ

ศักดิ์ชัย คำชู^{๘๓} ได้ศึกษาเรื่อง “การประยุกต์ใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงในองค์กร: ศึกษากรณิศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง” พบว่า เยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรม เด็กและเยาวชนบ้านบึง มีความเห็นตรงกันว่าได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมโครงการมาก เป็นการเพิ่มทักษะในด้านต่าง ๆ นอกเหนือจากการเรียนรู้และการทำงานร่วมกัน ร้อยละ ๑๐๐ ของเยาวชนกลุ่มตัวอย่าง มีความพึงพอใจด้านกิจกรรมและด้านเนื้อหาสาระ ของกิจกรรม มีเพียงด้านวิทยากรเท่านั้นที่มีความพึงพอใจร้อยละ ๘๕ ของเยาวชนกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ ๗๕ ของเยาวชนกลุ่มตัวอย่างได้มีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นในการดำเนินโครงการ ร้อยละ ๗๐ ของเยาวชนกลุ่มตัวอย่างได้ร่วมวางแผนกับเจ้าหน้าที่โครงการ ร้อยละ ๘๐ ของเยาวชนกลุ่ม ตัวอย่างได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจในการทำงาน และเยาวชนทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่างได้เข้ามามีส่วนร่วมในการประเมินผลการดำเนินกิจกรรม โดยเฉพาะโครงการทำน้ำส้วกชีวภาพเพื่อรักษาสิงแวดล้อมในองค์กร

๒.๕.๒ งานวิจัยต่างประเทศ

Hubbard, Muhlenkamp and Brown^{๘๔} ได้ศึกษาเรื่อง “The Relation Between Social Support and self-care Practic” ซึ่งเป็นการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับการดูแลตนเองในด้านการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ในตัวอย่าง ๒ กลุ่ม กลุ่มแรกเป็นผู้ที่มีอายุ ๕๕ ปี ขึ้นไป ที่มาร่วมกิจกรรมศูนย์บริการผู้สูงอายุจำนวน ๙๗ คน กลุ่มที่ ๒ เป็นผู้ที่มีมารับบริการตรวจสุขภาพที่จัดขึ้น เก็บรวบรวมโดยใช้แบบสอบถามแผนการดำเนินชีวิต (The Lifestyle Questionnaire) ผลการศึกษาพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับการดูแลตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ

^{๘๒} วิชยุศการณั วีระพันธุ์, “การดำเนินตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง: ศึกษากรณิบ้านบัวงาม ตำบลสีบัวทอง อำเภอสว่างหา จังหวัดอ่างทอง”. *ภาคินพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๐).

^{๘๓} ศักดิ์ชัย คำชู. “การประยุกต์ใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงในองค์กร: ศึกษากรณิศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง”, *ภาคินพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๐).

^{๘๔} P.,Hubbard, A.F. Muhlenkamp, and N.Brown, “ The Relationship between Social Support and Self-Care Practice.”, *Nursing Research*, (October –November 1987) : 38-51.

Muhlenk amp and Sayles^{๘๕} ได้ศึกษาเรื่อง “Social support and Positive Health Practice” เป็นการศึกษาเพื่ออธิบายความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในชุมชน อายุ ๕๕ ปี ขึ้นไป จำนวน ๙๘ ราย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบสอบถามที่รายงานด้วยตนเองเพื่อหาตัวแปรที่ส่งผลต่อการดูแลตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพทั้งทางตรงและทางอ้อม พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคม สามารถอธิบายความแปรปรวนของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพได้ร้อยละ ๗๘ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ . ๐๐๑ และแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ

Ahijevych and Bermard^{๘๖} ได้ศึกษาเรื่อง “พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของหญิงผิวดำ” โดยใช้แบบจำลองพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์เป็นกรอบแนวคิด กลุ่มตัวอย่างเป็นหญิงผิวดำจำนวน ๑๘๗ คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบวัดการประเมินวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของวอกเกอร์, ซีคริสต์ และเพนเดอร์ (Walker, Sechrist and Pender, et. al. 1987: 76-81) ใช้วัดส่งเสริมพฤติกรรมทั้ง ๖ ด้าน คือ ด้านการรับประทานอาหาร ด้านการช่วยเหลือพึ่งพา ระหว่างกัน ด้านการจัดเก็บความเครียด ผลการศึกษาพบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกายมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ตัวแปรที่นำมาวิเคราะห์ทั้งหมดสามารถอธิบายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ ๑๒.๐๐ ตัวแปรที่สามารถอธิบายพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ รายได้ ประวัติการมีโรคประจำตัว

Pender^{๘๗} ได้ศึกษาเรื่อง “วิถีชีวิตสุขภาพคนงานของสถานประกอบการ” โดยการใช้แบบจำลองพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender 1987: 58) เลือกศึกษาปัจจัยด้านความรู้-การรับรู้ ๔ ปัจจัยได้แก่การให้นิยามทางสุขภาพการรับรู้การควบคุมสุขภาพ การรับรู้ภาวะสุขภาพ และการรับรู้ความสามารถของตน ปัจจัยร่วม ๒ ปัจจัย ได้แก่ คุณลักษณะทางประชากร และปัจจัยด้านพฤติกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นคนงานในบริษัทจำนวน ๕๘๙ คน จำนวน ๖ บริษัท ที่มีโครงการส่งเสริมสุขภาพในบริษัทนั้น ๆ ประกอบด้วยกิจกรรมการบริหารร่างกาย โภชนาการ กิจกรรมการผ่อนคลายความเครียด ใช้วิธีร่วมสมัครใจเข้าร่วมตลอดระยะเวลาการศึกษา ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่มีค่าสูงสุด คือ การบรรลุเป้าหมายในชีวิต และด้านการออกกำลังกายค่าคะแนนมีต่ำสุด คือ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพและด้านการจัดการกับความเครียด ได้มีการวัดพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพซ้ำ พบว่า โดยภาพรวมพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของคนงานมีค่า

^{๘๕} A.Muhlenkamp, F.,and J.A. Sayles. “ Self-Esteem, Social Support and Positive Health Practce.”, **Nursing Science**, No 13 (May 1991): 266 – 270.

^{๘๖} K Ahijevyc, and L,Bernhard, “ Health – Promotion Behaviors of African American Women”, **Nursing Research**, (June-Augst,1994) :86-89.

^{๘๗} Pender, N.J., **Health Promotion in Nursing Practice**, 3 rd ed. (Stamford : Appleton & Lange, 1996).p 45-50.

คะแนนสูงขึ้น ปัจจัยด้านความรู้-การรับรู้ทั้ง ๔ ปัจจัย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพในสถานประกอบการ โดยปัจจัยความรู้-การรับรู้และปัจจัยร่วมสามารถทำนายความแปรปรวนในพฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ ๓๑.๐๐

สรุปได้ว่า สุขภาวะเป็นแนวคิดที่มุ่งเน้นการสร้างสุขภาพมากกว่าการซ่อมสุขภาพ สำหรับสุขภาวะของผู้สูงอายุนั้นมี ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ ส่วนปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนั้นเป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน จนถึงระดับภาครัฐ ทั้งนี้ เศรษฐกิจพอเพียง คือ ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ซึ่งเกาะเกี่ยวสัมพันธ์กันเหมือนเป็นห่วง ๓ ห่วง โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของเงื่อนไขความรู้กับคุณธรรม สำหรับการค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า มีผู้ศึกษาในประเด็นเรื่องสุขภาวะของผู้สูงอายุไว้มากมาย อาทิ เช่น สมรทิพย์ วิภาวนิช ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสุขภาวะชุมชน ส่วนชูชีพ เปียดนอก ก็เคยศึกษาวิจัยเรื่อง การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง: กรณีศึกษาตำบลบางเคย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี นอกจากนี้พบว่า พระมหาสุทิตย์ อาภาภโร และคณะ ได้เคยทำการศึกษาวินิจฉัยเรื่อง รูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ของสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา เป็นต้น ซึ่งจากการทบทวนการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยยังไม่ได้เห็นว่าใครได้ศึกษาวินิจฉัยเรื่อง รูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ ในพื้นที่ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ฉะนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้ โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้ คือ ๑) เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ๒) เพื่อศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ๓) เพื่อเสนอรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๒.๖ ข้อมูลพื้นที่ภาคสนาม

๒.๖.๑ ประวัติความเป็นมาของตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ตำบลโนนปูนจัดตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๓๕ แยกออกจากตำบลดินแดง ประชากรส่วนใหญ่พูดภาษาส่วย และภาษาเขมร นับถือศาสนาพุทธ สำหรับชื่อของตำบลโนนปูนนั้น ชาวบ้านเรียกเช่นนี้เนื่องจากว่าภายในตำบลมีลานหินปูนซึ่งเป็นที่สาธารณะและชาวบ้านเรียกว่า “โนนปูน” ตามความเชื่อเล่าว่า สถานที่ที่ใช้ในการก่อสร้างสถูปาลมัยนั้นเป็นป่าที่มีดินโปนมากมาย ซึ่งดินมีลักษณะสูงขึ้นเป็นดินทรายสีขาวคล้าย ๆ ปูนขาว จึงพากันตั้งชื่อว่า “ตำบลโนนปูน”ตามสัญลักษณ์ดังกล่าว

ส่วนปัจจุบันโนนสีข้าวไม่มีเหลืออีกแล้วกลายสภาพเป็นพื้นที่ราบเรียบ ประชาชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพหลัก คือ การทำนา และมีอาชีพเสริม คือ ปลูกยาง ปลูกพริก ปลูกหอมแดง จักสาน ทอผ้า เลี้ยงวัว เลี้ยงควาย เป็นต้น ภายในตำบลโนนปู ประกอบด้วย ๑๐ หมู่บ้าน ดังนี้ หมู่ที่ ๑ บ้านหนองระเียว, หมู่ที่ ๒ บ้านตาเจา, หมู่ที่ ๓ บ้านโคก, หมู่ที่ ๔ บ้านแดง, หมู่ที่ ๕ บ้านตะเคียน, หมู่ที่ ๖ บ้านหนองปิงปอง, หมู่ที่ ๗ บ้านห้วยปาม่วง, หมู่ที่ ๘ บ้านตาเจาใต้, หมู่ที่ ๙ บ้านหนองสำราญ และหมู่ที่ ๑๐ บ้านยางชุมชนน้อย

๒.๖.๒ ข้อมูลทั่วไป

ทำเลที่ตั้งตำบล องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปู เป็น ๑ ใน ๖ องค์การบริหารส่วนตำบล ที่ตั้งอยู่ในเขตอำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ห่างจากอำเภอไพรบึง เป็นระยะทาง ๑๖ กิโลเมตร โดยมีพื้นที่ติดต่อกับตำบลใกล้เคียงดังนี้

ทิศเหนือ	ติดต่อกับเขตตำบลหนองคำ อำเภอพยุห์ จังหวัดศรีสะเกษ
ทิศใต้	ติดต่อกับเขตตำบลดินแดง อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับเขตตำบลสุขสวัสดิ์ อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับเขตตำบลกฤษณา อำเภอขุขันธ์ จังหวัดศรีสะเกษ

เนื้อที่ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปู มีเนื้อที่ประมาณ ๑๙.๕๐ ตารางกิโลเมตร

ภูมิประเทศ/สภาพทั่วไปของตำบล สภาพพื้นที่ทั่วไปเป็นที่เนินและที่ราบ ดินเป็นดินร่วนปนทราย ทำให้มีปัญหาในช่วงหน้าแล้งเพราะดินไม่อุ้มน้ำ ราษฎรมีอาชีพทำนาเป็นหลักกลุ่มชนเป็นชนเผ่าส่วยและชนเผ่าลาวหนึ่งในสี่เผ่าไทของจังหวัดศรีสะเกษภาษาท้องถิ่น คือ ภาษาส่วยและภาษาลาว มีวัฒนธรรมเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง เช่น การแต่งกายด้วยผ้าไหมยกดอกเป็นรูปสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนย้อมด้วยผลมะเกลือให้เป็นสีดำ ที่เรียกว่า “ผ้าเก็บ” เมื่อเจ็บไข้หรือป่วยเรื้อรังรักษาไม่หายหรือไม่ทราบสาเหตุ มีการรำแม่ตภาษาท้องถิ่นออกเสียงเป็น “เรียมมอด” รูปแบบคล้ายคลึงกับ “รำผีฟ้า” อันเป็นพิธีกรรมที่มีความเชื่อว่าสามารถรักษาคนเจ็บป่วยได้

จำนวนหมู่บ้าน ในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปู มีทั้งสิ้น ๑๐ หมู่บ้าน จากพื้นที่ทั้งหมด ๑๙.๕๐ ตารางกิโลเมตร หรือ ๑๓,๓๗๕ ไร่

ประชากร มีประชากรรวมทั้งสิ้น จำนวน ๔,๒๘๕ คน แยกเป็น ชาย ๒,๑๒๗ คนและเป็นหญิง ๒,๑๕๘ คน มีจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น ๑,๐๘๗ ครัวเรือน

บ้าน	หมู่	ครัวเรือน	ชาย	หญิง	รวม
บ้านกันตรวง	๑	๑๓๔	๓๐๐	๒๗๑	๕๗๑
บ้านหนองระเียว	๒	๗๐	๑๒๕	๑๓๓	๒๖๓
บ้านตาเจาเหนือ	๓	๑๘๖	๓๘๔	๓๘๖	๗๗๐
บ้านโคน	๔	๑๐๓	๑๕๙	๑๕๙	๓๑๘
บ้านแดง	๕	๑๕๔	๒๔๗	๑๖๗	๔๑๔
บ้านตะเคียน	๖	๖๓	๑๑๐	๑๑๘	๒๒๘
บ้านหนองปิงปอง	๗	๘๑	๑๘๓	๑๙๐	๓๗๓
บ้านห้วยปาม่วง	๘	๔๘	๑๐๙	๑๐๗	๒๑๖
บ้านตาเจาใต้	๙	๑๔๒	๒๖๗	๒๙๐	๕๕๗
บ้านหนองสำราญ	๑๐	๑๐๖	๒๔๓	๒๒๙	๔๗๒
รวม		๑,๐๘๗	๒,๑๒๗	๒,๑๕๘	๔,๒๘๕

๒.๖.๓ สภาพทางเศรษฐกิจ

อาชีพ

๑. อาชีพการเกษตร ร้อยละ ๙๖
๒. อาชีพค้าขาย ร้อยละ ๓
๓. อาชีพรับราชการ ร้อยละ ๑

รายได้เฉลี่ยของแต่ละหมู่บ้าน

หมู่ที่	ชื่อหมู่บ้าน	จำนวน (บาท/คน/ปี)
๑	บ้านกันตรวง	๖๑,๒๘๘
๒	บ้านหนองระเียว	๗๕,๒๒๔
๓	บ้านตาเจาเหนือ	๔๖,๔๓๖
๔	บ้านโคน	๗๕,๐๙๘

๕	บ้านแดง	๕๑,๓๒๘
๖	บ้านตะเคียน	๖๕,๑๐๖
๗	บ้านหนองปิงปอง	๕๘,๔๗๓
๘	บ้านห้วยปาม่วง	๕๑,๓๖๗
๙	บ้านตาเจาเหนือ	๔๒,๒๔๘
๑๐	บ้านหนองสำราญ	๔๒,๑๕๓
รายได้เฉลี่ยของทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน		๕๓,๗๓๙

๒.๖.๔ เขตการปกครอง

เขตปกครองแบ่งเป็น ๑๐ หมู่บ้าน ได้แก่

หมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวง	ผู้ใหญ่บ้าน	นายสุวรรณ	บุญมา
หมู่ที่ ๒ บ้านหนองระเียว	ผู้ใหญ่บ้าน	นายสาคร	จันทร์
หมู่ที่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ	ผู้ใหญ่บ้าน	นางเพ็ญศรี	ตรีชัยรัมย์
หมู่ที่ ๔ บ้านโคก	ผู้ใหญ่บ้าน	นายฮา	ศรีพล
หมู่ที่ ๕ บ้านแดง	ผู้ใหญ่บ้าน	นายฮง	ประถมภาส
หมู่ที่ ๖ บ้านตะเคียน	ผู้ใหญ่บ้าน	นายบุญทัน	สมธรัตน์
หมู่ที่ ๗ บ้านหนองปิงปอง	ผู้ใหญ่บ้าน	นายเพ็ญ	สุริเตอร์
หมู่ที่ ๘ บ้านห้วยปาม่วง	ผู้ใหญ่บ้าน	นายสมศักดิ์	บัวจันทร์
หมู่ที่ ๙ บ้านตาเจาใต้	กำนัน	นางอลิศรา	นนท์เทศา
หมู่ที่ ๑๐ บ้านหนองสำราญ	ผู้ใหญ่บ้าน	นายแผ่น	ทองบาง

๒.๖.๕ สภาพสังคม

การศึกษา จากการสำรวจข้อมูล พบว่า ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน มีโรงเรียนจำนวน ๕ แห่ง แบ่งเป็น ๒ ระดับ ได้แก่ ๑) ระดับประถมศึกษา ๔ แห่ง ได้แก่ โรงเรียนบ้านตาเจา, โรงเรียนบ้านแดง, โรงเรียนบ้านหนองระเียว และโรงเรียนบ้านกันตรวง ๒) ระดับมัธยมศึกษา ๑ แห่ง ได้แก่ โรงเรียนโนนปูนวิทยาคม นอกจากนี้ พบว่า ยังมีศูนย์การเรียนรู้ชุมชน ๑ แห่ง และศูนย์พัฒนาเด็กเล็กก่อนวัยเรียนอีก ๑ แห่ง

สถาบันและองค์การทางศาสนา ในตำบลโนนปูน มีวัดจำนวน ๕ วัด ได้แก่ วัดกันตรวง หนองสำราญ วัดโคกแดง วัดหนองระเียว วัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์ และวัดพระธาตุจังกา โดยแต่ละวัดจะมีชาวบ้านผู้ซึ่งเป็นพุทธศาสนิกชน ผู้ศรัทธาในพระพุทธศาสนา มักจะไปวัดที่ตั้งอยู่ใกล้

กับบ้านเรือนของตน โดยแต่ละวัดที่กล่าวมาข้างต้นนี้จะมีศรัทธาในแต่ละหมู่บ้านไปทำบุญตามโอกาสต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นวันพระหรือวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอื่น ๆ ซึ่งแต่ละวัดมีคณะศรัทธาแต่ละหมู่บ้านที่ทำบุญอยู่เป็นประจำ ดังนี้

๑. วัดกันตรวหนองสำราญ เป็นวัดประจำของคณะศรัทธาหมู่บ้านที่ ๑ และ ๑๐
๒. วัดโคกแดง เป็นวัดประจำของคณะศรัทธาหมู่บ้านที่ ๔ และ ๕
๓. วัดบ้านหนองระเียว เป็นวัดประจำของคณะศรัทธาหมู่บ้านที่ ๒, ๖ และ ๘
๔. วัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์ เป็นวัดประจำของคณะศรัทธาหมู่บ้านที่ ๓ และ ๙
๕. วัดพระธาตุจังกา เป็นวัดประจำของคณะศรัทธาหมู่บ้านที่ ๗

การสาธารณสุข จากการสำรวจการสาธารณสุข พบว่า มีโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ๑ แห่ง คือ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพชุมชนตำบลบ้านกันตรว

การบริการสาธารณะ ในตำบลโนนปูน พบว่า มีศูนย์ถ่ายทอดเทคโนโลยีการเกษตร จำนวน ๑ แห่ง และมีหอกระจายข่าว จำนวน ๑๐ แห่ง

แหล่งน้ำ จากการสำรวจพื้นที่ในหมู่บ้าน พบว่า มีแหล่งน้ำแบ่งออกเป็น ๓ ประเภท แต่ละประเภท พบว่ามีแหล่งน้ำ ดังต่อไปนี้คือ

๑. ลำห้วย มีจำนวน ๑ แห่ง
๒. บึง/หนอง มีจำนวน ๑๔ แห่ง
๓. ประปาหมู่บ้าน มีจำนวน ๗ แห่ง

การไฟฟ้า เขตตำบลโนนปูน มีระบบไฟฟ้าขยายทั่วถึงทั้งตำบล ประชากรมีไฟฟ้าใช้ครบทุกครัวเรือน

ระบบประปา ประชาชนในเขตตำบลโนนปูน ได้รับบริการด้านการประปา จากประปาหมู่บ้าน ทั้งหมด ๘๗๐ ครัวเรือน

มวชนจัดตั้ง ในตำบลโนนปูนนั้น มีมวชนที่จัดตั้งขึ้นมา ๒ กลุ่ม ได้แก่ อสม. และอาสาสมัครป้องกันภัยฝ่ายพลเรือน โดยมี อสม. จำนวน ๙๓ คน และอาสาสมัครป้องกันภัยฝ่ายพลเรือน จำนวน ๙๖ คน

เนื้อที่ทำการเกษตรในเขตตำบลโนนปูน จากการสำรวจพบว่า ในเขตรับผิดชอบขององค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีพื้นที่ทำการเกษตรทั้งสิ้น ๑๑,๓๒๘ ไร่ ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ทำการเกษตร รองลงมา คือ รับจ้างทั่วไป

๒.๖.๖ แผนปฏิบัติการ ๙ ด้าน ในการบริหารจัดการ มีดังนี้

๑. ด้านโครงสร้างพื้นฐาน

๑.๑ แหล่งน้ำ ก่อสร้างปรับปรุงซ่อมแซมพัฒนาให้มีแหล่งน้ำเพื่อการเกษตร และบริโภคอย่างพอเพียงทุกฤดูกาล พัฒนาระบบน้ำ ขุดลอกคลองวางท่อระบายน้ำ กิจการประปา

๑.๒ ไฟฟ้า ขยายเขตไฟฟ้าเพิ่มเติมให้ทั่วถึงทั้งด้านการเกษตรและแสงสว่าง ตามถนนสาธารณะ เพื่อความปลอดภัยของประชาชนในการสัญจรในเวลากลางคืน

๑.๓ ถนน ก่อสร้างปรับปรุงซ่อมแซมพัฒนาถนนให้ประชาชนสามารถสัญจรไปมาได้อย่างสะดวกปลอดภัย ขยายถนนคอนกรีต โดยประสานงานจากหน่วยงานภาครัฐให้มีการสนับสนุนงบประมาณ

๒. ด้านการศึกษา

๒.๑ ส่งเสริมสนับสนุนอุปกรณ์สื่อการเรียนการสอนให้แก่สถานศึกษาในตำบล เพื่อให้มีความพร้อมและทันสมัยด้านเทคโนโลยี

๒.๒ ส่งเสริมและพัฒนาปรับปรุงศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในเขตตำบลให้มีสภาพแวดล้อมที่ดี มีคุณภาพ เพื่อเตรียมความพร้อมของเด็ก ก่อนเข้าสู่ระบบโรงเรียนต่อไป

๒.๓ ส่งเสริมพัฒนาการศึกษาในสถานศึกษาด้านวิชาการและด้านทักษะให้มีศักยภาพพร้อมที่จะรองรับการเข้าสู่สมาชิกอาเซียน

๓. ด้านการเมืองการปกครอง

๓.๑ เน้นการทำงานแบบมีส่วนร่วม ทั้งในระดับท้องที่ ท้องถิ่น ระดับประชาชนโดยทั่วไป โดยผ่านความเห็นชอบจากประชาคมหมู่บ้านหรือระดับตำบลแล้วแต่กรณี

๓.๒ ส่งเสริมประชาชนเข้มแข็ง โดยการสนับสนุนในการจัดกิจกรรมของประชาคม ส่งเสริมการประชุมในการแก้ปัญหาพื้นฐานของประชาชน

๓.๓ ส่งเสริมความสามัคคีในหมู่คณะ ทำงานอย่างบูรณาการ ทั้งฝ่ายปกครอง ผู้นำชุมชน ผู้นำหมู่บ้าน และผู้นำกลุ่มต่าง ๆ

๓.๔ ส่งเสริมกิจกรรมเรียนรู้ทางการเมือง การปกครอง การบริหารงาน แก่สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล ผู้นำชุมชน และประชาชนทั่วไปตามโอกาสโดยสมควร

๔. ด้านเศรษฐกิจ

๔.๑ สนับสนุนกลุ่มอาชีพต่าง ๆ ภายในตำบล

๔.๒ จัดการศึกษาดูงาน จัดกิจกรรมความรู้แก่กลุ่มอาชีพ เสริมทักษะในการทำงานให้เข้มแข็ง

๔.๓ ประสานกับหน่วยงานอื่นในการเสริมสร้างความรู้ ให้ความช่วยเหลือกลุ่มอาชีพต่าง ๆ

๔.๔ สำรวจโครงการกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างรายได้ให้กับครอบครัวที่ตกเกณฑ์ จปฐ. เพื่อเป็นการเพิ่มรายได้และแก้ไขปัญหาความยากจนในระดับหนึ่ง

๔.๕ สำรวจผู้ว่างงาน ผู้มีรายได้น้อย เพื่อขึ้นทะเบียนไว้และส่งให้กับหน่วยงาน อื่นที่เกี่ยวข้อง เพื่อจัดหางานให้ตรงกับความต้องการของผู้ว่างงานต่อไป

๔.๖ ส่งเสริม สนับสนุน การจัดทำเกษตรกรรม ตามแนวทฤษฎีใหม่ของ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ และการเกษตรอินทรีย์ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพและผลผลิตทางการ เกษตร ลดการใช้ปุ๋ยเคมี ลดต้นทุนในการผลิต

๕. ด้านสาธารณสุข

๕.๑ ร่วมมือกับสาธารณสุขประจำตำบล อสม. แต่ละหมู่บ้าน จัดทำโครงการ ส่งเสริมสุขภาพให้แก่ประชาชนทุกระดับ และส่งเสริมให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีทุกคน ตามแนวนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข

๕.๒ เฝ้าระวังและแก้ไขปัญหาพร้อมป้องกันโรคต่าง ๆ ตามประกาศของทาง ราชการอย่างสม่ำเสมอและรวดเร็ว

๕.๓ สนับสนุนงบประมาณตามโครงการด้านสาธารณสุข

๕.๔ สนับสนุนการแก้ไขปัญหาด้านยาเสพติดทุกรูปแบบ

๕.๕ ส่งเสริมสนับสนุนการปฏิบัติหน้าที่ของ อสม. หมู่บ้านอย่างทั่วถึง

๖. ด้านการกีฬา ศาสนา และวัฒนธรรมประเพณี

๖.๑ จัดการแข่งขันกีฬาระหว่างหมู่บ้านทุกปี พร้อมทั้งสนับสนุนการกีฬาของ ตำบลโนนปูนให้พัฒนาขึ้นในระดับหมู่บ้าน ระดับตำบลและระดับอำเภอ รวมถึงระดับประเทศ ทั้งสนับสนุนอุปกรณ์กีฬา

๖.๒ ส่งเสริมการออกกำลังกายของเด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ โดยการจัดอุปกรณ์ การกีฬาตามความต้องการของสภาพผู้เล่นและสภาพพื้นที่ของหมู่บ้าน

๖.๓ ร่วมกับประชาชนหมู่บ้าน

๖.๔ ส่งเสริมกิจกรรมทางศาสนาในพื้นที่ตำบล โดยเน้นให้ประชาชนมีส่วนร่วม มากขึ้น

๖.๕ ส่งเสริมกิจกรรมสำคัญวันสำคัญทางศาสนาและกิจกรรมวันสำคัญทาง ราชการอย่างสม่ำเสมอ

๗. ด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ

๗.๑ บำรุงรักษาแหล่งน้ำอย่างต่อเนื่อง

๗.๒ อนุรักษ์กำจัดขยะและการบริหารจัดการจัดเก็บ การทิ้ง โดยร่วมกัน ประชาคมหมู่บ้านและสาธารณสุขประจำตำบล

๗.๓ สนับสนุนการรักษาความสะอาดถนน ทางเดินภายในหมู่บ้าน

๗.๔ สนับสนุนการปลูกต้นไม้ทุกหมู่บ้านเพื่อเพิ่มอากาศบริสุทธิ์ ให้ประชาชน
โดยทั่วไป

๗.๕ คัดกรองดูแลรักษาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

๗.๖ ส่งเสริมสนับสนุนการจัดทำแผนพลังงานระดับชุมชนและระดับครอบครัว
การรู้จักใช้พลังงานอย่างคุ้มค่า และการใช้พลังงานทางเลือก

๗.๗ ส่งเสริมสนับสนุนการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการลดภาวะโลกร้อน รวมทั้ง
กิจกรรมด้านการบริหารจัดการทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมระดับตำบล

๘. ด้านสวัสดิการสงเคราะห์

๘.๑ สำรวจผู้สูงอายุแล้วจัดทำบัญชี เพื่อจัดทำงบประมาณในการช่วยเหลือ

๘.๒ สำรวจคนพิการ ผู้ด้อยโอกาสเพื่อหางบประมาณ เพื่อช่วยเหลือ

๘.๓ จัดงบประมาณช่วยเหลือในกรณีเกิดอุทกภัย วาตภัย อัคคีภัย

๘.๔ ส่งเสริมพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ และคนพิการ

๙. ด้านเรื่องอื่น ๆ

๙.๑ จัดกิจกรรมต่าง ๆ โครงการต่าง ๆ ที่อาจจัดขึ้นตามความประสงค์ของ
ประชาคม โดยมุ่งเน้นยึดผลที่ได้ให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมเป็นหลัก

๙.๒ จัดทำโครงการต่าง ๆ ที่เกิดตามนโยบายของรัฐบาล เพื่อประโยชน์ของ
ประชาชนในตำบล

๙.๓ จัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อบูรณาการกับหน่วยงานอื่น ๆ

๙.๔ มีการพัฒนาศักยภาพการทำงานของบุคลากร โดยเน้นการให้บริการ
ความรวดเร็วถูกต้อง และโปร่งใส ตรวจสอบได้

๙.๕ ปรับปรุงสภาพภูมิทัศน์ สถานที่ตั้งขององค์การบริหารส่วนตำบลโนน
ปูนให้ร่มรื่น สะอาด สวยงาม

๙.๖ การกำหนดยุทธศาสตร์และนโยบายที่กล่าวมา ได้วางอยู่บนพื้นฐานความ
เป็นจริงทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคมการเมือง การศึกษา และสถานการณ์ปัจจุบัน เพื่อให้การ
ดำเนินงานบรรลุเป้าหมายตามกรอบนโยบายที่กำหนด และอยู่ในอำนาจหน้าที่ขององค์การบริหาร
ส่วนตำบล

๙.๗ เน้นการบริหารงานราชการโดยยึดหลักการบริหารจัดการบ้านเมืองที่ดี
หรือที่เรียกว่า หลักธรรมาภิบาล ประกอบด้วยหลักนิติธรรม หลักคุณธรรม หลักความโปร่งใส
หลักการมีส่วนร่วม สำนึกรับผิดชอบ หลักความคุ้มค่า

บทที่ ๓

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ” ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้วิจัยลงพื้นที่เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้สูงอายุในชุมชนและผู้สนับสนุนข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ประกอบไปด้วย ผู้นำชุมชน ได้แก่ พระภิกษุสงฆ์ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน จำนวน ๔ หมู่บ้าน ได้แก่ หมู่ ๑ บ้านกันตรวจ, หมู่ ๒ บ้านหนองกระเทียม, หมู่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ และหมู่ ๔ บ้านโคก ทั้งยังได้สัมภาษณ์นักพัฒนาชุมชน จากองค์กรบริหารส่วนตำบลโนนปูน และพยาบาลวิชาชีพ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ รวมทั้ง ๒๑ รูป/คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีพรรณนาความ มีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) กับผู้สูงอายุในชุมชน และผู้สนับสนุนข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ได้แก่ ผู้นำชุมชน ปราชญ์ชุมชน และประชาชน จำนวน ๔ หมู่บ้าน ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ถึงปัญหาสุขภาวะของผู้สูงอายุว่าเป็นอย่างไร และได้รับการส่งเสริมสนับสนุนจากหน่วยงานภาครัฐอย่างไร แล้วนำข้อมูลที่ได้รับไปกำหนดรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาสุขภาวะ ๔ ด้าน คือ ๑) ด้านร่างกาย ๒) ด้านจิตใจ ๓) ด้านสังคม และ ๔) ด้านจิตวิญญาณ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๓.๒ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants)

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ จำนวน ๒๑ คน ซึ่งมีรายนาม ดังต่อไปนี้

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	วัน/เดือน/ปี ที่สัมภาษณ์
๑	ธัญวรัตน์ มิตรภูมิบุรุษ	นักพัฒนาชุมชน อบต.โนนปูน	๑๘ มีนาคม ๒๕๖๑
๒	อลิศรา มะลิซ้อน	กำนันตำบลโนนปูน	๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๓	สุทธิชัย ด้วงทอง	พยาบาลวิชาชีพ รพ.สต.โนนปูน	๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๔	พระมหาตัง อากาศโร	เจ้าอาวาส วัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์	๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๕	เชิด จันทรเพ็ง	ประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน	๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๖	สุวรรณ บุญมา	ผู้ใหญ่บ้านก้นตรวง หมู่ ๑	๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๗	สาคร จันทร	ผู้ใหญ่บ้านหนองระเียว หมู่ ๒	๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๘	เพ็ญศรี จันทรเพ็ง	ผู้ใหญ่บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓	๘ มีนาคม ๒๕๖๑
๙	ฮา ศรีพูล	ผู้ใหญ่บ้านโคน หมู่ ๔	๙ มีนาคม ๒๕๖๑
๑๐	บุญปัน วันทะวงษ์	อสม. บ้านก้นตรวง หมู่ ๑	๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๑๑	ทองศรี ผังนิล	อสม. บ้านหนองระเียว หมู่ ๒	๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๑๒	อรุทัย ทองบาง	อสม. บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓	๘ มีนาคม ๒๕๖๑
๑๓	ประยูร ทองบาง	อสม. บ้านโคน หมู่ ๔	๙ มีนาคม ๒๕๖๑
๑๔	เทียม วันทะวงษ์	ผู้สูงอายุบ้านก้นตรวง หมู่ ๑	๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๑๕	กันหา ศิริภา	ผู้สูงอายุบ้านก้นตรวง หมู่ ๑	๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๑๖	น้อย ชันทอง	ผู้สูงอายุบ้านก้นตรวง หมู่ ๑	๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๑๗	ฤทธิ์ เพชรพลอย	ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒	๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๑๘	ลักษณะ นงค์เยาว์	ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒	๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑
๑๙	มาน พงษ์เพชร	ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓	๘ มีนาคม ๒๕๖๑
๒๐	อำนวย ชันวงศ์	ผู้สูงอายุบ้านโคน หมู่ ๔	๙ มีนาคม ๒๕๖๑
๒๑	ไว ศรีพูล	ผู้สูงอายุบ้านโคน หมู่ ๔	๙ มีนาคม ๒๕๖๑

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็น แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยมีขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ ดังนี้

๑. ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูลจากเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบความคิดในการสร้างสัมภาษณ์

๒. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและเอกสารการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยพิจารณาถึงรายละเอียดต่าง ๆ เพื่อให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่กำหนดไว้

๓. ขอคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์

๔. สร้างสัมภาษณ์ให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

๕. นำเสนอร่างสัมภาษณ์ถามต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไข แล้วนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งมีรายนาม ดังต่อไปนี้

ลำดับ	ชื่อ - นามสกุล	ตำแหน่ง	วัน/เดือน/ปี ที่ตรวจสอบ
๑	พระสุธีรัตนบัณฑิต,รศ.ดร.	ผอ.สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์	๑๐ มกราคม ๒๕๖๑
๒	ผศ.ผดุง วรรณทอง	ผู้เชี่ยวชาญด้านสังคมวิทยา	๑๘ มกราคม ๒๕๖๑
๓	พระมหาสม กลยาโณ,ดร.	อาจารย์ประจำภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา	๒๐ มกราคม ๒๕๖๑

๖. จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับจริง และนำไปสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ซึ่งมีประเด็นสัมภาษณ์ ๖ ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลผู้ให้สัมภาษณ์

ตอนที่ ๒ ปัญหาของผู้สูงอายุ

๑. ปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร
๒. ปัญหาทางด้านสังคมของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร
๓. ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร

ตอนที่ ๓ การจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ

๑. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีวิธีการจัดการสุขภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร
๒. ชุมชนมีวิธีการจัดการสุขภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร
๓. ผู้นำชุมชนมีวิธีการจัดการสุขภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร

ตอนที่ ๔ การเสริมสร้างสุขภาวะ

๑. การเสริมสร้างสุขภาวะด้านร่างกาย

- ๑.๑ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาวะด้านร่างกายของท่านอย่างไร
- ๑.๒ ท่านคิดว่าผู้ที่สูงอายุจะมีร่างกายที่แข็งแรงได้นั้นเกิดจากอะไร

ใครบ้างที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และเกี่ยวข้องอย่างไร

๑.๓ ท่านคิดว่าเมื่อผู้สูงอายุมีอาการเจ็บป่วย จะทำอย่างไร จะให้ใคร

ดูแลรักษา และมีขั้นตอนการดูแลรักษาอย่างไร

๒. การเสริมสร้างภาวะด้านจิตใจอย่างไร

๒.๑ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาพทางด้านจิตใจอย่างไร สามารถควบคุมอารมณ์ได้ไหม ในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบ

๒.๒ ท่านคิดว่าชุมชนมีการจัดกิจกรรมเพื่อลดความเครียดของผู้สูงอายุอย่างไร

๒.๓ ท่านคิดว่าสิ่งแวดล้อมในชุมชนมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพทางจิตใจดีหรือไม่ อย่างไร

๓. การเสริมสร้างสุขภาวะด้านสังคมอย่างไร

๓.๑ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาพด้านสังคม การปฏิสัมพันธ์กับชุมชนอย่างไร

๓.๒ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุคิดว่าชุมชนมีความรัก ความสามัคคี ความเอื้ออาทร มากน้อยเพียงใด และปรับตัวเข้ากับชุมชนอย่างไร

๓.๒ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนอย่างไร

๔. การเสริมสร้างสุขภาวะด้านจิตวิญญาณอย่างไร

๔.๑ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาพด้านจิตวิญญาณ ให้มีความเมตตา กรุณาอย่างไร

๔.๒ ท่านคิดว่ากิจกรรมของชุมชน ผู้สูงอายุมีส่วนช่วยเหลือในด้านใดบ้าง

๔.๓ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่สำคัญอะไรบ้าง

๔.๔ เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ท่านคิดว่าผู้สูงอายุสามารถแยกแยะถูกผิด มีประโยชน์ ไม่มีประโยชน์ อย่างไร

ตอนที่ ๕ หลักเศรษฐกิจพอเพียง

๑. ความพอประมาณ

๑.๑ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีรายได้จากส่วนใดบ้าง และเพียงพอต่อการดำเนินชีวิตประจำวันหรือไม่อย่างไร

๑.๒ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียงอย่างไร

๑.๓ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุได้มีการกู้ยืมเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันหรือไม่ ได้จากแหล่งใดบ้าง

๒. ความมีเหตุผล

๒.๑ เวลามีปัญหาท่านคิดว่าผู้สูงอายุได้ใช้เหตุผล สติปัญญา การตัดสินใจอย่างรอบคอบมากน้อยเพียงใด ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ

๒.๒ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างไร

๒.๓ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุพิจารณาความยากได้กับความจำเป็นในการ
บริโภค ผู้สูงอายุแยกแยะอย่างไร

๓. การมีภูมิคุ้มกัน

๓.๑ ท่านคิดว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อการ
ดำเนินชีวิตประจำของผู้สูงอายุอย่างไร

๓.๒ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุในชุมชนมีการเตรียมตัวให้รับการเปลี่ยนแปลง
ด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นอย่างไร

๔. ความรู้

๔.๑ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีความรู้ ภูมิปัญญา และความสามารถในด้าน
ใดบ้าง ได้เรียนรู้มาจากไหนและอย่างไร

๔.๒ ท่านคิดว่าชุมชนมีกิจกรรมใดบ้างที่สนับสนุนการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ

๔.๓ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุติดตามข่าวสารต่าง ๆ ด้วยวิธีใด บ่อยไหม

๕. คุณธรรม

๕.๑ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุในชุมชนนำหลักธรรมทางศาสนามาใช้ในการ
ดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร

๕.๒ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันหรือไม่
อย่างไร

๕.๓ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุและชุมชนมีความสามัคคี เอื้ออาทรต่อกันหรือไม่
อย่างไร

ตอนที่ ๖ แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๑. แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดย
ผู้สูงอายุเอง ในอนาคตควรเป็นอย่างไร

๒. แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดย
ครอบครัว ควรเป็นอย่างไร หรือมีส่วนสร้างเสริมอย่างไร

๓. แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดย
ชุมชนควรเป็นอย่างไร หรือชุมชนควรมีส่วนสร้างเสริมอย่างไร

๔. แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง
โดยหน่วยงานภาครัฐควรเป็นอย่างไร หรือหน่วยงานภาครัฐควรมีส่วนสร้างเสริมอย่างไร

๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอน ดังนี้

๑. ขอหนังสือจากผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ถึงองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ถึงผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการให้สัมภาษณ์
๒. ผู้วิจัยทำการนัดวันเวลาและสถานที่กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) เพื่อลงพื้นที่ภาคสนาม ทำการสัมภาษณ์ตามที่กำหนดไว้
๓. ดำเนินการสัมภาษณ์ตามวัน เวลาและสถานที่ที่กำหนดนัดไว้ จนครบทุกประเด็น โดยขออนุญาตใช้วิธีการจดบันทึกและการบันทึกเสียงประกอบการสัมภาษณ์
๔. นำข้อมูลดิบที่ได้มารวบรวมเพื่อวิเคราะห์โดยวิธีการที่เหมาะสมและนำเสนอต่อไป

๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์โดยวิธีการดังนี้

๑. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาถอดเสียงและบันทึกเป็นข้อความ
๒. นำข้อความจากการสัมภาษณ์และการจดบันทึกมาจำแนกเป็นประเด็นและเรียบเรียงเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย
๓. วิเคราะห์คำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลสำคัญตามวัตถุประสงค์การวิจัย โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis Technique) ประกอบบริบท (Context)
๔. สังเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัยและนำเสนอต่อไป

บทที่ ๔

ผลการศึกษา

การศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ” มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ ๑) เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ๒) เพื่อศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ และ ๓) เพื่อเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ในบทนี้ผู้วิจัยจะได้นำเสนอผลการศึกษาที่สำคัญตามวัตถุประสงค์ โดยมีเนื้อหาสาระสำคัญ ดังนี้

๔.๑ ปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี

๔.๑.๑ ปัญหาทั่วไปของผู้สูงอายุ

๔.๑.๒ ปัญหาด้านสุขภาวะและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ

๔.๒ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๒.๑ การนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ

๔.๒.๒ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๓.๑ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๓.๒ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๓.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๓.๔ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๔ องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย

๔.๑ ปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี

๔.๑.๑ ปัญหาทั่วไปของผู้สูงอายุ

การที่บุคคลจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีหรือไม่นั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นมีปัญหาหรือไม่ ระดับของปัญหาที่มีมากหรือน้อยเพียงใด และในกรณีที่มีปัญหานั้น สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้หรือไม่ ผู้สูงอายุก็เช่นเดียวกัน การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุจึงขึ้นอยู่กับว่า มีปัญหา

มากนักเพียงใด และอยู่ในวิสัยที่ผู้สูงอายุจะแก้ไขปัญหาดได้ด้วยตนเองหรือได้รับการช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหหรือไม่ การมีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลให้ผู้สูงอายุเป็นผู้มีคุณภาพ จึงหมายถึงผู้ที่ดูแลตนเองได้ ทำในสิ่งที่ปรารถนาตามศักยภาพของตน

จากการศึกษาวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุมักจะประสบกับปัญหาทั่วไปที่สำคัญทั้งหมด ๓ ปัญหา ได้แก่ ปัญหาทางด้านกายภาพ ปัญหาทางด้านสังคม และปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ซึ่งผู้วิจัยจะอธิบายรายละเอียด ดังนี้

๑) ปัญหาทางด้านกายภาพ

ปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุทุกคนล้วนแล้วแต่มีปัญหาสุขภาพะทางร่างกาย ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งเป็นปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ ปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากวัย และปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากการมีโรคประจำตัว ซึ่งผู้วิจัยจะได้อธิบาย ดังนี้

กลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านกายภาพอันเนื่องมาจากวัย

จากการศึกษา ปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากวัย ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุบางรายก็มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว ในขณะที่ผู้สูงอายุบางรายก็มีโรคประจำตัว แต่ข้อมูลจากการสังเกตและสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย ทำให้ทราบว่า ผู้สูงอายุทุกคนต่างก็เผชิญกับปัญหาความเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพอันเนื่องมาจากวัย กล่าวคือ ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายซึ่งมีสภาพความเสื่อมถอยทางร่างกายและจิตใจ ขาดความคล่องแคล่วว่องไว ความคิดความอ่านล่าช้า หูตึง สายตาวลุ่ม มีผมหงอก ผิวหนังเหี่ยวย่น ข้อเข่าเสื่อม เป็นต้น

ดังเช่นตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของ อสม. บ้านกันตรวจ หมู่ ๑ ที่ให้ข้อมูลว่า “ในชุมชนนี้ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สุขภาพแข็งแรง ไม่ค่อยเจ็บป่วย ยายคุณแลรับผิตชอบผู้สูงอายุในละแวกบ้าน ๑๑ คน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่ยายคุณแลรับผิตชอบไม่ค่อยมีใครป่วยเป็นโรคอะไร จะมีก็แต่สังขารเสื่อมไปตามวัย ทำให้มีอาการปวดข้อ ปวดเข่าอยู่บ้าง ผู้สูงอายุบางท่านรับประทานอาหารได้น้อย”^๑ คำให้สัมภาษณ์ดังกล่าวมีความสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของ ยายน้อย ชันทอง ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑ ที่กล่าวว่า “ยายไม่มีโรคประจำตัวอะไร สุขภาพร่างกายยายแข็งแรงดี ไม่เป็นอะไรมาก นอกจากชอบปวดฟันอยู่บ่อย ๆ แกล้งทุกวัน ๆ ทุกวันนี้ร่างกายของยายไม่เหมือนเดิมแล้ว”^๒ เช่นเดียวกับยายกันหา ที่กล่าวว่า “ยายแข็งแรงดี ไม่มีโรค”^๓

^๑ สัมภาษณ์ นางบุญปิ่น วันทะวงษ์, อสม. บ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^๒ สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^๓ สัมภาษณ์ นางกันหา ศิริกา, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ในขณะที่มัททายกวัด ซึ่งเคยเป็นอดีตผู้ใหญ่บ้าน บ้านโคก หมู่ ๔ ได้ให้สัมภาษณ์ เช่นเดียวกันว่า “ตาสุขภาพแข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แต่ปีที่แล้วตาเคยเข้าโรงพยาบาลเพื่อผ่าตัดนิ้ว ในไต แต่ทุกวันนี้ตาไม่ได้ป่วยเป็นอะไรแล้ว”^๔ ส่วนยายวัย ผู้สูงอายุหมู่ ๔ ก็ได้ให้สัมภาษณ์สอดคล้อง กันว่า “ยายไม่มีปัญหาเรื่องสุขภาพ ไม่เคยไปอนามัย ไม่เคยไปโรงพยาบาล”^๕

กลุ่มผู้สูงอายุที่ปัญหาทางด้านกายภาพอันเนื่องมาจากการมีโรคประจำตัว

จากการศึกษา ปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากการมีโรคประจำตัว พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ บางส่วนมีโรคประจำตัว อาทิเช่น เบาหวาน ความดัน ต้อกระจก กระดูกพรุน กระดูกทับเส้น กระเพาะ เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็ป่วย เป็นโรคชรา เดินลำบากต้องใช้ไม้เท้า ในขณะที่บางรายก็เป็นผู้ป่วยนอนติดเตียง เดินไม่ได้

๒) ปัญหาทางด้านสังคม

จากการศึกษาปัญหาทางด้านสังคมของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัด ศรีสะเกษ ที่พบได้แก่ ๑) ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง ๒) ผู้สูงอายุไม่มีลูกหลานคอยดูแล ๓) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะอาศัยอยู่กับหลาน เนื่องจากพ่อแม่ของเด็กต้องไปทำงาน จึงต้องทิ้งลูกไว้อยู่บ้านกับผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุรับผิดชอบดูแลเลี้ยงดู ๔) ผู้สูงอายุติดการพนัน ได้แก่ หวยหุ้น หวยบนดิน หวยใต้ดิน เป็นต้น แต่จากการสัมภาษณ์ พบว่า ผู้สูงอายุจะมองว่าตนไม่ได้มีปัญหาทางสังคม ดังเช่นตัวอย่างคำ ให้สัมภาษณ์ของประธานชมรมผู้สูงอายุ ประจำตำบลโนนปูน ที่ได้สะท้อนภาพให้เห็นว่า “ผู้สูงอายุ ในชุมชนส่วนใหญ่ไม่ได้มีปัญหาทางสังคมอะไร แต่บางคนก็มีลูกหลานดูแล บางคนก็อยู่ตามอัตภาพ โดยส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่กับลูกหลาน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องเลี้ยงหลานเหมือนผมนี้”^๖ สอดคล้องกับ คำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๑ บ้านกันตรวง ที่กล่าวว่า “ผู้สูงอายุไม่ได้มีปัญหาทางสังคมอะไร สามารถเข้ากับคนในสังคมได้ดี บางครอบครัวลูกไม่อยู่บ้าน ต้องไปทำงานที่ต่างจังหวัด ส่งหลานมาให้ ผู้สูงอายุเลี้ยงดู”^๗

พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโนนปูน ที่กล่าวว่า “ปัญหาทางด้าน สังคมที่พบเห็น คือ ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งให้อยู่บ้านคนเดียว ผู้สูงอายุบางคนที่ยาเยอะ ๆ ไปทำ กิจกรรมร่วมกับชุมชนและสังคมได้ลำบาก บางคนทำกิจกรรมอะไรไม่ค่อยได้ เนื่องจากไม่มีใครพาไป และสุขภาพไม่เอื้ออำนวย” สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของเจ้าอาวาส วัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์ ที่กล่าวว่า “การเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ ต่างคนต่างอยู่ จะมารวมตัวกันทีเดียวเป็นเรื่องยาก จะให้มา

^๔ สัมภาษณ์ นายอานวย ชันวงษ์, ผู้สูงอายุบ้านโคก หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

^๕ สัมภาษณ์ นางไฉ ศรีพูล, ผู้สูงอายุบ้านโคก หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

^๖ สัมภาษณ์ นายบุญเชิด จันทรเพ็ง, ประธานชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูน, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^๗ สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

รวมตัวกันมันลำบาก เขาไม่ค่อยเข้ากันสักเท่าไร บางส่วนต้องดูแลลูกหลาน” พระอาจารย์เจ้าอาวาสได้กล่าวต่อไปว่า “ปัญหาที่สร้างภาระให้กับผู้สูงอายุ คือ ลูกไม่ได้อยู่ด้วย คนแก่ต้องอยู่บ้านดูแลหลาน ให้ไปไหนก็ไปไม่ได้ ต้องอยู่บ้านเลี้ยงหลานอย่างเดียว ผู้สูงอายุจะไปไหนไม่ได้เลย ยิ่งถ้ามีหลานอายุ ๒-๓ ปี ต้องอยู่บ้านเลี้ยงหลานอย่างใกล้ชิด” เช่นเดียวกับที่นักพัฒนาชุมชน จากองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ซึ่งได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ปัญหาทางสังคมของผู้สูงอายุที่พบคือ ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ตามลำพัง ลูกหลานทำมาหากินอยู่ต่างจังหวัด นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังมีปัญหาในเรื่องของการดำรงชีพ เนื่องจากรายได้ของผู้สูงอายุบางท่านนั้น ได้รับจากเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุเพียงอย่างเดียว ในขณะที่มีภาระรายจ่ายค่อนข้างเยอะ”^๔

ผู้สูงอายุบางคน อาศัยอยู่ตามลำพังสามี ภรรยา ผู้สูงอายุบางคนก็อาศัยอยู่คนเดียว เช่น ลุงอำนาจ ชันวงษ์ ซึ่งอาศัยอยู่กับภรรยา ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “อาศัยอยู่กันสองคนตายาย อยู่อย่างสบายไม่เหงา” เมื่อผู้วิจัยได้ถามว่าลูกมาอยู่ด้วยไหม เขาตอบว่า “ไม่ได้อยู่หรอก” ส่วนนางไฉ ศรีพล อาศัยอยู่คนเดียว เขากล่าวว่า “ยายชอบอยู่คนเดียว ไม่อยากให้ใครมาอยู่ด้วย ไม่อยากให้เด็กมาอยู่ด้วย รู้สึกว่าน่ารำคาญ อยู่แบบนี้สบายใจ มีงานบุญที่ไหนก็ไปทำบุญ ไม่ต้องเดือดร้อนใคร ”

๓) ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ

จากการศึกษาปัญหาทางด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ไม่เพียงพอต่อรายจ่าย บางรายเป็นหนี้ อันเนื่องมาจากการกู้ยืมเงินมาใช้หมุนเวียนในครัวเรือนบ้าง ใช้จ่ายเพื่อการเกษตรบ้าง และบ้างก็ยืมเงินมาให้ลูกใช้จ่ายลงทุนหมุนเวียน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะติดการพนัน ได้แก่ หว่ยหุ้น หว่ยบนดิน และหว่ยใต้ดิน

นักพัฒนาชุมชน^๕ จากองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ได้เล่าเรื่องสะท้อนให้เห็นถึงปัญหาทางด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุเอาไว้ว่า “ผู้สูงอายุตำบลโนนปูน ที่ขึ้นทะเบียนรับเบี้ยยังชีพมี ๕๔๙ คน ถือเป็นร้อยละ ๑๘ ของประชากรที่มีตำบล ปัญหาของผู้สูงอายุ คือ ๑) ด้านสุขภาพ ๒) ผู้สูงอายุอยู่ตามลำพัง ลูกหลานทำมาหากินอยู่ต่างจังหวัด ๓) ด้านเศรษฐกิจและการดำรงชีพ”

เขากล่าวต่อไปว่า “รายได้ของผู้สูงอายุได้จากเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ แต่มีภาระเยอะ ผู้สูงอายุบางรายมีรายได้เข้ามาจากรับจ้างเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็จะได้แค่นั้น ภาระที่ผู้สูงอายุต้องแบกรับล้วนมาจากภาระครอบครัวทั้งสิ้น เนื่องจาก เกือบแทบทุกครัวเรือนจะมีหลาน ซึ่งบุตรเอาหลานมาทอดทิ้ง บางครอบครัว พ่อแม่ไม่ส่งเสียเงินมาให้ตากับยาย ก็ทิ้งภาระไว้ ภาระค่าใช้จ่ายทั้งหมดอยู่ที่ผู้สูงอายุเป็นส่วนมาก แม้ว่าบ้านไม่ได้เช่า ข้าวไม่ได้ซื้อ แต่การทำมาหากินมันยาก สมัยก่อนหากินตาม

^๔ สัมภาษณ์ นางธัญรัตน์ มิตฺถุมินุรักษ์, นักพัฒนาชุมชน, ๑๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

^๕ สัมภาษณ์ นางธัญรัตน์ มิตฺถุมินุรักษ์, นักพัฒนาชุมชน, ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ธรรมชาติ สมัยนี้ต้องซื้อ ปลาทุบแช่ ๓๕ – ๔๐ บาท แต่หลานต้องกินไข่ กินหมู เวลาผู้สูงอายุไปหาหมอ หรือไปตรวจสุขภาพ ก็มีค่าใช้จ่ายทั้งนั้น”

ดังเช่นตัวอย่างของยายน้อย ซึ่งมีลูก ๒ คน คือ ลูกชายคนโตและลูกสาวคนเล็ก ปัจจุบันอาศัยอยู่กับลูกสาวคนเล็ก ยายเล่าให้ฟังว่า “ยายมีรายได้แค่ ๖๐๐ บาทต่อเดือน พอเงินเหลือน้อย ยายก็จะเริ่มประหยัดมากกว่าเดิม ลูกหลานก็ไม่ค่อยมีเงิน นาน ๆ เจอกัน ก็จะทำให้ครั้งหนึ่ง ปีหนึ่งให้ทีตอนนี้ยายไม่ได้ทำนา ที่ดินที่เคยมีก็ยกให้ลูกหลาน ที่บ้านลูกหลานทำนาประมาณ ๓๐ ไร่”^{๑๐}

จากข้อมูลดังกล่าว สะท้อนให้เห็นว่า ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจนั้น ส่งผลต่อความทุกข์และความเครียดของผู้สูงอายุ ความทุกข์จากเรื่องงานอาชีพและรายได้ เศรษฐกิจและครอบครัวอาจเกิดได้จากสาเหตุต่าง ๆ เช่น ขาดเงินที่จะใช้จ่ายใช้สอย ไม่มีงานพิเศษทำขาดรายได้ ขาดคนช่วยเหลือ มีหลายคนทำงานมานานหลายปี ไม่เคยคิดที่จะสะสมเงินเอาไว้ใช้เมื่ออายุมากแล้วพอเกษียณอายุ การงานหรือหยุดทำงานก็ไม่มีเงินสะสมที่จะใช้เมื่อยามจำเป็นหรือไม่มีรายได้อาจได้เงินบำนาญเมื่อเวลาออกจาก งานแต่ไม่นานก็ใช้เงินหมด หรือได้เงินเป็นบำนาญก็เป็นจำนวนน้อยมากแต่ละเดือนไม่พอที่จะเป็น ค่าใช้จ่ายที่จำเป็นเสียอีกด้วยและจะยังได้รับความทุกข์ลำบากมากขึ้นเมื่อไม่มีญาติพี่น้อง ลูกหลานที่จะพอพึ่งพิงได้บ้างขาดอาหาร อาหารการกินไม่สมบูรณ์ ไม่มีใครจัดหาอาหารให้กินต้องหุงข้าว ปลาอาหารกินเองทั้ง ๆ ที่แก่มากหมดเรี่ยวแรง เนื้อตัวสั่นตลอดเวลา คนแก่ถูกไฟไหม้น้ำร้อนลวก จากการหุงหาอาหารกินเองนี้พบได้บ่อย จากบทบาทที่เคยเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัวต้องมาเป็นสมาชิกคนหนึ่งครอบครัว เป็นผู้รับมากกว่าผู้ให้ทำให้ผู้สูงอายุหลาย ๆ คน ทำใจยอมรับไม่ค่อยได้ เพราะรู้สึกท้อแท้สูญเสียอำนาจและบทบาททางสังคมที่เคยมี

๔.๑.๒ ปัญหาด้านสุขภาวะและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ

องค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสำคัญในการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านร่างกาย ๒) ด้านจิต ๓) ด้านสังคม และ ๔) ด้านจิตวิญญาณ นอกจากจะเป็นตัวของผู้สูงอายุเองแล้ว ยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนช่วยในการจัดการกับสุขภาวะของผู้สูงอายุ นั่นก็คือ ตัวของผู้สูงอายุเอง ครอบครัว ชุมชน และองค์กรภาครัฐ ทั้งหมดที่กล่าวมาล้วนแล้วแต่มีส่วนสำคัญเป็นอย่างยิ่งในการจัดการกับสุขภาวะของผู้สูงอายุ สำหรับประเด็นเรื่องปัญหาด้านสุขภาวะและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีนั้น เบื้องต้นผู้วิจัยจะได้นำเสนอปัญหาสุขภาวะทั้ง ๔ ด้านของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ให้เห็นก่อนว่าจากการลงพื้นที่ภาคสนามเพื่อเก็บข้อมูลทำวิจัย ได้ทราบปัญหาอะไรบ้าง จากนั้นก็จะได้สรุปให้เห็นว่าผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ มีกระบวนการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุด้านต่าง ๆ อย่างไร ซึ่งจะได้อธิบายทีละประเด็น ดังนี้

๑) ปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางกาย

^{๑๐} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๑.๑) ปัญหาสุขภาพทางกายของผู้สูงอายุ ผลจากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ต่างก็เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและเกิดการเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ทั้งนี้ อวัยวะก็จะทำงานลดลง มีความเสื่อมสภาพลงไป เมื่อบุคคลอายุมากขึ้นเซลล์ในร่างกายก็จะผิดปกติและตายไป หรือบางทีเซลล์ที่เกิดขึ้นก็จะแตกต่างจากเซลล์เดิม เซลล์ต่าง ๆ จะมีความเสื่อมหรือสึกหรอ ถ้ามีการใช้งานมากยิ่งขึ้นก็จะทำให้แก่เร็วขึ้น ผู้สูงอายุที่มายุ่ตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป จะมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายไปในทางเสื่อมมากกว่าเจริญเติบโต ทำให้ขาดความคล่องแคล่วว่องไว ความจำเสื่อม ความคิดความอ่านล่าช้า หูตึง ตาพร่ามัว ผมหงอก หนังกเหี่ยว เป็นต้น

สำหรับปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางกาย ของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางกายของผู้สูงอายุนั้น แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ ๑) กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว ๒) กลุ่มของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ได้แก่ เบาหวาน ความดัน ไต ต้อกระจก กระดูกพรุน กระดูกทับเส้น กระเพาะ เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็ป่วยเป็นโรคชรา เดินลำบากต้องใช้ไม้เท้า ในขณะที่บางรายก็เป็นผู้ป่วยนอนติดเตียง เดินไม่ได้ แต่ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มต่างก็เผชิญกับปัญหาความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่มีความเสื่อมสภาพไปตามวัย อาทิเช่น ผมหงอก หนังกเหี่ยว ปวดข้อ ปวดเข่า ปวดหลัง เดินได้ช้าลง ทำอะไรช้าลง เป็นต้น

ดังเช่นตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านกันตรวจ หมู่ ๑ ที่กล่าวว่า “ผู้สูงอายุในชุมชนส่วนมากจะมีปัญหาด้านสุขภาพ เช่น โรคความดัน เบาหวาน”^{๑๑} ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลที่ผู้วิจัยได้รับจากพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโนนปูน ที่กล่าวว่า “ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน จะประสบกับปัญหาโรคเรื้อรัง เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไต ภาวะความเครียดและโรคซึมเศร้า สาเหตุเพราะอยู่บ้านคนเดียว” ทั้งยังให้ข้อมูลเพิ่มเติมต่อไปว่า “ส่วนมากผู้หญิงจะป่วยมากกว่าผู้ชาย นอกจากนี้ ยังมีผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคมะเร็ง ปอด วัณโรค ซึ่งแต่ละหมู่บ้านก็จะไม่เหมือนกัน แล้วแต่สภาพหมู่บ้านชุมชนของเขา”^{๑๒} หมายความว่า สภาพแวดล้อมของชุมชนหมู่บ้านที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ แต่ละพื้นที่ แต่ละหมู่บ้าน จะพบผู้สูงอายุที่ป่วยต่างกันออกไป

ทางเจ้าอาวาส วัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์ ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ปัญหาด้านร่างกายของผู้สูงอายุในชุมชนของเราที่พบเห็น ก็จะมีโรคความดัน เบาหวาน ไขข้อเสื่อม ปวดเข่า เจ็บเข่า เดินทางไปไหนมาไหนลำบาก ปัญหาเหล่านี้มาจากเรื่องของวิถีชีวิตความเป็นอยู่และอาหารการกิน ส่วนผู้สูงอายุที่เป็นผู้ชายส่วนมากที่อาตมาเห็นจะป่วยเป็นโรคปอด เพราะว่าสูบบุหรี่จัด”^{๑๓} ซึ่งสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของกำนันตำบลโนนปูน ที่กล่าวว่า “ผู้สูงอายุในหมู่บ้านส่วนใหญ่

^{๑๑} สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๒} สัมภาษณ์ สุทธิชัย ดั่งทอง , พยาบาลวิชาชีพ, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๓} สัมภาษณ์ พระมหาตัง อากาศโร, เจ้าอาวาส วัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สุขภาพแข็งแรง แต่บางส่วนก็จะป่วยเป็นโรคเบาหวาน ความดัน ไต ต้อกระจก เดินเหินลำบาก ปวด
แข็งปวดขา”^{๑๔}

ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒ ส่วนมากป่วยเป็นโรคเบาหวาน ความดัน ต้อกระจก
กระดูกพรุน เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านหนองระเียว หมู่ ๒ ที่กล่าวว่า “ปัญหาด้าน
กายภาพของผู้สูงอายุที่พบเจอ ต่างก็มีโรคกระดูก เจ็บปวดตามข้อ ตามเอว ปวดหลัง ไปไหนมาไหน
ลำบาก และไม่ค่อยสะดวก”^{๑๕} สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของ อสม. หมู่ ๒ ที่กล่าวว่า “ผู้สูงอายุใน
หมู่ ๒ บ้านหนองระเียว ส่วนใหญ่จะป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ต้อกระจก ในขณะที่
ผู้สูงอายุบางรายเริ่มมีสายตาพาลำมัว มองไม่ค่อยเห็น” ยกตัวอย่างเช่น ยายลักษณ์ ซึ่งป่วยเป็นโรค
กระดูกพรุน ชอบปวดข้อ ปวดเข่า เดินไปไหนค่อนข้างลำบาก ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ยายเป็นโรคกระดูก
พรุน เวลาเดินก็ต้องใช้ไม้เท้า นอกจากนี้ยายยังเป็นโรคเบาหวาน และโรคต้อกระจก ซึ่งกำลังรอรับ
การรักษา”^{๑๖} ส่วนตาฤทธิ์ ผู้สูงอายุอีกท่านของหมู่ ๒ ที่ผู้วิจัยได้ไปสัมภาษณ์ ได้กล่าวว่า
“ตามักจะปวดข้อ ปวดเข่าอยู่เป็นประจำ ความดันปกติ เบาหวานก็ไม่ได้เป็น”^{๑๗}

ทางด้าน อสม หมู่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ ได้ให้ข้อมูลกับผู้วิจัยว่า “เขาเป็น อสม. ตั้งแต่ปี
พ.ศ. ๒๕๕๔ เป็นมา ๖ ปีแล้ว ในเขตรับผิดชอบของเขา เขาต้องรับผิดชอบดูแลผู้สูงอายุ ๘ หลังคา
เรือน มีผู้สูงอายุที่ต้องดูแล ๕ คน ซึ่งผู้สูงอายุ ๕ คนที่ดูแล ที่แข็งแรงมี ๒ คน ที่เหลือก็ป่วย มีโรค
ความดัน โรคไต โรคชรา เป็นต้น”

ในขณะที่ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑ ได้กล่าวว่า “ตามีโรคประจำตัว คือ วินเวียนศรีษะ
ส่วนยาเป็นโรคชรา” เมื่อผู้วิจัยถามว่าป่วยอย่างอื่นไหม “ตาบอกว่าไม่ค่อยป่วย ที่เวียนศรีษะเป็น
เพราะอากาศร้อน เวลาปวดหัวก็กินยาหมอนานมัย ตาปวดหัวมาได้ ๑-๒ เดือนแล้ว”^{๑๘}

ส่วนผู้ใหญ่บ้าน หมู่ ๔ บ้านโคก ได้ให้ข้อมูลคล้ายกันว่า “ผู้สูงอายุส่วนมากจะป่วยเป็น
โรคเบาหวาน สาเหตุเกิดมาจากกรรมพันธุ์ และพฤติกรรมการกิน เพราะบางคนชอบกินหวาน ส่วนที่
พบเจอบ่อย ๆ ก็คือ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบปวดข้อ ปวดหลัง ปวดเอว”^{๑๙} ข้อมูลดังกล่าวสอดคล้องกับ
คำให้สัมภาษณ์ของประธานชมรมผู้สูงอายุ ประจำตำบลโนนปูน ที่กล่าวว่า “ผู้สูงอายุในชุมชนส่วน
ใหญ่จะป่วยเป็นโรคชรา เบาหวาน ความดัน ข้อ กระดูกพรุน ตาพาลำมัวมองอะไรไม่ค่อยชัด ”

^{๑๔} สัมภาษณ์ นางอลิศา มะลิซ้อน, กำนันตำบลโนนปูน, ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๕} สัมภาษณ์ นายสาคร จันทร, ผู้ใหญ่บ้าน บ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๖} สัมภาษณ์ นางลักษณ์ นงค์เยาว์, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๗} สัมภาษณ์ นายฤทธิ์ เพชรพลอย, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๘} สัมภาษณ์ นายเทียม วันทะวงษ์, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๙} สัมภาษณ์ นายฮา ศรีพล, ผู้ใหญ่บ้าน บ้านโคก หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุบางรายมักเวียนศีรษะ อาทิตื่น ตาเทียม ซึ่งให้ข้อมูลว่า “๒ – ๓ เดือนที่ผ่านมา ตามักเวียนศีรษะ ส่วนยาก็เป็นโรคชรา เดินไม่ได้”^{๒๐}

สรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายผู้สูงอายุ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลง ดังนี้

๑. ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงอยู่อย่างต่อเนื่องและเกิดการเสื่อม อวัยวะทำงานลดลง และล้าเหลว

๒. ความผิดปกติของเซลล์เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้นจะมีเซลล์ผิดปกติเสื่อมและตายไป หรือ เซลล์ที่เกิดขึ้นจะแตกต่างจากเซลล์เดิม

๓. สารอนุมูลอิสระสารที่เกิดจากกระบวนการเผาผลาญของร่างกายจะเพิ่มมากขึ้นเนื่องจากมลภาวะของสิ่งแวดล้อม เช่น สารอนุมูลอิสระสะสมในเนื้อเยื่อจะขัดขวางการรับออกซิเจน และ สารอาหารของเซลล์ วิตามินซี อี และซีลีเนียมเป็นสารสำคัญที่ยับยั้งการเกิดอนุมูลอิสระหรือเรียกว่า สารต้านอนุมูลอิสระซึ่งจะยืดเวลาของการเกิดโรคหัวใจและโรคมะเร็ง

๔. ความเสื่อมและสึกหรอถ้ามีการใช้งานมากยิ่งขึ้นทำให้แก่เร็วขึ้นหรือเมื่อเซลล์ทำงานไปเป็นเวลานานย่อมเกิดการสึกหรอ กระบวนการเหล่านี้จะมีการเสื่อมและถดถอยสูงต่ำต่างกันขึ้นอยู่กับแต่ละปัจจัย

๕. การเชื่อมต่อไขว้ของคอลลาเจน ทำให้เซลล์เกาะกันแน่นขาดความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อข้อ ติดแข็ง ฟันหัก กล้ามเนื้อหัวใจและหลอดเลือดมีแคลเซียมมาเกาะจับตัวแน่น ผิวหนังของผู้สูงอายุจะ ขาดความยืดหยุ่น การเชื่อมต่อไขว้จะเกิดได้เร็วขึ้น ถ้ามีระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นและมีการเกิดต่อกระดูก เนื้อเยื่อของไตและหลอดเลือดมีการเชื่อมต่อไขว้เป็นสาเหตุเบื้องต้นของโรคหลอดเลือดแข็งตัว ไตวายเรื้อรังและระบบภูมิคุ้มกันทำงานลดลง

๑.๒) การจัดการกับสุขภาวะทางกาย

เบื้องต้นผู้วิจัยได้สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุนั้น แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ ๑) กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว ๒) กลุ่มของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ได้แก่ เบาหวาน ความดัน ต้อกระจก กระดูกพรุน กระดูกทับเส้น กระเพาะ เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็ป่วยเป็นโรคชรา เดินลำบากต้องใช้ไม้เท้า ในขณะที่บางรายก็เป็นผู้ป่วยนอนติดเตียงเดินไม่ได้ แต่ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มต่างก็เผชิญกับปัญหาการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่มีความเสื่อมสภาพไปตามวัย อาทิตื่น ผมหงอก หนังกเหี่ยว ปวดข้อ ปวดเข่า ปวดหลัง เดินได้ช้าลง ทำอะไรช้าลง เป็นต้น ลำดับต่อไปผู้วิจัยจะได้อธิบายให้เห็นถึงกระบวนการจัดการกับสุขภาวะทางกาย ๔

^{๒๐} นายเทียม วันทะวงศ์, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ประเด็นได้แก่ การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ สามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังนี้

๑.๒.๑ การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยผู้สูงอายุ จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางกายเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่ ๑) รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบ ๕ หมู่ ๒) ออกกำลังกายเป็นประจำ ๓) นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ๔) อารมณ์ดี มีสุขภาพจิตที่ดี ย่อมส่งผลต่อสุขภาพร่างกายที่ดี ๕) เมื่อป่วยไข้ไม่สบายก็ไปหาหมอและรับประทานยาตามหมอสั่ง

ดังเช่นคำให้สัมภาษณ์ของยายน้อย ชันทอง เมื่อผู้วิจัยถามว่ายายมีการจัดการกับสุขภาวะทางกายของยายอย่างไร ให้ตัวเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ยายตอบว่า “เวลาไม่สบายก็กินยายกินข้าวไม่เยอะ ปกติก็กินข้าวกับผัก ปลา น้ำพริก (บ่นกับผัก) ชอบทานอาหารพื้นบ้าน ไม่ชอบกินแกงที่รสจัด แต่ถ้ากินข้าวกับผัก กับน้ำพริกจะกินได้เยอะ ยายชอบกินผักบั้ง ผักต้ม มะเขือ”^{๒๑} สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของ ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวจ ที่กล่าวว่า “ผู้สูงอายุสุขภาพดีเพราะว่าทำอาหารกินเอง ไม่ค่อยได้ซื้อ คนแก่ชอบบ่นน้ำพริก บ่น จิ้มแจ่ว ไม่ชอบพวกผัดอะไร ชอบกินเองทำเอง หาผักข้างรั้วบ้าง คนแก่ชอบเดินออกกำลังกาย เลี้ยงสัตว์ เลี้ยงวัว เลี้ยงควาย เหมือนกับการออกกำลังกายไปด้วย”^{๒๒} ส่วนผู้สูงอายุในหมู่ ๑ อีกท่านหนึ่ง เมื่อผู้วิจัยสอบถามว่ายายทำอย่างไรให้ร่างกายแข็งแรง ยายบอกว่า “ยายจะออกกำลังกายด้วยตัวเอง ยายนอน ๓ พุ่มน ตื่นตี ๓ มาเคี้ยวหมาก จากนั้นจะออกกำลังกายยืดเส้นยืดสาย ออกกำลังกายถูกผิดยายก็ไม่รู้ ยายก็ออกของยายไป ออกกำลังกายแล้วยายรู้สึกสบาย เวลาปวดเมื่อยก็ใช้หลานนวด” เมื่อผู้วิจัยสอบถามต่อไปว่าเวลายายเจ็บป่วยยายทำอย่างไร “ถ้าเป็นไข้เขาไม่ให้อาบน้ำ แต่ยายทำไม่ได้ ยายต้องอาบน้ำ เวลาไม่สบายยายจะไปอนามัย บางครั้งก็ซื้อยามากินเอง เนื่องจากว่ายายไปอนามัยแล้วไม่มีแอสไพริน ที่อนามัยมีแต่ยาพารา ยายกินยาพาราไม่ได้ ยายไม่เคยไปนอนโรงพยาบาล”^{๒๓}

๑.๒.๒ การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยครอบครัว จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางกายเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. จัดเตรียมอาหารที่ดีและมีประโยชน์ให้กับผู้สูงอายุ
๒. ถ้าหากผู้สูงอายุปวดหลัง ปวดแขน ปวดขา บุตรหลานก็จะช่วยนวดเพื่อบรรเทาอาการปวด

^{๒๑} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๒๒} สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๒๓} สัมภาษณ์ นางกันหา ศิริภา, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๓. ถ้าผู้สูงอายุไม่สบาย บุตรหลานก็จะไปซื้อยามาให้ผู้สูงอายุรับประทาน หรือส่งผู้สูงอายุไปทำการรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน ถ้าเป็นหนักก็ส่งไปทำการรักษาที่โรงพยาบาลไพรบึง ซึ่งเป็นโรงพยาบาลประจำอำเภอ หรือโรงพยาบาลศรีสะเกษ ซึ่งเป็นโรงพยาบาลประจำจังหวัด

๔. กรณีที่บุตรหลานอยู่บ้านกับผู้สูงอายุ ก็จะช่วยกันทำงานบ้าน และดูแลผู้สูงอายุ

๕. กรณีที่บุตรต้องไปทำงานต่างจังหวัด ก็จะส่งเงินมาให้ผู้สูงอายุไว้ใช้จ่ายในครัวเรือน รวมทั้งซื้อยามารับประทานเบื้องต้น หากเจ็บไข้ได้ป่วยหนัก หรือกรณีที่มีโรคประจำตัวต้องไปรักษายังโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล หรือโรงพยาบาลประจำอำเภอ หรือโรงพยาบาลประจำจังหวัด บุตรก็จะส่งเงินมาจ้างญาติพี่น้อง หรือเพื่อนบ้าน ให้พาผู้สูงอายุไปหาหมอ

๑.๒.๓ การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยชุมชน จากการศึกษา พบว่า ผู้นำชุมชนในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางกายเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. ในแต่ละหมู่บ้าน จะมี อสม. ทำหน้าที่รับผิดชอบในการดูแลผู้สูงอายุ อาทิ คอยไปตรวจวัดความดันให้กับผู้สูงอายุ คอยให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม เป็นต้น

๒. ถ้าผู้สูงอายุเจ็บป่วยเข้าโรงพยาบาล ผู้นำชุมชน ได้แก่ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน อสม. จะพาเพื่อนบ้านไปเยี่ยมไข้ให้กำลังใจผู้สูงอายุ

๓. ผู้นำชุมชนจะเป็นผู้แจ้งข่าวประชาสัมพันธ์ในเรื่องการตรวจสุขภาพประจำปีให้กับผู้สูงอายุอยู่เสมอ

ผู้นำชุมชนในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางกายเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุในชุมชน ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังเช่นตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๒ บ้านหนองกระเทียม กล่าวว่า “ด้านร่างกาย เรื่องโรคภัยไข้เจ็บ ผมและอสม.จะคอยแนะนำเรื่องของการกินอาหาร ไม่ให้กินหวาน กินมัน กินเค็ม กินเผ็ด อาหารที่ได้หาบ้าง ซื้อมาบ้าง บางทีลูกหลานก็เอามาฝาก แต่ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะมีการปลูกผักกิน เช่น ข่า ขิง ตะไคร้ ใบโหระพา พริก มะนาว มะละกอ ถั่วฝักยาว มะม่วง กล้วย ฝรั่ง เป็นต้น”^{๒๔} ในขณะที่ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๔ บ้านโคก กล่าวว่า “ในชุมชนมีกระบวนการดูแลสุขภาพอยู่ บางครั้งทางอนามัยก็จะนัดไปออกกำลังกาย ปีละ ๒ ครั้ง โดยจะนัดเป็นหมู่บ้าน และมีการนัดไปตรวจสุขภาพด้วย สำหรับการตรวจสุขภาพ คนที่เป็นโรคเบาหวาน หมอจะนัดไปตรวจทุกเดือน”^{๒๕}

^{๒๔} สัมภาษณ์ นายสาคร จันทร, ผู้ใหญ่บ้านหนองกระเทียม หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๒๕} สัมภาษณ์ นายฮา ศรีพล, ผู้ใหญ่บ้านโคก หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

แต่ก็มีบางหมู่บ้านที่ผู้นำชุมชนไม่ได้จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกาย เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๑ บ้านกันตรวจ ที่กล่าวว่า “ทางชุมชนไม่มีการจัดอะไร”^{๒๖} คำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้าน มีความสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของผู้สูงอายุที่กล่าวว่า “ในชุมชนไม่ได้จัดกิจกรรมอะไรให้ผู้สูงอายุได้ทำการออกกำลังกาย”^{๒๗}

๑.๒.๔ การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยรัฐ จากการศึกษา พบว่า รัฐบาลมีกระบวนการจัดการทางด้านสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีด้วยวิธีการต่าง ๆ อาทิเช่น

๑. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะมีการจัดตรวจสุขภาพประจำปี เป็นประจำทุกปี

๒. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายร่วมกันปีละครั้ง โดยจะมีเจ้าหน้าที่คอยให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ถูกต้อง

๓. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จะทำเรื่องขอลิขิตให้ผู้สูงอายุที่ป่วยนอนติดเตียงช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ได้มีบัตรคนพิการ

๔. โครงการประกันสุขภาพถ้วนหน้ามีช่วยให้ผู้สูงอายุไม่กังวลเรื่องค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล

พยาบาลวิชาชีพ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน ได้กล่าวถึงกระบวนการจัดการกับสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ไว้ว่า “เบื้องต้นผู้สูงอายุต้องดูแลตัวเองก่อน เช่น ซ้อมยามากินเอง แต่ถ้าอาการหนักยังไม่หาย ก็จะมา รพ.สต. เรื่องออกกำลังกายก็จะออกเล็ก ๆ น้อย ๆ การออกกำลังกายของผู้สูงอายุเท่าที่เห็น คือ การเดิน การทำงาน ผู้สูงอายุควรออกกำลังกายตามหลักการที่ถูกต้องอย่างน้อยทำกิจกรรมต่อเนื่อง ๓๐ นาทีขึ้นไป”^{๒๘}

๒. ปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางจิตใจ

๒.๑ ปัญหาสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ประสบกับปัญหาสุขภาวะทางจิตใจ ดังนี้

๑. ผู้สูงอายุประสบปัญหาเรื่องความเครียด อันเนื่องมาจากปัญหาทางด้านสุขภาพ

๒. ความเครียดอันเนื่องมาจากบุตรหลาน

^{๒๖} สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๒๗} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๒๘} สัมภาษณ์ สุทธิชัย ดั่งทอง, พยาบาลวิชาชีพ, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๓. ความเครียดอันเนื่องมาจากการไม่มีงานทำ และมีรายได้น้อยลง ซึ่งไม่เพียงพอต่อรายจ่ายในชีวิตประจำวัน

๔. ความเครียดอันเนื่องมาจากภาระหนี้สิน

๕. ผู้สูงอายุบางราย ประสบกับปัญหาภาวะซึมเศร้า เนื่องจากอาศัยอยู่กันเพียงลำพัง ไม่มีบุตรหลานคอยดูแลใกล้ชิด

ผู้สูงอายุบางรายมีสุขภาพทางจิตดี ไม่มีภาวะเครียด ดังเช่นคำให้สัมภาษณ์ของยายน้อย ผู้สูงอายุหมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวง ที่กล่าวว่า “ด้านจิตใจ เขาคาก็ไม่โกรธ หัวเราะใส่เขา ไม่รู้ว่าจะโกรธไปทำไม เขาคาเราเขาก็ได้บาป แต่บุญเรา ไปที่ไหนก็ชอบหยอก แต่ไปไหนมาไหนถ้าใครว่าอะไรให้เรา เราก็จะไม่โกรธ โดยรวมแล้วสุขภาพจิตยายดีมากเลย กับลูกกับหลานยายไม่ค่อยโกรธ ไม่ค่อยหงุดหงิด ไม่เคยตำลูกหลานเลย เขาจะทำผิดยังไงก็ช่างเขา ส่วนมากยายจะชอบเตือนลูกสาว เวลาที่ชอบเถียงกับสามี เวลาใครในบ้านพูดไม่เพราะยายก็จะบอกให้พูดเพราะ“

ผู้สูงอายุบางรายมีความเครียดอันเนื่องมาจากปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ อาทิเช่น รายได้น้อยกว่ารายจ่าย มีหนี้สิน เป็นต้น ดังเช่นคำให้สัมภาษณ์ของยายกันหา ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑ ที่กล่าวว่า “ทุกวันนี้ยายก็มีความเครียด ทุกขใจยามไม่มีเงิน เรื่องค่าใช้จ่ายของหลาน และเรื่องหนี้สิน ยายเป็นหนี้ ธกส.จำนวน ๔๕,๐๐๐ บาท, หนี้สถาบันกองทุนหมู่บ้าน (เงินล้าน) จำนวน ๒๐,๐๐๐ บาท, ประกัน ธกส. เกือบเป็นปี (ฉาปนกิจศพของ ธกส.) ปีละ ๓,๐๒๐ บาท เขาเก็บเดือนมีนาคมเดือนสุดท้าย ถ้าจ่ายช้าเก็บดอกเดือนละ ๑๐๐ บาท, สหกรณ์การเกษตรไพรบึง ยายเข้าประกันปีละ ๑,๘๓๐ บาท ยังไม่ทันได้จ่ายเหมือนกัน ต้องชำระภายในเดือนนี้ ถ้าหากเสียชีวิตแล้วจะได้เงิน จำนวน ๑๕๐,๐๐ บาท” ยายได้อธิบายให้ฟังต่อไปว่า ประกันชั้น ๑ ส่งไปจนตาย, ประกันชั้น ๒ ต้องมีใบรับรองแพทย์ ๓,๒๐๐ บาท หากเสียชีวิตแล้วจะได้เงิน จำนวน ๑๔๐,๐๐๐ บาท สมาชิก หากมีคนเสียชีวิตจำนวนมาก เบี้ยจะสูงตาม, ประกันชั้น ๓ อันใหม่ ต้องมีใบรับรองแพทย์ แต่ละชั้นจ่ายไม่เท่ากัน ไม่รู้ว่าตายแล้วจะได้เท่าไร จ่ายเท่าไร ทุกวันนี้ยายเงินออม ธกส. จำนวน ๑,๐๐๐ บาท ส่วนใหญ่ที่ออมจะออมฉาปนกิจมากกว่า ของ อบต. เงินออมวันละ ๑ บาท จ่ายเป็นปี ปีละ ๓๖๕ บาท ถ้าเสียชีวิตจะได้เงิน จำนวน ๓๐,๐๐๐ บาท”^{๒๙}

สรุปได้ว่า สุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ได้รับการยกย่องนับถือของผู้ที่อ่อนวัยกว่า อันเป็นประเพณีที่ยึดถือกันมา ตั้งแต่สมัยก่อน ปัจจุบันวัฒนธรรมตะวันตกได้แผ่ขยายเข้ามามากชีวิตความเป็นอยู่เปลี่ยนแปลงไป จากครอบครัวขยาย มี ปู่ ย่า ตา ยาย อาศัยรวมอยู่ด้วยมาเป็นครอบครัวเดี่ยวจะมีเฉพาะพ่อแม่และลูกเท่านั้น ครอบครัวแต่ละครอบครัวมีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจขาดประสบการณ์ชีวิตทำให้เกิด ช่องว่างระหว่างผู้สูงอายุกับผู้ที่ยอ่อนวัยกว่าผู้สูงอายุจึงไม่ได้รับการเคารพนับถือเหมือนสมัยก่อน การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุมีใช้อยู่ที่อายุ ซึ่งเป็นเพียงตัวเลข

^{๒๙} สัมภาษณ์ นางกันหา ศิริภา , ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

อย่างเดียวกันนั้น แต่การเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เห็นได้ชัดนั้น จะขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลาย ๆ เช่น พันธุกรรม การดำรงชีวิต การดำเนินชีวิตและสภาพจิตใจด้วย จะเห็นว่าคนบางแม้อายุมากทำไมจึงดูไม่แก่แต่บางคนอายุไม่มาก ทำไมดูแก่เกินวัย ทั้งนี้เพราะองค์ประกอบดังกล่าวมาแล้ว ฉะนั้น การยอมรับการเปลี่ยนแปลงของ ผู้สูงอายุจะขึ้นอยู่กับ การได้รับการศึกษา ให้รู้ว่เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีการเสื่อมของร่างกาย รู้ถึงการปรับตัวหรือสังเกตการเสื่อมของร่างกายได้อย่างไร ถ้าขาดความรู้ความเข้าใจอาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์อย่างมากมาย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์เป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายนั่นเอง ในผู้สูงอายุเมื่อร่างกายเสื่อมสมรรถภาพ จะมีการเสียบทบาทของ ตัวเอง ทำให้ความเชื่อมั่นในตัวเองลดลงและส่งผลไปถึงกิจกรรมประจำวันไม่เป็นที่พอจะทำให้เกิด ความวิตกกังวล กลัว และยังได้พบเห็นสภาพของผู้ที่อยู่ในวัยเดียวกัน ยิ่งทำให้เกิดความกลัว อารมณ์ เศร้าซึมและสิ้นหวัง อารมณ์ของผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดคือ

๑. การสูญเสีย เป็นสาเหตุสำคัญมากเช่นการสูญเสียคนใกล้ชิดจะทำให้อารมณ์ของผู้สูงอายุ หวนไหว ผู้สูงอายุจะรู้สึกเศร้า ว่าเหวและมีความรู้สึกกลัวว่าจะเป็นไปในสภาพอย่างนั้น

๒. พ้นจากหน้าที่การงาน ทำให้รู้สึกว่ามีความปัญหาเรื่องเศรษฐกิจไม่ได้รับการยกย่องนับถือเหมือนเดิม

๓. การผ่าตัด ทำให้มีจิตใจหดหู่ ท้อแท้ สิ้นหวังเพราะโอกาสที่จะมีสภาพร่างกายเหมือนเดิม นั้นเป็นไปได้ยาก

๔. ความเข้าใจหรือความจำมีน้อยลง โดยเฉพาะอย่างยิ่งความจำใหม่จะเสื่อมแต่เรื่องเก่าๆ จำได้ดี

๕. เก็บตัว ไม่ชอบเข้าสังคม บางคนคิดว่าตัวเองแก่แล้วจะรู้สึกหงุดหงิด

๖. ทุกข์ใจ มักจะทุกข์ใจในเรื่องอดีตด้วยความเสียใจคิดถึงปัจจุบันและวิตกกังวลในเรื่อง อนาคต

๗. ตึงเครียด วิตกกังวล โกรธง่าย โดยทั่วไปผู้สูงอายุต้องการให้คนยกย่องเอาใจใส่ เอาอกเอาใจ เห็นใจ และเห็นว่าตนมีประโยชน์ต่อสังคมต่อลูกหลาน ต้องการให้มีคนคอยพยาบาล ความกลัว หรือความวิตกกังวลของผู้สูงอายุจึงเป็นปัญหาสุขภาพจิตอย่างหนึ่ง

๘. การเปลี่ยนแปลงทางความคิด ผู้สูงอายุมีการคิดซ้ำซาก ลังเล ระวัง หมกมุ่นเรื่องของ ตนเองและเรื่องในอดีตจะคิดเรื่องในอดีตด้วยความเสียใจเสียเวลาที่ปล่อยให้ผ่านไปให้เปล่า ประโยชน์และคิดถึงปัจจุบันด้วยความหวาดกลัว กลัวถูกทอดทิ้ง กลัวถูกเขารังเกียจ

๙. การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ ผู้สูงอายุบางคนซึมเศร้าหงุดหงิดระแวงเอาแต่ใจ ตนเองทำ ให้รู้สึกว่า เป็นการสูญเสียทางใจหมดกำลังใจ นอนไม่หลับ

๑๐. พฤติกรรมมักเอาแต่ใจตนเอง จู้จี้ ขี้บ่น อยู่ไม่สุข ชอบยุ่งเรื่องคนอื่น

๒.๒ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจ

เบื้องต้นผู้วิจัยได้สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ไปแล้ว ลำดับต่อไปผู้วิจัยจะได้อธิบายให้เห็นถึงกระบวนการจัดการกับสุขภาวะทางจิต ๔ ประเด็น ได้แก่ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตโดยผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ สามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังนี้

๒.๒.๑ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตโดยผู้สูงอายุ จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑. เมื่อผู้สูงอายุประสบกับภาวะความเครียดอันเนื่องมาจากบุตรหลาน ก็จะเดินทางไปหาเพื่อนบ้าน เพื่อพบปะพูดคุยระบายความเครียด บางครั้งแค่ได้บ่นให้ลูกหลานฟังก็รู้สึกดีขึ้นแล้ว

๒. ผู้สูงอายุบางรายบรรเทาภาวะความเครียดด้วยการเล่นหอย บางคนก็ดื่มสุรา

๓. ผู้สูงอายุใหญ่เวลาประสบกับภาวะความเครียด เบื่อหน่าย ซึมเศร้า ก็มักจะหาอะไรให้ตัวเองทำ เช่น ออกไปทำไร่นา ปลูกพืชผักสวนครัว หางานรับจ้างเล็ก ๆ น้อย ๆ ทำออกหาปู หาปลาตามท้องไร่ท้องนา บางรายก็เลี้ยงวัวเลี้ยงควาย ผู้สูงอายุบางรายก็มีความสุขกับการเลี้ยงสัตว์และเล่นกับลูกหลาน ดูทีวี ฟังวิทยุ ปั่นจักรยานไปเที่ยวในหมู่บ้าน ทำกับข้าว ทำงานบ้าน เป็นต้น

๔. ผู้สูงอายุบางรายจะหันหน้าเข้าวัด ทำบุญ ฟังเทศน์ ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม เพื่อให้จิตใจสงบ

สำหรับตัวอย่างการจัดการกับสุขภาวะทางจิตของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ อาทิเช่น คำให้สัมภาษณ์ของยายบุญปัน ผู้สูงอายุหมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวง ซึ่งเป็นอสม. ด้วย ได้กล่าวถึงการจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจไว้ว่า “เวลาเครียดให้ลูกให้หลาน พูดไปพูดมา บ่นไปบ่นมา พอได้ระบายออกไปแล้วก็หายเครียดไปเอง วิธีจัดการกับอารมณ์จิตใจ ก็จะไปพูดคุยกับเพื่อนบ้าน ถามสาระทุกข์สุขดิบ”^{๓๐} ซึ่งสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของผู้สูงอายุอีกท่านหนึ่งที่กล่าวว่า “ยายชอบไปวัด ไปทำบุญ ฟังเทศน์ ถวายภัตตาหาร ไปกวาดลานวัด ขวนใครแล้วไม่มีใครไปด้วย ยายก็จะไปคนเดียว ไม่รู้ว่าเพราะอะไร ใจมันชอบ ยายไม่กลัวคน แต่ยายกลัวผี เวลายายไปวัด ยายรู้สึกมีความสุข สุขใจ เพราะใจมันชอบ”^{๓๑}

^{๓๐} สัมภาษณ์ นางบุญปัน วันทะวงษ์, อสม. บ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๓๑} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๒.๒.๒ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตโดยครอบครัว จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจเพื่อความ เป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. ครอบครัวและบุตรหลานจะอยู่เคียงข้างคอยดูแลเอาใจใส่ และให้กำลังใจ เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกโดดเดี่ยว
๒. ครอบครัวและบุตรหลานคอยตามใจผู้สูงอายุ เช่น ถ้าผู้สูงอายุอยากไปเที่ยวทำบุญที่วัดก็พาไป เมื่อผู้สูงอายุเจ็บไข้ได้ป่วยก็คอยดูแล และพาไปหาหมอ
๓. ครอบครัวและบุตรหลานมีความเข้าใจว่า ผู้สูงอายุมักจะมีอารมณ์แปรปรวน โกรธง่าย หายเร็ว จู้จี้ขี้บ่น ฉะนั้น จึงยอมรับในสิ่งที่ผู้สูงอายุเป็นได้
๔. ในกรณีที่บุตรหลานอยู่ไกลบ้าน ก็จะใช้โทรศัพท์มาให้กำลังใจผู้สูงอายุเป็นประจำ และในทุก ๆ ปี ช่วงวันหยุดยาวในเทศกาลต่าง ๆ บุตรหลานก็จะกลับบ้านมาพบปะผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีกำลังใจและไม่รู้สึกโดดเดี่ยว

๒.๒.๓ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจโดยชุมชน จากการศึกษา พบว่า ชุมชนในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจเพื่อความ เป็นอยู่ที่ดี ของผู้สูงอายุด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. ชุมชนจะมีกิจกรรมงานต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุยกันอยู่สม่ำเสมอ อาทิเช่น งานแต่งงาน งานบวช งานศพ ขึ้นบ้านใหม่ งานบุญ เป็นต้น
๒. ชุมชนมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมอาชีพให้ผู้สูงอายุได้เข้ามาฝึกอบรม
๓. ผู้นำชุมชน ได้แก่ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน และ อสม. มักไปพบปะพูดคุยสอบถามถึงสภาพปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ คอยถามไถ่สารทุกข์สุกดิบ ทำให้ผู้สูงอายุได้รับกำลังใจและคำแนะนำดี ๆ จากผู้นำชุมชนอยู่เสมอ
๔. ในชุมชนมีชมรมผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุได้มารวมกลุ่มกัน

๒.๒.๔ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตโดยรัฐ จากการศึกษา พบว่า องค์กรหน่วยงานของทางภาครัฐ มีส่วนช่วยในการจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ดังนี้

๑. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะมีแพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข คอยให้คำแนะนำเกี่ยวกับสุขภาพทางกายและจิตใจ เมื่อผู้สูงอายุประสบกับภาวะความเครียดหรือภาวะซึมเศร้า ก็จะมาขอรับคำปรึกษาจากแพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
๒. องค์กรบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกันโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะจัดกิจกรรมตรวจสุขภาพกายและจิตประจำปี

๓. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกันโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะทำการพบปะให้กำลังใจผู้สูงอายุเป็นประจำ

๔. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกันโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะจัดกิจกรรมวันผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุยกัน และร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน เป็นการผ่อนคลายและลดภาวะความเครียด

ดังเช่นตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของพยาบาลวิชาชีพ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน ที่กล่าวว่า “เวลาผู้สูงอายุประสบปัญหาที่จะพูดคุยกับคนในครอบครัว และเพื่อนบ้าน ผู้สูงอายุเวลาเครียดก็มาพูดมาคุยให้คุณหมอฟัง เพราะเขาไม่มีที่ระบาย พอเขาได้พูดเขาก็จะสบายใจ บางคนก็จะหันหน้าเข้าวัด”^{๓๒}

๓. ปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางสังคม

๓.๑ ปัญหาสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาปัญหาสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีปัญหาสุขภาวะทางสังคม ดังนี้

๑. ผู้สูงอายุบางท่านอาศัยอยู่คนเดียว ไม่มีบุตรหลาน ไม่มีคนดูแล
๒. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่กับหลาน เนื่องจากบุตรที่ไปทำงานต่างจังหวัด มักส่งหลานมาให้ผู้สูงอายุเลี้ยงดู ดังนั้น ภาระต่าง ๆ จึงตกไปสู่ผู้สูงอายุ
๓. ผู้สูงอายุที่ต้องดูแลหลาน มักไม่ค่อยได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่ชุมชนจัดขึ้น เนื่องจากต้องดูแลเลี้ยงดูหลาน
๔. ผู้สูงบางท่านมีปัญหาทางด้านสุขภาพกาย ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมได้
๕. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่สามารถประกอบอาชีพได้
๖. รายได้จากเบี้ยยังชีพ ไม่เพียงพอต่อรายจ่าย
๗. ผู้สูงอายุยังมีภาระหนี้สิน เนื่องจากการกู้ยืมมาใช้จ่ายหมุนเวียนในการทำเกษตรกรรม ผู้สูงอายุบางท่านก็กู้ยืมเงินมาให้บุตรหลานของคน
๘. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้วางแผนทางการเงินสำหรับใช้จ่ายตอนมีชีวิตอยู่ แต่กลับวางแผนในการทำประกันชีวิต และเงินฌาปนกิจศพ ไว้ใช้จัดงานศพหลังจากที่ตนเองเสียชีวิตลง เพื่อที่จะไม่ต้องเป็นภาระของลูกหลาน
๙. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในชุมชนติดการพนัน อาทิเช่น หวายนดิน หวยไต้ดิน และหวยหุ่น

^{๓๒} สัมภาษณ์ นายสุทธิชัย ดั่งทอง, พยาบาลวิชาชีพ, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ดังเช่นคำให้สัมภาษณ์ของพยาบาลวิชาชีพ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน ที่กล่าวว่า “ปัญหาทางด้านสังคมที่พบ เช่น มีผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งให้อยู่บ้านคนเดียว ผู้สูงอายุบางคนไปทำกิจกรรมร่วมกับชุมชนและสังคมได้ลำบาก เพราะว่าไม่มีคนพาไป เวลาทำกิจกรรมอะไรก็ไม่ค่อยได้ เนื่องจากไม่มีใครพาไปและสุขภาพไม่เอื้อ”^{๓๓}

๓.๒ การจัดการกับสุขภาวะทางสังคม

เบื้องต้นผู้วิจัยได้สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ไปแล้ว ลำดับต่อไปผู้วิจัยจะได้อธิบายให้เห็นถึงกระบวนการจัดการกับสุขภาวะทางสังคม ๔ ประเด็น ได้แก่ การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ สามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังนี้

๓.๒.๑ การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยผู้สูงอายุ จากการศึกษา พบว่าผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. ถ้าผู้สูงอายุอยู่คนเดียว ในทุก ๆ วัน จะออกไปพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้าน
 ๒. เมื่อทะเลาะกับลูกหลาน หรือคนในครอบครัว ผู้สูงอายุมักออกไปพบปะสังคม
 ๓. เวลาว่างต่าง ๆ ผู้สูงอายุที่ไม่มีภาระ และไม่มีปัญหาด้านสุขภาพ ถ้าหากร่างกายแข็งแรง เดินเหินสะดวก ก็มักจะเข้าร่วมงานสังคมอยู่เสมอ
 ๔. ผู้สูงอายุที่เคยติดสุราบางราย ก็สามารถเลิกได้
 ๕. ผู้สูงอายุที่มีหนี้สิน ก็จะบริหารจัดการหนี้สินได้ ด้วยการกู้ยืมที่หนึ่ง ไปจ่ายคืนอีกที่หนึ่ง หมุนเวียนไปมา ผู้สูงอายุบางรายก็จะทำการยกหนี้ให้กับลูกหลานเป็นคนรับผิดชอบ
 ๖. เวลาผู้สูงอายุเห็นใครทะเลาะกัน ก็จะช่วยพูด ช่วยสอน ช่วยว่ากล่าวตักเตือนและเจรจาไกล่เกลี่ย และแนะนำให้ทำในสิ่งที่ถูกต้อง
- ดังเช่นคำให้สัมภาษณ์ของยายน้อย ผู้สูงอายุหมู่ ๑ บ้านกันตรวจ ที่กล่าวว่า “ด้านสังคม เวลาเจอใครที่พูดผิด ทำผิด ยายก็จะไปบอกเลย ว่าสิ่งไหนถูก สิ่งไหนผิด โดยจะแนะนำให้ทำในสิ่งที่ถูกต้อง”^{๓๔}

^{๓๓} สัมภาษณ์ นายสุทธิชัย ด้วงทอง, พยาบาลวิชาชีพ, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๓๔} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๓.๒.๑ การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยครอบครัว จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. บุตรหลานจะเป็นคนไปส่งผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ ภายในและนอกชุมชน
๒. บุตรหลานจะช่วยส่งเงินมาให้ผู้สูงอายุใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน
๓. บุตรหลานจะคอยตามใจและเป็นที่ยอมรับอารมณ์ของผู้สูงอายุอยู่เสมอ

๓.๒.๓ การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยชุมชน จากการศึกษา พบว่า ผู้นำชุมชนในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. เพื่อนบ้านมักจะไปพบปะพูดคุยกับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวเพียงลำพัง
๒. ผู้นำชุมชนจะประกาศประชาสัมพันธ์เชิญชวนให้ผู้สูงอายุตลอดถึงทุกคน ทุกช่วงวัยในชุมชน ไปร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น
๓. มี อภปร. คอยช่วยเหลือเรื่องความปลอดภัยให้กับผู้สูงอายุและคนในชุมชน
๔. เมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้นภายในชุมชน ผู้นำชุมชนจะทำหน้าที่เป็นผู้ไกล่เกลี่ย

เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านกันตรจวบ หมู่ ๑ ที่กล่าวว่า “เวลามีปัญหาอะไรในครอบครัว ผู้นำไม่ยอมให้หย่าร้าง แยกแยกกัน ถ้าผัวเมียทะเลาะกัน ถ้าจะให้ผู้นำไกล่เกลี่ยให้ต้องเสียเงินคนละ ๕๐๐ บาท ชาวบ้านเลยจะพูดคุยกันก่อน ฉะนั้น ชาวบ้านจะพูดคุยกันเองก่อนในชุมชน”^{๓๕}

๓.๒.๔ การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยรัฐ จากการศึกษา พบว่า ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ภาครัฐได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. รัฐสนับสนุนงบประมาณและให้เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปี ขึ้นไป เป็นประจำทุกเดือน

^{๓๕} สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านกันตรจวบ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๒. มีโครงการบัตรประกันสุขภาพ ให้สิทธิในการรักษาพยาบาล
ให้กับผู้สูงอายุ

๓. มีการส่งเสริมการให้ความรู้เรื่องสิทธิที่พึงจะได้รับสำหรับ
ผู้สูงอายุ ให้กับผู้สูงอายุ

๔. มีโครงการบัตรคนจน

๕. มีกองทุนต่าง ๆ ให้กู้ยืม อาทิเช่น กองทุนหมู่บ้าน (กองทุนเงิน
ล้าน) ธนาคารสหกรณ์เพื่อการเกษตร (ธกส.)

๖. มีโครงการส่งเสริมการออม ได้แก่ ออมเงินวันละบาท

๗. มีการจัดอบรมส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุ อาทิเช่น ทำปุ๋ย
หมักชีวภาพ การเลี้ยงหมู เลี้ยงไก่ เลี้ยงกบ เลี้ยงแมลง ปลุกผัก จักสาน ทอผ้า ทำดอกไม้จันทน์
 เป็นต้น

๘. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ให้การสนับสนุนเรื่อง
งบประมาณในการซ่อมแซมบ้าน ให้กับผู้สูงอายุที่มีบ้านเก่า พุงพัง และมีการจัดสร้างบ้านใหม่ให้กับ
ผู้สูงอายุที่ไม่มีบ้านอยู่

๙. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จะไปของบประมาณ
สนับสนุน ตลอดจนถึงข้าว ของเครื่องใช้ จากหน่วยงานต่าง ๆ มาให้กับผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาต่าง ๆ
 อาทิเช่น ผู้ป่วยติดเตียง ทาง อบต. จะไปขอเตียงนอนและรถเข็นจากโรงพยาบาลประจำอำเภอและ
โรงพยาบาลประจำจังหวัด มาให้กับผู้สูงอายุ บางครั้งก็ไปขอข้าวของเครื่องใช้ต่าง ๆ จากภาคเอกชน
เพื่อนำสิ่งของเหล่านั้นมาจัดสรรและแจกจ่ายให้กับผู้สูงอายุ และมีการขอผ้าห่มจากสภาเกษตรกรมา
ให้กับผู้สูงอายุที่ฐานะยากจน เหล่านี้เป็นต้น

๔. ปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

๔.๑ ปัญหาสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาทางจิตวิญญาณ เนื่องจากผู้สูงอายุในชุมชนดังกล่าว มีคุณธรรม ซื่อสัตย์
สุจริต มีความเมตตาต่อกัน มีจิตใจเข้มแข็ง ผ่องใส มีความศรัทธาในพระพุทธศาสนา มีความนิยมชื่น
ชอบในศิลปวัฒนธรรมประเพณี มีจิตสำนึก มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม และมีค่านิยมที่ดีงาม
มีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตและโลก

๔.๒ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

ลำดับต่อไปผู้วิจัยจะได้อธิบายให้เห็นถึงกระบวนการจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ
ทั้ง ๔ ประเด็น ได้แก่ การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ สามารถ
อธิบายรายละเอียดได้ดังนี้

๔.๒.๑ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยผู้สูงอายุ จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. ทำบุญตักบาตรตอนเช้า
๒. เข้าวัดทำบุญ ฟังเทศน์ ฟังธรรม สวดมนต์ ไหว้พระ ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ แผ่เมตตา
๓. เปิดรับชมและรับฟังรายการธรรมะต่าง ๆ จากโทรทัศน์และวิทยุ
๔. รู้ผิดชอบชั่วดี มีเหตุผล มีความรู้คู่คุณธรรม มีhiri โอตปปะ
๕. มีการรักษาศีล ๕ และถืออุโบสถศีลในคืนวันพระที่วัด

๔.๒.๒ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยครอบครัว จากการศึกษาพบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยการที่คนในครอบครัว บุตรหลานพาผู้สูงอายุเข้าวัด ทำบุญ ฟังเทศน์ ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม มีศรัทธาในพระพุทธศาสนาเหมือนกัน และมีการน้อมนำเอาหลักพุทธธรรมตลอดถึงหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

๔.๒.๓ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยชุมชน จากการศึกษาพบว่า ผู้นำชุมชนในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ อาทิ เวลาที่มีกิจกรรมงานบุญต่าง ๆ ผู้นำชุมชนก็จะประกาศประชาสัมพันธ์ให้ผู้สูงอายุได้ทราบ แล้วผู้สูงก็จะมาร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อาทิเช่น เตรียมบายศรี เตรียมของเครื่องใช้ในงานบุญ งานมงคล อวมงคล ให้คำแนะนำบุตรหลานและเจ้าของงานเกี่ยวกับงานทางด้านพิธีกรรมต่าง ๆ เป็นต้น นอกจากนี้เวลาที่มีผู้สูงอายุในชุมชนเจ็บไข้ได้ป่วย ไม่สบาย ต้องนอนเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาล ผู้นำชุมชนก็จะจัดหารถแล้วพาชาวบ้านในหมู่บ้าน โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ไปเยี่ยมไข้คนป่วย เพื่อเป็นกำลังใจให้กับคนป่วย และเพื่อแสดงถึงความมีเมตตาต่อคนในชุมชนของคนที่อยู่อาศัย เป็นต้น

๔.๒.๔ การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยรัฐ จากการศึกษาพบว่า ภาครัฐได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ดังนี้ คือ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จะจัดกิจกรรมส่งเสริมประเพณีและวัฒนธรรมในช่วงวันที่ ๕ เมษายน เป็นประจำทุกปี โดยให้ผู้สูงอายุได้มาเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ จัดให้มีการแสดง ๓ ชนเผ่า ได้แก่ ส่วย เขมร และลาว มีการแสดงองค์ความรู้ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น จักรสาน ทอผ้า เป็นต้น ทั้งยังมีการจัดกิจกรรมสงฆ์น้ำพระธาตุ ณ วัดพระธาตุจังเกา มีการจัดกิจกรรมรดน้ำดำหัว และมีกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม

ให้กับผู้สูงอายุ โดยจะมีพระสงฆ์มาแสดงพระธรรมเทศนาให้กับผู้สูงอายุ และนำผู้สูงอายุปฏิบัติธรรม เป็นต้น

๔.๒ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๒.๑ การนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ

การลงพื้นที่ภาคสนามเพื่อสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการทำวิจัย ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ประเด็นเกี่ยวกับหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยใช้กรอบแนวคิด ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ซึ่ง ๓ ห่วง ประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ส่วน ๒ เงื่อนไข ได้แก่ เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม ฉะนั้น ในตอนนี้ผู้วิจัยจะได้สะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะอย่างไร โดยแยกอธิบายให้เห็นทีละประเด็นว่า ผู้สูงอายุได้นำหลักพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ตลอดจนเงื่อนไขความรู้และคุณธรรม ไปประยุกต์ใช้ในวิถีประจำวันได้อย่างไร ซึ่งจะได้อธิบายทีละประเด็น ดังนี้

๑. ความพอประมาณ

ในแบบสัมภาษณ์ตอนที่ ๕ ว่าด้วยของ “หลักเศรษฐกิจพอเพียง” ข้อที่ ๕.๑ ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่บ้าน นักพัฒนาสังคม พยาบาลวิชาชีพ และปราชญ์ชุมชน อยู่ ๓ ประเด็นด้วยกัน คือ ๑) ถามว่าผู้สูงอายุมีรายได้มาจากส่วนใดบ้าง และเพียงพอต่อการดำเนินชีวิตประจำวันหรือไม่ ๒) ถามว่าผู้สูงอายุมีการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความสามารถอยู่ได้อย่างพอเพียงอย่างไร และ ๓) ถามว่าผู้สูงอายุมีการกักเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันหรือไม่ และได้กักจากแหล่งไหนบ้าง ซึ่งจากการสัมภาษณ์เชิงลึกทำให้ผู้วิจัยทราบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ส่วนใหญ่มีรายได้มาจากเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่สุขภาพร่างกายแข็งแรงสามารถทำงานประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไปได้อยู่ เช่น รับจ้างทำไร่ ทำนา รับจ้างตัดผม รับจ้างฟ่อนรำ ผีฟ้า เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็มีรายได้จากการขายข้าว ขายหมู ขายไก่ ขายพืชผักสวนครัวที่มีอยู่ตามรั้วบ้านก็จะนำมาแบ่งขาย บางก็มีรายได้จากการทอผ้า จั๊กบ จั๊กเขียน จั๊กปาลมาขาย เป็นต้น

แน่นอนว่ารายได้ของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่น้อยมาก เมื่อเทียบกับภาระรายจ่ายต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ลำพังเบี้ยยังชีพก็ได้แค่เดือนละ ๖๐๐ – ๘๐๐ บาท ตามเกณฑ์ที่รัฐบาลจัดสรรให้ถือว่าน้อยมาก ๆ ดังนั้น ผู้สูงอายุก็ต้องเรียนรู้ที่จะใช้จ่ายอย่างพอเพียง พอมี พอกิน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาระหนี้สิน เนื่องจากว่าต้องกู้เงินมาทำนา กู้เงินมาให้ลูกหลานลงทุนหรือใช้จ่าย กู้เงินมาหมุนเวียนใช้จ่ายในครัวเรือนเอง เหล่านี้เป็นต้น

เพื่อให้เห็นภาพของปัญหาว่าด้วยเรื่องรายได้ไม่น้อยไม่เพียงพอต่อรายจ่าย และปัญหาหนี้สินต่าง ๆ ผู้วิจัยจึงอยากสะท้อนให้เห็นถึงปัญหาในประเด็นต่าง ๆ เหล่านี้ชัดเจนนมากยิ่งขึ้น

ด้วยการยกตัวอย่างบทสัมภาษณ์ ที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกและสนทนากลุ่มกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญใน ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มาเป็นกรณีศึกษาให้เห็นชัดว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีรายได้มาจากส่วนไหน รายได้เหล่านั้นเพียงพอต่อการดำเนินชีวิตหรือไม่ แล้วผู้สูงอายุมีการพัฒนา ตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียงอย่างไร และถ้าไม่พอ ผู้สูงอายุจะแก้ไขปัญหาสถานการณ์ เหล่านั้นได้อย่างไร ผู้สูงอายุมีการกั๊มเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันหรือไม่ ส่วนใหญ่แล้วผู้สูงอายุมี การกั๊มเงินมาจากแหล่งใดบ้าง และท้ายที่สุดผู้สูงอายุได้น้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่า ด้วยเรื่องของ “ความพอประมาณ” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณอย่างไร ผู้วิจัยจะได้ยกตัวอย่างเรื่องราวข้อเท็จจริงที่ได้จากการลงพื้นที่ภาคสนามให้ เห็นชัดเจนยิ่งขึ้น ดังเช่นคำให้สัมภาษณ์ของนางธัญรัตน์ มิตฺตุมินุรักษ์^{๓๖} นักพัฒนาชุมชน ที่กล่าวว่า “การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่รายได้ยังไม่เพียงพอ ปัญหาจากผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง ฉะนั้น การดำเนินชีวิต ต้องนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ เช่น ปลูกผัก เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ไว้กินเอง ” นักพัฒนาสังคมได้เล่าให้ฟังว่าผู้สูงอายุในชุมชนบางรายยังทำงานรับจ้าง เช่น รับจ้างเก็บพริก มาขาย กิโลกรัมละ ๕ บาท รับจ้างแกะหมาก กิโลกรัมละ ๒ บาท รับจ้างมัดหอมแดง กิโลกรัมละ ๓ บาท เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็นำก้านมะพร้าว ที่เขาไปหาตามต้นมะพร้าว แล้วเอามาเหลาเป็นก้าน เพื่อนำไปขาย ได้ราคากิโลกรัมละ ๓๗ - ๔๐ บาท ธัญรัตน์เล่าว่า “พอมีก้านมะพร้าวตก ผู้สูงอายุก็ จะเก็บไว้แล้วมาเหลาทำก้านมะพร้าว ทุกครัวเรือนจะมีต้นมะพร้าวใกล้ ๆ บ้าน หรือตามหัวไร่ปลาย นา มีครัวเรือนละ ๓ - ๔ ต้น ถ้ามีการรวมกลุ่มก็อยากให้เราไม่กวาดทางมะพร้าว”

ด้านการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ นักพัฒนาสังคม จากองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ได้เล่าให้ผู้วิจัยฟังว่า “ชุมชนแห่งนี้มีการ รวมกลุ่มจักสานอยู่ที่หมู่ที่ ๑ หมู่ที่ ๒ หมู่ที่ ๗ หมู่ที่ ๘ แต่การรวมกลุ่มทำสมุนไพรนั้น อยู่ที่หมู่ ๑” ทั้งยังเล่าให้ฟังว่าในอดีตในตำบลโนนปูน เคยมีโครงการทำดอกไม้จันทน์ อยู่ที่หมู่ที่ ๓ ซึ่งโครงการนี้ ได้รับงบประมาณมาจาก พมจ. จังหวัด แต่ตอนนี้ไม่ได้ทำแล้ว

ด้านการกั๊มเงิน นักพัฒนาสังคมเล่าให้ฟังว่า ผู้สูงอายุจำนวนไม่เยอะที่ไปกู้เงินจาก พม. ส่วนใหญ่ผู้พิการจะไปกู้เยอะกว่า เมื่อผู้วิจัยถามว่าผู้สูงอายุในชุมชนมีรายได้เพียงพอต่อรายจ่ายหรือไม่ ก็ได้คำตอบว่า “ผู้สูงอายุมีรายได้ไม่เพียงพอต่อรายจ่าย จึงทำให้ต้องไปกู้หนี้ยืมสินจากที่ต่าง ๆ เช่น กองทุนหมู่บ้าน” เมื่อถามว่าส่วนใหญ่แล้วผู้สูงอายุกู้เงินมาทำอะไร จึงได้ทราบว่า “มีหลายปัจจัย บางทีก็กู้มาให้ลูก บางทีก็กู้มาใช้จ่ายในการดำรงชีวิตประจำวัน บางทีก็กู้มาเพื่อทำการเกษตร”

คำให้สัมภาษณ์ของนักพัฒนาชุมชน จากองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน มีความ สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๑ คือ นายสุวรรณ บุญมา^{๓๗} ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๑

^{๓๖} สัมภาษณ์ นางธัญรัตน์ มิตฺตุมินุรักษ์, นักพัฒนาชุมชน, ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๓๗} สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านกั๊นตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

บ้านกันตรวจ ซึ่งผู้ใหญ่เป็นผู้ใหญ่บ้านมา ๑๐ ปี ตั้งแต่ปี ๒๕๕๑ โดยปีที่ ๗ ผู้ใหญ่บ้านท่านนี้ได้เริ่มพัฒนาตนเองก่อน จากนั้น ก็พัฒนาเครือข่าย เขาได้ให้ข้อมูลกับผู้วิจัยว่า “หมู่บ้านแห่งนี้มีโครงการเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแผนการพัฒนาชุมชนอำเภอ ทางอำเภอเขาจะเล็งเห็นว่าหมู่บ้านไหนเข้มแข็ง โดยจะดู SWOT ว่าชุมชนไหนมีจุดอ่อน จุดแข็ง โอกาส ปัญหา แล้วจึงจัดสรรงบประมาณให้”

ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๑ ได้เล่าถึงปัญหาที่นั้นนอกระบบให้ผู้วิจัยฟังว่า “เมื่อก่อนนั้นนอกระบบมันเยอะ ปัจจุบันเรามีสถาบันการเงินชุมชนบ้านกันตรวจ เมื่อก่อนเป็นงบประมาณกองทุนหมู่บ้าน มีเงินบริหารจัดการชุมชน ตามแนวเศรษฐกิจ ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มีการพาผู้นำชุมชนไปอบรม แล้วค่อยขยายให้ความรู้จาก ๑ คร้วเรือนเป็น ๒ คร้วเรือน ๓ คร้วเรือน” พร้อมทั้งเล่าให้ฟังถึงโครงการดังกล่าวว่า “ลักษณะโครงการเศรษฐกิจพอเพียงหมู่บ้าน สวนครัวรั้วกินได้ ผักลอยฟ้า (เอายางรถยนต์มาทำเป็นที่ปลูกผัก) ได้รับรางวัลบ้านสวยเมืองสุข รองชนะเลิศอันดับที่ ๒ ระดับจังหวัดศรีสะเกษ โครงการดังกล่าวถือว่าเป็นการเพิ่มรายได้ลดรายจ่าย กินทุกอย่างที่ปลูก ปลูกทุกอย่างที่กิน เหลือแล้วก็เอาไปขาย

ในขณะที่หมู่ที่ ๑ มีโครงการเศรษฐกิจพอเพียง แต่หมู่ที่ ๒ บ้านหนองระเียว ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ไม่ได้มีโครงการเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๒ คือ **นายสาคร จันทร^{๓๘}** ที่กล่าวว่า “หมู่บ้านแห่งนี้ไม่มีโครงการเศรษฐกิจพอเพียง จะมีก็แต่โครงการส่งเสริมอาชีพ ด้วยการให้วัวมาเลี้ยง มีกลุ่มออมทรัพย์ของหมู่บ้านเพื่อการผลิต เป็นเงินออม เงินฝาก ชาวบ้านสามารถมากู้ยืมเงินได้” ทั้งนี้ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๒ ได้กล่าวต่อไปว่า “ผู้สูงอายุน่าจะรู้เรื่องเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง แต่อาจไม่รู้เรื่อง ๒ ห่วง ๓ เงื่อนไข” กล่าวคือ ผู้สูงอายุในหมู่บ้านเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างพอเพียง แต่ไม่รู้ทฤษฎีว่ามีอะไรบ้าง ผู้ใหญ่บ้านเล่าว่า “ผู้สูงอายุในหมู่บ้านจะปลูกผักปลอดสารพิษไว้กินเอง”

ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๒ ได้เล่าให้ฟังว่า ขณะนี้กำลังอยู่ในขั้น “เสนอจัดตั้งโครงการส่งเสริมอาชีพของผู้สูงอายุ ด้วยการทำไม้กวาด จักสาน เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับผู้สูงอายุ” เมื่อผู้วิจัยถามว่าคิดว่าผู้สูงอายุทำได้ไหม ผู้ใหญ่ตอบว่า “คงทำได้เป็นบางคน บางคนก็ทำไม่ได้ บางคนทำทางมะพร้าวขาย ๒ – ๓ กิโลกรัมก็ขายไป แต่ชุมชนไม่ค่อยมีต้นมะพร้าว” นอกจากนี้ ผู้ใหญ่บ้านท่านนี้ยังเล่าให้ฟังว่า “ตอนนี้มีโครงการจากจังหวัดของผู้ว่า กำลังเร่งให้มีการปลูกต้นมะพร้าวน้ำหอมเป็นพืชเศรษฐกิจบ้านของผู้ใหญ่ปลูกต้นมะพร้าว ๓ ต้น เก็บครั้งหนึ่งได้เงินประมาณ ๑,๓๐๐ บาท ขายลูกละ ๖ – ๗ บาท”

นอกจากนี้ ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๔ **นายฮา ศรีพูล^{๓๙}** ยังได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า “ผู้สูงอายุบางคนก็พอเพียง บางคนก็ไม่พอเพียง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีรายได้ จะมีรายได้อย่างเดียว คือจากเบี้ยผู้สูงอายุ” ทั้งยังมองว่า “ถ้ามีอาชีพให้ผู้สูงอายุทำ ผู้ใหญ่คิดว่า “บางคนก็พร้อมที่จะเรียนรู้

^{๓๘} สัมภาษณ์ นายสาคร จันทร, ผู้ใหญ่บ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๓๙} สัมภาษณ์ นายฮา ศรีพูล, ผู้ใหญ่บ้านโค่น หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

แต่พอคนอายุมากแล้วเขาก็ไม่อยากทำ บางคนความจำก็ไม่ค่อยดี แต่ถ้าอายุ ๖๐ ต้น ๆ ก็น่าจะพร้อมที่จะเรียนรู้” ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๔ กล่าวต่อไปว่า “ผู้สูงอายุในหมู่ ๔ ถ้าอายุ ๖๐ ๗๐ ปี จะไม่ค่อยมีหนี้สิน เนื่องจาก จะให้ลูกกู้ต่อ ถึงมีหนี้สินก็จะยกภาระหนี้ให้ลูก และผู้สูงอายุก็จะไม่กู้แล้ว เพราะเขาไม่อยากมีหนี้” ฉะนั้น ผู้สูงอายุก็จะโอนหนี้ของตัวเองให้ ให้ลูกรับภาระหนี้สินแทน คนไหนไม่มีลูกหลานก็ต้องรับผิดชอบหนี้สินเองไปจนตาย บางคนก็เอาเงินประกันไปใช้หนี้แทน

เบื้องต้นเป็นคำบอกเล่าจากนักพัฒนาชุมชน จากองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ลำดับต่อไปจะเป็นตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของผู้สูงอายุ และ อสม. หมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวจ หมู่ที่ ๒ บ้านหนองกระเทียม หมู่ที่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ และหมู่ที่ ๔ บ้านโคก ว่าตัวแทนผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่ผู้วิจัยได้ไปสัมภาษณ์มีรายได้มาจากส่วนไหน มีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียงอย่างไร และมีการกั๊ยมเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันหรือไม่ ที่ภูมานั้นได้ทำการกั๊ยมเงินจากแหล่งใดบ้าง ที่ละประเด็น ดังนี้

ดังเช่นคำให้สัมภาษณ์ของยายน้อย ชันทอง^{๔๐} ผู้สูงอายุ วัย ๖๙ ปี บ้านกันตรวจ หมู่ ๑ เมื่อผู้วิจัยสอบถามว่ายายมีรายได้จากส่วนใดบ้าง ยายตอบว่า “ปัจจุบันยายมีรายได้จากเบี้ยผู้สูงอายุ ยายไม่ทำงานตั้งแต่สามีเสียชีวิต นอกจากเบี้ยผู้สูงอายุ เวลายายไปงานรำผีฟ้า ก็จะได้เงินครั้งละ ๒๐ บาท เป็นค่าขันธครู บางบ้านก็ให้ ๔๐ บาท ๕๐ บาท บางบ้านก็ไม่ได้ให้เลย” ยายบอกว่า “เขาให้แค่ไหนก็เอาแค่นั้น เราจะเอาของเขาเยอะไม่ได้หรอก ทุกวันนี้ยายก็ใช้จ่ายอย่างประหยัด มีแค่ไหนใช้แค่นั้น” ตรงนี้สะท้อนให้เห็นว่า ยายน้อยมีความพอเพียง พอประมาณ รู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัด

แม้ว่ารายได้ของยายน้อยจะมีไม่มาก แต่ยายน้อยก็มีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียง เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของยายที่เล่าให้ผู้วิจัยฟังว่า “ยายอยู่อย่างพอเพียง กับข้าวก็หาเอาเท่าที่มี มีก็กิน ไม่มีก็ไม่กิน ยายชอบเก็บผักจากข้างรั้วมาประกอบอาหาร ปลา กบ เขียด ลูกหลานก็จะออกไปหามาให้”

เมื่อถามว่ายายมีอาชีพเสริมอะไรหรือไม่ ยายตอบว่า “ยายอยากมีอาชีพเสริม อยากทำอะไรก็ได้เงิน แต่ลูกหลานไม่ให้ทำ บางวันก็ไม่ได้ใช้เงิน บางวันก็ใช้” ยายเล่าต่อไปว่า “ยายมีบัตรคนจนด้วย นอกจากเบี้ยผู้สูงอายุแล้ว ยายก็ได้เงินจากโครงการบัตรคนจน นี่ถือเป็นการสนับสนุนจากทางภาครัฐ อยากได้อะไรก็ไปรูดเอาสิ่งของมา เช่น กาแฟ ข้าวสารก็จะได้ซื้อ เพราะปลูกเอง กินเอง และเอาไปขาย ส่วนกับข้าวหาบ้าง ซื้อบ้าง ส่วนใหญ่จะซื้อ ลูกหลานจะเป็นคนซื้อกับข้าวเข้าบ้าน ยายก็กิน ทำบุญ อยากซื้ออะไร นาน ๆ ยายก็จะออกไปซื้อของครั้งหนึ่ง” ยายน้อยโชคดีที่ไม่มีหนี้ และมีลูกหลานคอยดูแล ยายน้อยเล่าให้ฟังว่า “ยายไม่มีหนี้ ยายไม่เคยกู้เงินจากที่ไหน ยายบอกว่า ยายไม่เคยยืมเงินใคร ส่วนใหญ่มีแต่คนมาขอยืมยาย เช่น เพื่อนบ้านยืมไป ๓,๐๐๐ บาท ยังไม่คืนเลย ยายมีเงินเก็บฝากไว้ที่ผู้ใหญ่ ๑๐,๐๐๐ บาท ฝากไว้ที่ออมทรัพย์ ๒,๐๐๐ บาท”

^{๔๐} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

คำให้สัมภาษณ์ของยายน้อย ชันทอง มีความสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของยายกันหา ศิริภา^{๔๑} ผู้สูงอายุหมู่ ๑ ท่านหนึ่งที่ได้แนะนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิตได้อย่างสมดุลและมีความสุข ยายกันหาเล่าให้ฟังว่า “ยายจะชอบปลูกผักสวนครัวไว้กินเองเป็นส่วนใหญ่ ทั้งยังเลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ เพื่อเอาไข่มากินบ้าง ถ้าเหลือจากที่กินก็จะเอาไปขาย” ยายเล่าต่อไปว่า “ไก่อันที่ยายขาย ขายได้กิโลกรัมละ ๘๐ บาท ยายไม่ได้ขายบ่อย จะได้ขายช่วงเดือน ๖ ซึ่งเป็นช่วงประเพณีเช่นปฐา ซึ่งชาวบ้านให้ความเคารพนับถือ เหมือนกับการเซ่นไหว้บรรพบุรุษ ต้องฆ่าไก่ทุกหลังคาเรือน” นอกจากนี้ยายยังเหลาก้านมะพร้าวขาย ยายบอกว่า “ขายได้กิโลกรัมละ ๑๕ บาท เดือนหนึ่งจะได้ขายที ขายได้ครั้งละ ๑๐ กิโลกรัม” นอกจากนี้ ยายกันหา ยังกล่าวต่อไปว่า “ถ้ามีการจัดอบรมเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง หาก อบต. จัด ยายก็จะไป ยายชอบมาก เคยมีการอบรมที่จังหวัดศรีสะเกษ ยายก็ฝากหลานไว้กับเพื่อนบ้าน ให้เพื่อนบ้านช่วยดูแล แล้วยายก็ไปอบรมที่จังหวัด” เมื่อผู้วิจัยถามว่ายายได้มีการวางแผนทางการเงินหรือไม่ ยายตอบว่า “เรื่องการเงินนั้น ยายไม่ได้มีการวางแผนอะไร” ทั้งยังเล่าให้ฟังว่า “เงินส่วนใหญ่จะหมดไปกับค่าใช้จ่ายด้านการศึกษา และค่าขนมของหลาน บางครั้งเงินที่มีไม่พอใช้ ยายก็จะไปยืมเพื่อนบ้านครั้งละ ๒๐๐ - ๓๐๐ บาท แล้วแต่กรณี พอเงินเดือนออก หรือพอได้รับจ้างทำงานแล้วมีเงิน ยายก็จะเอาเงินไปคืน” ยายได้สรุปให้ฟังว่า “ยายวางแผนการเงินอะไรไม่ได้ เพราะการเงินของยายไม่แน่นอน”

คำให้สัมภาษณ์ของผู้สูงอายุหมู่ ๑ มีความสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของผู้สูงอายุหมู่ ๒ ดังเช่น นางบุญปิ่น วันทะวงษ์^{๔๒} ผู้สูงอายุวัย ๖๔ ปี ซึ่งเป็นอสม. ประจำบ้านกันตรวจ หมู่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ที่ให้สัมภาษณ์ว่า “ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุในหมู่ ๑ จะมีรายได้มาจากเบี้ยยังชีพ บางคนก็ทำจักรสาน ส่วนยายทำขนมขาย” ผู้วิจัยลองถามยายว่า ถ้ามีกิจกรรมอบรมเสริมความรู้ หรืออบรมส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุ ยายคิดว่าผู้สูงอายุจะไปไหม ยายบุญปิ่นตอบว่า “ผู้สูงอายุบางคนก็อยากไปหาความรู้ แต่ว่าบางคนก็ไม่ไป เพราะว่าไม่ชอบเจอคนมาก หงุดหงิดง่าย ไม่ชอบเข้าสังคม แต่ยายเป็นคนที่ชอบเข้าสังคม ยิ่งคนเยอะยิ่งชอบ เพราะยายชอบความสนุกสนานเฮฮา” ยายเล่าต่อไปว่า “ผู้สูงอายุบางคนทราบข่าวว่าทาง อบต. จะเปิดโรงเรียนผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุก็เฝ้ารออยากให้เปิด และอยากจะไปเรียน”

เมื่อผู้วิจัยถามว่า จะทำอย่างไรให้อยู่อย่างพอเพียง ยายตอบว่า “ทุกวันนี้ก็พออยู่พอกิน ยายได้ปลูกผักไว้ในกระถางเล็ก ๆ น้อย ๆ อยู่แล้ว” ส่วนเรื่องหนี้สินนั้นยายบอกว่า “ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในละแวกนี้ไม่ค่อยยืมเงินใคร” สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของตาเทียม วันทะวงษ์^{๔๓} ผู้สูงอายุหมู่ ๑ บ้านกันตรวจ ที่บอกว่า “ตาไม่ได้เป็นหนี้เป็นสินใคร”

^{๔๑} สัมภาษณ์ นางกันหา ศิริภา , ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๔๒} สัมภาษณ์ นางบุญปิ่น วันทะวงษ์, อสม. บ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๔๓} สัมภาษณ์ นายเทียม วันทะวงษ์, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ส่วนผู้สูงอายุหมู่ที่ ๒ บ้านหนองระเียว อย่างเช่น ยายลักษณ์ นางค์เยาว์^{๔๔} ได้ให้สัมภาษณ์ในประเด็นเรื่องของความพอเพียงไว้ว่า “สมัยก่อนยายปลูกทุกอย่าง เพื่อนบ้านมาขอก็ให้มีอะไรก็แบ่งปันกันกิน ยายมีความสุขที่ได้แบ่งปัน คนที่เอาไปเวลาเขามีอะไร เขาก็จะเอามาแบ่งให้เรา กิน” ตรงนี้จะเห็นว่า นอกจากผู้สูงอายุจะอยู่อย่างพอเพียง พอดี พออยู่ พอกินแล้ว ยังมีน้ำใจรู้จักการแบ่งปันสิ่งที่มีให้กับผู้อื่น สะท้อนให้เห็นวิถีชีวิตของชาวบ้านในชนบทเหมือนสมัยก่อน ที่ยังคงสืบทอดมาถึงปัจจุบัน

เมื่อสอบถามผู้สูงอายุในหมู่ ๒ บ้านหนองระเียวว่า ส่วนใหญ่แล้วผู้สูงอายุเสียเงินไปกับอะไรบ้าง ก็ได้คำตอบที่หลากหลาย อย่างเช่น คำให้สัมภาษณ์ของนายสาคร จันทร^{๔๕} ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๒ ที่กล่าวว่า “ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะเสียเงินไปกับการทำบุญ ๑๐ บาท ๒๐ บาท เดือนหนึ่งจะมีคนมาแจกซองขาว เกือบ ๒๐ ครั้ง” ส่วนนางทองศรี ผังนิล^{๔๖} อสม. ประจำหมู่ ๒ ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า “ผู้สูงอายุบางคนก็เสียเงินไปกับการใช้จ่ายค่ารักษาพยาบาล ถ้าไปที่คลินิก แต่ถ้าไปโรงพยาบาลศรีสะเกษ ไม่ต้องเสียค่ารักษา จะเสียแค่ค่ารถ” ทั้งยังให้สัมภาษณ์ต่อไปว่า “ผู้สูงอายุบางคนก็ติดเหล้า จะเสียเงินกับค่าเหล้า อย่างสามียาย กินเหล้าทุกวัน เช้า ๑๐ บาท เย็น ๑๐ บาท บางทีลูกหลานชวนกินก็กิน” ส่วนดาฤทธิ์ เพชรพลอย^{๔๗} ได้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า “ส่วนใหญ่แล้วตาจะเสียเงินให้หลาน เช่น ค่าขนม เงินที่ได้มา ๖๐๐ ก็หมด นอกจากนี้ก็ใช้ซื้ออาหาร ซื้อหอย ครั้งละ ๗๐ – ๘๐ บาท ไม่ค่อยถึง ๑๐๐ บาท” จะเห็นว่าผู้สูงอายุบางรายยังติดเหล้า และติดการพนันอย่างเช่น หอย แต่ผู้สูงอายุบางรายก็ไม่ดื่มเหล้า และไม่เล่นหอย เช่น ยายลักษณ์ นางค์เยาว์^{๔๘} ที่ให้สัมภาษณ์ว่า “ยายไม่เคยเล่นหอย แต่ยายจะเสียเงินไปกับค่าเดินทางไปหาหมอ” เนื่องจากยายลักษณ์ป่วยเป็นโรคเบาหวาน จึงต้องไปหาหมอเดือนละครั้ง ยายบอกว่า “เวลาไปหาหมอ ก็จะเสียเงินค่ารถครั้งละ ๓๐๐ – ๔๐๐ บาท แต่ถ้าไป รพสต. (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน) เพื่อนบ้านบางคนที่ไม่ไปส่งก็ไม่เอาเงิน เพื่อนบ้านบางคนก็เก็บเงินยาย ๔๐ บาท” ยายบอกว่า “ทุกครั้งที่ยายไปหาหมอ ก็จะไปกับลูกหลาน โดยเหมารถไป จ้างคนอื่นให้ไปส่ง” ยายเล่าให้ผู้วิจัยฟังว่า “ยายเคยไปนอนพักรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาล ๑ คืน ยายใช้สิทธิบัตรทอง ๓๐ บาทรักษาทุกโรค เวลามีคนไปเยี่ยมเขาจะให้เงิน” ยายบอกว่า “นอนโรงพยาบาลวันเดียว ได้เงิน ๒,๐๐๐ กว่าบาท”

คำให้สัมภาษณ์ของยายลักษณ์ มีความสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของยายทองศรี ผังนิล^{๔๙} อสม. หมู่ ๒ บ้านหนองระเียว ที่ให้สัมภาษณ์ว่า “เวลามีคนในหมู่บ้านเจ็บไข้ได้ป่วย

^{๔๔} สัมภาษณ์ นางลักษณ์ นางค์เยาว์, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๔๕} สัมภาษณ์ นายสาคร จันทร, ผู้ใหญ่บ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๔๖} สัมภาษณ์ นางทองศรี ผังนิล, อสม. บ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๔๗} สัมภาษณ์ นายดาฤทธิ์ เพชรพลอย, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๔๘} สัมภาษณ์ นางลักษณ์ นางค์เยาว์, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๔๙} สัมภาษณ์ นางทองศรี ผังนิล, อสม. บ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

เบื้องต้นยายจะไปดูอาการก่อน บางทีถ้าเจ็บป่วยตอนกลางคืน ผู้สูงอายุก็จะเหมารถไปโรงพยาบาลเองเลย” ยายเล่าต่อไปว่า “ผู้สูงอายุคนไหนที่มีลูกหลาน ลูกหลานก็จะคอยดูแล ถ้าต้องนอนโรงพยาบาล ผู้ใหญ่บ้าน อสม. ก็จะเอารถไปเยี่ยมที่โรงพยาบาล แล้วชวนเพื่อนบ้านนั่งทำยรกระบะไปด้วยกันเป็นหมู่คณะ เต็มทำยรกระบะ” อสม. บอกว่า “เวลาไปหาหมอ เสียแต่ค่ารถ แต่ค่ารักษานั้นถ้าไปคลินิกต้องจ่าย แต่ถ้าไปโรงพยาบาลไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล”

ส่วนผู้สูงอายุหมู่ ๓ เช่น **ตาบุญเชิด จันทรเพ็ง**^{๕๐} ผู้สูงอายุหมู่ที่ ๓ บ้านตาเจาเหนือที่ได้รับเลือกให้เป็นปราชญ์ชาวบ้านด้านบายศรีสู่ขวัญ ปัจจุบันดำรงตำแหน่งเป็นประธานชมรมผู้สูงอายุ ประจำตำบลโนนปูน เป็นกรรมการศูนย์เทคโนโลยี ประจำตำบลโนนปูน และเป็นคณะกรรมการสภาวัฒนธรรม ประจำอำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ตาบุญเชิดได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ตามีความรู้ทางด้านเศรษฐกิจพอเพียงอยู่บ้าง เพราะทางราชการเคยมาให้ความรู้ ส่วนผู้สูงอายุในหมู่บ้านส่วนใหญ่ก็อยู่กันอย่างพอเพียงอยู่แล้ว” ตาเล่าให้ฟังว่า “นอกจากรายได้จากเบี้ยผู้สูงอายุแล้ว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีรายได้หรอก ถ้ามีโครงการให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมอบรม พวกที่อายุ ๖๐ – ๗๐ ปี ก็อาจจะพอไปได้ แต่ถ้าผู้สูงอายุที่อายุ ๘๐ ปีขึ้นไป คงไปไม่ได้” เมื่อถามถึงประเด็นเรื่องภาระหนี้สิน ตาตอบว่า “ภาระหนี้สินของผู้สูงอายุ เกิดจากการกู้หนี้ยืมสิน บางครั้งผู้สูงอายุก็จะเบิกมาให้ลูกหลานใช้ อย่างตักเงินมาเพื่อให้ลูกหลานใช้ แต่ตอนใช้หนี้ ลูกจะเป็นคนใช้หนี้เอง หนี้สินที่ตามมาจากลูกหลานให้ไปกู้ยืม” ตายังกล่าวต่อไปอีกว่า “ผมไม่เคยเครียดจากการเป็นหนี้ หรือกู้ยืมเงินมา แต่ผู้สูงอายุบ้านอื่นอาจเครียด เพราะว่ากลัวลูกหลานไม่ใช้หนี้” คำให้สัมภาษณ์ของตาบุญเชิด มีความสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของ**ตามาน พงษ์เพชร**^{๕๑} ผู้สูงอายุหมู่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ อดีตผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๓ วัย ๖๕ ปี ที่ให้สัมภาษณ์ว่า “ตาได้นำหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยเฉพาะเรื่องของความพอประมาณมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันอยู่เสมอ” ตามานได้ยกตัวอย่างให้ฟังว่า “หลักเศรษฐกิจพอเพียงตาทำอยู่ตลอด เช่น ปลูกโน่น ปลูกนี่กินเอง” ตาได้ยกตัวอย่างสิ่งที่ตาปลูกไว้กินเอง เหลือจากกินก็เอาไปขาย เช่น “ตาปลูกข้าวโพด ถั่วฝักยาว มะม่วง มะพร้าว หอม ข่า ตะไคร้ และอีกหลาย ๆ อย่างแล้วแต่จังหวะ” ตาบอกว่า “ส่วนใหญ่ตาจะปลูกไว้กินเอง ถ้าเหลือเยอะก็จะเอาไปขาย” นอกจากนี้ตายังมีรายได้จากการขายหมู และขายซี่หมูด้วย ตาเล่าให้ฟังว่า “ตาเคยมีรายได้จากการขายซี่หมู โดยขายถุงละ ๓๐ บาท ปีหนึ่งก็จะมีรายได้จากการขายซี่หมูประมาณ ๒๐,๐๐๐ – ๓๐,๐๐๐ บาท แต่ปีนี้ไม่ได้ตกขาย เพราะว่าไม่มีคนมารับซื้อแล้ว” สมัยก่อนตามานบอกว่า “ปุ๋ยซี่หมูช่วงแรก ๆ ขายได้รายได้ดี แต่ตอนนี้ไม่ได้ทำขายแล้ว เพราะมีไม่เยอะ มีแค่ ๒๐๐ – ๓๐๐ ถุง เลยเก็บไว้ใช้เอง”

^{๕๐} สัมภาษณ์ นายบุญเชิด จันทรเพ็ง, ประธานชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูน, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๕๑} สัมภาษณ์ นายมาน พงษ์เพชร, ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

เรื่องของหนี้สิน พบว่า ตามานมีหนี้จากการกู ธกส. ตาเล่าให้ฟังว่า “ตากู้ ธกส. ปีชนปีปีหนึ่งก็จะกู้เงินมาประมาณ ๑๘๐,๐๐๐ บาท แต่ตากู้ใช้หนี้ทุกปี พอใช้หนี้เสร็จก็จะยืมใหม่” นอกจากนี้ตามานยังเป็นหนี้กองทุนเงินล้านจำนวน ๔๐,๐๐๐ บาท เมื่อผู้วิจัยถามว่าตากู้เงินมาทำอะไร ตาตอบว่า “ส่วนใหญ่กู้เงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน และกู้มาลงทุนเกษตร” เมื่อถามว่าตาเครียดไหมที่เป็นหนี้ ตาตอบว่า “ไม่เครียด เพราะว่า สามารถบริหารจัดการหนี้ได้ เช่น กู้จากอันหนึ่งไปจ่ายอีกอันหนึ่ง หมุนเวียนเงิน ตาทำแบบนี้มาตลอด”

เมื่อผู้วิจัยสอบถามว่าตาได้รับการอบรมจากที่ไหน ตาเล่าให้ฟังว่า “เคยไปอบรมเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงที่ ธกส.” แต่ความรู้ที่ได้ก็ไม่ได้เอาไปใช้ ตามายได้ให้เหตุผลว่า “เพราะเราไม่มีที่ดินที่มากพอ เช่น เขาให้ปลูกมะพร้าว ๑ ไร่ แต่เราไม่มีที่จะปลูกแล้ว นอกจากนี้ยังจะให้ปลูกพืชเศรษฐกิจ เช่น ต้นยูคา ตาเคยเอาทุกอย่างมาลองปลูก อย่างละต้น ปีสองปีผ่านไปก็ตายหมด ไม่รู้ว่าเป็นอะไร อย่างปึกลายก็ปลูกกล้วย กล้วยที่ปลูกก็ตายหมด เคยปลูกหมาก ๓ รอบ รอบละ ๑๐๐ ต้นก็ตายหมด” นี่คือ ปัญหาที่จากการที่รัฐได้ให้ความรู้ซึ่งไม่สามารถตอบโจทย์ความต้องการของชาวบ้านได้ ทั้งยังสะท้อนให้เห็นว่า รัฐบาลควรตรวจสอบว่าผู้ที่เข้าอบรมมีความพร้อมหรือไม่และประสบปัญหาอะไร ผู้วิจัยคิดว่าทางที่ดีรัฐน่าจะลงพื้นที่สำรวจความต้องการของชาวบ้านก่อน ประเมินก่อนว่าชาวบ้านมีความพร้อมที่จะปลูกพืชชนิดนี้หรือไม่ พืชชนิดไหนชาวบ้านสามารถปลูกได้ นอกจากนี้ควรหาทางแก้ไขปัญหาเรื่องดิน โดยทำการศึกษาวิจัยว่า เหตุใดที่ดินของชาวบ้านอย่างตามานปลูกอะไรก็ตายหมด ควรจะแก้ไขปัญหามาหาวิธีการปรับสภาพดินอย่างไร เพื่อให้ที่ดินตรงนั้นสามารถปลูกพืชขึ้นบ้าง หรือพืชชนิดไหนที่สามารถปลูกได้และไม่ตาย เหล่านี้เป็นต้น

จากคำให้สัมภาษณ์ทั้งหมดที่ผู้วิจัยได้ยกตัวอย่างขึ้นมา สามารถสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่อง “ความพอประมาณ” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ และได้นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันในหลาย ๆ ด้านด้วยการ อาทิเช่น การอยู่อย่างพอเพียง พอดี พอประมาณ ใช้จ่ายเงินอย่างประหยัด ปลูกพืชผักสวนครัวไว้กินเอง เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ไว้กินไข่ หลีกเลี่ยงการกินก็เอาไปขายอะไรที่หากินได้ก็หา เช่น กบ เขียด ปลา เหล่านี้เป็นต้น เรื่องของรายรับกับรายจ่ายนั้น พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ ฉะนั้น รายได้หลักจึงอยู่ที่เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เดือนละ ๖๐๐ บาท ส่วนผู้สูงอายุที่สุขภาพร่างกายแข็งแรงดี สามารถทำงานรับจ้างและประกอบอาชีพได้ เพื่อหาเงินมาใช้จ่ายในครอบครัว สำหรับงานที่ผู้สูงอายุทำ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีแรงบางรายมีที่นา และสามารถทำไร่นาขายข้าว แต่จ้างให้คนอื่นทำนา ผู้สูงอายุบางราย ที่มีสุขภาพแข็งแรง มีเรี่ยวมีแรงก็ไปรับจ้างปลูกข้าว รับจ้างทำสวน และรับจ้างทั่วไป บ้างก็ทอผ้า จักรสาน หาปลา เลี้ยงสัตว์ ทำเกษตรกรรมได้อยู่ เป็นต้น ด้านรายได้ของผู้สูงอายุนั้น พบว่า ผู้สูงอายุมีรายได้น้อยกว่ารายจ่ายจึงต้องมีการกู้ยืมเงินจากแหล่งทุนต่าง ๆ เช่น ธกส. กองทุนหมู่บ้าน กองทุนเงินล้าน หนี้บัตรเครดิต และยืมเงินจากเพื่อนบ้าน เป็นต้น สำหรับปัญหาเรื่องหนี้สินนั้น พบว่า ส่งผลกระทบต่อจิตใจของ

ผู้สูงอายุเพียงบางส่วนที่ไม่มีลูกหลาน แต่มีหนี้ ก็เกิดภาวะความเครียดจากการมีหนี้ แต่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เครียดเรื่องมีหนี้สิน เพราะสามารถบริหารจัดการหนี้สินได้ด้วยการยืมที่หนึ่งมาใช้อีกที่หนึ่ง เมื่อสอบถามถึงสาเหตุแห่งการกู้หนี้ยืมสิน พบว่า ผู้สูงอายุกู้เงินมาเพื่อ ๑) ใช้จ่ายหมุนเวียนในชีวิตประจำวัน ๒) กู้ยืมเงินมาให้ลูกหลานใช้ ๓) กู้ยืมเงินมาใช้ในการเกษตร

๒. ความมีเหตุผล

ข้อเท็จจริงจากการสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยจะนำมาแสดงให้เห็นเชิงประจักษ์ นั่นก็คือ ตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ที่ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ไปสัมภาษณ์เก็บข้อมูลมา ดังนี้

เวลาผู้สูงอายุมีปัญหา ผู้สูงอายุมิ่ววิธีการจัดการหลายอย่าง อาทิเช่น คุยกับตัวเองบ้าง พูดคุยกับบุคคลในครอบครัว สามี ภรรยา บุตรหลาน เพื่อนบ้านบ้าง ผู้สูงอายุบางรายก็ไปปรึกษาผู้ใหญ่บ้าน เจ้าหน้าที่จาก อบต. และเจ้าหน้าที่จาก รพสต. บ้าง เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของ **ยายน้อย ชันทอง**^{๕๒} ผู้สูงอายุหมู่ ๑ บ้านก้นตรวง ที่ให้สัมภาษณ์ว่า “เวลายายมีปัญหาอะไร ยายจะจัดการด้วยการพูดคนเดียว จัดการกับตัวเองคนเดียว ยายไม่ค่อยมีปัญหากับใคร ยายจะใช้สติ สมาธิ ในการแก้ไขปัญหา มากหรือน้อยแล้วแต่อารมณ์ เวลาใครทำให้โกรธ ยายจะไม่ค่อยโกรธ เพราะว่า ยายมีสติ จิตใจยายนิ่งและสงบพอ เลยไม่ตอบโต้”

ประเด็นเรื่องของความมีเหตุผล รู้จักวางแผนการใช้จ่ายเงินนั้น พบว่า ผู้สูงอายุมีเหตุผล รู้จักวางแผนค่าใช้จ่าย รู้จักบริหารจัดการเงินให้พอใช้ ถ้าไม่พอก็มีระบบการจัดการกับหนี้สินที่ดี นอกจากนี้ พบว่า ผู้สูงอายุจะรู้จักออมเงินและทำประกันชีวิต เพื่อนำเงินก้อนสุดท้ายที่ได้จากการออมมาให้ลูกหลานเอาไว้ใช้จัดงานศพในวันสุดท้ายของชีวิต

เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของ **ยายน้อย ชันทอง**^{๕๓} ที่กล่าวว่า “ยายได้เงินมา ๖๐๐ ยายก็จะใช้อย่างประหยัด ค่าไฟ ค่าใช้จ่ายอะไรในบ้าน ลูกเป็นคนจ่ายหมดทุกอย่าง ของทุกอย่างในบ้าน ลูกจะจ่าย ส่วนเงินที่ยายได้มา ยายจะใช้ทำบุญ โครงการคนจน ยายจะอุดหนุนของมาหมด บางเดือนก็เหลือเงิน ๑๐๐ ๒๐๐ บ้าง ยายก็จะเก็บไว้กับตัวเอง ไม่ได้เอาไปฝากที่ไหน ที่เก็บไว้ ก็เผื่อมีงานบุญอะไร ยายก็จะได้อาเงินไปร่วมทำบุญ”

เมื่อผู้วิจัยถามว่ายายได้ไปฝากเงินที่ธนาคารไหม ยายบอกว่า “ไม่ได้ไป เพราะว่ายายไม่รู้หนังสือ ไม่รู้ว่าจะทำยังไง เลยเก็บไว้ที่ตัวเอง” นอกจากนี้ยายยังเล่าให้ฟังว่า “ผู้สูงอายุจะมีการออมรายปี โดยทาง อบต. จะให้ผู้สูงอายุสะสมเงินทุกปี ปีละ ๓๖๕ บาท แล้วผู้สูงอายุจะได้เงินหลังจากที่เสียชีวิต” คำให้สัมภาษณ์ดังกล่าว สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่ **สุวรรณ บุญมา**^{๕๔} ที่กล่าว

^{๕๒} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านก้นตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๕๓} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านก้นตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๕๔} สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านก้นตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ว่า “ผู้สูงอายุค่อนข้างมีเหตุผล จะซื้ออะไรก็จะคิดถึงถ้วน” ทั้งยังยืนยันว่า “ผู้สูงอายุจะรู้จักออมเงิน และทำประกันชีวิตที่ อบต. กับฅาปนกิจหมู่บ้าน”

เช่นเดียวกับที่ อสม. หมู่ ๑ คือ ยายบุญปัน วันทะวงษ์^{๕๕} ได้กล่าวไว้ว่า “โดยส่วนใหญ่ได้มาใช้ไป ไม่ค่อยมีการวางแผนการออมสักเท่าไร ถ้าออมก็ออมของ อบต. และสถาบันการเงินของชุมชน ส่วนใหญ่ก็ใช้จ่ายไปกับการให้ลูกให้หลานไปโรงเรียน การวางแผนการใช้เงิน ส่วนใหญ่จะไปออมที่มีในชุมชน ไม่ได้ไปฝากไว้ที่ธนาคาร การออมเงินจะออมเป็นรายปี ในแต่ละปีจะมีการปันผลออกมา จากนั้นก็เอาเงินปันผลไปฝากต่อ”

คำให้สัมภาษณ์ในประเด็นเรื่องของความมีเหตุผล รู้จักวางแผนการใช้จ่าย รู้จักการออมเงิน และทำประกันชีวิตดังกล่าว มีความสอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของนายมาน พงษ์เพชร^{๕๖} ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ ที่ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ทุกวันนี้ตาได้ทำประกัน กับบริษัทไทยประกันชีวิต ๒ กรมทณ ประมาณหกพันกว่าบาท ตายไปได้ ๑๐๐,๐๐๐ บาท และได้ทำกับอตก. ปีละสามพันกว่าบาท ตาได้ทำประกันชั้น ๑ ประมาณ สามพันกว่า ถ้าเสียชีวิตได้เงินประมาณแสนกว่าบาท ทำกับธกส. ๓,๐๒๐ บาท ถ้าเสียชีวิตได้ ๑๘๐,๐๐๐ บาท และยังออมวันละบาทของ อบต. ถ้าเสียชีวิตจะได้เงินประมาณ ๑๐,๐๐๐ บาท จะออมก็ปีก็ได้เท่านี้” สอดคล้องกับที่ตาบุญเชิด จันทรเพ็ง^{๕๗} ได้ให้สัมภาษณ์เอาไว้ว่า “ทุกวันนี้ตาได้ออมเงินไว้สำหรับเตรียมตัวตาย ฝากธนาคารจะมีแค่ส่วนน้อย แต่ส่วนใหญ่จะฝากไว้กับประกันชีวิต ถ้าผมตายไป ผมจะได้แสนแปด”

ส่วนตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์จากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญหมู่ที่ ๒ บ้านหนองระเียว อาทิเช่น ยายทองศรี ฝงนิล^{๕๘} ผู้สูงอายุซึ่งเป็นอสม. ประจำหมู่ที่ ๒ ได้ให้สัมภาษณ์เอาไว้ว่า “ผู้สูงอายุจะไม่ซื้อของเกินความจำเป็น เสื้อผ้าก็ไม่ค่อยซื้อ ส่วนใหญ่ลูกหลานจะส่งมาให้” ด้านตาฤทธิ์ เพชรพลอย^{๕๙} ก็ได้กล่าวเสริมว่า “เครื่องประดับสวย ๆ งาม ๆ บ้านนอกไม่มีหรอก”

ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ พบว่า ผู้สูงอายุจะไม่ค่อยมีบัญชีออมทรัพย์ ไม่ค่อยมีเงินเก็บหรือเงินออมมากนัก เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๓^{๖๐} ที่กล่าวว่า “เงินเก็บเงินออมในธนาคารผมมีแค่ ๓,๐๐๐ - ๔,๐๐๐ บาทเท่านั้นเอง” ส่วน อสม. หมู่ ๓ ก็บอกว่า “ทุกวันนี้ฝากเงินไว้ที่ ธกส. ตอนนี้อยู่เงินในบัญชี ๒,๐๐ บาท และมีเงินออมทรัพย์ในหมู่บ้านอีกประมาณ ๓,๐๐๐ กว่าบาท” ถึงแม้ว่าเงินออมของผู้สูงอายุจะไม่เยอะ แต่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ จะทำประกันชีวิต และเข้าเป็นสมาชิกฅาปนกิจสงเคราะห์ เพื่อนำเงิน

^{๕๕} สัมภาษณ์ นางบุญปัน วันทะวงษ์, อสม. บ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๕๖} สัมภาษณ์ นายมาน พงษ์เพชร, ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

^{๕๗} สัมภาษณ์ นายบุญเชิด จันทรเพ็ง, ประธานชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูน, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๕๘} สัมภาษณ์ นางทองศรี ฝงนิล, อสม. บ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๕๙} สัมภาษณ์ นายฤทธิ์ เพชรพลอย, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๖๐} สัมภาษณ์ นายมาน พงษ์เพชร, ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

ก่อนสุดท้ายมาใช้จัดงานศพ ในวาระสุดท้ายของชีวิต ดังเช่นคำให้สัมภาษณ์ของยายทองศรี ฝิ่งนิล^{๖๑} อสม. หมู่ ๒ ที่ให้สัมภาษณ์ว่า “ถ้าเป็นสมาชิกธกส. ปีละ ๓๐,๐๒๐ บาท จะได้จ่ายคืนตอนที่เราเสียชีวิต เรียกว่า เงินฌาปนกิจสงเคราะห์ ในหมู่บ้านของเรา ถ้าคนไหนตายก็จะได้เงิน ๑๘๐,๐๐๐ บาท จากธกส. และจะได้จากอบต. ที่ออมปีละ ๓๖๕ บาท ถ้าเสียชีวิตจะได้เงิน ๑๐,๐๐๐ บาท ส่วนเงินฌาปนกิจในหมู่บ้าน จะเก็บหลังคาเรือนละ ๒๐๐ บาท ซึ่งเก็บเฉพาะเวลาที่มีคนตาย หมู่บ้านนี้จะได้ประมาณ ๗,๐๐๐ กว่าบาท” ยายเล่าต่อว่า “กลุ่มของหมู่ ๗ ก็มี ซึ่งชาวบ้านในหมู่หมู่ ๒ เข้าร่วมได้บางบ้าน โดยเขาจะเก็บครั้งละ ๑๐๐ บาท ถ้าตายจะได้หมื่นกว่าบาท ถ้าบ้านตาเจา จะเป็นชุมชนใหญ่ มีประมาณ ๒๐๐ กว่าหลังคาเรือน ถ้าตายก็จะได้เงินฌาปนกิจเป็นแสน”

จากตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของผู้สูงอายุที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่อง “ความมีเหตุผล” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ ดังนี้ ๑) เวลามีปัญหา ผู้สูงอายุได้ใช้เหตุผลสติปัญญา การตัดสินใจอย่างรอบคอบ ๒) ผู้สูงอายุบางรายก็มีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน แต่ผู้สูงอายุบางรายก็ไม่ได้มีการวางแผนทางการเงินเมื่อตอนมีชีวิตอยู่ แต่ข้อเท็จจริงจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุจากกลุ่มตัวแทนผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ผู้วิจัย พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีการวางแผนทางการเงินและออมเงินเอาไว้ เพื่อใช้จัดงานศพหลังจากที่ตนได้เสียชีวิตลง ๓) ผู้สูงอายุได้พิจารณาความอยากได้กับความจำเป็นในการบริโภคได้ และสามารถแยกแยะได้ว่าสิ่งไหนควรซื้อ สิ่งไหนไม่ควรซื้อ สิ่งไหนจำเป็น สิ่งไหนไม่จำเป็น

๓. การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

การมีภูมิคุ้มกันดี เป็นหนึ่งใน ๓ ห่วงของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรม ซึ่งในแบบสัมภาษณ์ข้อที่ ๕.๓ เรื่องการมีภูมิคุ้มกัน ผู้วิจัยได้ตั้งคำถามเอาไว้ว่า การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุอย่างไร

ข้อมูลที่ได้รับจากการสัมภาษณ์ในประเด็นดังกล่าว อาทิเช่น คำให้สัมภาษณ์ของผู้สูงอายุหมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวจ ที่เป็น อสม. ด้วย นั่นก็คือ ยายบุญปัน วันทะวงค์^{๖๒} ซึ่งได้ให้สัมภาษณ์ว่า “แม้ว่าสังคมจะเปลี่ยนไปแต่วิถีชีวิตของคนแก่ในชุมชนก็ยังคงเหมือนเดิม มีบางอย่างต้องปรับให้ทันกับยุคสมัย” ทั้งนี้ ผู้สูงอายุสามารถยอมรับกับความเปลี่ยนแปลงได้ อาทิเช่น “การสอนลูกหลานสมัยนี้ได้ฉลาดกว่าผู้ใหญ่แล้ว เวลาผู้ใหญ่สอนอะไร ลูกหลานจะไม่ค่อยเชื่อฟัง แล้วบอกว่าโบราณ ผู้สูงอายุก็ต้องเข้าใจและปล่อยวาง สมัยนี้ลูกหลานสบายน้ำก็ไม่ได้ตก ข้าวก็ไม่ได้น้ำ”

^{๖๑} สัมภาษณ์ นางทองศรี ฝิ่งนิล, อสม. บ้านหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๖๒} สัมภาษณ์ นางบุญปัน วันทะวงค์, อสม. บ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของยายน้อย ขันทอง^{๖๓} ที่กล่าวว่า “ความเป็นอยู่สมัยก่อนกับตอนนี้ต่างกัน เช่น เรื่องของความคิด เมื่อก่อนคิดไว ตอนนี้คิดอะไรไม่ค่อยออก ส่วนชุมชนเปลี่ยนไปเยอะ ต่างคนต่างมุ่งทำมาหากิน เมื่อก่อนแบ่งปันกันมากกว่านี้ เด็กสมัยนี้ไม่เหมือนสมัยก่อน เมื่อก่อนใครมีอะไรก็แบ่งปันกันกิน ปัจจุบันใครอยากกินอะไรก็หากินกันเอง การกินนั้น เมื่อก่อนส่วนใหญ่อยากกินอะไรก็ไปหากินตามสวน ตามไร่ ตามนา ปัจจุบันอยากกินอะไร ส่วนใหญ่ก็จะซื้อกิน ทุกวันนี้ยายก็จะซื้อกินมากกว่า” เมื่อผู้วิจัยถามว่ายายคิดว่าผู้สูงอายุมีการเตรียมตัวรับมือกับการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นได้อย่างไร ยายตอบว่า “ผู้สูงอายุทุกคนต้องพร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงทุกอย่างที่จะเกิดขึ้น”

ในขณะที่ยายกันหา ศิริพา^{๖๔} ผู้สูงอายุหมู่ ๑ บ้านกันตรวจ ได้ให้สัมภาษณ์ถึงประเด็นเรื่องการมีภูมิคุ้มกัน เพื่อพร้อมรับกับสภาพความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นไว้ว่า “สังคมสมัยนี้เปลี่ยนไปเยอะจากเมื่อก่อนที่อยู่กันแบบสบาย ๆ เรียบง่าย กับปัจจุบันต้องอยู่อย่างรุ่มรวย” ยายกล่าวต่อไปว่า “สมัยก่อนเงิน ๑๐๐ บาท อยู่ได้นาน ปัจจุบันค่าเงินสูงขึ้น เงินก็หมดไว โชคดีที่ยายเก็บผักในป่า ในดง และรั้วบ้านมากินเองได้ ยายปลูกแตงกวา มะเขือเปราะ พริก กลัวย โหระพา ใบกระเพรา ชিং ข่า ตะไคร้ มะม่วง ไข่ แก้วมังกร มะพร้าว มะนาว มะกูด น้อยหน่า หนามพริกก็ปลูกเอง บางครั้งก็เก็บขายได้ครั้งละ ๕๐ บาท ๑๐๐ บาท คนจะมาซื้อเยอะตอนช่วงมีงาน บางครั้งชาวบ้านก็มาซื้อครั้งละ ๑๐ ๒๐ บาท” จะเห็นได้ว่า ยายกันหาเป็นตัวอย่างของผู้สูงอายุ ที่สามารถปรับตัวท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของกระแสโลกาภิวัตน์ได้ แม้ว่าโลกจะหมุนเปลี่ยนไปเท่าไร แต่ยายกันหาที่ยังสามารถน้อมนำเอาปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้สร้างภูมิคุ้มกันให้กับตัวเอง ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง ยายก็ยังปลูกพืชผักสวนครัวไว้กินเองได้ เหลือจากกินยายก็เอาไปขาย แม้ว่ารายได้ของยายจะมีไม่มาก แต่ยายกันหาที่สามารถใช้ชีวิตอย่างพอเพียงได้อย่างมีความสุข

เช่นเดียวกับคำให้สัมภาษณ์ของนายมาน พงษ์เพชร^{๖๕} อดีตผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ ที่ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ความเป็นอยู่เมื่อก่อนกับตอนนี้เปลี่ยนไปเยอะ คือ เราทำงานไม่ได้เต็มที่เหมือนเมื่อก่อน ไปมามันลำบากกว่าเดิม ยุคสมัยเปลี่ยนไป ก็ไม่ได้คิดอะไร ตาอยู่แบบปล่อยวาง ปล่อยให้มันเป็นไปตามยุคตามสมัย ลูกหลานพอโตขึ้นก็เริ่มสอนง่าย เขาคิดเองเป็นแล้ว แต่ตอนเขาเด็ก ๆ พูดอะไร สอนอะไร เขาก็จะพูดว่าครี้อยู่แต่ไม่ทำ” ส่วนตาบุญเชิด จันทรเพ็ง^{๖๖} ได้ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ผู้สูงอายุบางคนก็ปรับตัวทัน บางคนก็ปรับตัวไม่ทัน ยังใช้ชีวิตอย่างเดิม ๆ มีความคิด

^{๖๓} สัมภาษณ์ นางน้อย ขันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๖๔} สัมภาษณ์ นางกันหา ศิริพา, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๖๕} สัมภาษณ์ นายมาน พงษ์เพชร, ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

^{๖๖} สัมภาษณ์ นายบุญเชิด จันทรเพ็ง, ประธานชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูน, ๗ กุมภาพันธ์

โบราณ” แต่ที่ต้องปรับตัวนั้น เช่น “ประหยัดขึ้น เพราะสมัยนี้ไม่สามารถออกไปหาเงินอะไรมากินเองได้ไม่เหมือนเมื่อก่อน ส่วนใหญ่ต้องซื้อกินเอา”

จากตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของผู้สูงอายุที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่อง “การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ คือ ผู้สูงอายุมีความสามารถที่จะเรียนรู้และปรับตัวให้อยู่รอดท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของสังคมโลกาภิวัตน์ วิถีชีวิตความเป็นอยู่หลาย ๆ อย่าง ผู้สูงอายุมองว่ามีความเปลี่ยนแปลงไปจากเมื่อก่อนเยอะ เช่น ๑) อาหารการกินปัจจุบันสาทิซเยอะ แต่ผู้สูงอายุก็ยังปลูกพืชผักสวนครัวกินเอง ๒) ผู้สูงอายุที่อายุมาก ๆ ไม่สามารถออกไปหาจับปูจับปลา จับกบ จับเหียด ฯลฯ มากินได้เหมือนสมัยก่อนแล้ว อยากกินอะไรก็ต้องซื้อกินเอา ๓) ค่าครองชีพในปัจจุบันสูงมากเมื่อเทียบกับสมัยก่อน ฉะนั้น ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้และปรับตัวด้วยการใช้จ่ายอย่างประหยัด เลือกซื้อเฉพาะสิ่งที่จำเป็น เมื่อเงินไม่พอก็กู้ยืมเงินมาใช้จ่ายหมุนเวียน ๔) การทำเกษตรกรรมเมื่อก่อนใช้แรงคน ปัจจุบันใช้แรงงาน ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้ที่จะใช้เทคโนโลยีในการทำเกษตรต่าง ๆ ด้วย ๕) เทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามา อาทิเช่น โทรศัพท์ จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุทุกหลังคาเรือนที่ความจำดี สื่อสารได้ปกติ จะมีโทรศัพท์ไว้ใช้ติดต่อกับลูกหลานแทบทุกบ้าน ทั้งหมดนี้เป็นตัวอย่างของการมีภูมิคุ้มกันของผู้สูงอายุ

๔. เงื่อนไขความรู้

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัยข้อ ๕.๔ ความรู้ ผู้วิจัยได้ถามคำถาม ๓ ข้อ คือ ๑) ผู้สูงอายุมีความรู้ ภูมิปัญญา และความสามารถในด้านใดบ้าง ได้เรียนรู้มาจากที่ไหน อย่างไร ๒) ชุมชนมีกิจกรรมใดบ้างที่สนับสนุนการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ ๓) ผู้สูงอายุติดตามข่าวสารต่าง ๆ ด้วยวิธีใดบ่อยแค่ไหน ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มีดังนี้

ประเด็นแรก ว่าด้วยเรื่องของความรู้ ภูมิปัญญา และความสามารถของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เรียนไม่สูง ผู้สูงอายุบางคนสามารถอ่านออก เขียนได้ ในขณะที่บางคนก็ไม่สามารถอ่านหนังสือได้ เขียนได้แต่ชื่อของตัวเองก็มี แต่ผู้สูงอายุทุกคนมีความรู้ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น และมีความสามารถที่หลากหลาย อาทิเช่น มีความสามารถในการทอผ้า จักสาน ทำเกษตรกรรม ทำบายศรีสู่ขวัญ ฟ้อนรำ ทำสวิง ทำคล่อง ทำลอม ทำกระเป่าหิ้ว ทำดอกไม้จันทน์ ทำขนม ทำปศุสัตว์เลี้ยงหมู เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ ทำถ่าน เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็เป็นหมอสมุนไพร หมอแผนและเจ้าพิธีกรรม มีคาถาอาคม สามารถเป่ารักษาคณ ตั้งศาลพระภูมิได้

ดังเช่นตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของยายบุญปิ่น วันทะวงษ์^{๖๗} ผู้สูงอายุและ อสม. ประจำ หมู่ ๑ บ้านกันตรวง ซึ่งได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ภูมิปัญญาของผู้สูงอายุผู้ชายจะเป็นหมอยาสมุนไพร และเป็นเจ้าพิธีกรรม เป่ารักษาคณ ตั้งศาลพระภูมิ เรียนรู้จากครูบาอาจารย์ ส่วนยายทำขนมกะหรี่ปั๊

^{๖๗} สัมภาษณ์ นางบุญปิ่น วันทะวงษ์, อสม. บ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ไปอบรมที่จังหวัดสุรินทร์ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๐” นอกจากนี้ยายยังมีความสามารถ “ในการจักสาน ทอผ้า แต่ปัจจุบันไม่ได้ทำแล้ว เพราะว่าสายตาพร่ามัว มองไม่ค่อยเห็น” เมื่อผู้วิจัยสอบถามว่ายายได้เรียนรู้มาจากไหนอย่างไร ยายตอบว่า “ยายเรียนรู้มาตั้งแต่สมัยเด็ก เห็นพ่อมาทำอะไรก็อยากจะไปเรียนรู้ อยากจะไปฝึก อยากจะไปทำให้มันเป็น ไม่เหมือนเด็กสมัยนี้ที่ไม่ค่อยสนใจ”

ในขณะที่ผู้สูงอายุบางท่าน เรียนน้อย อ่านหนังสือไม่ออก เขียนหนังสือไม่ได้ เขียนได้เฉพาะชื่อของตัวเอง อาทิเช่น ยายน้อย ชันทอง^{๖๘} ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ยายเคยเรียนชั้น ป. ๑ แต่ว่าเรียนไม่จบ เพราะว่าฐานะยากจน พ่อแม่ก็ไม่ให้เรียน ยายอ่านไม่ออก เขียนไม่ได้ เขียนได้แค่ชื่อตัวเอง” แม้ว่ายายน้อยจะไม่ได้เรียน แต่ยายยังมีความรู้ด้านภูมิปัญญา และมีทักษะในการประกอบอาชีพ ซึ่งเรียนรู้ผ่านพ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ดังคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ด้านภูมิปัญญา ยายทอผ้าเป็น ทำอาหารเป็น ทำนา ทำไร่ ทำสวน สิ่งต่าง ๆ เรียนรู้จากพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย” ทุกวันนี้ยายได้ถ่ายทอดองค์ความรู้ของตัวเองมีให้กับลูกหลานด้วยการสอนลูกหลานต่อ ยายเล่าให้ฟังว่า “สมัยก่อนยายเคยปลูกข้าว ปลูกหอม ปลูกพริก และปลูกยาสูบ” ยายน้อยเล่าให้ฟังถึงทายว่า “ปัจจุบันลูกหลานยายปลูกข้าวกับทำสวนยางเท่านั้น”

จากการลงพื้นที่ภาคสนามเพื่อเก็บข้อมูลวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษทุกคนมีความสามารถด้านการทำเกษตรกรรม เช่น ทำไร่ ทำนา ทั้งนี้ผู้สูงอายุผู้ชายและผู้หญิง จะมีทักษะความรู้และความสามารถที่ต่างกัน คือ ผู้สูงอายุผู้หญิง จะมีความสามารถในการทอผ้า จักสาน ทำสวิง ทำล่อ ทำคล่อง ทำกระเป๋าคั่ว ทำตะกร้า ทำบายศรี ทำดอกไม้จันทน์ ทำขนม และมีความสามารถในการฟ้อนรำพื้นบ้าน เช่น รำผีฟ้า เป็นต้น ส่วนผู้สูงอายุผู้ชายจะมีคาถาอาคม เป็นหมอพื้นบ้าน เป็นหมอยา เป็นเจ้าพิธีกรรม เป็นผู้นำพิธีกรรมทางศาสนา จักสาน ทำสวิง ล่อ คล่อง มีความสามารถในการจับปลา จับกบ จับเขียด ฯลฯ ที่กินได้มาประกอบอาหาร และขายเป็นรายได้เสริม เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์จากการสนทนากลุ่มกับผู้ใหญ่บ้าน อสม. และผู้สูงอายุหมู่ ๒ บ้านหนองระเียว โดยผู้ใหญ่บ้านเล่าว่าตนมีความรู้ความสามารถ คือ “เป่าแคนเป็น แต่ไม่สามารถถ่ายทอดให้ลูกหลานได้ เพราะลูกหลานไม่สนใจ” ส่วน อสม. บอกว่าตนมีความสามารถในการ “ทำสวิง ทำคล่อง ทำล่อ ทำกระเป๋าคั่วก็ได้ ทอ แต่ตอนนี้ไม่ได้ทอแล้ว” ส่วนตาฤทธิ์ เพชรพลอย^{๖๙} เล่าว่า “ตาจักสานเป็นอยู่ แต่ตอนนี้ไม่ได้ทำแล้ว” ในขณะที่ยายลักษณ์ นงค์เยาว์^{๗๐} กล่าวปิดท้ายว่า “ยายจักสานเป็น ทำล่อ สวิงเป็น แต่ตอนนี้ไม่ได้ทำแล้ว เพราะว่ายายตาไม่ดี มองไม่ค่อยเห็น” เนื่องจากยายลักษณ์พึ่งได้รับการผ่าตัดต่อกระดูกมา

^{๖๘} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุนานกัตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๖๙} สัมภาษณ์ นายฤทธิ์ เพชรพลอย, ผู้สูงอายุนานหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๗๐} สัมภาษณ์ นางลักษณ์ นงค์เยาว์, ผู้สูงอายุนานหนองระเียว หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ประเด็นที่สอง ว่าด้วยเรื่องของการจัดกิจกรรมของชุมชนที่ส่งเสริมและสนับสนุนเรื่องการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ

สำหรับข้อมูลว่าด้วยเรื่องของการจัดกิจกรรมของชุมชนที่ส่งเสริมและสนับสนุนเรื่องการเรียนรู้ของผู้สูงอายุนั้น พบว่า ชุมชนบางชุมชนมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสนับสนุนการเรียนรู้ให้กับผู้สูงอายุ อย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง ในงานวันผู้สูงอายุช่วงก่อนสงกรานต์ นอกจากนี้ยังมีการจัดกิจกรรมอบรมส่งเสริมอาชีพ จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ การออกกำลังกาย ความรู้เรื่องปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม แต่ผู้สูงอายุส่วนน้อยมากที่ได้เข้าร่วม เพราะจากการสัมภาษณ์ ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะให้สัมภาษณ์ว่า ชุมชนของตนไม่มีโรงเรียนผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่บ้านไม่เคยพาผู้สูงอายุไปเรียนรู้อะไร ชุมชนไม่ได้สนับสนุนกิจกรรมการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเลย ส่วนมากแล้ว อบต. จะเป็นผู้จัดกิจกรรม โดยเอาผู้สูงอายุแต่ละหมู่บ้านมาเรียนรู้ มาพบปะซึ่งกันและกัน เหล่านี้เป็นต้น เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของ **ยายน้อย ชันทอง^{๗๑}** ผู้สูงอายุหมู่ ๑ บ้านกันตรวจ ที่ได้ให้สัมภาษณ์เอาไว้ว่า “ผู้ใหญ่บ้านไม่เคยพาผู้สูงอายุไปเรียนรู้อะไร หมู่บ้านนี้ไม่มีโรงเรียนผู้สูงอายุ ชุมชนไม่ได้สนับสนุนกิจกรรมการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเลย” ในขณะที่นายสุวรรณ บุญมา ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๑ บ้านกันตรวจ ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “กิจกรรมส่วนมาก อบต. เป็นผู้จัด โดยเอาผู้สูงอายุแต่ละหมู่บ้านมาเรียนรู้ มาพบปะกัน ซึ่งทางอบต. จะเป็นหน่วยงานที่ของบประมาณมาจัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ และความรู้ด้านอื่น ๆ ให้กับผู้สูงอายุ”

ทางด้านนักพัฒนาชุมชนจากองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ คือ **นางธัญวรัตน์ มิตฺถุมินุรักษ์^{๗๒}** ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ทุกหมู่บ้านมีประธานชมรมผู้สูงอายุในระดับหมู่บ้าน และระดับตำบล ใบของชมรมผู้สูงอายุ จดทะเบียนถูกต้องตามกฎหมาย ได้รับรองเป็นองค์กรสาธารณะประโยชน์ สามารถรับเงินอุดหนุนจากทางภาครัฐได้ทุกส่วน มีเฉพาะตำบลโนนปูนที่ขึ้นทะเบียนถูกต้องตามกฎหมาย ขอเงินสนับสนุนได้หมด ขอรับรองไปตั้งแต่ปี ๒๕๕๙ แต่เขาเพิ่งส่งใบรับรองมาให้ในปีนี้ เราได้ลำดับที่ ๖,๔๘๔ เรามีคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการอย่างถูกต้อง บางทีผู้สูงอายุพูดไปแกก็ไม่เข้าใจ บางทีเราจะของบประมาณมาให้ แก่ก็คิดมากกว่าจะให้ทำยังงั้น ปัญหาคือขาดการติดต่อสื่อสาร ขาดการประสานงาน รัฐทำหน้าที่ในการส่งเสริมเราจัดสรรงบประมาณในการส่งเสริมทางด้านสุขภาพ อาชีพให้กับผู้สูงอายุอยู่แล้ว”

สำหรับกิจกรรมที่ให้ความรู้ด้านปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนั้น นักพัฒนาชุมชนเล่าให้ฟังว่า “ทางตำบลของเราจะจัดโครงการอบรมเกี่ยวกับการหมักปุ๋ย และพาตัวแทนผู้สูงอายุไปศึกษาดูงานวิธีหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง มีผู้สูงอายุในตำบลเข้าร่วม ๒๐ คน พอไปอบรมแล้ว ผู้เข้าร่วมอบรมก็จะได้รับเปิด ๑๐ ต่อครัวเรือน ไก่ ๒๐ ตัวต่อครัวเรือน ไก่ที่ได้มาเป็นไก่พร้อมไข่ มีผู้สูงอายุเข้าร่วม ๑๐ ครัวเรือน หมู่บ้านละ ๑ ครัวเรือน” นอกจากนี้ ผู้สูงอายุยังมีการรวมกลุ่ม คือ “มีการรวมกลุ่มกันทำ

^{๗๑} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๗๒} สัมภาษณ์ นางธัญวรัตน์ มิตฺถุมินุรักษ์, นักพัฒนาชุมชน, ๑๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

เป็นบ้านวิถีชุมชน ปลุกเลี้ยงปลาเอง บ้านหนองแล้ง อำเภอกุนหาญ ตำบลเราเป็นศูนย์เรียนรู้ด้านเศรษฐกิจพอเพียง ตั้งอยู่ที่โรงเรียน เวลาจัดกิจกรรมอบรมที่อบต. เสร็จแล้วก็จะมีการขยายกลุ่มไปที่โรงเรียนโนนปูน ซึ่งตั้งอยู่ติดกับ อบต. โรงเรียนแห่งนี้ เป็นโรงเรียนศิลปะ ๕ โรงเรียนวิถีเศรษฐกิจพอเพียง ต่อยอดจากการอบรมที่ อบต. ” นักพัฒนาชุมชนได้กล่าวทิ้งท้ายว่า “หมู่บ้านกันตรวจถือว่าเป็นหมู่บ้านนำร่องของหมู่บ้านสะอาด และเศรษฐกิจพอเพียง ทุกครัวเรือนจะปลูกผัก ปลูกพริก ปลูกหอม เลี้ยงวัว”

ประเด็นที่สาม ว่าด้วยเรื่องของการติดตามข่าวสารของผู้สูงอายุ

เมื่อผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ประเด็นเกี่ยวกับการติดตามข่าวสารของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะติดตามข่าวสารจากเสียงตามสายภายในหมู่บ้าน จากโทรทัศน์ และวิทยุ ส่วนผู้สูงอายุที่อ่านหนังสือออก ก็จะมีการติดตามข่าวสารจากการอ่านหนังสือพิมพ์ เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของยายน้อย ชันทอง^{๗๓} ที่กล่าวว่า “ข่าวสารต่าง ๆ ในชุมชน ยายจะทราบได้จากหอกระจายข่าว เสียงตามสายที่ผู้ใหญ่บ้านประกาศ นอกจากนี้ ยายยังติดตามข่าวสารต่าง ๆ ผ่านโทรทัศน์และวิทยุ ส่วนมากยายจะชอบฟังวิทยุธรรมะมากกว่าดูทีวี บางครั้งก็ฟังจนหลับไป” สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของยายบุญปิ่น วันทะวงษ์^{๗๔} ที่กล่าวว่า “ยายติดตามจากโทรทัศน์ ถ้าเป็นข่าวในชุมชน ก็จะได้ทราบข้อมูลข่าวสารจากประกาศเสียงตามสาย เวลาจัดกิจกรรมอะไรยายก็จะไปเข้าร่วมแล้วเอาความรู้มาแบ่งปันให้กับเพื่อนบ้าน” ส่วนผู้สูงอายุที่อ่านหนังสือออก อาทิเช่น ตาฤทธิ์ เพชรพลอย^{๗๕} ผู้สูงอายุหมู่ ๒ ก็ได้ให้สัมภาษณ์ว่า “ตาจะฟังข่าวสารกระจายเสียงจากผู้ใหญ่บ้านในหมู่บ้าน ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ และอ่านหนังสือพิมพ์”

ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่องเงื่อนไข “ความรู้” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ ดังนี้ คือ ด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุบางท่านก็ได้เรียนจบระดับชั้น ป. ๔ บ้าง เรียน กศน. บ้าง บวชเรียนบ้าง ในขณะที่ผู้สูงอายุบางท่านก็เรียนไม่จบชั้น ป. ๑ ทำให้อ่านไม่ออก เขียนไม่ได้ แต่ผู้สูงอายุในชุมชนทุกคน มีความรู้ด้านภูมิปัญญา มีความสามารถในการทำการเกษตร ทำผ้า ทำขนม จักสาน ทำคล่อง ทำลอก ทำสวิง ทำกระเป่า ทำขนม ทอผ้า ทำการปศุสัตว์เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ เลี้ยงหมู ส่วนผู้สูงอายุผู้ชายจะมีความรู้ด้านคาถาอาคม เป็นหมอแคน หมอยาสมุนไพรพื้นบ้าน สามารถเป่ารักษาคนได้ ผู้สูงอายุผู้หญิงจะมีความสามารถในการฟ้อนรำ ทำบายศรี จัดเตรียมงานพิธีกรรมทางศาสนา ส่วนผู้สูงอายุผู้ชายจะเป็นผู้นำทางด้านพิธีกรรมและมีความสามารถในการสวดตั้งศาลพระภูมิ และสวดถอนต่าง ๆ เป็นต้น เมื่อสอบถามว่าผู้สูงอายุเรียนรู้

^{๗๓} สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๗๔} สัมภาษณ์ นางบุญปิ่น วันทะวงษ์, อสม. บ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๗๕} สัมภาษณ์ นายฤทธิ์ เพชรพลอย, ผู้สูงอายุบ้านหนองกระเทียม หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

มาจากไหน พบว่า ผู้สูงอายุได้รับการถ่ายทอดองค์ความรู้ต่าง ๆ มาจากพ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ครูบา อาจารย์ จากรุ่นสู่รุ่น ความรู้บางอย่างยังถ่ายทอดไปสู่รุ่นลูกหลานได้อยู่ เช่น ความรู้ในการทำเกษตรกรรม และปศุสัตว์ แต่ความสามารถบางอย่างก็ไม่ได้ถ่ายทอดแล้ว เนื่องจากลูกหลานไม่สนใจ เช่น ความรู้ด้านคาถาอาคม การเป่าแคน เป็นต้น ส่วนการติดตามข่าวสารต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุจะติดตามข่าวสารต่าง ๆ ผ่านหอกระจายข่าวในแต่ละหมู่บ้าน ที่ผู้ใหญ่บ้านจะประกาศ นอกจากนี้ยังติดตามข่าวสารต่าง ๆ ผ่านทางโทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น

๕. เจือนไขคุณธรรม

แบบสัมภาษณ์ข้อ ๕.๕ คุณธรรม ผู้วิจัยได้ถามคำถาม ๒ ประเด็น คือ ๑) ผู้สูงอายุในชุมชนนำหลักธรรมทางศาสนาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร ๒) ผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันหรือไม่อย่างไร ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มีดังนี้

ประเด็นแรก การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนา และได้รื้อมนำเอาหลักพุทธธรรม หรือหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เห็นได้จากคำให้สัมภาษณ์ของยายกันหา ศิริภา^{๗๖} ผู้สูงอายุหมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวง ที่ให้สัมภาษณ์เอาไว้ว่า “ยายชอบไปร่วมงานทางศาสนา ไปช่วยทุกอย่าง เวลาไปงานบุญยายจะไปทำบุญบริจาคเงิน และช่วยงานต่าง ๆ เช่น ยกถาดข้าว ต้อนรับแขกในงาน ทำบายศรี จัดสถานที่ ปิด กวาด เช็ด ถู ยายทำหมด ยายชอบปฏิบัติธรรมมาก แต่ตอนนี้ไม่ได้ไปแล้ว เนื่องจากว่าต้องดูแลหลาน ถ้าหลานไปโรงเรียนยายก็ไปช่วยงานวัดได้สบาย ยายจะได้พักผ่อนตอนที่หลานไปโรงเรียน แต่ก็มีความสุขดี เพราะถ้าไม่มีหลานก็จะเจียบเหงา เวลาที่หลานไปเรียน ยายก็ปลุกผักตามประสาขายไป” นอกจากนี้เมื่อถามว่าเวลาไปวัดพระสอนอะไรบ้าง ยายตอบว่า “พระสอนสวดมนต์ สอนศีล ๘ ศีล ๕ สอนนั่งสมาธิ สอนให้เป็นคนดี คิดดี พูดดี ทำดี” ยายกล่าวต่อไปว่า “ทุกวันนี้ยายไม่ฆ่าปลา ไม่ฆ่าไก่ แต่ถ้ามีคนทำให้กินก็กิน แต่ถ้าจะให้ฆ่าเองยายไม่ฆ่า ของคนอื่นที่ไม่ใช่ของยาย ยายก็ไม่คิดจะเอา การเอาของเขามาเป็นของเราไม่ได้อยู่ในสมองยายเลย ยายเป็นคนขยัน ชอบทำนั่น ทำนี่ ชอบเรียนรู้หาประสบการณ์สิ่งใหม่ ๆ เวลาหว่านข้าว หว่านปุ๋ย กลับมาแล้วเหนื่อย ท้อ บ่นว่าจะไม่ไปแล้ว แต่ถ้าอีกวันมีคนมาชวนไปรับจ้าง ยายก็ยังไปอยู่ อยู่วัดไม่มีการตั้งชมผู้สูงอายุ มีแต่คนแก่ไปจำศีล ผู้สูงอายุจำศีลปู ๆ ปลา ๆ อ่านหนังสือไม่ออก พระให้ทำอะไรก็ทำ” ตรงนี้สะท้อนให้เห็นว่ายายกันหาเป็นผู้มีคุณธรรม มีศีล สมาธิ และปัญญา มีความอดทนอดกลั้น มีเมตตา มีความอดทน ขยันหมั่นเพียร มีความใฝ่รู้ ใฝ่เรียน ไม่เบียดเบียนตนเอง และไม่เบียดเบียนผู้อื่น

^{๗๖} สัมภาษณ์ นางกันหา ศิริภา , ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สอดคล้องกับคำให้สัมภาษณ์ของ **ตามาน พงษ์เพชร**^{๗๗} ผู้สูงอายุหมู่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ ที่ให้สัมภาษณ์ไว้ว่า “ทุกวันนี้ไม่ได้ฆ่าสัตว์ เลี้ยงหมูก็ขายเป็น ๆ เฒ่าแก่มารับไป เราไม่ได้ฆ่า เวลาทำงานเหนื่อย แต่ก็อดทน ถ้าไม่เจ็บไม่ปวด ไม่เคยท้อแท้ เวลาเจ็บปวดก็ต้องสู้ ต้องอดทน เวลาขายหมูไม่เคยโกง ประกอบอาชีพอย่างสุจริต เราไม่เคยโกงใคร มีแต่คนซื้อมาโกงเรา ข้าวมีแต่คนสุรินทร์ โกง เช่น โกงน้ำหนัก ทำจนรวนขนาดขายไก่อังโกงเลย เช่น ชั่งได้ ๑๐ โล บอกว่าได้ ๗ โล (โกงปาก) เพราะว่าคนแก่มองไม่เห็น พ่อค้าคนกลางว่ายังงี้ก็อย่างนั้น เราป้องกันด้วยการชั่งจากบ้านเราไป ก่อนเอาตราชั่งเราไป หลัง ๆ จะเลือกค้าขายกับพ่อค้าที่ไม่โกง” สะท้อนให้เห็นว่าตามานเป็นคนที่มีความซื่อสัตย์สุจริต ยึดมั่นในศีลธรรมตามเงื่อนไขปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความอดทน อดกลั้น ซื่อสัตย์สุจริต ขยันหมั่นเพียร รอบคอบ ไม่ประมาท มีสติปัญญา

ประเด็นที่สอง การรวมกลุ่มของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ภายในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีชมรมผู้สูงอายุ โดยมี **ตาบุญเชิด จันทรเพ็ง**^{๗๘} ดำรงตำแหน่งเป็นประธานชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูน ตาเล่าให้ฟังว่า “เมื่อก่อนมีการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓ มาทำดอกไม้จันทน์” โดยการเกิดขึ้นของชมรมผู้สูงอายุนั้น ตาเล่าให้ฟังว่า “ครั้งหนึ่งผมไปสวดทำขวัญในงานแต่งงาน มีคนไปตามผมว่าสวดเร็ว ๆ นะ มีคนมารอเจอ พวกปลัด เจ้าหน้าที่ อบต. มารอเจอเรา แล้วบอกว่าเห็นมีคนเดียวนี้นแหละที่จะเป็นประธานชมรมผู้สูงอายุได้ พอจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูนแล้ว ก็ได้งบประมาณ ๑๐,๐๐๐ – ๒๐,๐๐๐ บาท ให้มารวมกลุ่มจัดตั้งสมาชิกกลุ่มดอกไม้จันทน์ขึ้น ภายใต้การสนับสนุนจาก อบต.โนนปูน ผมเป็นคนทำบัญชีรายรับ รายจ่าย” ตาเล่าให้ฟังว่า “การรวมกลุ่มดังกล่าวนี้ จะให้สมาชิกมาช่วยกันทำดอกไม้จันทน์วันจันทร์-เสาร์ หยุดพักวันอาทิตย์ ทำกันมา ๑ ปีเต็ม ๆ” การรวมกลุ่มดอกไม้จันทน์ รวมกลุ่มมาได้แค่ ๑ ปี ก็ต้องปิดไป เนื่องจากตาเล่าให้ฟังว่า “ดอกไม้จันทน์ที่ทำมามันเยอะ ทำมาไม่ค่อยได้ขาย ที่เคยมีก็ขาด ไม่มีทุนต่อ ก็เลยสั่งปิด ลงทุนไปทำไปขายได้เงินแค่ ๘,๐๐๐ กว่าบาท ดอกไม้จันทน์ที่ทำมา จะได้ขายเฉพาะตอนที่มีคนตายในตำบล ไม่ได้ขายให้กับพ่อค้าคนกลาง ไม่มีตลาดรองรับ ไม่มีใครมารับซื้อ” ตาบุญเชิดเล่าให้ฟังว่า “ตอนนั้นขายดอกละ ๓ บาท ถ้าดอกบาน ๆ ขายดอกละ ๕ บาท” พร้อมทั้งสะท้อนปัญหาให้ฟังว่า “อบต. อยากให้มีการรวมกลุ่ม จัดตั้งกลุ่มทำดอกไม้จันทน์ขึ้น แต่ไม่หาตลาดรองรับให้กับเรา เราทำตอนปี พ.ศ. ๒๕๕๒ ถึง พ.ศ. ๒๕๕๓ เลิกทำตอนปี พ.ศ. ๒๕๕๔ ตอนนี้อยู่เหลือดอกไม้จันทน์ค้างไว้ประมาณ ๓,๐๐๐ ถึง ๔,๐๐๐ ดอก เก็บไว้ที่โรงสีชุมชนประจำหมู่บ้าน ตาก็ไม่มีเวลาไปเสนอขาย คนที่เป็นรอง

^{๗๗} สัมภาษณ์ นายมาน พงษ์เพชร, ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

^{๗๘} สัมภาษณ์ นายบุญเชิด จันทรเพ็ง, ประธานชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูน, ๗ กุมภาพันธ์

ประธานชมรมผู้สูงอายุ เขาก็เป็นรองอยู่เฉย ๆ ทุกวันนี้ก็เลยเก็บดอกไม้จันทน์เอาไว้ ไม่ได้เอาไปขาย” ตาเล่าให้ฟังว่า “ตั้งแต่ทำมา เงินที่ได้มาก็ปันผล ครั้งแรกได้คนละ ๑๐๐ บาท ครั้งที่สองได้คนละ ๑๓๐ บาท สมาชิกมีอยู่ ๓๓ คน ได้เงินปันผลคนละ ๒ ครั้ง ตอนนี้เหลือเงินกองกลางแค่ ๑,๐๐๐ บาท” นี่คือปัญหาที่พบ นั่นก็คือ มีการรวมกลุ่มสร้างอาชีพ แต่ไม่มีการหาตลาดรองรับ ทำให้กลุ่มสมาชิกทำดอกไม้จันทน์ของตำบลโนนปูนต้องปิดตัวลง

แม้ว่าปัจจุบันชมรมผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน จะไม่ได้มีการรวมกลุ่มเพื่อจัดทำดอกไม้จันทน์แล้ว แต่เวลาที่ชุมชนมีงานอะไร ไม่ว่าจะเป็นงานมงคล งานอวมงคล งานบุญวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา หรือกิจกรรมอะไรในชุมชน ก็จะมีการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุไปช่วยงานต่าง ๆ เหล่านั้น ซึ่งผู้สูงอายุจะมีบทบาทหลักในการเป็นผู้ดำเนินการจัดการด้านงานพิธีกรรมต่าง ๆ และคอยให้คำแนะนำกับลูกหลานว่างานนี้ต้องทำอะไร อย่างไรบ้าง

จากข้อมูลที่ได้กล่าวมาข้างต้นนี้ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่องเงื่อนไข “คุณธรรม” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะด้านกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ ด้วยการเป็นบุคคลที่มีคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความขยันอดทน มีสติปัญญา รู้จักแบ่งปัน มีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นคนดี มีศีลธรรม มีการน้อมนำเอาหลักธรรมต่าง ๆ ทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ได้แก่ ปฏิบัติตามหลักธรรมคัมภีร์ครองโลก ๒ ธรรมทำให้งาม ๒ ธรรมมีอุปการะมาก ๒ บุคคลหาได้ยาก ๒ บุชา ๒ ปฏิสันถาร ๒ ปธาน ๒ ภาวน ๒ ภาวนา ๔ สมาธิ ๒ สมาธิ ๓ สังคหะ ๒ สุข ๒ กรรม ๓ กุศลมูล ๓ กุศลวิตก ๓ โภคส ๓ ไตรสิกขา ๓ สุจริต ๓ บุญกิริยาวัตถุ ๓ ปัญญา ๓ ปาปณิกธรรม ๓ สรณะ ๓ หรือ ไตรสรณะ ๓ สันโดษ ๓ อธิปไตย ๓ อัตถะ ๓ หรือ อรรถ ๓ ฆราวาสธรรม ๔ พรหมวิหาร ๔ สุหทัยมิตร (มิตรแท้ ๔) สมบัติ ๔ วุฒิธรรม ๔ ศรัทธา ๔ สติปัญญา ๔ สมชีวิตรธรรม ๔ สังคหวัตถุ ๔ สัมปชัญญะ ๔ คิหิสุข หรือ กามโกคิสุข ๔ (สุขของคฤหัสถ์) อริยสัจ ๔ อิทธิบาท ๔ นิยาม ๕ พร ๕ พละ ๕ เบญจศีล เบญจธรรม อัญญศีล หรืออุโบสถศีล สังวร ๕ การวะหรือการวตร ๖ ทิศ ๖ กัลยาณมิตรธรรม ๗ สัมปยุตธรรม ๗ มรรคมงคล ๘ หรือ บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ทศบารมี ๑๐ และ มงคล ๓๘

๔.๒.๒ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

การศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง” จากการศึกษาพบว่า กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิตใจ สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ทั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุได้นำ

หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มาประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะครบทั้ง ๔ ด้าน ดังนี้

๔.๒.๒.๑ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านร่างกาย เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ดังนี้ ผู้สูงอายุควรได้รับการฟื้นฟูและรักษาร่างกายทั้งระบบ โดยอาศัยยา กระบวนการบำบัดทางกาย ตลอดจนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม อาทิ ๑) การรับประทานอาหาร ผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป ๒) การนอนหลับพักผ่อน ผู้สูงอายุควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพออย่างน้อยวันละ ๖-๘ ชั่วโมง ๓) การออกกำลังกาย ผู้สูงอายุควรออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ โดยควรจะทำอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง ครั้งละ ๓๐ นาทีขึ้นไป อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ ครั้ง ๔) การทำงาน ผู้สูงอายุที่มีเรี่ยวแรงและความพร้อมทางด้านร่างกาย สามารถทำงานที่เหมาะสมกับตนได้

สำหรับกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม ไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย ดังนี้

๑. ความพอประมาณ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ส่วนใหญ่มีสุขภาพกายที่ดี เนื่องจากมีความพอประมาณ เช่น มีความรู้ประมาณในการบริโภค คือ ต้องบริโภคในปริมาณที่พอดี พอเหมาะ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป โดยจะต้องรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ในปริมาณที่เหมาะสม มีการนอนหลับพักผ่อนที่เพียงพอ ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ ใช้จ่ายอย่างประหยัด อยู่อย่างพอดี พอเพียง และพอประมาณ พอใจในสิ่งที่ตัวเองมี พอดีในสิ่งที่ตัวเองหามาได้ ทำให้สุขภาพจิตใจ สุขภาพร่างกายก็จะดีตามมไปด้วย

๒. ความมีเหตุผล พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นบุคคลที่มีเหตุผล มีสติปัญญา มีการตัดสินใจอย่างรอบคอบระมัดระวัง มีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน มีการบริหารจัดการเงินที่ดี แม้จะต้องมีการกู้ยืมเงินมาใช้ในการเกษตรบ้าง เพื่อใช้จ่ายในชีวิตประจำวันบ้าง หรือแม้กระทั่งยืมเงินมาให้ลูกหลาน แต่ผู้สูงอายุต่างก็ได้พิจารณาถึงความจำเป็นที่สมเหตุสมผล เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่รอดต่อไปได้ นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังมีการวางแผนด้านการเงินด้วยการออม และทำประกันชีวิต เพื่อนำเงินที่ได้จากประกันหลังจากที่ตัวเองเสียชีวิต ไว้ให้ลูกหลานใช้ในการจัดงานศพให้กับตัวเอง นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุสามารถพิจารณาความอยากได้กับความจำเป็นในการบริโภคได้ คือ จะซื้อของที่จำเป็น จะไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยถ้าไม่จำเป็น รู้จักใช้เงิน

อย่างประหยัด ส่วนประเด็นเรื่องความมีเหตุผลกับกระบวนการส่งเสริมสุขภาวะทางกายนั้น พบว่า ผู้สูงอายุมีการตัดสินใจดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล รอบคอบ ระมัดระวัง รู้จักเลือกรับประทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์ ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะชอบรับประทานผัก ผลไม้ ปลา น้ำพริก ชอบหาอะไรให้ตัวเองทำ ไม่ชอบอยู่นิ่ง ๆ เฉย ๆ ชอบเดินออกกำลังกาย หรือหากิจกรรมอะไรที่ตัวเองทำไหวทำ เช่น ปลูกผัก ปลูกต้นไม้ ทำงานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายที่ดี

๓. ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเตรียมตัวพร้อมรับกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี แม้ว่าโลกจะเปลี่ยนไป สังคม สิ่งแวดล้อม วิถีชีวิตความเป็นอยู่ สภาพแวดล้อม สภาพอากาศสมัยนี้จะเปลี่ยนแปลงไปจากสมัยก่อนอยู่มาก แต่ผู้สูงอายุก็มีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว สามารถปรับตัวท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ถึงแม้ว่าอาหารการกินในยุคนี้ ส่วนใหญ่ต้องซื้อกิน จะไปหาตามท้องไร่ ท้องนาเหมือนสมัยก่อนไม่ได้ บางอย่างที่สามารถปลูกเองได้ อย่างพืชผักสวนครัวปลอดสารพิษ ผู้สูงอายุก็จะปลูกไว้ภายในบ้าน ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายที่ดี

๔. เงื่อนไขด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีความรู้ในการดูแลตัวเอง รู้ว่าตัวเองมีโรคประจำตัวหรือไม่ และมีความรู้ว่าจะต้องดูแลตัวเองอย่างไร ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ก็จะไปพบแพทย์และรับประทานยาตามที่แพทย์สั่ง นอกจากนี้ผู้สูงอายุทุกคนจะมีความรู้เรื่องสิ่งไหนดี สิ่งไหนไม่ดี สิ่งไหนมีประโยชน์ หรือไม่มีประโยชน์ และจะรู้จักรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ เพื่อเสริมสร้างให้สุขภาพทางกายดี มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง

๕. เงื่อนไขด้านคุณธรรม พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้มีคุณธรรมจริยธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต ขยันอดทน มีสติปัญญา ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น รู้จักดูแลสุขภาพร่างกายของตนเอง เป็นผู้ที่ดีดี พุดดี ทำดี อารมณ์ดี จิตใจเบิกบาน ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพทางด้านร่างกายที่ดีตามมานั่นเอง

๔.๒.๒.๒ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี คือ ผู้สูงอายุควรได้รับการผ่อนคลายจิตใจทำให้เกิดความสงบ ชื่นชื่น ผ่องใส มีเมตตา มีกำลังใจ ไม่ท้อแท้ ไม่สิ้นหวัง มีสุขภาพทางจิตที่ดี

สำหรับกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลัก

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม ไปประยุกต์ใช้กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจ ดังนี้

๑. ความพอประมาณ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ รู้จักพอดี พอประมาณ ใช้ชีวิตเรียบง่าย อยู่อย่างพอเพียงตามฐานะ ส่วนใหญ่ไม่มีหนี้ แต่ผู้สูงอายุที่มีหนี้สิน ก็ยังสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขได้ เพราะสามารถบริหารจัดการหนี้ได้นอกจากนี้ พบว่า ผู้สูงอายุพึงพอใจในฐานะความเป็นอยู่ของตนเอง อารมณ์ดี มีความสุข ไม่เครียด ส่งผลให้สุขภาพจิตของผู้สูงอายุดี

๒. ความมีเหตุผล พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นคนที่มีเหตุผล เวลาสอนลูกหลานก็จะใช้เหตุผลมาสอนว่าสิ่งไหนดี สิ่งไหนไม่ดี สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ และสามารถอยู่ร่วมกับลูกหลานได้อย่างมีความสุข

๓. ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว สามารถปรับตัวเข้ากับเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะเป็นความเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม เศรษฐกิจ ประเพณีและวัฒนธรรม หรือแม้กระทั่งการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ภายในชุมชน แต่ผู้สูงอายุก็สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างดีและมีความสุขกับปัจจุบัน ภายใต้ความเปลี่ยนแปลงเหล่านั้นได้

๔. เงื่อนไขด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นคนที่มีความรู้ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น เวลาว่างก็จะหากิจกรรมให้ตัวเองทำ ไม่ว่าจะเป็นการทอผ้า ทำไร่ ทำนา ทำสวน ปลูกพืชผักสวนครัว จักรสาน ตำหมาก เป็นต้น นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังรู้ว่าต้องดำเนินชีวิตอย่างไร ต้องจัดการกับความเครียดอย่างไร ต้องบริหารหนี้สินอย่างไร ต้องสอนลูกสอนหลานอย่างไร จะทำอะไรก็ทำด้วยความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง ดำเนินชีวิตด้วยความขยันอดทน พრაการเพียร ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะทางด้านจิตใจที่ดีตามมา

๕. เงื่อนไขด้านคุณธรรม พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ชอบเข้าวัดทำบุญ ปฏิบัติธรรม ชอบให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา มีความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา มีคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิต ไม่เบียดเบียนตนเองและไม่เบียดเบียนผู้อื่น รู้จักแบ่งปันซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์สุจริต มีสติไม่ประมาท ขยัน ประหยัด อดทน ดำรงตนได้อย่างมีความสุข ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะทางด้านจิตใจที่ดี มีความสุข อารมณ์ดี จิตใจเข้มแข็งเบิกบาน

๔.๒.๒.๓ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจ

พอเพียง

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี คือ ผู้สูงอายุมีความมีความสัมพันธ์หรือปฏิสัมพันธ์ที่ราบรื่นกับผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว บุตรหลาน ญาติมิตร เพื่อนบ้าน หรือคนในชุมชน ที่พร้อมเป็นกำลังใจ คอยให้ความช่วยเหลือ และมีความเอื้ออาทรซึ่งกันละกัน มีความสมัครสมานสามัคคีกัน เป็นต้น

สำหรับกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม ไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม ดังนี้

๑. ความพอประมาณ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ทุกคนมีความพอประมาณ พอใจในสิ่งที่ตัวเองมี อยู่อย่างพอดีพอกิน ใช้จ่ายอย่างประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่มีความโลภอยากได้ของคนอื่นที่ไม่ใช่ของตัวเอง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข แม้ว่าจะมีการกู้ยืมเงินมาใช้จ่ายหนี้เงินยืม ทำการเกษตร ใช้จ่ายหนี้เงินยืมในครัวเรือน และยืมมาให้ลูกหลานลงทุนหาเลี้ยงชีพ แต่ผู้สูงอายุก็ไม่ได้เบียดเบียนตัวเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เมื่อยืมเงินมาแล้วก็ส่งคืนตามกำหนด

๒. ความมีเหตุผล พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้ที่มีการตัดสินใจในการดำเนินการอย่างมีเหตุผล ปฏิบัติตนถูกต้องตามหลักกฎหมาย หลักคุณธรรมจริยธรรม ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องตามประเพณีและวัฒนธรรมที่ดีงาม รู้จักเลือกนำสิ่งที่ดีและเหมาะสมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน รู้ผิดชอบชั่วดี ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ทำตัวเองและผู้อื่นให้เดือดร้อน สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข

๓. ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเตรียมตัวพร้อมรับกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความเปลี่ยนแปลงทางด้านต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ การเมือง ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม เทคโนโลยี เหล่านี้เป็นต้น ถือว่าผู้สูงอายุมีการเรียนรู้ที่จะปรับตัวและรับมือกับความเปลี่ยนแปลงทางสังคมในยุคโลกาภิวัตน์ได้เป็นอย่างดี

๔. เงื่อนไขด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้มีความรู้ที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นความรู้เรื่องของวัฒนธรรมประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อทางด้านพระพุทธศาสนาและความเชื่อตามวิถีชาวบ้านที่ดำรงสืบทอดต่อกันมา ทั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุมีความรู้ทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น สามารถนำความรู้เหล่านั้นไปเลี้ยงชีพได้ ไม่ว่าจะเป็น

ความรู้ในการทำเกษตรกรรม ทำปศุสัตว์ เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ เลี้ยงหมู เลี้ยงวัว เลี้ยงควาย ทำจักรสาน ทอผ้า ทำเครื่อง สวิง ลอก กระเป่าหิ้ว ฯลฯ เป็นต้น นอกจากนี้ ผู้สูงอายุยังสามารถเรียนรู้ที่จะอยู่กับผู้อื่นในสังคมได้เป็นอย่างดี และมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีด้วย

๕. เจื่อนไขด้านคุณธรรม พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักพุทธธรรมและหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านคุณธรรม มาประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน และนำมาประยุกต์ใช้ในการครองตน ครองคน ครองงานด้วย นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุมีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความเมตตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ดูแลซึ่งกันและกัน รักใคร่สามัคคีในหมู่คณะ ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนมีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมได้เป็นอย่างดีด้วย

๔.๒.๒.๔ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี คือ ผู้สูงอายุควรมีการปรับเปลี่ยนทัศนคติเกี่ยวกับโลกและชีวิต เพื่อให้สามารถปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นทั้งหลาย เพื่อให้ผู้สูงอายุมีอิสระจากความเปลี่ยนแปลงของชีวิต ทั้งนี้ ผู้สูงอายุจะต้องมีสติปัญญา มีเหตุผล รู้จักแยกแยะถูกผิด ใช้ชีวิตบนทางสายกลาง ตั้งตนให้อยู่กับความไม่ประมาท และควรมีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรู้จักเตรียมตัวก่อนตาย เพราะท้ายที่สุดของชีวิต คือ ความตาย ฉะนั้น นอกจากจะส่งเสริมให้ความรู้และปัญญาทั้งทางโลกและทางธรรมเกี่ยวกับการมีชีวิตอยู่แล้ว ควรมีการอบรมให้ความรู้กับผู้สูงอายุเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนได้ด้วย เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุขทั้งโลกนี้ และโลกหน้านั่นเอง

สำหรับกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ได้แก่ ความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม ไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ดังนี้

๑. ความพอประมาณ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้ที่มีความพอดี พอประมาณ ใช้จ่ายตามความจำเป็นและเหมาะสมกับฐานะของตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม ทั้งวัฒนธรรมในท้องถิ่นไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ไม่โลภ ไม่คดโกง พอใจในสิ่งที่ตนเองมี มีกุศลธรรมในจิตใจ เป็นการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ดี ทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๒. ความมีเหตุผล พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล รู้จักผิดชอบชั่วดี ปฏิบัติแต่สิ่งที่ดีงาม ปฏิบัติตามหลัก

กฎหมาย หลักคุณธรรมจริยธรรม และประเพณีปฏิบัติตนที่อิงตามความเชื่อของประเพณีวัฒนธรรมท้องถิ่นของตน มีความเชื่อในเรื่องของกฎแห่งกรรม เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ฉะนั้นผู้สูงอายุจึงได้น้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ว่าด้วยเรื่องของความมีเหตุผลมาเป็นส่วนเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณได้เป็นอย่างดี

๓. ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเตรียมตัวพร้อมรับกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี แม้ว่าสังคม เศรษฐกิจ การเมือง ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ จะเปลี่ยนแปลงไป แต่ผู้สูงอายุก็มีที่พึ่งทางจิตวิญญาณที่ดี มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี และได้นำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่องของความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวมาปรับประยุกต์ใช้ เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

๔. เงื่อนไขด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีองค์ความรู้ทางด้านภูมิปัญญา ด้านหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ด้านประเพณีพิธีกรรม ความเชื่อที่อิงตาม สามารถน้อมนำไปใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณได้เป็นอย่างดี

๕. เงื่อนไขด้านคุณธรรม พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดมีความเพียร ขยันอดทน มีสติปัญญา มีจิตเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแบ่งปัน มีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุชอบเข้าวัด ทำบุญ ฟังเทศน์ฟังธรรม ประพฤติปฏิบัติธรรม และชอบเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาอยู่เสมอ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเป็นการเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณให้กับผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี

๔.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔.๓.๑ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการศึกษา รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า

๑) ผู้สูงอายุ ควรเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของตน ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้ (๑) รับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม และเพียงพอต่อความต้องการ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป (๒) นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ (๓) ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ (๔) ขับถ่ายทุกวัน (๕) มีการตรวจสุขภาพประจำปี และรักษาโรคตามอาการ

๒) ครอบครัวของผู้สูงอายุ ควรดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุเป็นอย่างดีด้วยการจัดหาอาหารที่มีประโยชน์ ครบ ๕ หมู่มาให้ผู้สูงอายุรับประทาน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย เวลาผู้สูงอายุเจ็บป่วยไม่สบาย บุคคลในครอบครัวควรดูแลอย่างใกล้ชิด เบื้องต้นก็พยายามให้ผู้สูงอายุรับประทาน หากผู้สูงอายุเจ็บป่วยไม่สบายหนัก คนในครอบครัวก็ควรพาผู้สูงอายุไปหาหมอ เวลาที่ผู้สูงอายุปวด

เมื่อตามส่วนต่าง ๆ บุตรหลานควรช่วยนวดผ่อนคลายให้กับผู้สูงอายุ นอกจากนี้คนในครอบครัวไม่ควรให้ผู้สูงอายุทำงานหนัก เป็นต้น

๓) **ชุมชน** ผู้นำชุมชนควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย และให้ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ถูกต้องลักษณะ รวมไปถึงวิธีการดูแลสุขภาพด้านร่างกาย

๔) **รัฐ** ควรส่งเสริมสนับสนุนงบประมาณในการจัดการสุขภาวะทางด้านร่างกายให้กับผู้สูงอายุ อาทิเช่น งบประมาณสนับสนุนให้ชุมชนมีลานกิจกรรมสำหรับออกกำลังกาย ให้มีวิทยากรหรือครูมาสอนผู้สูงอายุออกกำลังกาย ควรจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีทุกปี และควรให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสภาพ เป็นต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สามารถสรุปได้ว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง นอกจากผู้สูงอายุจะต้องตระหนักและให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพร่างกายให้ดีด้วยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ ขับถ่ายเป็นเวลาทุกวัน นอนหลับพักผ่อนเพียงพอ มีสุขภาพจิตที่ดี ย่อมส่งผลให้สุขภาพร่างกายดีตามมาด้วย ทั้งนี้ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ต่างก็มีส่วนช่วยเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านร่างกายให้กับผู้สูงอายุทั้งสิ้น สำหรับรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงที่ดีของผู้สูงอายุที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงนั้น ตัวของผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ควรน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพทางกายที่ดี เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี

๔.๓.๒ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการศึกษา รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า

๑) **ผู้สูงอายุ** ควรมีสุขภาพจิตใจที่ดี มีความเมตตา อารมณ์ดี ร่าเริง แจ่มใส จิตใจผ่องใส ไม่คิดร้าย ไม่พุดร้าย ไม่ทำร้าย ไม่ให้ร้ายใคร คิดดี พูดดี ทำดี เพื่อชีวิตที่มีสุข

๒) **ครอบครัวของผู้สูงอายุ** ควรเข้าใจว่าโดยปกติแล้วผู้สูงอายุจะมีอารมณ์แปรปรวน โกรธง่าย หายไว จู้จี้ ขี้บ่น ขี้น้อยใจ เอาแต่ใจ ฉะนั้น บุตรหลานหรือบุคคลในครอบครัวควรเข้าใจดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุเป็นอย่างดี ผู้สูงอายุบางรายอาจมีอาการหลง ๆ ลืม ๆ เป็นโรคความจำเสื่อม ฉะนั้น ต้องอาศัยบุคคลในครอบครัวดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุอย่างใกล้ชิด และไม่ทำอะไรที่กระทบกระเทือนจิตใจของผู้สูงอายุ ไม่ควรทำให้ผู้สูงอายุเครียดหรือคิดมาก หากผู้สูงอายุต้องการทำอะไรที่ชอบประกอบด้วยความดีแล้ว บุคคลในครอบครัวควรให้การสนับสนุนและส่งเสริม

๓) **ชุมชน** ควรมีการจัดการสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัยที่ดีและน่าอยู่ ควรมีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มาผ่อนคลายความเครียด พบปะสังสรรค์ สนทนาพูดคุย และทำกิจกรรมที่สนุกสนานร่วมกัน เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกเครียด ไม่รู้สึกเหงา และไม่รู้สีกว่าตัวเองโดดเดี่ยว

๔) รัฐ ควรให้การส่งเสริมสนับสนุนงบประมาณให้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจให้กับผู้สูงอายุ เช่น มีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้ตรวจสุขภาพจิต และมีคลินิกจิตวิทยาให้คำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุที่ประสบกับภาวะความเครียด หรือโรคซึมเศร้า เพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนได้รับการบำบัดรักษา ถ้าเกิดภาวะดังกล่าว เป็นต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สามารถสรุปได้ว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงนั้น ผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ควรน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตใจให้กับผู้สูงอายุ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพทางจิตใจที่ดี สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ไม่มีความเครียด เมื่อมีปัญหาใด ๆ กระทบกับจิตใจของผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ความหาแนวทางป้องกัน และแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีสุขภาพทางจิตใจที่ดี ไม่เครียด สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข มีความสุข มีจิตใจเข้มแข็งเบิกบาน

๔.๓.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการศึกษา รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า

๑) ผู้สูงอายุ ควรได้อยู่อาศัยในชุมชนที่ดี มีความสะอาด มีความสงบ มีสิ่งแวดล้อมที่ดี ทั้งนี้ผู้สูงอายุควรมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีต่อบุคคลรอบข้าง มีความเป็นมิตรต่อทุกคน มีความสมัครสมานสามัคคีกันในครอบครัว และชุมชน มีน้ำใจต่อกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เวลาว่างงานสังคมอะไร ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีภาระอะไร ควรเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนและรัฐจัดขึ้น เป็นต้น ทางด้านเศรษฐกิจนั้น ผู้สูงอายุควรมีการออมเงินสำหรับใช้จ่ายในอนาคตไม่ว่าจะยามเจ็บไข้ได้ป่วย ยามแก่เฒ่าชรากว่าเดิม หรือยามที่เสียชีวิตลง เพื่อที่จะได้ไม่เป็นภาระสำหรับลูกหลาน ส่วนด้านประเพณีและวัฒนธรรมนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีความรู้ทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น และพิธีกรรมทางศาสนา ฉะนั้น ผู้สูงอายุควรมีการถ่ายทอดความรู้และภูมิปัญญาให้กับบุตรหลานจากรุ่นสู่รุ่น เพื่อจะได้รักษาขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมที่ดั่งามสืบไป

๒) ครอบครัวของผู้สูงอายุ ควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ออกไปพบปะกับเพื่อนบ้านและคนในชุมชน เพื่อให้ผู้สูงอายุจะได้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น นอกจากนี้หากมีงานหรือกิจกรรมทางสังคมใด ๆ บุตรหลานหรือคนในครอบครัวควรไปส่งและเข้าร่วมกิจกรรมพร้อมกับผู้สูงอายุ ด้านเศรษฐกิจนั้น ครอบครัวควรช่วยแบ่งเบาภาระรายจ่ายให้กับผู้สูงอายุ ทั้งนี้ หากผู้สูงอายุมีหนี้สิน บุตรหลานควรช่วยรับผิดชอบภาระหนี้สิน และไม่ควรให้ผู้สูงอายุต้องมาเป็นหนี้ เพราะกู้เงินมาให้บุตรหลาน ส่วนด้านขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมที่ดั่งามต่าง ๆ บุตรหลานและคนในครอบครัวควรสนใจที่จะเรียนรู้ ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ดั่งามเหล่านั้นจากผู้สูงอายุ เพื่อที่จะได้ช่วยกันรักษาและสืบทอดประเพณีที่ดั่งามเหล่านั้นสืบไป

๓) **ชุมชน** ควรมีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีความปลอดภัย และควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุยกัน และทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เพื่อส่งเสริมในด้านความสามัคคีและการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่นในสังคม เป็นต้น

๔) **รัฐ** ควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีอาชีพและมีรายได้เพิ่ม ทุกวันนี้เบี้ยยังชีพน้อยไป ในขณะที่ค่าครองชีพสูงขึ้น แต่รายได้ของผู้สูงอายุไม่เพียงพอต่อรายจ่าย ฉะนั้น รัฐควรจัดการดูแลผู้สูงอายุด้านการเงินด้วยการเพิ่มเบี้ยยังชีพให้กับผู้สูงอายุ และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุไม่เป็นหนี้ หากผู้สูงอายุเป็นหนี้สิน รัฐควรหากระบวนการหรือวิธีการแบ่งเบาภาระหนี้สินให้กับผู้สูงอายุ ส่วนกิจกรรมทางสังคมอื่น ๆ ที่รัฐควรจัดให้เกิดขึ้นสำหรับผู้สูงอายุนั้น อาทิเช่น ควรเปิดให้มีโรงเรียนผู้สูงอายุในชุมชน ควรจัดให้มีกิจกรรมอบรมส่งเสริมอาชีพ กิจกรรมส่งเสริมการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น กิจกรรมสังคมสร้างสรรค์ต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม กิจกรรมการเรียนรู้เรื่องปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นต้น

จากที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สามารถสรุปได้ว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงที่ดีนั้น ผู้สูงอายุ ครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน และรัฐ ควรส่งเสริมและสนับสนุนให้มีมีการน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี นอกจากนี้ ชุมชนและรัฐควรส่งเสริมสนับสนุนให้ประชาชนทุกเพศทุกวัยมีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ไม่เอาเปรียบกัน เคารพในสิทธิของกันและกัน ส่งเสริมให้สังคมเป็นสังคมเปี่ยมไปด้วยความสงบสุขและสันติสุข ปราศจากอาชญากรรม ครอบครัว ชุมชน และสังคมมีความสามัคคีกลมเกลียวกัน ผู้คนในสังคมมีความพร้อมเพรียงในการสร้างสรรค์ชุมชนและสังคม

๔.๓.๔ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการศึกษา รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า

๑) **ผู้สูงอายุ** ควรมีทัศนคติเกี่ยวกับโลกและชีวิตที่ดี ควรเข้าใจว่าทุกสิ่งทุกอย่างแม้กระทั่งชีวิตเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป สามารถปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นต่าง ๆ ผู้สูงอายุควรเป็นผู้ที่มีคุณธรรมจริยธรรม ซื่อสัตย์สุจริต มีความเมตตาต่อกัน มีจิตใจเข้มแข็งผ่องใส มีสำนึกความรับผิดชอบต่อส่วนร่วม มีค่านิยมที่ดีงาม มีการน้อมนำหลักพุทธธรรมและปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อที่จะได้มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาชีวิต จิตใจ และจิตวิญญาณ สามารถสร้างสรรค์สิ่งดีงามให้แก่ตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และโลกได้

๒) **ครอบครัว** ควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนา อาทิเช่น ส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ทำบุญ ทำทาน รู้จักแบ่งปัน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าวัดทำบุญ ไหว้พระสวดมนต์ ฟังเทศน์ฟังธรรม ประพฤติปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม เป็นต้น

๓) **ชุมชน** ผู้นำชุมชนควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้มีการรวมกลุ่มกันภายในชุมชน เพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณร่วมกัน อาทิเช่น กิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา วันสำคัญของชาติต่าง ๆ งานมงคล งานอวมงคล เป็นต้น โดยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีบทบาทและมีส่วนร่วมในทุก ๆ กิจกรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ตระหนักถึงความสำคัญของตนเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำองค์ความรู้ทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้และถ่ายทอดให้กับลูกหลาน เช่น การทำบายศรีสู่ขวัญ การเตรียมงานพิธีกรรมต่าง ๆ เป็นต้น นอกจากนี้ยังเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เกิดการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแบ่งปัน รู้รักสามัคคี มีความเมตตากรุณาต่อตนเองและผู้อื่นนั่นเอง

๔) **รัฐ** ควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา มีการสนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมที่เสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อพัฒนาปัญญาทั้งทางโลกและทางธรรมให้กับผู้สูงอายุ เอื้อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงความสงบจากภายใน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสภาวะจิตที่ดีงาม เปี่ยมไปด้วยคุณธรรมจริยธรรม มีสติปัญญารู้เท่าทันชีวิตและโลก สามารถลด ละ เลิก ความหลงใหลยึดติดในวัตถุ ละ ละ เลิก สุรา บุหรี่ และการพนัน สนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ใช้ชีวิตเรียบง่าย สันโดษ พอเพียง และรู้สึกเสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม เป็นต้น

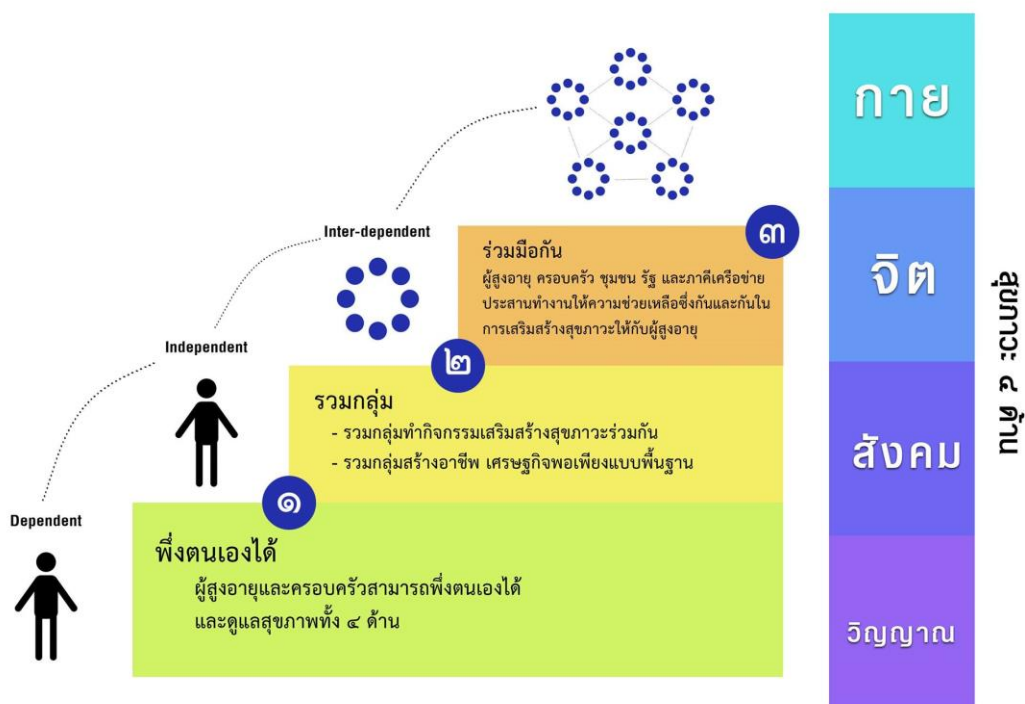
จากที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สามารถสรุปได้ว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ควรน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณให้กับผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุเป็นคนที่มีความรู้คู่คุณธรรม เป็นผู้ที่มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต มีความซื่อสัตย์สุจริต ขยันอดทน มีสติปัญญา มีความเมตตา รู้จักแบ่งปัน มีคุณธรรมจริยธรรม มีการน้อมนำหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี เพื่อให้เป็นคนที่มีจิตใจดี อารมณ์ดี มีจิตสำนึกที่ดี รักและเมตตาตนเองและผู้อื่น ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น รักชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ ตั้งตนชอบ ดำรงตนเป็นคนดีของสังคม เป็นตัวอย่างที่ดีให้กับลูกหลาน เป็นพลเมืองที่ดีของชาติ เป็นผู้มีอุดมการณ์และคติประจำใจในการดำเนินชีวิตที่ดี เป็นผู้สูงอายุที่ดีและมีคุณค่า เป็นที่เคารพนับถือแก่ลูกหลาน เหล่านี้เป็นต้น

ทั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า รัฐควรสนับสนุนให้มีการนำหลักสุขภาวะองค์รวมไปประยุกต์ใช้ว่า ชุมชนนั้น โดยจะต้องส่งเสริมให้มีกระบวนการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น จัดให้มีการฝึกอบรม ส่งเสริมอาชีพ พาผู้สูงอายุไปศึกษาดูงาน จัดให้มีกิจกรรมรวมกลุ่มเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ การศึกษาจากตำราเอกสารแล้วนำมาลงมือปฏิบัติ โดยมีชุมชนและภาคีเครือข่ายต่าง ๆ คอยให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านกาย จิตใจ

สังคม และจิตวิญญาณ ด้วยวิธีการต่าง ๆ อาทิเช่น การเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ผ่านสถาบันครอบครัว เพราะความสุขของครอบครัว คือ สันติสุขของสังคม เพื่อส่งเสริมการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวร่วมกับผู้สูงอายุ รวมไปถึงการน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะแบบองค์รวมทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ กาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ เป็นต้น

๔.๔ องค์ความรู้จากการวิจัย

จากการศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ ตลอดจนถึงกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง รวมไปถึงรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ทำให้ผู้วิจัยสามารถพัฒนาและเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ตามที่แสดงไว้ในแผนภาพที่ ๔.๑ ดังต่อไปนี้



แผนภาพที่ ๑ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากแผนภาพที่ ๔.๑ ผู้วิจัยได้เสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนามาจากองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาปัญหา และการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง รวมไปถึงรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะด้านกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ โดยตัวของผู้สูงอายุ โดยครอบครัวของผู้สูงอายุ โดยชุมชนที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ และโดยองค์กรภาครัฐ

ทั้งนี้ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะในการวิจัยนี้ หมายถึง แนวทางที่จะทำให้ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีสุขภาวะที่ดีโดยอาศัยองค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนช่วยในการเสริมสร้างสุขภาวะ ได้แก่ ตัวของผู้สูงอายุเอง ครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน และรัฐ เพื่อเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีขีดความรู้ ความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ ในแต่ละด้านอย่างสมบูรณ์ในทุกมิติของสุขภาวะ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ บนพื้นฐานการพึ่งพาตนเองเป็นหลัก ให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง พอประมาณ มีเหตุผล สร้างภูมิคุ้มกันที่ดี ด้วยหลักความรู้ รอบคอบ ระวัง และมีความซื่อสัตย์ เป็นพื้นฐานของระบบ มีความซื่อสัตย์ เมตตา จิตอาสา เสียสละ และแบ่งปัน ตามความเหมาะสมของชีวิต เศรษฐกิจ และสังคมที่เป็นอยู่ เพื่อความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน สามารถพัฒนาดูแลสุขภาวะของตนเองให้ดีขึ้นหรือเต็มประสิทธิภาพ

สำหรับรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ที่ผู้วิจัยได้นำเสนอมานั้น มีหลักการทำงานตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่หนึ่ง เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่หนึ่ง (Dependent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐานที่เน้นความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัว ในที่นี้หมายถึงตัวของผู้สูงอายุและครอบครัวของผู้สูงอายุ ความมุ่งหมายของเศรษฐกิจพอเพียงระดับที่หนึ่ง คือ ต้องการให้ผู้สูงอายุและครอบครัวของผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเองได้ เพื่อตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานต่าง ๆ อาทิ ความต้องการในปัจจัยสี่ของผู้สูงอายุและครอบครัว โดยที่ผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวจะต้องมีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน มีความรักความเมตตาต่อกัน มีความสามัคคีกลมเกลียวกัน มีความประหยัด พอเพียงในการดำเนินชีวิต ใช้จ่ายอย่างประหยัด รู้จักอดออม รู้จักคุณค่าของเงิน มีการลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นลง มีความพอประมาณ มีความมีเหตุมีผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มีความรู้ และมีคุณธรรม ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข จนสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามหลักสุขภาวะทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ

สำหรับรูปแบบการส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุและครอบครัว ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐานนั้น สามารถทำได้ดังนี้

ประการแรก คือ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุทั้ง ๔ ด้านตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มีดังนี้

๑. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุควรเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของตน ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้ (๑) รับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม และเพียงพอต่อความต้องการ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป (๒) นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ (๓) ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ (๔) ขับถ่ายทุกวัน (๕) มีการตรวจสุขภาพประจำปี และรักษาโรคตามอาการ

๒. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุควรมีสภาพจิตใจที่ดี มีความเมตตา อารมณ์ดี ร่าเริง แจ่มใส จิตใจผ่องใส ไม่คิดร้าย ไม่พูดร้าย ไม่ทำร้าย ไม่ให้ร้ายใคร คิดดี พูดดี ทำดี เพื่อชีวิตที่มีสุข

๓. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุควรได้อยู่อาศัยในชุมชนที่ดี มีความสะอาด มีความสงบ มีสิ่งแวดล้อมที่ดี ทั้งนี้ ผู้สูงอายุควรมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีต่อบุคคลรอบข้าง มีความเป็นมิตรต่อทุกคน มีความสมัครสมานสามัคคีกันในครอบครัว และชุมชน มีน้ำใจต่อกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เวลามีงานสังคมอะไร ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีภาระอะไร ควรเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนและรัฐจัดขึ้น เป็นต้น ทางด้านเศรษฐกิจนั้น ผู้สูงอายุควรมีการออมเงินสำหรับใช้จ่ายในอนาคตไม่ว่าจะยามเจ็บไข้ได้ป่วย ยามแก่เฒ่าชรากว่าเดิม หรือยามที่เสียชีวิตลง เพื่อที่จะได้ไม่เป็นภาระสำหรับลูกหลาน ส่วนด้านประเพณีและวัฒนธรรมนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีความรู้ทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น และพิธีกรรมทางศาสนา ฉะนั้น ผู้สูงอายุควรมีการถ่ายทอดความรู้และภูมิปัญญาให้กับบุตรหลานจากรุ่นสู่รุ่น เพื่อจะได้รักษาขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมที่ดั่งามสืบไป

๔. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุควรมีทัศนคติเกี่ยวกับโลกและชีวิตที่ดี ควรเข้าใจว่าทุกสิ่งทุกอย่างแม้กระทั่งชีวิตเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป สามารถปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นต่าง ๆ ผู้สูงอายุควรเป็นผู้ที่มีคุณธรรมจริยธรรม ซื่อสัตย์สุจริต มีความเมตตาต่อกัน มีจิตใจเข้มแข็งผ่องใส มีสำนึกความรับผิดชอบต่อส่วนร่วม มีค่านิยมที่ดั่งาม มีการน้อมนำหลักพุทธธรรมและปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อที่จะได้มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาชีวิต จิตใจ และจิตวิญญาณ สามารถสร้างสรรค์สิ่งดีงามให้แก่ตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และโลกได้

ประการที่สอง คือ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ โดยครอบครัวของผู้สูงอายุตาม ทั้ง ๔ ด้าน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มีดังนี้

๑. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุ โดยครอบครัวของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า สมาชิกในครอบครัวควรดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุเป็นอย่างดีด้วยการจัดหาอาหารที่มีประโยชน์ ครบ ๕ หมู่มาให้ผู้สูงอายุรับประทาน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย เวลาผู้สูงอายุเจ็บป่วยไม่สบาย บุคคลในครอบครัวควรดูแลอย่างใกล้ชิด เบื้องต้นก็พยายามให้ผู้สูงอายุรับประทาน หากผู้สูงอายุเจ็บป่วยไม่สบายหนัก คนในครอบครัวก็ควรพาผู้สูงอายุไปหาหมอ เวลาที่ผู้สูงอายุปวดเมื่อยตามส่วนต่าง ๆ บุตรหลานควรช่วยนวดผ่อนคลายให้กับผู้สูงอายุ นอกจากนี้คนในครอบครัวไม่ควรให้ผู้สูงอายุทำงานหนัก เป็นต้น

๒. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ โดยครอบครัวของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุควรทำความเข้าใจว่า โดยปกติแล้วผู้สูงอายุจะมีอารมณ์แปรปรวน โกรธง่าย หายใจ จู้จี้ ขี้บ่น ขี้บ่นน้อยใจ เอาแต่ใจ ฉะนั้น บุตรหลานหรือบุคคลในครอบครัวควรเข้าใจ ดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุเป็นอย่างดี ผู้สูงอายุบางรายอาจมีอาการหลง ๆ ลืม ๆ เป็นโรคความจำเสื่อม ฉะนั้น ต้องอาศัยบุคคลในครอบครัวดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุอย่างใกล้ชิด และไม่ทำอะไรที่กระทบกระเทือนจิตใจของผู้สูงอายุ ไม่ควรทำให้ผู้สูงอายุเครียดหรือคิดมาก หากผู้สูงอายุต้องการทำอะไรที่ชอบประกอบด้วยความแล้ว บุคคลในครอบครัวควรให้การสนับสนุนและส่งเสริม

๓. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ โดยครอบครัวของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ออกไปพบปะกับเพื่อนบ้านและคนในชุมชน เพื่อให้ผู้สูงอายุจะได้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น นอกจากนี้หากมีงานหรือกิจกรรมทางสังคมใด ๆ บุตรหลานหรือคนในครอบครัวควรไปส่งและเข้าร่วมกิจกรรมพร้อมกับผู้สูงอายุ ด้านเศรษฐกิจนั้น ครอบครัวควรช่วยแบ่งเบาภาระรายจ่ายให้กับผู้สูงอายุ ทั้งนี้ หากผู้สูงอายุมีหนี้สิน บุตรหลานควรช่วยรับผิดชอบภาระหนี้สิน และไม่ควรให้ผู้สูงอายุต้องมาเป็นหนี้ เพราะกู้เงินมาให้บุตรหลาน ส่วนด้านขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมที่ดั้งเดิมต่าง ๆ บุตรหลานและคนในครอบครัวควรสนใจที่จะเรียนรู้ ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ดั้งเดิมเหล่านั้นจากผู้สูงอายุ เพื่อที่จะได้ช่วยกันรักษาและสืบทอดประเพณีที่ดั้งเดิมเหล่านี้สืบไป

๔. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ โดยครอบครัวของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนา อาทิเช่น ส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ทำบุญ ทำทาน รู้จักแบ่งปัน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าวัดทำบุญ ไหว้พระสวดมนต์ ฟังเทศน์ฟังธรรม ประพฤติปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม เป็นต้น

ขั้นที่สอง เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่สอง (Independent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้าที่เน้นความพอเพียงในระดับกลุ่มหรือองค์กร คือ เมื่อบุคคลหรือครอบครัวมีความพอเพียงในระดับที่หนึ่งแล้ว ก็จะรวมกันในกลุ่มหรือสหกรณ์เพื่อร่วมกันดำเนินงานในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านการผลิต การตลาด ความเป็นอยู่ สวัสดิการ การศึกษา สังคมและศาสนา โดยได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งหน่วยราชการ มูลนิธิ และเอกชน

จากการศึกษา พบว่า ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงในระดับที่สอง โดยมีการส่งเสริมให้เกิดเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ที่เน้นความพอเพียงในระดับกลุ่มหรือองค์กร เมื่อผู้สูงอายุและครอบครัวของผู้สูงอายุมีความพอเพียงในระดับที่หนึ่งแล้ว ก็ได้มีการรวมกลุ่มกันเพื่อร่วมดำเนินงานในด้านต่าง ๆ ภายในชุมชนที่อยู่อาศัย ซึ่งองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้มีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รวมกลุ่มกันเพื่อดำเนินงานต่าง ๆ อาทิ มีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้นมาเพื่อให้ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูนทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน มาทำกิจกรรมร่วมกัน อย่างน้อยปีละครั้ง ในช่วงสงกรานต์ เคยมีการส่งเสริมอาชีพให้ผู้สูงอายุรวมกลุ่มกันเพื่อทำดอกไม้จันทน์สร้างรายได้เสริม นอกจากนี้ยังส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีการรวมกลุ่มกันเพื่อฝึกอบรมส่งเสริมอาชีพ เช่น มีการจัดอบรมให้ความรู้เรื่องเศรษฐกิจพอเพียง การปลูกพืชผักแบบไร้ผสม การเลี้ยงหมู เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ การจักสาน การทอผ้า ทำขนม เป็นต้น

นอกจากนี้ยังพบว่า องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน มีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รวมกลุ่มหรือสหกรณ์เพื่อร่วมกันดำเนินงานในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านการผลิต การตลาด ความเป็นอยู่ สวัสดิการ การศึกษา สังคมและศาสนา โดยได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งหน่วยราชการ มูลนิธิ และเอกชน ยกตัวอย่างเช่น

ด้านการผลิต มีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ทำการเกษตร ทำการปศุสัตว์ ทอผ้า ทำขนม จักสาน ทำดอกไม้จันทน์ เป็นต้น

ด้านความเป็นอยู่และสวัสดิการ พบว่า หากมีผู้สูงอายุยากไร้ ไม่มีลูกหลานดูแล บ้านสภาพเก่า ไม่นั่นคง ไม่ถูกสุขลักษณะ ทางองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ก็จะมีโครงการสร้างบ้านใหม่ให้กับผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่า ทางนักพัฒนาชุมชนจะขอความช่วยเหลือจากหลาย ๆ องค์กร เพื่อระดมทุนทรัพย์และสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ ที่จำเป็นมาแจกจ่ายให้กับผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาต่าง ๆ เช่น ทำเรื่องของรถเข็นจากโรงพยาบาลศรีสะเกษมาให้ผู้สูงอายุที่พิการเดินไม่ได้ ทำเรื่องขอเตียงนอนคนไข้จากโรงพยาบาลมาให้ผู้สูงอายุติดเตียง ขอข้าวของเครื่องใช้ ของกินของใช้จากร้านค้าเอกชนมาแจกจ่ายให้กับผู้สูงอายุที่มีฐานะยากจน เป็นต้น

ด้านการศึกษา พบว่า ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้ส่งเสริมสนับสนุนด้านการศึกษาให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมอบรมศึกษาหาความรู้ด้านต่าง ๆ อยู่เสมอ เช่น มีโรงเรียน กศน. ให้ผู้สูงอายุที่สนใจเรียนหนังสือได้ไปศึกษาเล่าเรียน มีการจัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้

ด้านเศรษฐกิจพอเพียง มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ เป็นต้น ทั้งนี้ ทราบว่าขณะนี้ทางองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน กำลังดำเนินการจัดสร้างโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้น เพื่อส่งเสริมด้านการศึกษารเรียนรู้ให้กับผู้สูงอายุในตำบลในอนาคตอีกด้วย

ด้านสังคม พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง พอเดินไหว ชอบเข้าสังคม เมื่อผู้สูงอายุมีเวลาว่าง มักจะเดินไปเที่ยวเล่นหาเพื่อนบ้าน เพื่อพบปะพูดคุยกันอยู่เสมอ เวลาว่างงานสังคมต่าง ๆ ในชุมชน ผู้สูงอายุที่พอมีแรงเดินไหวและไม่ติดภาระต้องเลี้ยงดูบุตรหลาน มักชอบออกงานสังคมอยู่เสมอ เวลาในชุมชนมีกิจกรรมหรืองานอะไรก็ตาม ผู้สูงอายุจะเข้าร่วมทุกกิจกรรม เนื่องจากผู้สูงอายุจะทราบว่างานไหนต้องจัดการอย่างไร ฉะนั้น ในทุก ๆ งานสังคมที่จัดขึ้นในชุมชน ไม่ว่าจะเป็นงานขึ้นบ้านใหม่ งานแต่งงาน งานบวช งานศพ ก็จะต้องเห็นผู้สูงอายุไปรวมกลุ่มกันในงานต่าง ๆ เหล่านี้แน่นอนอยู่เสมอ

ด้านศาสนา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มักจะไปรวมกลุ่มกันที่วัดเพื่อดำเนินกิจกรรมทางด้านศาสนาอยู่เสมอ เช่น ไปทำบุญที่วัดในตอนเช้า ไปทำบุญในวันพระและวันสำคัญทางศาสนา หรือแม้กระทั่งถ้าหากวัดมีงานบุญทอดกฐิน ทอดผ้าป่า สืบชะตา ฯลฯ เป็นต้น ก็จะพบเห็นผู้สูงอายุไปรวมกลุ่มกันเพื่อช่วยงานด้านศาสนาอยู่เสมอ โดยมีวัดเป็นศูนย์กลางให้ผู้สูงอายุได้มารวมกลุ่มพบปะ พูดคุย ให้ความช่วยเหลือกันนั่นเอง

ขั้นที่สาม เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่สาม (Inter-dependent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้าที่เน้นความพอเพียงในระดับเครือข่าย คือ เมื่อกลุ่มหรือองค์กรมีความพอเพียงในระดับที่สองแล้วก็จะร่วมมือกับหน่วยงานภายนอกเพื่อสร้างเครือข่าย มีการติดต่อร่วมมือกับธนาคาร และบริษัทต่าง ๆ ทั้งในด้านการลงทุน ด้านการผลิต ด้านการตลาด ด้านการจำหน่ายด้านการบริหารจัดการเพื่อการขยายกิจกรรมทางเศรษฐกิจที่หลากหลาย

จากการศึกษา พบว่า ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงในระดับที่สอง ได้รูปแบบการส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุโดยชุมชนและรัฐ ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้าในระดับที่ ๓ นั้น สามารถทำได้ดังนี้

ประการแรก คือ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ โดยชุมชนทั้ง ๔ ด้านตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มีดังนี้

๑. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุ โดยชุมชนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า ผู้นำชุมชนควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย และให้ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ รวมไปถึงวิธีการดูแลสุขภาพด้านร่างกาย

๒. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ โดยชุมชนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ชุมชนควรมีการจัดการสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัยที่ดีและน่าอยู่ ควรมีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มาผ่อนคลายความเครียด พบปะสังสรรค์ สนทนาพูดคุย และทำกิจกรรมที่สนุกสนานร่วมกัน เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกเครียด ไม่รู้สึกเหงา และไม่รู้สึกว่าตัวเองโดดเดี่ยว

๓. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ โดยชุมชนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ชุมชนควรมีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีความปลอดภัย และควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุยกัน และทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เพื่อส่งเสริมในด้านความสามัคคีและการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่นในสังคม เป็นต้น

๔. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ โดยชุมชนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า ผู้นำชุมชนควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้มีการรวมกลุ่มกันภายในชุมชน เพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณร่วมกัน อาทิเช่น กิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา วันสำคัญของชาติต่าง ๆ งานมงคล งานอวมงคล เป็นต้น โดยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีบทบาทและมีส่วนร่วมในทุก ๆ กิจกรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ตระหนักถึงความสำคัญของตนเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำองค์ความรู้ทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้และถ่ายทอดให้กับลูกหลาน เช่น การทำบายศรีสู่ขวัญ การเตรียมงานพิธีกรรมต่าง ๆ เป็นต้น นอกจากนี้ยังเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เกิดการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแบ่งปัน รู้รักสามัคคี มีความเมตตากรุณาต่อตนเองและผู้อื่นนั่นเอง

ประการที่สอง คือ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ โดยรัฐตาม ทั้ง ๔ ด้าน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มีดังนี้

๑. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุ โดยรัฐตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า รัฐควรส่งเสริมสนับสนุนงบประมาณในการจัดการสุขภาวะทางด้านร่างกายให้กับผู้สูงอายุ อาทิเช่น งบประมาณสนับสนุนให้ชุมชนมีลานกิจกรรมสำหรับออกกำลังกาย ให้มีวิทยากรหรือครูมาสอนผู้สูงอายุออกกำลังกาย ควรจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีและควรให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพสุขภาพ เป็นต้น

๒. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ โดยครอบครัวของผู้สูงอายุ ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า รัฐควรให้การส่งเสริมสนับสนุนงบประมาณให้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางจิตใจให้กับผู้สูงอายุ เช่น มีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้ตรวจสุขภาพจิต และมีคลินิกจิตวิทยาให้คำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุที่ประสบกับภาวะความเครียด หรือโรคซึมเศร้า เพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนได้รับการบำบัดรักษา ถ้าเกิดภาวะดังกล่าว เป็นต้น

๓. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ โดยรัฐตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า รัฐควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีอาชีพและมีรายได้เพิ่ม ทุกวันนี้

เบี้ยยังชีพน้อยไป ในขณะที่ค่าครองชีพสูงขึ้น แต่รายได้ของผู้สูงอายุไม่เพียงพอต่อรายจ่าย ฉะนั้น รัฐควรจัดการดูแลผู้สูงอายุด้านการเงินด้วยการเพิ่มเบี้ยยังชีพให้กับผู้สูงอายุ และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุไม่เป็นหนี้ หากผู้สูงอายุเป็นหนี้สิน รัฐควรหากระบวนการหรือวิธีการแบ่งเบาภาระหนี้สินให้กับผู้สูงอายุ ส่วนกิจกรรมทางสังคมอื่น ๆ ที่รัฐควรจัดให้เกิดขึ้นสำหรับผู้สูงอายุนั้น อาทิเช่น ควรเปิดให้มีโรงเรียนผู้สูงอายุในชุมชน ควรจัดให้มีกิจกรรมอบรมส่งเสริมอาชีพ กิจกรรมส่งเสริมการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น กิจกรรมสังคมสร้างสรรค์ต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม กิจกรรมการเรียนรู้เรื่องปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นต้น

๔. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ โดยรัฐตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษา พบว่า รัฐควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา มีการสนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมที่เสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อพัฒนาปัญญาทั้งทางโลกและทางธรรมให้กับผู้สูงอายุ เอื้อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงความสงบจากภายใน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสภาวะจิตที่ดีงาม เปี่ยมไปด้วยคุณธรรมจริยธรรม มีสติปัญญารู้เท่าทันชีวิตและโลก สามารถลด ละ เลิก ความหลงใหลยึดติดในวัตถุ ละ ละ เลิก สุรา บุหรี่ และการพนัน สนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ใช้ชีวิตเรียบง่าย สันโดษ พอเพียง และรู้สึกเสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม เป็นต้น

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ” ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เพื่อศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ และเพื่อเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ รูปแบบการวิจัยครั้งนี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้วิจัยลงพื้นที่เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In depth Interview) กับผู้สูงอายุในชุมชนและผู้สนับสนุนข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ประกอบไปด้วย ผู้นำชุมชน ได้แก่ พระภิกษุสงฆ์ กำนันผู้ใหญ่บ้าน จำนวน ๔ หมู่บ้าน ได้แก่ หมู่ ๑ บ้านกันตรวจ, หมู่ ๒ บ้านหนองระเียว, หมู่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ และหมู่ ๔ บ้านโคก ทั้งยังได้สัมภาษณ์นักพัฒนาชุมชน จากองค์กรบริหารส่วนตำบลโนนปูน และพยาบาลวิชาชีพ จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ รวมทั้งหมด ๒๑ รูป/คน เพื่อให้ทราบถึงปัญหาสุขภาวะของผู้สูงอายุว่าเป็นอย่างไร และได้รับการส่งเสริมสนับสนุนจากหน่วยงานภาครัฐอย่างไร แล้วนำข้อมูลที่ได้รับไปสร้างรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาสุขภาวะทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ โดยได้นำแนวคิดเกี่ยวกับหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาวิเคราะห์ข้อมูลร่วมกับแนวคิดในการพัฒนาสุขภาวะทั้ง ๔ ด้าน เพื่อให้ได้มาซึ่งรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาด้านเอกสารและการลงพื้นที่ภาคสนามเพื่อการวิจัยมาทำการวิเคราะห์โดยใช้วิธีการพรรณนาความ ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

ผลการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ” สรุปได้ดังต่อไปนี้

๕.๑.๑ ปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

๕.๑.๑.๑ ปัญหาทั่วไปของผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า การที่บุคคลจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีหรือไม่นั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นมีปัญหาหรือไม่ ระดับของปัญหาที่มีมากหรือน้อยเพียงใด และในกรณีที่มีปัญหานั้น สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้หรือไม่ ผู้สูงอายุก็เช่นเดียวกัน การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุจึงขึ้นอยู่กับว่า มีปัญหามากน้อยเพียงใด และอยู่ในวิสัยที่ผู้สูงอายุจะแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองหรือได้รับการช่วยเหลือในการแก้ไขปัญหาหรือไม่ การมีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลให้ผู้สูงอายุเป็นผู้มีคุณภาพ หมายถึงผู้ที่ดูแลตนเองได้ ทำในสิ่งที่ปรารถนาตามศักยภาพของตน

จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับประเด็นปัญหาทั่วไปของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมักประสบปัญหาทั่วไปที่สำคัญ ๓ ปัญหา ได้แก่ ปัญหาทางด้านกายภาพ ปัญหาทางด้านสังคม และปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ผลการศึกษาดังกล่าวสรุปได้ดังนี้

๑) ปัญหาทางด้านกายภาพ ของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุทุกคนล้วนแต่มีปัญหาสุขภาวะทางร่างกาย ผู้วิจัยจะอธิบายแยกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านกายภาพอันเนื่องมาจากวัย และกลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านกายภาพอันเนื่องมาจากการมีโรคประจำตัว ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

กลุ่มที่ ๑ คือ กลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านกายภาพอันเนื่องมาจากวัย

ผลจากการศึกษาวิจัย สรุปได้ว่า ปัญหาด้านกายภาพของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากวัย ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุบางรายก็มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงไม่มีโรคประจำตัว ในขณะที่ผู้สูงอายุบางรายก็มีโรคประจำตัว แต่ข้อมูลจากการสังเกตและสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย ทำให้ทราบว่า ผู้สูงอายุทุกคนต่างก็เผชิญกับปัญหาความเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพอันเนื่องมาจากวัย กล่าวคือ ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายซึ่งมีสภาพความเสื่อมถอยทางร่างกายและจิตใจ ขาดความคล่องแคล่วว่องไว ความคิดความอ่านล่าช้า หูตึง สายตาลำมัว มีผมหงอก ผิวหนังเหี่ยวย่น ข้อเข่าเสื่อม เป็นต้น

กลุ่มที่ ๒ คือ กลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านกายภาพอันเนื่องมาจากการมีโรคประจำตัว

ผลจากการศึกษา สรุปได้ว่า กลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านกายภาพอันเนื่องมาจากการมีโรคประจำตัว สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ บางส่วนมีโรค

ประจำตัว อาทิเช่น เบาหวาน ความดัน ต้อกระจก กระดูกพรุน กระดูกทับเส้น กระเพาะ เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็ป่วยเป็นโรคชรา เดินลำบากต้องใช้ไม้เท้า ในขณะที่บางรายก็เป็นผู้ป่วยนอนติดเตียง เดินไม่ได้

๒) ปัญหาทางด้านสังคม ของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ที่พบ ได้แก่ ๑) ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง ๒) ผู้สูงอายุไม่มีลูกหลานคอยดูแล ๓) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่กับหลาน เนื่องจากพ่อแม่ของเด็กต้องไปทำงาน จึงต้องทิ้งลูกไว้อยู่กับผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุรับผิดชอบดูแลเลี้ยงดู ๔) ผู้สูงอายุติดการพนัน ได้แก่ หว่ยหุ้น หว่ยบนดิน หว่ยใต้ดิน เป็นต้น

๓) ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ไม่เพียงพอต่อรายจ่าย บางรายเป็นหนี้ อันเนื่องมาจากการกู้ยืมเงินมาใช้หมุนเวียนในครัวเรือนบ้าง ใช้จ่ายเพื่อการเกษตรบ้าง และบ้างก็ยืมเงินมาให้ลูกใช้จ่ายลงทุนหมุนเวียน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะติดการพนัน ได้แก่ หว่ยหุ้น หว่ยบนดิน และหว่ยใต้ดิน

๕.๑.๑.๒ ปัญหาด้านสุขภาวะและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ สามารถสรุปได้ว่า องค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสำคัญในการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านร่างกาย ๒) ด้านจิตใจ ๓) ด้านสังคม และ ๔) ด้านจิตวิญญาณ นอกจากนี้จะเป็นตัวของผู้สูงอายุเองแล้ว ยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนช่วยในการจัดการกับสุขภาวะของผู้สูงอายุ นั่นก็คือ ตัวของผู้สูงอายุเอง ครอบครัว ชุมชน และองค์กรภาครัฐ ทั้งหมดที่กล่าวมาล้วนแล้วแต่มีส่วนสำคัญเป็นอย่างยิ่งในการจัดการกับสุขภาวะของผู้สูงอายุ สำหรับประเด็นเรื่องปัญหาด้านสุขภาวะและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีนั้น เบื้องต้นผู้วิจัยจะได้นำเสนอปัญหาสุขภาวะทั้ง ๔ ด้านของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ให้เห็นก่อนว่าจากการลงพื้นที่ภาคสนามเพื่อเก็บข้อมูลทำวิจัย ได้ทราบปัญหาอะไรบ้าง จากนั้นก็จะสรุปให้เห็นว่าผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ มีกระบวนการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุด้านต่าง ๆ อย่างไร ซึ่งจะได้อธิบายทีละประเด็น ดังนี้

๑) ปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางกาย

ปัญหาด้านสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุ ผลจากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ต่างก็เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและเกิดการเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ ทั้งนี้ อวัยวะก็จะทำงานลดลง มีความเสื่อมสภาพลงไป เมื่อบุคคลอายุมากขึ้นเซลล์ในร่างกายก็จะผิดปกติและตายไป หรือบางทีเซลล์ที่เกิดขึ้นก็จะแตกต่างจากเซลล์เดิม เซลล์ต่าง ๆ จะมีความเสื่อมหรือสึกหรอ ถ้ามีการใช้งานมากยิ่งขึ้นก็จะทำให้แก่เร็วขึ้น ผู้สูงอายุที่มาจากอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป จะมีการเปลี่ยนแปลง

ของร่างกายไปในทางเสื่อมมากกว่าเจริญเติบโต ทำให้ขาดความคล่องแคล่วว่องไว ความจำเสื่อม ความคิดความอ่านล่าช้า หูตึง ตาพร่ามัว ผมหงอก หนังกเหี่ยว เป็นต้น

สำหรับปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะทางกาย ของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุนั้น แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ ๑) กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว ๒) กลุ่มของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ได้แก่ เบาหวาน ความดัน ไต ต้อกระจก กระดูกพรุน กระดูกทับเส้น กระเพาะ เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็ป่วยเป็นโรคชรา เดินลำบากต้องใช้ไม้เท้า ในขณะที่บางรายก็เป็นผู้ป่วยนอนติดเตียง เดินไม่ได้ แต่ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มต่างก็เผชิญกับปัญหาความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่มีความเสื่อมสภาพไปตามวัย อาทิเช่น ผมหงอก หนังกเหี่ยว ปวดข้อ ปวดเข่า ปวดหลัง เดินได้ช้าลง ทำอะไรช้าลง เป็นต้น

ปัญหาสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุนั้น แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ ๑) กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว ๒) กลุ่มของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ได้แก่ เบาหวาน ความดัน ต้อกระจก กระดูกพรุน กระดูกทับเส้น กระเพาะ เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็ป่วยเป็นโรคชรา เดินลำบากต้องใช้ไม้เท้า ในขณะที่บางรายก็เป็นผู้ป่วยนอนติดเตียง เดินไม่ได้ แต่ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มต่างก็เผชิญกับปัญหาความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่มีความเสื่อมสภาพไปตามวัย อาทิ ผมหงอก หนังกเหี่ยว ปวดข้อ ปวดเข่า ปวดหลัง เดินได้ช้าลง ทำอะไรช้าลง เป็นต้น

การจัดการกับสุขภาวะทางกาย ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ สรุปได้เป็น ๔ ประเด็น ดังนี้

๑. การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยผู้สูงอายุ จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางกายเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่ การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบ ๕ หมู่ ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ อารมณ์ดี มีสุขภาพจิตที่ดี ย่อมส่งผลต่อสุขภาพร่างกายที่ดี และเมื่อป่วยไข้ไม่สบายก็ไปหาหมอและรับประทานยาตามหมอสั่ง

๒. การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยครอบครัว จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางกายเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. จัดเตรียมอาหารที่ดีและมีประโยชน์ให้กับผู้สูงอายุ

๒. ถ้าหากผู้สูงอายุปวดหลัง ปวดแขน ปวดขา บุตรหลานก็จะช่วยนวดเพื่อบรรเทาอาการปวด

๓. ถ้าผู้สูงอายุไม่สบาย บุตรหลานก็จะไปซื้อยามาให้ผู้สูงอายุรับประทาน หรือส่งผู้สูงอายุไปทำการรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน ถ้าเป็นหนักก็ส่งไปทำการรักษาที่โรงพยาบาลไพรบึง ซึ่งเป็นโรงพยาบาลประจำอำเภอ หรือโรงพยาบาลศรีสะเกษ ซึ่งเป็นโรงพยาบาลประจำจังหวัด

๔. กรณีที่บุตรหลานอยู่บ้านกับผู้สูงอายุ ก็จะช่วยกันทำงานบ้าน และดูแลผู้สูงอายุ

๕. กรณีที่บุตรต้องไปทำงานต่างจังหวัด ก็จะส่งเงินมาให้ผู้สูงอายุไว้ใช้จ่ายในครัวเรือน รวมทั้งซื้อยามารับประทานเบื้องต้น หากเจ็บไข้ได้ป่วยหนัก หรือกรณีที่มีโรคประจำตัวต้องไปรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล หรือโรงพยาบาลประจำอำเภอ หรือโรงพยาบาลประจำจังหวัด บุตรก็จะส่งเงินมาจ้างญาติพี่น้อง หรือเพื่อนบ้าน ให้พาผู้สูงอายุไปหาหมอ

๓. การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยชุมชน สรุปได้ว่า ชุมชนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางกาย ดังนี้

๑. ในแต่ละหมู่บ้าน จะมี อสม. ทำหน้าที่รับผิดชอบในการดูแลผู้สูงอายุ อาทิเช่น คอยไปตรวจวัดความดันให้กับผู้สูงอายุ คอยให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม เป็นต้น

๒. ถ้าผู้สูงอายุเจ็บป่วยเข้าโรงพยาบาล ผู้นำชุมชน ได้แก่ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน อสม. จะพาเพื่อนบ้านไปเยี่ยมไข้ให้กำลังใจผู้สูงอายุ

๓. ผู้นำชุมชนจะเป็นผู้แจ้งข่าวประชาสัมพันธ์ในเรื่องการตรวจสุขภาพประจำปีให้กับผู้สูงอายุอยู่เสมอ

๔. การจัดการกับสุขภาวะทางกายโดยรัฐ สรุปได้ว่า รัฐบาลมีกระบวนการจัดการทางด้านสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะมีการจัดตรวจสุขภาพประจำปี เป็นประจำทุกปี

๒. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายร่วมกันปีละครั้ง โดยจะมีเจ้าหน้าที่คอยให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่ถูกต้อง

๓. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จะทำเรื่องขอลิขิต ให้ผู้สูงอายุที่ป่วยนอนติดเตียงช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ได้มีบัตรคนพิการ

๔. โครงการประกันสุขภาพถ้วนหน้ามีช่วยให้ผู้สูงอายุไม่กังวลเรื่องค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล

๒) ปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางจิตใจ

ปัญหาสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาปัญหาสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ประสบกับปัญหาสุขภาวะทางจิตใจ ดังนี้

๑. ความเครียด อันเนื่องมาจากปัญหาทางด้านสุขภาพ
๒. ความเครียดอันเนื่องมาจากบุตรหลาน
๓. ความเครียดอันเนื่องมาจากการไม่มีงานทำ และมีรายได้น้อยลง ซึ่งไม่เพียงพอต่อรายจ่ายในชีวิตประจำวัน
๔. ความเครียดอันเนื่องมาจากภาระหนี้สิน
๕. ผู้สูงอายุบางราย ประสบกับปัญหาภาวะซึมเศร้า เนื่องจากอาศัยอยู่กันเพียงลำพัง ไม่มีบุตรหลานคอยดูแลใกล้ชิด

การจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจ ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ สรุปได้เป็น ๔ ประเด็น ดังนี้

๑. การจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจโดยผู้สูงอายุ จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. เมื่อผู้สูงอายุประสบกับภาวะความเครียดอันเนื่องมาจากบุตรหลาน ก็จะเดินทางไปหาเพื่อนบ้าน เพื่อพบปะพูดคุยระบายความเครียด บางครั้งแค่ได้บ่นให้ลูกหลานฟังก็รู้สึกดีขึ้นแล้ว
๒. ผู้สูงอายุบางรายบรรเทาภาวะความเครียดด้วยการเล่นหอย บางคนก็ดื่มสุรา
๓. ผู้สูงอายุใช้เวลาประสกับภาวะความเครียด เบื่อหน่าย ซึมเศร้า ก็มักจะหาอะไรให้ตัวเองทำ เช่น ออกไปทำไร่ทำนา ปลูกพืชผักสวนครัว หางานรับจ้างเล็ก ๆ น้อย ๆ ออกหาปูหาปลาตามท้องไร่ท้องนา บางรายก็เลี้ยงวัวเลี้ยงควาย ผู้สูงอายุบางรายก็มีความสุขกับการเลี้ยงสัตว์และเล่นกับลูกหลาน ดูทีวี ฟังวิทยุ ปั่นจักรยานไปเที่ยวในหมู่บ้าน ทำกับข้าว ทำงานบ้าน เป็นต้น
๔. ผู้สูงอายุบางรายจะหันหน้าเข้าวัด ทำบุญ ฟังเทศน์ ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม เพื่อให้จิตใจสงบ

๒. การจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจโดยครอบครัว จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. ครอบครัวและบุตรหลานจะอยู่เคียงข้างคอยดูแลเอาใจใส่ และให้กำลังใจ เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกโดดเดี่ยว

๒. ครอบครัวและบุตรหลานคอยตามใจผู้สูงอายุ เช่น ถ้าผู้สูงอายุอยากไปเที่ยวทำบุญที่วัดก็พาไป เมื่อผู้สูงอายุเจ็บไข้ได้ป่วยก็คอยดูแล และพาไปหาหมอ

๓. ครอบครัวและบุตรหลานมีความเข้าใจว่า ผู้สูงอายุมักจะมีอารมณ์แปรปรวน โกรธง่าย หายเร็ว จู้จี้ขี้บ่น ฉะนั้น จึงยอมรับในสิ่งที่ผู้สูงอายุเป็นได้

๔. ในกรณีที่บุตรหลานอยู่ไกลบ้าน ก็จะโทรศัพท์มาให้อาสาใจผู้สูงอายุเป็นประจำ และในทุก ๆ ปี ช่วงวันหยุดยาวในเทศกาลต่าง ๆ บุตรหลานก็จะกลับบ้านมาพบปะผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีกำลังและไม่รู้สึกโดดเดี่ยว

๓. การจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจโดยชุมชน จากการศึกษา พบว่า ชุมชนในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตใจเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

๑. ชุมชนจะมีกิจกรรมงานต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุยกันอยู่เสมอ อาทิเช่น งานแต่งงาน งานบวช งานศพ ขึ้นบ้านใหม่ งานบุญ เป็นต้น

๒. ชุมชนมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมอาชีพให้ผู้สูงอายุได้เข้ามาฝึกอบรม

๓. ผู้นำชุมชน ได้แก่ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน และ อสม. มักไปพบปะพูดคุยสอบถามถึงสภาพปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ คอยถามไถ่สารทุกข์สุกดิบ ทำให้ผู้สูงอายุได้รับกำลังใจและคำแนะนำดี ๆ จากผู้นำชุมชนอยู่เสมอ

๔. ในชุมชนมีชมรมผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุได้มารวมกลุ่มกัน

๔. การจัดการกับสุขภาวะทางจิตโดยรัฐ จากการศึกษา พบว่า องค์กรหน่วยงานของทางภาครัฐ มีส่วนช่วยในการจัดการกับสุขภาวะทางจิตของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ดังนี้

๑. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะมีแพทย์ พยาบาลและเจ้าหน้าที่สาธารณสุข คอยให้คำแนะนำเกี่ยวกับสุขภาพทางกายและจิตใจ เมื่อผู้สูงอายุประสบกับภาวะความเครียดหรือภาวะซึมเศร้า ก็จะมาขอรับคำปรึกษาจากแพทย์ พยาบาล และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

๒. องค์กรบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกันโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะจัดกิจกรรมตรวจสุขภาพกายและจิตประจำปี

๓. องค์กรบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกันโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะทำการพบปะให้อาสาใจผู้สูงอายุเป็นประจำ

๔. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ร่วมกันโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโนนปูน จะจัดกิจกรรมวันผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุยกัน และร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความสนุกสนาน เป็นการผ่อนคลายและลดภาวะความเครียด

๓) ปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางสังคม

ปัญหาสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาปัญหาสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีปัญหาสุขภาวะทางสังคม ดังนี้

๑. ผู้สูงอายุบางท่านอาศัยอยู่คนเดียว ไม่มีบุตรหลาน ไม่มีคนดูแล
๒. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่กับหลาน เนื่องจากบุตรที่ไปทำงานต่างจังหวัด มักส่งหลานมาให้ผู้สูงอายุเลี้ยงดู ดังนั้น ภาระต่าง ๆ จึงตกไปสู่ผู้สูงอายุ
๓. ผู้สูงอายุที่ต้องดูแลหลาน มักไม่ค่อยได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่ชุมชนจัดขึ้น เนื่องจากต้องดูแลเลี้ยงดูหลาน
๔. ผู้สูงบางท่านมีปัญหาทางด้านสุขภาพกาย ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมได้
๕. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่สามารถประกอบอาชีพได้
๖. รายได้จากเบี้ยยังชีพ ไม่เพียงพอต่อรายจ่าย
๗. ผู้สูงอายุยังมีภาระหนี้สิน เนื่องจากการกู้ยืมมาใช้จ่ายหมุนเวียนในการทำเกษตรกรรม ผู้สูงอายุบางท่านก็กู้ยืมเงินมาให้บุตรหลานของคน
๘. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้วางแผนทางการเงินสำหรับใช้จ่ายตอนมีชีวิตอยู่ แต่กลับวางแผนในการทำประกันชีวิต และเงินฌาปนกิจศพ ไว้ใช้จัดงานศพหลังจากที่ตนเองเสียชีวิตลง เพื่อที่จะไม่ต้องเป็นภาระของลูกหลาน
๙. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในชุมชนติดการพนัน เช่น หวายนดิน หวยไต้ดิน และหวยหุ่น

การจัดการกับสุขภาวะทางสังคม

๑. การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยผู้สูงอายุ จากการศึกษ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. ถ้าผู้สูงอายุอยู่คนเดียว ในทุก ๆ วัน จะออกไปพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้าน
๒. เมื่อทะเลาะกับลูกหลาน หรือคนในครอบครัว ผู้สูงอายุมักออกไปพบปะสังคม
๓. เวลามีกงานต่าง ๆ ผู้สูงอายุที่ไม่มีภาระ และไม่มีปัญหาด้านสุขภาพ ถ้าหากร่างกายแข็งแรง เดินเหินสะดวก ก็มักจะเข้าร่วมงานสังคมอยู่เสมอ

๔. ผู้สูงอายุที่เคยติดสุราบางราย ก็สามารถเลิกได้

๕. ผู้สูงอายุที่มีหนี้สิน ก็จะบริหารจัดการหนี้สินได้ ด้วยการกู้ยืมที่หนึ่ง ไปจ่ายคืนอีกที่หนึ่ง หมุนเวียนไปมา ผู้สูงอายุบางรายก็จะทำการยกหนี้ให้กับลูกหลานเป็นคนรับผิดชอบ

๒. การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยครอบครัว จากการศึกษา พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. บุตรหลานจะเป็นคนไปส่งผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ ภายในและนอกชุมชน

๒. บุตรหลานจะช่วยส่งเงินมาให้ผู้สูงอายุใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

๓. บุตรหลานจะคอยตามใจและเป็นที่ยอมรับอารมณ์ของผู้สูงอายุอยู่เสมอ

๓. การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยชุมชน จากการศึกษา พบว่า ผู้นำชุมชนในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. เพื่อนบ้านมักจะไปพบปะพูดคุยกับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวเพียงลำพัง

๒. ผู้นำชุมชนจะประกาศประชาสัมพันธ์เชิญชวนให้ผู้สูงอายุ ตลอดถึงทุกคนทุกช่วงวัยในชุมชน ไปร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนจัดขึ้น

๓. มี อภปร. คอยช่วยเหลือเรื่องความปลอดภัยให้กับผู้สูงอายุ และคนในชุมชน

๔. เมื่อเกิดความขัดแย้งขึ้นภายในชุมชน ผู้นำชุมชนจะทำหน้าที่เป็นผู้ไกล่เกลี่ย

๔. การจัดการกับสุขภาวะทางสังคมโดยรัฐ จากการศึกษา พบว่า ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ภาครัฐได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่

๑. รัฐสนับสนุนงบประมาณและให้เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปี ขึ้นไปเป็นประจำทุกเดือน

๒. มีโครงการบัตรประกันสุขภาพ ให้สิทธิในการรักษาพยาบาลให้กับผู้สูงอายุ

๓. มีการส่งเสริมการให้ความรู้เรื่องสิทธิที่พึงจะได้รับสำหรับผู้สูงอายุ ให้กับผู้สูงอายุ

๔. มีโครงการบัตรคนจน

๕. มีกองทุนต่าง ๆ ให้กู้ยืม อาทิเช่น กองทุนหมู่บ้าน (กองทุนเงินล้าน) ธนาคารสหกรณ์เพื่อการเกษตร (ธกส.)

๖. มีโครงการส่งเสริมการออม ได้แก่ ออมเงินวันละบาท

๗. มีการจัดอบรมส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุ อาทิเช่น ทำปุ๋ยหมักชีวภาพ การเลี้ยงหมู เลี้ยงไก่ เลี้ยงกบ เลี้ยงแมลง ปลุกผัก จักสาน ทอผ้า ทำดอกไม้จันทน์ เป็นต้น

๘. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ให้การสนับสนุนเรื่องงบประมาณในการซ่อมแซมบ้าน ให้กับผู้สูงอายุที่มีบ้านเก่า พุงพัง และมีการจัดสร้างบ้านใหม่ให้กับผู้สูงอายุที่ไม่มีบ้านอยู่

๙. องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จะไปของบประมาณสนับสนุน ตลอดจนถึง ข้าว ของเครื่องใช้ จากหน่วยงานต่าง ๆ มาให้กับผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาต่าง ๆ อาทิเช่น ผู้ป่วยติดเตียง ทาง อบต. จะไปขอเตียงนอนและรถเข็นจากโรงพยาบาลประจำอำเภอและโรงพยาบาลประจำจังหวัด มาให้กับผู้สูงอายุ บางครั้งก็ไปขอข้าวของเครื่องใช้ต่าง ๆ จากภาคเอกชน เพื่อนำสิ่งของเหล่านั้นมาจัดสรรและแจกจ่ายให้กับผู้สูงอายุ และมีการขอผ้าห่มจากสภาภชาติมาให้กับผู้สูงอายุที่ฐานะยากจน เหล่านี้เป็นต้น

๔) ปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

ปัญหาสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาทางจิตวิญญาณ เนื่องจากผู้สูงอายุในชุมชนดังกล่าว มีคุณธรรม ซื่อสัตย์ สุจริต มีความเมตตาต่อกัน มีจิตใจเข้มแข็ง ผ่องใส มีความศรัทธาในพระพุทธศาสนา มีความนิยมชื่นชอบในศิลปวัฒนธรรมประเพณี มีจิตสำนึก มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม และมีค่านิยมที่ดีงาม มีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตและโลก

การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณ

๑. การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยผู้สูงอายุ จากการศึกษ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ อาทิเช่น การทำบุญตักบาตรตอนเช้าที่หน้าบ้าน การไปทำบุญที่วัดในตอนเช้า การไปทำบุญที่วัดในวันพระ และวันสำคัญต่าง ๆ ทั้งนี้ผู้สูงอายุนิยมเข้าวัดเพื่อฟังเทศน์ ฟังธรรม สวดมนต์ ไหว้พระ ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ แผ่เมตตา และพบปะสนทนาพูดคุยกัน นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังชอบเปิดรับชมและรับฟังรายการธรรมะต่าง ๆ จากโทรทัศน์และวิทยุอีกด้วย

๒. การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยครอบครัว จากการศึกษ พบว่า ครอบครัวของผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่ บุตรหลานพาผู้สูงอายุเข้าวัด ทำบุญ ฟังเทศน์ ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม เป็นต้น

๓. การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยชุมชน จากการศึกษ พบว่า ผู้นำชุมชนในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อ

ความเป็นอยู่ที่ดี ดังต่อไปนี้ คือ เวลาที่มีกิจกรรมงานบุญต่าง ๆ ผู้นำชุมชนก็จะประกาศประชาสัมพันธ์ให้ผู้สูงอายุได้ทราบ แล้วผู้สูงอายุก็นำมาร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อาทิเช่น จัดเตรียมข้าวของเครื่องใช้ในงานมงคล และอวมงคล โดยผู้สูงอายุจะทำหน้าที่ให้คำแนะนำแก่เจ้าของงานเกี่ยวกับงานทางด้านพิธีกรรมต่าง ๆ ว่าควรทำอย่างไร ต้องเตรียมอะไรบ้าง เหล่านี้เป็นต้น ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะได้รับผิดชอบให้ทำงานที่ไม่หนักมากนัก เช่น ทำบายศรี ทำอาหาร เตรียมหมากพลูไว้ต้อนรับแขกที่มาในงาน เป็นต้น

๔. การจัดการกับสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยรัฐ จากการศึกษา พบว่า หน่วยงานของทางภาครัฐภายในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการกับสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ด้วยวิธีการต่าง ๆ อาทิเช่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จะจัดกิจกรรมส่งเสริมประเพณีและวัฒนธรรมในช่วงวันที่ ๕ เมษายน เป็นประจำทุกปี โดยให้ผู้สูงอายุได้มาเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อาทิเช่น การแสดง ๓ ชนเผ่า ได้ ส่วย เขมร และลาว การแสดงองค์ความรู้ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น จักรสาน ทอผ้า เป็นต้น ทั้งยังมีการจัดการสงฆ์พระธาตุจังกะ กิจกรรมรดน้ำดำหัว ตลอดถึงกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมให้กับผู้สูงอายุ โดยจะมีพระสงฆ์มาแสดงพระธรรมเทศนาให้กับผู้สูงอายุ และนำผู้สูงอายุปฏิบัติธรรม เป็นต้น

๕.๑.๒ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

การนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ

จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำเอาหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว เงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขคุณธรรม สรุปได้ดังนี้

๑. ความพอประมาณ

สามารถสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่อง “ความพอประมาณ” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะและได้นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันในหลาย ๆ ด้านด้วยการ อาทิเช่น การอยู่อย่างพอเพียง พอดีพอประมาณ ใช้จ่ายเงินอย่างประหยัด ปลูกพืชผักสวนครัวไว้กินเอง เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ไว้กินไข่ เหลือจากการกินก็เอาไปขาย อะไรที่หากินได้ก็หา เช่น กบ เขียด ปลา เหล่านี้เป็นต้น เรื่องของรายรับกับรายจ่ายนั้น พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ ฉะนั้น รายได้หลักจึงอยู่ที่เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เดือนละ ๖๐๐ บาท ส่วนผู้สูงอายุที่สุขภาพร่างกายแข็งแรงดี สามารถทำงานรับจ้างและประกอบอาชีพได้ เพื่อหาเงินมาใช้จ่ายในครอบครัว สำหรับงานที่ผู้สูงอายุทำ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีแรงบางรายมีที่นา และสามารถทำไร่ทำนาขายข้าว แต่จ้างให้คนอื่นทำนา ผู้สูงอายุบางราย ที่มีสุขภาพแข็งแรง มีเรี่ยวมีแรงก็ไปรับจ้างปลูกข้าว รับจ้างทำสวน และรับจ้างทั่วไป บ้างก็ทอผ้า จักรสาน หาปลา เลี้ยงสัตว์ ทำเกษตรกรรมได้อยู่ เป็นต้น ด้านรายได้ของผู้สูงอายุนั้น พบว่า ผู้สูงอายุมีรายได้น้อย

กว่ารายจ่ายจึงต้องมีการกู้ยืมเงินจากแหล่งทุนต่าง ๆ เช่น ธกส. กองทุนหมู่บ้าน กองทุนเงินล้าน หนี้ นอกระบบ และยืมเงินจากเพื่อนบ้าน เป็นต้น สำหรับปัญหาเรื่องนี้สินนั้น พบว่า ส่งผลกระทบต่อ จิตใจของผู้สูงอายุเพียงบางส่วนที่ไม่มีลูกหลาน แต่มีหนี้ ก็เกิดภาวะความเครียดจากการมีหนี้ แต่ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เครียดเรื่องมีหนี้สิน เพราะสามารถบริหารจัดการหนี้สินได้ด้วยการยืมที่หนึ่งมา ใช้อีกที่หนึ่ง เมื่อสอบถามถึงสาเหตุแห่งการกู้หนี้ยืมสิน พบว่า ผู้สูงอายุกู้เงินมาเพื่อ ๑) ใช้จ่าย หนี้ในวัยชรา ๒) กู้ยืมเงินมาให้ลูกหลานใช้ ๓) กู้ยืมเงินมาใช้ในการเกษตร

๒. ความมีเหตุผล

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่อง “ความมีเหตุผล” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ ดังนี้ ๑) เวลามีปัญหา ผู้สูงอายุได้ใช้เหตุผล สติปัญญา การตัดสินใจอย่างรอบคอบ ๒) ผู้สูงอายุบางรายก็มีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน แต่ผู้สูงอายุบางรายก็ไม่มีวางแผนทางการเงินเมื่อตอนมีชีวิตอยู่ แต่ข้อเท็จจริงจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุจากกลุ่มตัวแทนผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ผู้วิจัย พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีการวางแผนทางการเงินและออมเงินเอาไว้ เพื่อใช้จัดงานศพหลังจากที่ตนได้เสียชีวิตลง ๓) ผู้สูงอายุได้พิจารณาความอยากได้กับความจำเป็นในการบริโภคได้ และสามารถแยกแยะได้ว่าสิ่งไหนควรซื้อ สิ่งไหนไม่ควรซื้อ สิ่งไหนจำเป็น สิ่งไหนไม่จำเป็น

๓. การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่อง “การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ คือ ผู้สูงอายุมีความสามารถที่จะเรียนรู้และปรับตัวให้อยู่รอดท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของสังคม โลกาวัดัน วิถีชีวิตความเป็นอยู่หลาย ๆ อย่างผู้สูงอายุมองว่ามีความเปลี่ยนแปลงไปจากเมื่อก่อน เยอะ เช่น ๑) อาหารการกินปัจจุบันสาพิษเยอะ แต่ผู้สูงอายุก็ยังปลูกพืชผักสวนครัวกินเอง ๒) ผู้สูงอายุที่อายุมาก ๆ ไม่สามารถออกไปหาจับปู จับปลา จับกบ จับเขียด ฯลฯ มากินได้เหมือน สมัยก่อนแล้ว อยากกินอะไรก็ต้องซื้อกินเอา ๓) ค่าครองชีพในปัจจุบันสูงมากเมื่อเทียบกับสมัยก่อน ฉะนั้น ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้และปรับตัวด้วยการใช้จ่ายอย่างประหยัด เลือกซื้อเฉพาะสิ่งที่จำเป็น เมื่อเงินไม่พอก็กู้ยืมเงินมาใช้จ่ายหนี้ ๔) การทำเกษตรกรรมเมื่อก่อนใช้แรงคน ปัจจุบันใช้ แรงงาน ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้ที่จะใช้เทคโนโลยีในการทำเกษตรต่าง ๆ ด้วย ๕) เทคโนโลยีสมัยใหม่ เข้ามา อาทิเช่น โทรศัพท์ จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุทุกหลังคาเรือนที่ความจำดี สื่อสารได้ปกติ และจะมี โทรศัพท์ไว้ใช้ติดต่อกับลูกหลานแทบทุกบ้าน ทั้งหมดนี้ เป็นตัวอย่างของการมีภูมิคุ้มกันของผู้สูงอายุ

๔. เงื่อนไขความรู้

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่องเงื่อนไข “ความรู้” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะ ดังต่อไปนี้

คือ ด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุบางท่านก็ได้เรียนจบระดับชั้น ป. ๔ บ้าง เรียน กศน. บ้าง บวชเรียน บ้าง ในขณะที่ผู้สูงอายุบางท่านก็เรียนไม่จบชั้น ป. ๑ ทำให้อ่านไม่ออก เขียนไม่ได้ แต่ผู้สูงอายุในชุมชนทุกคน มีความรู้ด้านภูมิปัญญา มีความสามารถในการทำการเกษตร ทำผ้า ทำขนม จักสาน ทำคล่อง ทำลอม ทำสวิง ทำกระเป่า ทำขนม ทอผ้า ทำการปศุสัตว์เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ เลี้ยงหมู ส่วนผู้สูงอายุผู้ชายจะมีความรู้ด้านคาถาอาคม เป็นหมอแคน หมอยาสมุนไพรพื้นบ้าน สามารถเป่ารักษาคนได้ ผู้สูงอายุผู้หญิงจะมีความสามารถในการฟ้อนรำ ทำบายศรี จัดเตรียมงานพิธีกรรมทางศาสนา ส่วนผู้สูงอายุผู้ชายจะเป็นผู้นำทางด้านพิธีกรรมและมีความสามารถในการสวดตั้งศาลพระภูมิ และสวดถอนต่าง ๆ เป็นต้น เมื่อสอบถามว่าผู้สูงอายุเรียนรู้อะไรมาจากไหน พบว่า ผู้สูงอายุได้รับการถ่ายทอดองค์ความรู้ต่าง ๆ มาจากพ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ครูบาอาจารย์ จากรุ่นสู่รุ่น ความรู้บางอย่างยังถ่ายทอดไปสู่รุ่นลูกหลานได้อยู่ เช่น ความรู้ในการทำเกษตรกรรม และปศุสัตว์ แต่ความสามารถบางอย่างก็ไม่ได้ถ่ายทอดแล้ว เนื่องจากลูกหลานไม่สนใจ เช่น ความรู้ด้านคาถาอาคม การเป่าแคน เป็นต้น ส่วนการติดตามข่าวสารต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุจะติดตามข่าวสารต่าง ๆ ผ่านหอกระจายข่าวในแต่ละหมู่บ้าน ที่ผู้ใหญ่บ้านจะประกาศ นอกจากนี้ยังติดตามข่าวสารต่าง ๆ ผ่านทางโทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น

๕. เจื่อนไขคุณธรรม

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่องเจื่อนไข “คุณธรรม” ไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะด้านกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ ด้วยการเป็นบุคคลที่มีคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความขยันอดทน มีสติปัญญา รู้จักแบ่งปัน มีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นคนดี มีศีลธรรม มีการน้อมนำเอาหลักธรรมต่าง ๆ ทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้แก่ ปฏิบัติตามหลักธรรม คัมภีร์ครองโลก ๒ ธรรมทำให้งาม ๒ ธรรมมีอุปการะมาก ๒ บุคคลหาได้ยาก ๒ บุชา ๒ ปฏิสันถาร ๒ ปธาน ๒ ภาวนา ๒ ภาวนา ๔ สมาธิ ๒ สมาธิ ๓ สังคหะ ๒ สุข ๒ กรรม ๓ กุศลมูล ๓ กุศลวิถิก ๓ ไตรสิกขา ๓ สุจริต ๓ บุญกิริยาวัตถุ ๓ ปัญญา ๓ สรณะ ๓ หรือ ไตรสรณะ ๓ สันโดษ ๓ อธิปไตย ๓ อุตตะ ๓ หรือ อรรถ ๓ ขรวาสธรรม ๔ ปธาน ๔ หรือ สัมมปธาน ๔ พรหมวิหาร ๔ โภควิภาค ๔ สุขหमितถ (มิตถแท้ ๔) ศรัทธา ๔ สติปัญญา ๔ สังคหวัตถุ ๔ อริยสัจ ๔ อิทธิบาท ๔ เบญจศีล เบญจธรรม อัฐศีล หรืออุโบสถศีล จริตหรือจริยา ๖ ทิศ ๖ เวลุปุลลธรรม ๖ สาธารณียธรรม ๖ กัลยาณมิตรธรรม ๗ สัปปายะ ๗ สัปปริสธรรม ๗ มรรคมงคล ๘ หรืออัฐฐังคิกมรรค บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ และมงคล ๓๘

กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะด้านกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ดังนี้

๑. กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ครอบคลุมด้านแต่ละด้านสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงได้ ดังนี้

๑) **ความพอประมาณ** พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ส่วนใหญ่มีสุขภาพกายที่ดี เนื่องจากมีความพอประมาณ เช่น มีความรู้ประมาณในการบริโภค คือ ต้องบริโภคในปริมาณที่พอดี พอเหมาะ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป โดยจะต้องรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ในปริมาณที่เหมาะสม มีการนอนหลับพักผ่อนที่เพียงพอ ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ ใช้จ่ายอย่างประหยัด อยู่อย่างพอดี พอเพียง และพอประมาณ พอใจในสิ่งที่ตัวเองมี พอดีในสิ่งที่ตัวเองหามาได้ ทำให้สุขภาพจิตใจ สุขภาพร่างกายก็จะดีตามมไปด้วย

๒) **ความมีเหตุผล** พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นบุคคลที่มีเหตุผล มีสติปัญญา มีการตัดสินใจอย่างรอบคอบระมัดระวัง มีการวางแผนการใช้จ่ายเงิน มีการบริหารจัดการเงินที่ดี แม้จะต้องมีการกู้ยืมเงินมาใช้ในการเกษตรบ้าง เพื่อใช้จ่ายในชีวิตประจำวันบ้าง หรือแม้กระทั่งยืมเงินมาให้ลูกหลาน แต่ผู้สูงอายุต่างก็ได้พิจารณาถึงความจำเป็นที่สมเหตุสมผล เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่รอดต่อไปได้ นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังมีการวางแผนด้านการเงินด้วยการออม และทำประกันชีวิต เพื่อนำเงินที่ได้จากประกันหลังจากที่ตัวเองเสียชีวิต ไว้ให้ลูกหลานใช้ในการจัดงานศพให้กับตัวเอง นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุสามารถพิจารณาความอยากได้กับความจำเป็นในการบริโภคได้ คือ จะซื้อของที่จำเป็น จะไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยถ้าไม่จำเป็น รู้จักใช้เงินอย่างประหยัด ส่วนประเด็นเรื่องความมีเหตุผลกับกระบวนการส่งเสริมสุขภาวะทางกายนั้น พบว่าผู้สูงอายุมีการตัดสินใจดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล รอบคอบ ระมัดระวัง รู้จักเลือกรับประทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์ ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะชอบรับประทานผัก ผลไม้ ปลา น้ำพริก ชอบหาอะไรให้ตัวเองทำ ไม่ชอบอยู่นิ่ง ๆ เฉย ๆ ชอบเดินออกกำลังกาย หรือหากิจกรรมอะไรที่ตัวเองทำไหวทำ เช่น ปลูกผัก ปลูกต้นไม้ ทำงานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายที่ดี

๓) **ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว** พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเตรียมตัวพร้อมรับกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี แม้ว่าโลกจะเปลี่ยนไป สังคม สิ่งแวดล้อม วิถีชีวิตความเป็นอยู่ สภาพแวดล้อม สภาพอากาศสมัยนี้จะเปลี่ยนแปลงไปจากสมัยก่อนอยู่มาก แต่ผู้สูงอายุก็มีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว สามารถปรับตัวท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง

ทางด้านสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ถึงแม้ว่าอาหารการกินในยุคนี้ส่วนใหญ่ต้องซื้อกิน จะไปหาตามท้องไร่ ท้องนาเหมือนสมัยก่อนไม่ได้ บางอย่างที่สามารถปลูกเองได้ อย่างพืชผักสวนครัวปลอดสารพิษ ผู้สูงอายุก็จะปลูกไว้ภายในบ้าน ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะทางกายที่ดี

๔) เจื่อนไขด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีความรู้ในการดูแลตัวเอง รู้ว่าตัวเองมีโรคประจำตัวหรือไม่ และมีความรู้ว่าจะต้องดูแลตัวเองอย่างไร ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ก็จะไปพบแพทย์และรับประทานยาตามที่แพทย์สั่ง นอกจากนี้ผู้สูงอายุทุกคนจะมีความรู้เรื่องสิ่งไหนดี สิ่งไหนไม่ดี สิ่งไหนมีประโยชน์ หรือไม่มีประโยชน์ และจะรู้จักรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ เพื่อเสริมสร้างให้สุขภาวะทางกายดี มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง

๕) เจื่อนไขด้านคุณธรรม พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้มีคุณธรรมจริยธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต ขยันอดทน มีสติปัญญา ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น รู้จักดูแลสุขภาพร่างกายของตัวเอง เป็นผู้ที่ดีดี พุดดี ทำดี อารมณ์ดี จิตใจเบิกบาน ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะทางด้านร่างกายที่ดีตามมานั่นเอง

๒. กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ครอบคลุมด้านแต่ละด้านสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงได้ ดังนี้

๑) ความพอประมาณ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ รู้จักพอดี พอประมาณ ใช้ชีวิตเรียบง่าย อยู่อย่างพอเพียงตามฐานะ ส่วนใหญ่ไม่มีหนี้ แต่ผู้สูงอายุที่มีหนี้สิน ก็ยังสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขได้ เพราะสามารถบริหารจัดการหนี้ได้ นอกจากนี้ พบว่า ผู้สูงอายุพึงพอใจในฐานะความเป็นอยู่ของตัวเอง อารมณ์ดี มีความสุข ไม่เครียด ส่งผลให้สุขภาพจิตของผู้สูงอายุดี

๒) ความมีเหตุผล พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นคนที่มีเหตุผล เวลาสอนลูกหลานก็จะใช้เหตุผลมาสอนว่าสิ่งไหนดี สิ่งไหนไม่ดี สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ และสามารถอยู่ร่วมกับลูกหลานได้อย่างมีความสุข

๓) ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว สามารถปรับตัวเข้ากับเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะเป็นความเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม เศรษฐกิจ ประเพณีและวัฒนธรรม หรือแม้กระทั่งการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ภายในชุมชน แต่ผู้สูงอายุก็สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างดีและมีความสุขกับปัจจุบัน ภายใต้อาการเปลี่ยนแปลงเหล่านั้นได้

๔) เจื่อนใจด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นคนที่มีความรู้ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น เวลาว่างก็จะหากิจกรรมให้ตัวเองทำ ไม่ว่าจะเป็นการทอผ้า ทำไร่ ทำนา ทำสวน ปลูกพืชผักสวนครัว จักรสาน ตำหมาก เป็นต้น นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังรู้ว่าต้องดำเนินชีวิตอย่างไร ต้องจัดการกับความเครียดอย่างไร ต้องบริหารหนี้สินอย่างไร ต้องสอนลูกสอนหลานอย่างไร จะทำอะไรก็ทำด้วยความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง ดำเนินชีวิตด้วยความขยันอดทน พრაการเพียร ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขทางด้านจิตใจที่ดีตามมา

๕) เจื่อนใจด้านคุณธรรม พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ชอบเข้าวัดทำบุญ ปฏิบัติธรรม ชอบให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา มีความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา มีคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิต ไม่เบียดเบียนตนเองและไม่เบียดเบียนผู้อื่น รู้จักแบ่งปันซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์สุจริต มีสติไม่ประมาท ขยัน ประหยัด อดทน ดำรงตนได้อย่างมีความสุข ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขทางด้านจิตใจที่ดี มีความสุข อารมณ์ดี จิตใจแจ่มชื่นเบิกบาน

๓. กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ครอบคลุมด้านแต่ละด้านสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงได้ ดังนี้

๑) ความพอประมาณ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ทุกคนมีความพอประมาณ พอใจในสิ่งที่ตัวเองมี อยู่อย่างพอดีพอกิน ใช้จ่ายอย่างประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่มีความโลภอยากได้ของคนอื่นที่ไม่ใช่ของตัวเอง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข แม้ว่าจะมีการกู้ยืมเงินมาใช้จ่ายหนี้เงิน ทำการเกษตร ใช้จ่ายหนี้เงินในครัวเรือน และยืมมาให้ลูกหลานลงทุนหาเลี้ยงชีพ แต่ผู้สูงอายุก็ได้เบียดเบียนตัวเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เมื่อยืมเงินมาแล้วก็ส่งคืนตามกำหนด

๒) ความมีเหตุผล พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้ที่มีการตัดสินใจในการดำเนินการอย่างมีเหตุผล ปฏิบัติตนถูกต้องตามหลักกฎหมาย หลักคุณธรรมจริยธรรม ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องตามประเพณีและวัฒนธรรมที่ดีงาม รู้จักเลือกนำสิ่งที่ดีและเหมาะสมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน รู้ผิดชอบชั่วดี ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ทำตัวเองและผู้อื่นให้เดือดร้อน สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข

๓) ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเตรียมตัวพร้อมรับกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความเปลี่ยนแปลงทางด้านต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ การเมือง ทรัพยากรธรรมชาติ

และสิ่งแวดลอม เทคโนโลยี เหล่านี้เป็นต้น ถือว่าผู้สูงอายุมีการเรียนรู้ที่จะปรับตัวและรับมือกับความเปลี่ยนแปลงทางสังคมในยุคโลกาภิวัตน์ได้เป็นอย่างดี

๔) เจื่อนไขด้านความรู้ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้มีความรู้ที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นความรู้เรื่องของวัฒนธรรมประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อทางด้านพระพุทธศาสนาและความเชื่อตามวิถีชาวบ้านที่ดำรงสืบทอดต่อกันมา ทั้งนี้ พบว่าผู้สูงอายุมีความรู้ทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น สามารถนำความรู้เหล่านั้นไปเลี้ยงชีพได้ ไม่ว่าจะเป็นความรู้ในการทำเกษตรกรรม ทำปศุสัตว์ เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ เลี้ยงหมู เลี้ยงวัว เลี้ยงความ ทำจักรสาน ทอผ้า ทำเครื่อง สวิง ลอก กระเป่าหิ้ว ฯลฯ เป็นต้น นอกจากนี้ ผู้สูงอายุยังสามารถเรียนรู้ที่จะอยู่กับผู้อื่นในสังคมได้เป็นอย่างดี และมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีด้วย

๕) เจื่อนไขด้านคุณธรรม พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้น้อมนำหลักพุทธธรรมและหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงด้านคุณธรรม มาประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิตประจำวัน และนำมาประยุกต์ใช้ในการครองตน ครองคน ครองงานด้วย นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุมีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความเมตตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ดูแลซึ่งกันและกัน รักใคร่สามัคคีในหมู่คณะ ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนมีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมได้เป็นอย่างดีด้วย

๔. กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เจื่อนไขครบทุกด้านแต่แต่ละด้านสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงได้ ดังนี้

๑) ความพอประมาณ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้ที่มีความพอดี พอประมาณ ใช้จ่ายตามความจำเป็นและเหมาะสมกับฐานะของตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม ทั้งวัฒนธรรมในท้องถิ่นไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ไม่โลภ ไม่คดโกง พอใจในสิ่งที่ตนเองมี มีกุศลธรรมในจิตใจ เป็นการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณที่ดี ทำให้ผู้สูงอายุมีความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๒) ความมีเหตุผล พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการดำเนินการอย่างมีเหตุผล รู้จักผิดชอบชั่วดี ปฏิบัติแต่สิ่งที่ดีงาม ปฏิบัติตามหลักกฎหมาย หลักคุณธรรมจริยธรรม และประพฤติปฏิบัติตนที่ดีงามตามความเชื่อของประเพณี วัฒนธรรมท้องถิ่นของตน มีความเชื่อในเรื่องของกฎแห่งกรรม เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ฉะนั้นผู้สูงอายุจึงได้น้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ว่าด้วยเรื่องของความมีเหตุผลมาเป็นส่วนเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณได้เป็นอย่างดี

๓) **ความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว** พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการเตรียมตัวพร้อมรับกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี แม้ว่าสังคม เศรษฐกิจ การเมือง ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ จะเปลี่ยนแปลงไป แต่ผู้สูงอายุก็มีที่พึ่งทางจิตวิญญาณที่ดี มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี และได้นำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงว่าด้วยเรื่องของความมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวมาปรับประยุกต์ใช้ เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณได้เป็นอย่างดี ทำให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

๔) **เงื่อนไขด้านความรู้** พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีองค์ความรู้ทางด้านภูมิปัญญา ด้านหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ด้านประเพณีพิธีกรรม ความเชื่อที่ดีงาม สามารถนำมาใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณได้เป็นอย่างดี

๕) **เงื่อนไขด้านคุณธรรม** พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เป็นผู้มีหลักคุณธรรมจริยธรรมนำชีวิต เป็นคนที่มีจิตใจเมตตา มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความเพียร ขยันอดทน มีสติปัญญา มีจิตเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแบ่งปัน มีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกัน นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุชอบเข้าวัด ทำบุญ ฟังเทศน์ฟังธรรม ประพฤติปฏิบัติธรรม และชอบเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาอยู่เสมอ สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนเป็นการเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณให้กับผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี

๕.๑.๓ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

๑. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ตลอดถึงครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน และรัฐมีรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ดังนี้

๑) **ผู้สูงอายุ** ควรเสริมสร้างสุขภาวะทางกายของตน ด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้ (๑) รับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม และเพียงพอต่อความต้องการ ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป (๒) นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ (๓) ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ (๔) ขับถ่ายทุกวัน (๕) มีการตรวจสุขภาพประจำปี และรักษาโรคตามอาการ

๒) **ครอบครัวของผู้สูงอายุ** ควรดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุเป็นอย่างดีด้วยการจัดหาอาหารที่มีประโยชน์ ครบ ๕ หมู่มาให้ผู้สูงอายุรับประทาน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย เวลาผู้สูงอายุเจ็บป่วยไม่สบาย บุคคลในครอบครัวควรดูแลอย่างใกล้ชิด เบื้องต้นก็พยายามให้ผู้สูงอายุรับประทาน หากผู้สูงอายุเจ็บป่วยไม่สบายหนัก คนในครอบครัวก็ควรพาผู้สูงอายุไปหาหมอ เวลาที่ผู้สูงอายุปวด

เมื่อยตามส่วนต่าง ๆ บุตรหลานควรช่วยนวดผ่อนคลายให้กับผู้สูงอายุ นอกจากนี้คนในครอบครัวไม่ควรให้ผู้สูงอายุทำงานหนัก เป็นต้น

๓) ชุมชน ผู้นำชุมชนควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย และให้ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ รวมไปถึงวิธีการดูแลสุขภาพด้านร่างกาย

๔) รัฐ ควรส่งเสริมสนับสนุนงบประมาณในการจัดการสุขภาวะทางด้านร่างกายให้กับผู้สูงอายุ อาทิเช่น งบประมาณสนับสนุนให้ชุมชนมีลานกิจกรรมสำหรับออกกำลังกาย ให้มีวิทยากรหรือครูมาสอนผู้สูงอายุออกกำลังกาย ควรจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีทุกปี และควรให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพ เป็นต้น

สรุปได้ว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง นอกจากผู้สูงอายุจะต้องตระหนักและให้ความสำคัญกับการดูแลรักษาสุขภาพร่างกายให้ดีขึ้นด้วยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ ขยับถ่ายเป็นเวลาทุกวัน นอนหลับพักผ่อนเพียงพอ มีสุขภาพจิตที่ดี ย่อมส่งผลให้สุขภาพร่างกายดีขึ้นตามไปด้วย ทั้งนี้ ครอบครัว ชุมชน และรัฐต่างก็มีส่วนช่วยเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านร่างกายให้กับผู้สูงอายุทั้งสิ้น สำหรับรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านร่างกายที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงที่ดีของผู้สูงอายุที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงนั้น ตัวของผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ควรน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะทางกายที่ดี เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี

๒. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ตลอดจนครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน และรัฐมีรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ดังนี้

๑) ผู้สูงอายุ ควรมีความสุขจิตใจที่ดี มีความเมตตา อารมณ์ดี ร่าเริง แจ่มใส จิตใจผ่องใส ไม่คิดร้าย ไม่พูดร้าย ไม่ทำร้าย ไม่ให้ร้ายใคร คิดดี พูดดี ทำดี เพื่อชีวิตที่มีสุข

๒) ครอบครัวของผู้สูงอายุ ควรเข้าใจว่าโดยปกติแล้วผู้สูงอายุจะมีอารมณ์แปรปรวน โกรธง่าย หายไว จู้จี้ ขี้บ่น ขี้น้อยใจ เอาแต่ใจ ฉะนั้น บุตรหลานหรือบุคคลในครอบครัวควรเข้าใจดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุเป็นอย่างดี ผู้สูงอายุบางรายอาจมีอาการหลง ๆ ลืม ๆ เป็นโรคความจำเสื่อม ฉะนั้น ต้องอาศัยบุคคลในครอบครัวดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุอย่างใกล้ชิด และไม่ทำอะไรที่กระทบกระเทือนจิตใจของผู้สูงอายุ ไม่ควรทำให้ผู้สูงอายุเครียดหรือคิดมาก หากผู้สูงอายุต้องการทำอะไรที่ชอบประกอบด้วยความดีแล้ว บุคคลในครอบครัวควรให้การสนับสนุนและส่งเสริม

๓) **ชุมชน** ควรมีการจัดการสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัยที่ดีและน่าอยู่ ควรมีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มาผ่อนคลายความเครียด พบปะสังสรรค์ สนทนาพูดคุย และทำกิจกรรมที่สนุกสนานร่วมกัน เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่รู้สึกรำคาญ ไม่รู้สึกเหงา และไม่รู้สึกว่าตัวเองโดดเดี่ยว

๔) **รัฐ** ควรให้การส่งเสริมสนับสนุนงบประมาณให้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจให้กับผู้สูงอายุ เช่น มีการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้ตรวจสุขภาพจิต และมีคลินิกจิตวิทยาให้คำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุที่ประสบกับภาวะความเครียด หรือโรคซึมเศร้า เพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนได้รับการบำบัดรักษา ถ้าเกิดภาวะดังกล่าว เป็นต้น

สรุปได้ว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงนั้น ผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ควรน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตให้กับผู้สูงอายุ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพทางจิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ไม่มีความเครียด เมื่อมีปัญหาใด ๆ กระทบกับจิตใจของผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ความหาแนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีสุขภาพทางจิตใจที่ดี ไม่เครียด สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข มีความสุข มีจิตใจเข้มแข็งเบิกบาน

๓. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ตลอดถึงครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน และรัฐมีรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพทางสังคมของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ดังนี้

๑) **ผู้สูงอายุ** ควรได้อยู่อาศัยในชุมชนที่ดี มีความสะอาด มีความสงบ มีสิ่งแวดล้อมที่ดี ทั้งนี้ผู้สูงอายุควรมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีต่อบุคคลรอบข้าง ความเป็นมิตรต่อทุกคน มีความสมัครสมานสามัคคีกันในครอบครัว และชุมชน มีน้ำใจต่อกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เวลามีกิจกรรมสังสรรค์ ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีการะออะไร ควรเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ชุมชนและรัฐจัดขึ้น เป็นต้น ทางด้านเศรษฐกิจนั้น ผู้สูงอายุควรมีการออมเงินสำหรับใช้จ่ายในอนาคตไม่ว่าจะยามเจ็บไข้ได้ป่วย ยามแก่เฒ่าชรากว่าเดิม หรือยามที่เสียชีวิตลง เพื่อที่จะได้ไม่เป็นภาระสำหรับลูกหลาน ส่วนด้านประเพณีและวัฒนธรรมนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีความรู้ทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น และพิธีกรรมทางศาสนา ฉะนั้น ผู้สูงอายุควรมีการถ่ายทอดความรู้และภูมิปัญญาให้กับบุตรหลานจากรุ่นสู่รุ่น เพื่อจะได้รักษาขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมที่ดั่งามสืบไป

๒) **ครอบครัวของผู้สูงอายุ** ควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ออกไปพบปะกับเพื่อนบ้านและคนในชุมชน เพื่อที่ผู้สูงอายุจะได้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น นอกจากนี้หากมีงานหรือกิจกรรมทางสังคมใด ๆ บุตรหลานหรือคนในครอบครัวควรไปส่งและเข้าร่วมกิจกรรมพร้อมกับผู้สูงอายุ ด้านเศรษฐกิจนั้น ครอบครัวควรช่วยแบ่งเบาภาระรายจ่ายให้กับผู้สูงอายุ ทั้งนี้ หากผู้สูงอายุ

มีหนี้สิน บุตรหลานควรช่วยรับผิดชอบภาระหนี้สิน และไม่ควรให้ผู้สูงอายุต้องมาเป็นหนี้ เพราะกู้เงินมาให้บุตรหลาน ส่วนด้านขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมที่ต่าง ๆ บุตรหลานและคนในครอบครัวควรสนใจที่จะเรียนรู้ ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ต่างเหล่านั้นจากผู้สูงอายุ เพื่อที่จะได้ช่วยกันรักษาและสืบทอดประเพณีที่ต่างเหล่านั้นสืบไป

๓) **ชุมชน** ควรมีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีความปลอดภัย และควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุยกัน และทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เพื่อส่งเสริมในด้านความสามัคคีและการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่นในสังคม เป็นต้น

๔) **รัฐ** ควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีอาชีพและมีรายได้เพิ่ม ทุกวันนี้เบี้ยยังชีพน้อยไป ในขณะที่ค่าครองชีพสูงขึ้น แต่รายได้ของผู้สูงอายุไม่เพียงพอต่อรายจ่าย ฉะนั้น รัฐควรจัดการดูแลผู้สูงอายุด้านการเงินด้วยการเพิ่มเบี้ยยังชีพให้กับผู้สูงอายุ และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุไม่เป็นหนี้ หากผู้สูงอายุเป็นหนี้สิน รัฐควรหากระบวนการหรือวิธีการแบ่งเบาภาระหนี้สินให้กับผู้สูงอายุ ส่วนกิจกรรมทางสังคมอื่น ๆ ที่รัฐควรจัดให้เกิดขึ้นสำหรับผู้สูงอายุนั้น อาทิเช่น ควรเปิดให้มีโรงเรียนผู้สูงอายุในชุมชน ควรจัดให้มีกิจกรรมอบรมส่งเสริมอาชีพ กิจกรรมส่งเสริมการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น กิจกรรมสังคมสร้างสรรค์ต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม กิจกรรมการเรียนรู้เรื่องปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นต้น

สรุปได้ว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงที่ดีนั้น ผู้สูงอายุ ครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน และรัฐ ควรส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี นอกจากนี้ ชุมชนและรัฐควรส่งเสริมสนับสนุนให้ประชาชนทุกเพศทุกวัยมีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ไม่เอาเปรียบกัน เคารพในสิทธิของกันและกัน ส่งเสริมให้สังคมเป็นสังคมเปี่ยมไปด้วยความสุขและสันติสุข ปราศจากอาชญากรรม ครอบครัว ชุมชน และสังคมมีความสามัคคีกลมเกลียวกัน ผู้คนในสังคมมีความพร้อมเพรียงในการสร้างสรรค์ชุมชนและสังคม

๔. รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ตลอดจนครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน และรัฐมีรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ดังนี้

๑) **ผู้สูงอายุ** ควรมีทัศนคติเกี่ยวกับโลกและชีวิตที่ดี ควรเข้าใจว่าทุกสิ่งทุกอย่างแม้กระทั่งชีวิตเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป สามารถปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นต่าง ๆ ผู้สูงอายุควรเป็นผู้ที่มีคุณธรรมจริยธรรม ซื่อสัตย์สุจริต มีความเมตตาต่อกัน มีจิตใจเข้มแข็งผ่องใส มีสำนึกความรับผิดชอบต่อส่วนร่วม มีค่านิยมที่ดีงาม มีการน้อมนำหลักพุทธธรรมและปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อที่จะได้มีความสามารถในการแก้ไข

ปัญหาชีวิต จิตใจ และจิตวิญญาณ สามารถสร้างสรรค์สิ่งดีงามให้แก่ตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และโลกได้

๒) ครอบครัว ควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนา อาทิเช่น ส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ทำบุญ ทำทาน รู้จักแบ่งปัน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าวัดทำบุญ ไหว้พระสวดมนต์ ฟังเทศน์ฟังธรรม ประพฤติปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม เป็นต้น

๓) ชุมชน ผู้นำชุมชนควรส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้มีการรวมกลุ่มกันภายในชุมชน เพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาวะทางด้านจิตวิญญาณร่วมกัน อาทิเช่น กิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา วันสำคัญของชาติต่าง ๆ งานมงคล งานอวมงคล เป็นต้น โดยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีบทบาทและมีส่วนร่วมในทุก ๆ กิจกรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ตระหนักถึงความสำคัญของตนเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำองค์ความรู้ทางด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้และถ่ายทอดให้กับลูกหลาน เช่น การทำบายศรีสู่ขวัญ การเตรียมงานพิธีกรรมต่าง ๆ เป็นต้น นอกจากนี้ยังเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เกิดการพัฒนาทางด้านจิตวิญญาณ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแบ่งปัน รู้รักสามัคคี มีความเมตตากรุณาต่อตนเองและผู้อื่นนั่นเอง

๔) รัฐ ควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา มีการสนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมที่เสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อพัฒนาปัญญาทั้งทางโลกและทางธรรมให้กับผู้สูงอายุ เอื้อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงความสงบจากภายใน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสภาวะจิตที่ดีงาม เปี่ยมไปด้วยคุณธรรมจริยธรรม มีสติปัญญารู้เท่าทันชีวิตและโลก สามารถลด ละ เลิก ความหลงใหลยึดติดในวัตถุ ละ ละ เลิก สุรา บุหรี่ และการพนัน สนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้ใช้ชีวิตเรียบง่าย สันโดษ พอเพียง และรู้สึกเสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม เป็นต้น

สรุปได้ว่า รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ควรน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณให้กับผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุเป็นคนที่มีความรู้คู่คุณธรรม เป็นผู้ที่มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต มีความซื่อสัตย์สุจริต ขยันอดทน มีสติปัญญา มีความเมตตา รู้จักแบ่งปัน มีคุณธรรมจริยธรรม มีการน้อมนำหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อความเป็นอย่างยั้งยืนยง เพื่อให้เป็นคนที่มีจิตใจดี อารมณ์ดี มีจิตสำนึกที่ดี มีความรักและเมตตาต่อตนเองและผู้อื่น ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น รักษาดี ศาสนา และพระมหากษัตริย์ ตั้งตนชอบ ดำรงตนเป็นคนดีของสังคม เป็นตัวอย่างที่ดีให้กับลูกหลาน เป็นพลเมืองที่ดีของชาติ เป็นผู้ที่มีอุดมการณ์และคติประจำใจในการดำเนินชีวิตที่ดี เป็นผู้สูงอายุที่ดี และมีคุณค่า เป็นที่เคารพนับถือแก่ลูกหลาน เหล่านี้เป็นต้น ทั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า รัฐควรสนับสนุนให้มีการนำหลักสุขภาวะองค์รวมไปประยุกต์ใช้ว่าชุมชนนั้น โดยจะต้องส่งเสริมให้มีกระบวนการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น จัดให้มีการฝึกอบรมส่งเสริมอาชีพ พาผู้สูงอายุไปศึกษาดูงาน จัดให้มีกิจกรรม

รวมกลุ่มเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มาพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การศึกษาจากตำราเอกสารแล้ว นำมาลงมือปฏิบัติ โดยมีชุมชนและภาคีเครือข่ายต่าง ๆ คอยให้คำแนะนำปรึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ด้วยวิธีการต่าง ๆ อาทิเช่น การเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ผ่านสถาบันครอบครัว เพราะความสุขของครอบครัว คือ สันติสุขของสังคม เพื่อส่งเสริมการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวร่วมกับผู้สูงอายุ รวมไปถึงการน้อมนำเอาหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ มาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะแบบองค์รวมทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ กาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ เป็นต้น

จากการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนามาจากองค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง รวมไปถึงรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะด้านกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณของผู้สูงอายุโดยตัวของผู้สูงอายุ โดยครอบครัวของผู้สูงอายุ โดยชุมชนที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ และโดยองค์กรภาครัฐ

ทั้งนี้ รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะในการวิจัยนี้ หมายถึง แนวทางที่จะทำให้ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีสุขภาวะที่ดีโดยอาศัยองค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนช่วยในการเสริมสร้างสุขภาวะ ได้แก่ ตัวของผู้สูงอายุเอง ครอบครัวของผู้สูงอายุ ชุมชน และรัฐ เพื่อเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีขีดความรู้ ความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ ในแต่ละด้านอย่างสมบูรณ์ในทุกมิติของสุขภาวะ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ บนพื้นฐานการพึ่งพาตนเองเป็นหลัก ให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตบนทางสายกลาง พอประมาณ มีเหตุผล สร้างภูมิคุ้มกันที่ดี ด้วยหลักความรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง และมีคุณธรรมเป็นพื้นฐานของระบบ มีความซื่อสัตย์ เมตตา จิตอาสา เสียสละ และแบ่งปัน ตามความเหมาะสมของชีวิต เศรษฐกิจและสังคมที่เป็นอยู่ เพื่อความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน สามารถพัฒนาดูแลสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้นหรือเต็มประสิทธิภาพ

สำหรับรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ที่ผู้วิจัยได้นำเสนอนั้น มีหลักการทำงานตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

๑. เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่หนึ่ง (Dependent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบพื้นฐานที่เน้นความพอเพียงในระดับบุคคลและครอบครัว ในที่นี้หมายถึงตัวของผู้สูงอายุ และครอบครัวของผู้สูงอายุ ความมุ่งหมายของเศรษฐกิจพอเพียงระดับที่หนึ่ง คือ ต้องการให้ผู้สูงอายุและครอบครัวของผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเองได้ เพื่อตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานต่าง ๆ อาทิ ความต้องการในปัจจุบันของผู้สูงอายุและครอบครัว โดยที่ผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวจะต้องมีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน มีความรักความเมตตาต่อกัน มีความสามัคคีกลมเกลียวกัน มีความประหยัด

พอเพียงในการดำเนินชีวิต ใช้จ่ายอย่างประหยัด รู้จักคุณค่าของเงิน มีการลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นลง มีความพอประมาณ มีความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มีความรู้ และมีคุณธรรม ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข จนสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามหลักสภาวะทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ

๒. เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่สอง (Independent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ที่เน้นความพอเพียงในระดับกลุ่มหรือองค์กร คือ เมื่อบุคคลหรือครอบครัวมีความพอเพียงในระดับที่หนึ่งแล้ว ก็จะรวมกันในกลุ่มหรือสหกรณ์เพื่อร่วมกันดำเนินงานในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านการผลิต การตลาด ความเป็นอยู่ สวัสดิการ การศึกษา สังคมและศาสนา โดยได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งหน่วยราชการ มูลนิธิ และเอกชน มีการลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นลง มีความพอประมาณ มีความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มีความรู้ และมีคุณธรรม ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข จนสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามหลักสภาวะทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ

๓. เศรษฐกิจพอเพียงระดับที่สาม (Inter-dependent) เป็นเศรษฐกิจพอเพียงแบบก้าวหน้า ที่เน้นความพอเพียงในระดับเครือข่าย คือ เมื่อกลุ่มหรือองค์กรมีความพอเพียงในระดับที่สองแล้ว ก็จะร่วมมือกับหน่วยงานภายนอกเพื่อสร้างเครือข่าย มีการติดต่อร่วมมือกับธนาคาร และบริษัทต่าง ๆ ทั้งในด้านการลงทุน ด้านการผลิต ด้านการตลาด ด้านการจำหน่าย ด้านการบริหารจัดการเพื่อการขยายกิจกรรมทางเศรษฐกิจที่หลากหลาย มีการลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นลง มีความพอประมาณ มีความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี มีความรู้ และมีคุณธรรม ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข จนสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขตามหลักสภาวะทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ

๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย

อภิปรายผลการวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ” สรุปได้ดังต่อไปนี้

๕.๓.๑ อภิปรายผลการวิจัยประเด็นปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

จากการศึกษาปัญหาด้านสุขภาวะและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ พบว่า องค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสำคัญในการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านร่างกาย ๒) ด้านจิต ๓) ด้านสังคม และ ๔) ด้านจิตวิญญาณ นอกจากจะเป็นตัวของผู้สูงอายุเองแล้ว ยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญที่มีส่วนช่วยในการจัดการกับสุขภาวะของผู้สูงอายุ นั่นก็คือ ตัวของผู้สูงอายุเอง ครอบครัว ชุมชน และองค์กรภาครัฐ มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ฤทธิ์ชัย**

แกนนา^๑ ซึ่งได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอฟาน จังหวัดเชียงราย” พบว่า ในการค้นหาสภาพปัญหา ความต้องการ และการรับรู้เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ความสำคัญของสภาพปัญหาของผู้สูงอายุเมื่อจัดลำดับความสำคัญ มีดังนี้ คือ ๑) ความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุกับลูกหลาน ได้รับการดูแลตามฐานะและมีผู้สูงอายุบางคนที่ถูกหลานทิ้งให้อยู่ตามลำพัง ๒) ผู้สูงอายุมีปัญหาด้านสุขภาพ สุขภาพไม่แข็งแรง มีโรคประจำตัว เป็นโรคกระดูกทับเส้น ปวดข้อ ปวดเข่า เบาหวาน ความดัน ๓) ผู้สูงอายุมีปัญหาด้านจิตใจ เหงา และเครียด และ ๔) ผู้สูงอายุมีปัญหาด้านการประกอบอาชีพ เนื่องจากมีอาชีพเกษตรกร ทำให้มีรายได้ต่ำ ส่วนความต้องการของผู้สูงอายุ จัดลำดับความสำคัญ ได้ดังนี้ ๑) ผู้สูงอายุต้องการมีสุขภาพที่ดี สุขภาพแข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ มีสถานที่ออกกำลังกาย และทำกิจกรรมร่วมกัน ๒) ผู้สูงอายุต้องการความเอาใจใส่จากครอบครัวและคนใกล้ชิด รวมถึงหน่วยงานที่ดูแลเรื่องสุขภาพ ๓) ผู้สูงอายุต้องการมีรายได้เสริม มีอาชีพ และมีตลาดรองรับผลผลิต ส่วนด้านการรับรู้เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ จัดลำดับความสำคัญ ได้ดังนี้ ๑) ผู้สูงอายุรับรู้ว่าการออกกำลังกายจะช่วยให้ร่างกายแข็งแรง การตรวจสุขภาพประจำปี การรับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะจะช่วยให้ทราบถึงปัญหาสุขภาพ และแนวทางป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ ๒) ผู้สูงอายุรู้ว่าการได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว ผู้ใกล้ชิด การมีกิจกรรมร่วมกันกับชุมชน ช่วยให้สุขภาพจิตดีขึ้น นอกจากนี้ยังได้โครงการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ จากการตัดสินใจเลือกแนวทางและวางแผนร่วมกันในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้กิจกรรมทั้งหมด ๖ กิจกรรม คือ กิจกรรมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ กิจกรรมธรรมบำบัด กิจกรรมช่วงพัฒนา กิจกรรมออกกำลังกาย กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และกิจกรรมอาชีพเสริมสำหรับผู้สูงอายุ เสริมรายได้ผู้สูงอายุบ้านหัวฝาย และได้จัดทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้โครงการซื้อการส่งเสริมและยกระดับศักยภาพการศึกษาของผู้สูงวัยด้วยภูมิปัญญาไทยพื้นบ้าน แห่งล้านนา ของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย กิจกรรมการประกอบอาชีพเสริมรายได้ ซึ่งการดำเนินงานในกิจกรรมตามโครงการ พบว่า ได้รับความร่วมมือจากกลุ่มเป้าหมาย สามารถดำเนินงานได้บรรลุเป้าหมายทุกกิจกรรม ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า มีสุขภาพดี สุขภาพกายและสุขภาพจิตดีขึ้น มีร่างกายแข็งแรง มีอารมณ์ดีขึ้น อยู่ร่วมสังคมได้เป็นอย่างดี ด้านการติดตามผล หลังจากเสร็จสิ้นโครงการผู้สูงอายุมีความกระตือรือร้น กล้าพูด กล้าถาม กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าตัดสินใจ มีความสุขและยังคงมีกิจกรรมร่วมกันอยู่เสมอ

ด้านปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุ ผลจากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ต่างก็เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและเกิดการเสื่อมของอวัยวะ

^๑ ฤทธิชัย แกนนา และคณะ, “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอฟาน จังหวัดเชียงราย”, ใน **รวมบทความการประชุมสัมมนาวิชาการราชภัฏนครสวรรค์วิจัย ครั้งที่ ๑**, หน้า ๙๗๕ - ๙๘๗. (อัครา).

ต่าง ๆ ทั้งนี้ อวัยวะก็จะทำงานลดลง มีความเสื่อมสภาพลงไป เมื่อบุคคลอายุมากขึ้นเซลล์ในร่างกายก็จะผิดปกติและตายไป หรือบางทีเซลล์ที่เกิดขึ้นก็จะแตกต่างจากเซลล์เดิม เซลล์ต่าง ๆ จะมีความเสื่อมหรือสึกหรอ ถ้ามีการใช้งานมากยิ่งขึ้นก็จะทำให้แก่เร็วขึ้น ผู้สูงอายุที่มาจากอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป จะมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายไปในทางเสื่อมมากกว่าเจริญเติบโต ทำให้ขาดความคล่องแคล่ว ว่องไว ความจำเสื่อม ความคิดความอ่านล่าช้า หูตึง ตาพร่ามัว ผมหงอก หนั้งเหี่ยว เป็นต้น

สำหรับปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะทางกาย ของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า ปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุนั้น แบ่งออกเป็น ๒ กลุ่ม ได้แก่ ๑) กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว ๒) กลุ่มของผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ได้แก่ เบาหวาน ความดัน ไต ต้อกระจก กระดูกพรุน กระดูกทับเส้น กระเพาะ เป็นต้น ผู้สูงอายุบางรายก็ป่วยเป็นโรคหอบหืด เดินลำบากต้องใช้ไม้เท้า ในขณะที่บางรายก็เป็นผู้ป่วยนอนติดเตียง เดินไม่ได้ แต่ผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มต่างก็เผชิญกับปัญหาการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่มีความเสื่อมสภาพไปตามวัย อาทิเช่น ผมหงอก หนั้งเหี่ยว ปวดข้อ ปวดเข่า ปวดหลัง เดินได้ช้าลง ทำอะไรช้าลง เป็นต้น

ข้อมูลด้านปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ผู้วิจัยพบว่า มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชูชีพ เบียดนอก ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณีตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี” สรุปได้ว่า ข้อมูลพื้นฐานกลุ่มของผู้สูงอายุจากกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสำรวจเบื้องต้น พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง ๗๐ – ๗๙ ปี อาศัยอยู่ในหมู่ ๗ เกิดในจังหวัดปทุมธานีเป็นส่วนใหญ่ สถานภาพสมรสเป็นคู่สามี/ภรรยา ระยะเวลากลับมาเยี่ยมบ้านของลูกหลานส่วนใหญ่ยังอยู่ด้วยกัน บิดามารดาเสียชีวิตทั้ง ๒ ท่าน จบการศึกษาสูงสุดระดับประถมศึกษา ด้านสุขภาพและความเจ็บป่วย พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เห็นว่าสุขภาพขณะนี้อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเปรียบเทียบกับคนรุ่นเดียวกันส่วนใหญ่เห็นว่าคล้ายกับคนอื่น ๆ ส่วนใหญ่มีโรคประจำตัวที่ต้องรักษา โดยอยู่ในกลุ่มโรคความดันและเบาหวาน สถานที่รักษาส่วนใหญ่รักษาที่โรงพยาบาลประจำจังหวัด^๒

ด้านปัญหาและการจัดการสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ประสบกับปัญหาสุขภาวะทางจิตใจ ดังนี้

๑. ผู้สูงอายุประสบปัญหาเรื่องความเครียด อันเนื่องมาจากปัญหาทางด้านสุขภาพ
๒. ความเครียดอันเนื่องมาจากบุตรหลาน
๓. ความเครียดอันเนื่องมาจากการไม่มีงานทำ และมีรายได้น้อยลง ซึ่งไม่เพียงพอต่อรายจ่ายในชีวิตประจำวัน

^๒ ชูชีพ เบียดนอก, “การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณีตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี”, วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – มิถุนายน ๒๕๕๕): ๔๙-๕๖.

๔. ความเครียดอันเนื่องมาจากการหนี้สิน

๕. ผู้สูงอายุบางราย ประสบกับปัญหาภาวะซึมเศร้า เนื่องจากอาศัยอยู่กันเพียงลำพัง ไม่มีบุตรหลานคอยดูแลใกล้ชิด

ข้อสรุปดังกล่าวมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ธรรธร ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม** ซึ่งได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม” ผลการวิจัยพบว่า การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุจะมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม ความเสื่อมลงของสภาพร่างกาย ปัญหาเกี่ยวกับการสูญเสียบทบาทหน้าที่ สถานะทางสังคมประกอบกับผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ ได้แก่ ความจำ เชาวน์ปัญญา การเรียนรู้ บุคลิกภาพและความเจ็บเหงา เดียวดายซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงดังนี้

ความจำ ความจำเสื่อมถอยลงเป็นปรากฏการณ์เบื้องต้นต่อการเปลี่ยนแปลงไปสู่วัยสูงอายุ ความจำต่อสิ่งใหม่ ๆ มีน้อยกระบวนการจำมีเพียงระยะสั้นมักลืมเหตุการณ์ปัจจุบันหรือเหตุการณ์ที่เพิ่งเกิดขึ้นได้ง่ายแต่พบว่าจำเหตุการณ์ในอดีตได้ดี การมีชีวิตอยู่กับอดีตและความหลัง เป็นสิ่งปกติวิสัยในผู้สูงอายุ

เชาวน์ปัญญา ความรวดเร็วของการใช้ความคิดลดลงตามอายุที่เพิ่มขึ้น แต่ความแม่นยำ ยังคงมีเท่า ๆ กับหนุ่มสาวถ้าใช้เวลามากขึ้นผู้สูงอายุสามารถที่จะแสดงความคิดเห็นหรือใช้ วิจารณ์ญาณได้ดี ในสถานการณ์ที่ต้องอาศัยความสุขุมจากประสบการณ์และความรู้อันได้รับการสะสม มาเป็นระยะเวลาอันยาวนาน ส่วนความสามารถในการดำเนินวิเคราะห์สิ่งต่าง ๆ อาจลดลง แต่ความรู้สึก ทั่วไปและที่เกี่ยวกับภาษายังคงมีอยู่กระทั่งในบั้นปลายของชีวิต

การเรียนรู้ ความสามารถในการเรียนรู้ขึ้นอยู่กับความทรงจำซึ่งมักจะน้อยลงในวัยชร การรับรู้และการเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ในบริบทของชีวิตที่มีความซับซ้อนและจะเรียนรู้ได้ยาก เช่น เทคโนโลยีใหม่ ๆ ทางด้านสารสนเทศและการขาดแรงจูงใจจะมีผลต่อความสามารถในการเรียนรู้ ในระยะนี้

บุคลิกภาพ ลักษณะและรูปแบบที่เป็นมาตั้งแต่เดิมของคุณลักษณะทางบุคลิกภาพจะยังคงไว้แต่ลักษณะเด่นเฉพาะและจะแสดงออกมาในวันสูงอายุตามอิทธิพลหรือข้อจำกัดทางกายและทางจิต

ภาวะเหงา เป็นภาวะที่แสดงถึงการขาดการสนองตอบโต้ทางอารมณ์ จากการศึกษา พบว่า ในวัยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ร้อยละ ๔๒ เป็นหม้าย ฉะนั้น วัยนี้จะต้องพบกับการสูญเสียที่ยิ่งใหญ่ ในช่วงชีวิต คือ การสูญเสียคู่สมรสซึ่งจะสร้างความกระทบกระเทือนใจได้สูงมาก การอยู่อย่างโดด เดี่ยวขาด คู่คิดจะทำให้จิตใจหดหู่ รวมทั้งเพื่อนฝูงในวันเดียวกันก็ได้ล้มหายตายจากไปบ้างแล้ว ที่เหลืออยู่ก็อาจจะขาดการติดต่อ เนื่องจากสุขภาพไม่เอื้ออำนวยในการเดินทางจึงต้องอยู่อย่าง

เหงาหงอย ก่อให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ในชีวิต มีอารมณ์ฉุนเฉียว โกรธง่าย สิ้นหวังและอาจเป็นสาเหตุทำให้ระบบต่าง ๆ ของร่างกายยิ่งอ่อนแอลงได้อีก

ความรู้สึกไม่มั่นใจขาดเสถียรภาพทางจิตใจ (Insecure) ภาวะไม่มีเสถียรภาพทางจิตใจ เกิดจากการที่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่นในด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน ด้านเศรษฐกิจด้านความคุ้มครอง ให้ปลอดภัยทำให้ผู้สูงอายุหงุดหงิดง่ายโมโหง่ายสะเทือนใจง่ายด้วยเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ทำให้กลายเป็น คนหุ้มหุ้ม ใจน้อยฉุนเฉียวโกรธง่ายและวุ่นวายในกิจกรรมของผู้อื่นเป็นสาเหตุนำไปสู่การขัดแย้ง กับลูกหลานหรือผู้ดูแลได้

ความรู้สึกกลัวตาย ความกลัวตายทำให้ผู้สูงอายุกังวลกับการเจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้น จึงมักจะต้องพบแพทย์บ่อยๆ เพราะความกลัวตายนี้ทำให้ผู้สูงอายุหาโรคภัยไข้เจ็บใส่ตนเองจนบางครั้งลูกหลานอาจชุ่นเคืองและรำคาญได้

ความรู้สึกหมดหวังสิ้นหวัง ความเสื่อมของสมรรถภาพทางด้านร่างกายและจิตใจ ผู้สูงอายุอาจมีความคิดสร้างสรรค์สิ่งที่เป็นประโยชน์ให้แก่ลูกหลาน ให้แก่สังคมอาจกระทำตนให้เป็นประโยชน์แต่ถูกจำกัดด้วยความเสื่อมถอยทางร่างกายและจิตใจที่ผู้สูงอายุไม่อาจยับยั้งได้ ความรู้สึกหมดหวังทำให้เกิดความรู้สึกโกรธตนเองอาจกลายเป็นภาวะเศร้าได้ในที่สุด^๓

ปัญหาสุขภาพทางสังคมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาปัญหาสุขภาพทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีปัญหาสุขภาพทางสังคม ดังนี้

๑. ผู้สูงอายุบางท่านอาศัยอยู่คนเดียว ไม่มีบุตรหลาน ไม่มีคนดูแล
๒. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอาศัยอยู่กับหลาน เนื่องจากบุตรที่ไปทำงานต่างจังหวัด มักส่งหลานมาให้ผู้สูงอายุเลี้ยงดู ดังนั้น ภาระต่าง ๆ จึงตกไปสู่ผู้สูงอายุ
๓. ผู้สูงอายุที่ต้องดูแลหลาน มักไม่ค่อยได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมที่ชุมชนจัดขึ้น เนื่องจากต้องดูแลเลี้ยงดูหลาน
๔. ผู้สูงบางท่านมีปัญหาทางด้านสุขภาพกาย ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมได้
๕. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่สามารถประกอบอาชีพได้
๖. รายได้จากเบี้ยยังชีพ ไม่เพียงพอต่อรายจ่าย

^๓ ธารธร ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม, “พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม”, วิทยุวิชาสารธารณสุขชุมชน, (คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ,๒๕๕๐), หน้า ๒๙ – ๓๐.

๗. ผู้สูงอายุยังมีภาระหนี้สิน เนื่องจากการกู้ยืมมาใช้จ่ายหมุนเวียนในการทำเกษตรกรรม ผู้สูงอายุบางท่านก็กู้ยืมเงินมาให้บุตรหลานของคน

๘. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้วางแผนทางการเงินสำหรับใช้จ่ายตอนมีชีวิตอยู่ แต่กลับวางแผนในการทำประกันชีวิต และเงินฌาปนกิจศพ ไว้ใช้จัดงานศพหลังจากที่ตนเองเสียชีวิตลง เพื่อที่จะไม่ต้องเป็นภาระของลูกหลาน

๙. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในชุมชนติดการพนัน อาทิเช่น หวายนบนดิน หวยไต้ดิน และหวยหุ่น นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ**สมรทิพย์ วิภาวนิช**^๔ พบว่า การสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านสังคมในภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนด้านพฤติกรรมสุขภาพ ด้านเศรษฐกิจ ด้านการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพ ด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ ในภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก และจากการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพจำนวน ๒ ชุมชน พบว่า มีการน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิต เพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพของคนในชุมชน ทั้งปัญหาด้านเศรษฐกิจ ด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ ด้านสังคม ด้านพฤติกรรม และด้านการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพ

ปัญหาสุขภาพทางจิตวิญญาณ

จากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาทางจิตวิญญาณ เนื่องจากผู้สูงอายุในชุมชนดังกล่าว มีคุณธรรม ซื่อสัตย์ สุจริต มีความเมตตาต่อกัน มีจิตใจเข้มแข็ง ผ่องใส มีความศรัทธาในพระพุทธศาสนา มีความนิยมชื่นชอบในศิลปวัฒนธรรมประเพณี มีจิตสำนึก มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม และมีค่านิยมที่ดีงาม มีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตและโลก มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **จารุวรรณ เหมะธรและพิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ** ซึ่งได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ความต้องการทางสุขภาพ อนามัยของผู้สูงอายุ” พบว่า การพัฒนาเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องในวาระ สดุดีของช่วงอายุมนุษย์ความสูงอายุนี้นี้จะเริ่มตั้งแต่เกิดมาและดำเนินต่อไปจนสิ้นอายุขัย^๕ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ **วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์** ที่ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาความสอดคล้อง ระหว่างการเสริมสร้างสุขภาพเชิงพุทธกับการเสริมสร้างสุขภาพของผู้มีอายุยืนในสังคมไทย” พบว่า องค์ความรู้ในการเสริมสร้างสุขภาพ ในทางพระพุทธศาสนามีดังนี้ สาเหตุที่ทำให้อายุยืนมาจาก อดีตกรรมหรือปัจจุบันกรรม ซึ่งในพระพุทธศาสนาเรียกว่าโรค แบ่งออกเป็นทางกายและทางใจ ซึ่งสาเหตุมีหลายประการ การแก้ปัญหาโรคและความเจ็บป่วยแก้ไขที่เหตุของโรค โรคทางกาย รักษาด้วยสมุนไพร อาหาร เป็นต้น การรักษาโรคทางใจใช้ศีลสมาธิและปัญญา มีความสอดคล้อง ระหว่างการเสริมสร้างสุขภาพเชิง

^๔ นนทรี สัจจาธรรม, “รูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต”, **วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์**, ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (กุมภาพันธ์ – พฤษภาคม ๒๕๕๘): ๔๓ – ๕๔.

^๕ จารุวรรณ เหมะธร และพิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ, “ความต้องการทางสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ”, **รายงานการวิจัย**, ภาควิชาพยาบาลศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๖๖), หน้า ๖.

พุทธกับการเสริมสุขภาพของผู้ที่มีอายุยืนเป็นส่วนใหญ่ในเรื่อง ๑) การจำแนกโรค ๒) สาเหตุของโรค ๓) การแก้ปัญหาสุขภาพและความเจ็บป่วย ๔) การเสริมสร้างสุขภาพโดยรวม การเสริมสุขภาพกาย การเสริมสุขภาพจิต มีความแตกต่างกัน^๖

๕.๓.๒ อภิปรายผลการวิจัยประเด็นเรื่องกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางกายตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางร่างกาย พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ดังนี้ ความพอประมาณ คือ มีความรู้ประมาณในการบริโภค มีการนอนหลับพักผ่อนที่เพียงพอ ออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ ความมีเหตุผล คือ มีเหตุผล รอบคอบ ระมัดระวัง รู้จักเลือกรับประทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์ การมีภูมิคุ้มกัน คือ มีการเตรียมตัวพร้อมรับกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี บางอย่างที่สามารถปลูกเองได้ อย่างพืชผักสวนครัวปลอดสารพิษ ผู้สูงอายุก็จะปลูกไว้ภายในบ้าน เงื่อนไขความรู้ คือ มีความรู้ว่าจะต้องดูแลตัวเองอย่างไร ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ก็จะไปพบแพทย์และรับประทานยาตามที่แพทย์สั่ง เงื่อนไขคุณธรรม คือ เป็นผู้มีคุณธรรมจริยธรรม ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่เบียดเบียนผู้อื่น รู้จักดูแลสุขภาพร่างกายของตัวเอง มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ฤทธิ์ชัย แกมมณาค** ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดขอนแก่น” ผลการศึกษาค้นคว้าด้านการออกกำลังกาย พบว่า ผู้สูงอายุมีการทำกิจกรรมยืดเส้นยืดสาย เช่น แกว่งแขน ยืดขา ก่อนออกกำลังกาย มีการเตรียมร่างกายให้พร้อมสำหรับการออกกำลังกาย และผู้สูงอายุออกกำลังกายตามสภาวะไม่ถึงขั้นมีความรู้สึกล้าหวิวใจเต้นเร็วและแรงขึ้น ด้านการปฏิบัติเพื่อความปลอดภัย พบว่า ผู้สูงอายุเดินอย่างระมัดระวัง เพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ การระมัดระวังเป็นพิเศษเพื่อเดินขึ้นหรือลงบันได และผู้สูงอายุไม่นิยมสวมรองเท้าส้นเตี้ย หุ้มส้น หรือรัดส้น ด้านการสุขภาพที่อยู่อาศัย พบว่า ผู้สูงอายุมีการจัดเก็บหรือดูแลเครื่องใช้ภายในบ้านให้เป็นระเบียบไม่เกะกะทางเดิน การจัดการหรือดูแลที่อยู่อาศัยให้มีแสงสว่างเพียงพอที่จะมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างชัดเจนและการจัดการหรือให้ผู้ดูแลบริวารเฝ้าระวังรอบ ๆ บ้านให้สะอาดอยู่เสมอ สำหรับการพัฒนาพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดขอนแก่น พบว่า ผู้สูงอายุต้องการแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมาตรวจสุขภาพทั่วไปและแจกยาสามัญประจำบ้าน ถ้าผู้สูงอายุมีอาการเจ็บป่วยเล็กน้อย จะดูแลตนเองด้วยการซื้อยาสามัญประจำบ้านมารับประทานเอง

^๖ วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์, “การศึกษาความสอดคล้องระหว่างการเสริมสร้างสุขภาพเชิงพุทธกับการเสริมสร้างสุขภาพของผู้มีอายุยืนในสังคมไทย”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

แต่ผู้สูงอายุบางคนรับประทานยาสมุนไพรแทนการใช้ยาสามัญประจำบ้าน ในขณะที่บางครั้งผู้สูงอายุจะไปพบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่^๗

กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ดังนี้ คือ ความพอประมาณ คือ รู้จักพอดี พอประมาณ ใช้ชีวิตเรียบง่าย อยู่อย่างพอเพียงตามฐานะ พึ่งพอใจใน ฐานะความเป็นอยู่ของตัวเอง อารมณ์ดี มีความสุข ไม่เครียด ความมีเหตุผล คือ เป็นคนที่มีเหตุผล เวลาสอนลูกหลานก็จะใช้เหตุผลมาสอนว่าสิ่งไหนดี สิ่งไหนไม่ดี สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ การมี ภูมิคุ้มกัน คือ สามารถปรับตัวเข้ากับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างดีและมีความสุขกับปัจจุบัน เงื่อนไขความรู้ คือ เป็นคนที่มีความรู้ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่น เวลาว่างก็จะหา กิจกรรมให้ตัวเองทำ เงื่อนไขคุณธรรม คือ ชอบเข้าวัดทำบุญ ปฏิบัติธรรม ชอบให้ทาน รักษาศีล เจริญภavana มีความเมตตา กรุณา ข้อมูลดังกล่าวมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของฤทธิชัย แกมมณาค ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุวัด ห้วยผาย ตำบลสันกลาง อำเภอฟาน จังหวัดเชียงราย” ผลการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุมีการจัดการกับ ความเครียด ด้วยการบอกกับตนเองว่าปัญหาทุกอย่างแก้ไขได้ การสามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้ อย่างมีสติ และผู้สูงอายุไม่ค่อยปฏิบัติเสาคำขอร้องของผู้อื่นบ้างในบางโอกาส^๘

กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางสังคม พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ดังนี้ คือ ความพอประมาณ คือ มีความพอประมาณ พอใจในสิ่งที่ตัวเองมี อยู่อย่างพอดีพอกิน ใช้จ่ายอย่าง ประหยัดไม่ฟุ่มเฟือย ไม่มีความโลภอยากได้ของคนอื่นที่ไม่ใช่ของตัวเอง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นใน สังคมได้อย่างสงบสุข ความมีเหตุผล คือ เป็นผู้ที่มีการตัดสินใจในการดำเนินการอย่างมีเหตุผล ปฏิบัติ ตนถูกต้องตามหลักกฎหมาย หลักคุณธรรมจริยธรรม ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องตามประเพณีและ วัฒนธรรมที่ดีงาม การมีภูมิคุ้มกัน คือ มีการเรียนรู้ที่จะปรับตัวและรับมือกับความเปลี่ยนแปลงทาง สังคมในยุคโลกาภิวัตน์ เงื่อนไขความรู้ คือ เป็นผู้มีความรู้ที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นความรู้เรื่องของ วัฒนธรรมประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อทางด้านพระพุทธศาสนาและความเชื่อตามวิถีชาวบ้านที่ดำรง สืบทอดต่อกันมา เงื่อนไขคุณธรรม คือ ผู้สูงอายุมีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความเมตตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

^๗ ฤทธิชัย แกมมณาคและคณะ, “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียน ผู้สูงอายุวัดห้วยผาย ตำบลสันกลาง อำเภอฟาน จังหวัดเชียงราย”, ใน **รวมบทความการประชุมสัมมนาวิชาการราช ภัฏนครสวรรค์วิจัย ครั้งที่ ๑**, หน้า ๙๗๕ – ๙๘๗. (อัสสัณ).

^๘ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๘๓.

เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ฤทธิ์ชัย แกมมณาค** ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอพวน จังหวัดเชียงราย” ผลการวิจัย พบว่า ด้านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ผู้สูงอายุมีการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ กับครอบครัวและเพื่อนบ้านได้ดี มีการสังสรรค์หรือพูดคุยกับเพื่อนบ้านและพึ่งพาช่วยเหลือซึ่งกันและกันกับเพื่อนบ้านใกล้เคียง และผู้สูงอายุไม่ค่อยได้ปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเองกับผู้ที่มีความรู้

กระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

จากการศึกษากระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตวิญญาณ พบว่า ผู้สูงอายุในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ มีการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ดังนี้ คือ ความพอประมาณ คือ มีความพอประมาณ พอใจในสิ่งที่ตัวเองมี อยู่อย่างพอดีพอकिन ใช้จ่ายอย่างประหยัดไม่ฟุ่มเฟือย ไม่มีความโลภอยากได้ของคนอื่นที่ไม่ใช่ของตัวเอง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข ความมีเหตุผล คือ เป็นผู้ที่มีการตัดสินใจในการดำเนินการอย่างมีเหตุผล ปฏิบัติตนถูกต้องตามหลักกฎหมาย หลักคุณธรรมจริยธรรม ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องตามประเพณีและวัฒนธรรมที่ดีงาม การมีภูมิคุ้มกัน คือ มีการเรียนรู้ที่จะปรับตัวและรับมือกับความเปลี่ยนแปลงทางสังคมในยุคโลกาภิวัตน์ เงื่อนไขความรู้ คือ เป็นผู้มีความรู้ที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นความรู้เรื่องของวัฒนธรรมประเพณี พิธีกรรม ความเชื่อทางด้านพระพุทธศาสนาและความเชื่อตามวิถีชาวบ้านที่ดำรงสืบทอดต่อกันมา เงื่อนไขคุณธรรม คือ ผู้สูงอายุมีความซื่อสัตย์ สุจริต มีความเมตตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ข้อสรุปดังกล่าวนี้ มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **พระมหาสุเทพ สุทธิญาโณ (ธนิกุล)** ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยทางจิต-สังคมแห่งการมีอายุยืน : กรณีศึกษาผู้มีอายุยืนตั้งแต่ ๑๐๐ ปีขึ้นไป ” ผลของการศึกษาพบว่า ข้อมูลทั่วไป อายุเฉลี่ยของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ ๑๐๒ ปี ๘ เดือน ส่วนใหญ่ไม่มีวุฒิทางการศึกษาปริญญาโท ๑ ท่าน ส่วนใหญ่อาศัยพักสัการและรับจ้างอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ๔ ท่าน และต่างจังหวัด ๓๙ ท่าน และในส่วนของสัมภาษณ์การวิเคราะห์ได้ ๕ ด้าน คือ ๑) ด้านกายภาพพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ร่างกายแข็งแรง สมส่วน คุณภาพในการพักผ่อนดี ไม่เสพสิ่งเสพติด ไม่มีโรคประจำตัว นอกจากความเสื่อมแห่งวัยชรา ๒) ด้านกายภาพแวดล้อม พบว่า ผู้สูงอายุอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี รับประทานอาหารธรรมชาติ เน้นอาหารพืชผัก รับประทานอาหารและปริมาณไม่มาก ๓) ด้านสังคมพบว่า ผู้สูงอายุทุกคนมีครอบครัวที่อบอุ่น ลูกหลานมีความกตัญญูดูแลที่ดูแลใกล้ชิด ร่วมกิจกรรมสังสรรค์ทางสังคมและประเพณี ๔) ด้านจิตใจ พบว่า ผู้สูงอายุทุกคนมีความสันโดษ ใจกว้าง หนักแน่น มีอารมณ์ขัน ไม่ผูกโกรธ มองโลกในแง่ดี รู้จักทำจิตใจให้สงบ และปล่อยวาง และ ๕) ด้านปัญญา พบว่าผู้สูงอายุรู้เท่าทันชีวิตสังคมและโลก มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง รู้จักเลือกรับประทานอาหาร

และทำกิจที่สบายแก่ตนเอง ดังนั้น ปัจจัยที่มีผลต่อการมีอายุยืนในแต่ละด้าน จัดอันดับจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านจิตใจมีความถี่สูงสุด ส่วนด้านกายภาพแวดล้อม ด้านสังคม ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ และด้านปัญญา มีความถี่รองลงมาตามลำดับ^๙

การเสริมสร้างสุขภาวนั้น มีความเกี่ยวข้องใน ๔ มิติ คือ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม และสุขภาพทางจิตวิญญาณ (ปัญญา) ซึ่งแต่ละมิติของสุขภาวะล้วนมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างเป็นองค์รวมและสมดุล หากสามารถหลอมรวมเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องและเชื่อมโยงกันได้ ดังนั้น นิยามของสุขภาวะจึงสามารถสรุปได้ใน ๒ นิยาม คือ นิยามในทางบวก (Positive) หมายถึง ความสุข ความสบายของชีวิต และนิยามในทางลบ (Negative) หมายถึง ชีวิตที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บหรือความไม่มีโรคภัยเบียดเบียน ซึ่งการเสริมสร้างสุขภาวะภายในกรอบคิดด้านการแพทย์และการสาธารณสุขนั้น ได้จำแนกกระบวนการด้านสุขภาพออกเป็น ๔ ประเภท คือ

๑. การส่งเสริมสุขภาพ (Health promotion)
๒. การป้องกันโรค (Disease control and prevention)
๓. การวินิจฉัยและการรักษาพยาบาล (Prompt diagnosis and treatment)
๔. การฟื้นฟูสมรรถภาพ (Rehabilitation medicine)

กระบวนการดังกล่าว สอดคล้องกับแนวคิดด้านการเสริมสร้างสุขภาพของการแพทย์กระแสหลักที่กำหนดโดยองค์การอนามัยโลก (WHO) ว่าประกอบด้วย ๕ ด้าน คือ

๑. การส่งเสริมสุขภาพ (Promotion medicine)
๒. การป้องกันโรค (Preventive medicine)
๓. การรักษาโรค (Curative medicine)
๔. การจำกัดหรือป้องกันความพิการ (Disability medicine)
๕. การฟื้นฟูสมรรถภาพของคนไข้ (Rehabilitation medicine)

จากกระบวนการด้านสุขภาพทั้ง ๔ กระบวนการ หรือแนวคิดด้านการเสริมสร้างสุขภาพของการแพทย์กระแสหลัก ๔ ด้านนี้ สามารถสรุปเป็นหลักการเสริมสร้างสุขภาวะได้ ๒ ด้านใหญ่ ๆ ดังต่อไปนี้ คือ

๑. หลักการดูแลสุขภาพในยามปกติเมื่อยังไม่เกิดการเจ็บป่วย ซึ่งเป็นการเสริมสร้างสุขภาวะ หรือการป้องกันและควบคุมไม่ให้เกิดโรค มีวิธีการหลากหลาย เช่น การออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ มีความครบถ้วน มีความหลากหลาย มีความเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย และมีความพอเพียงไม่มากเกินไปจนก่อให้เกิดโรค การให้

^๙ พระมหาสุเทพ สุธัญญาโณ (ธนิกกุล), “ปัจจัยทางจิต-สังคมแห่งการมีอายุยืน: กรณีศึกษาผู้มีอายุยืนตั้งแต่ ๑๐๐ ปี ขึ้นไป”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

วัคซีนเพื่อป้องกันการเกิดโรค และความเจ็บป่วยต่าง ๆ การลด ละ เลิกบุหรี่ และเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การหลีกเลี่ยงการบริโภคสิ่งที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เป็นต้น รวมไปถึงการตรวจร่างกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อค้นหาการเจ็บป่วยที่จะเกิดขึ้นระยะต้น ๆ เป็นการป้องกันการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นไม่ให้รุนแรงขึ้น อันจะนำไปสู่การเจ็บป่วยเรื้อรัง

๒. หลักการรักษาโรคเมื่อเกิดการเจ็บป่วย หรือการรักษาพยาบาลฟื้นฟูสุขภาพให้กลับมาเป็นปกติ มีลักษณะเด่นที่มุ่งเน้นการค้นหาโรค ซึ่งเป็นอาหารหรือความผิดปกติของอวัยวะใดอวัยวะหนึ่งในร่างกาย เป็นระบบการทำงานทางชีวกลไกที่ผิดปกติที่ต้องตรวจวัดทางคลินิกได้ การแพทย์กระแสหลักจึงถือเรื่องโรคเป็นหลัก หรือทฤษฎีโรค จะกระทำการรักษาโดยผู้เชี่ยวชาญสาขาต่าง ๆ ที่มีความชำนาญเฉพาะโรค หรือที่มีความชำนาญแบ่งแยกตามระบบของร่างกาย การรักษาจะมุ่งเน้นไปในการใช้เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือสำคัญในการรักษา บางครั้งดูเหมือนเป็นกระบวนการใช้แทรกแซงจากภายนอก

ถึงแม้ว่าแนวคิดเรื่องสุขภาพในปัจจุบันจะปรับเปลี่ยนกระบวนการทัศน์สู่แนวคิดสุขภาวะแบบองค์รวม ซึ่งประกอบด้วย ๔ มิติ คือ มิติทางกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณหรือปัญญา ตามที่กล่าวไว้ข้างต้นนี้ การรักษาและการเสริมสร้างสุขภาวะทั้ง ๔ มิตินั้น จะต้องสอดคล้อง สนับสนุน ส่งเสริมซึ่งกันและกันอย่างเป็นองค์รวม ถึงแม้ว่าปัจจุบันภายใต้กรอบแนวคิดทางการแพทย์กระแสหลักยังคงมุ่งเน้นสุขภาพหรือสุขภาวะในมิติทางกาย มีกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะโดยการส่งเสริมให้ร่างกายมีสภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง ปราศจากโรค การดูแลสุขภาพ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การให้วัคซีนเพื่อป้องกันโรคเป็นหลัก และเมื่อร่างกายเจ็บป่วยขึ้นแล้วก็มีกระบวนการวินิจฉัยและรักษาพยาบาล เพื่อให้ร่างกายฟื้นคืนสภาพจากความเจ็บป่วย ป้องกันไม่ให้เกิดความพิการขึ้นกับร่างกาย และฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยให้คืนดีดังเดิม

ในขณะที่มิติด้านจิตใจ กลับถูกมองไปในลักษณะการทำงานเชิงชีวเคมี โดยเน้นการศึกษาระบบทำงานอันสลับซับซ้อนของกลไกทางเคมีและชีววิทยาเป็นหลัก ดังนั้น การดูแลรักษาจิตใจก็กลายเป็นการให้การรักษาด้วยสารเคมี เพื่อมุ่งปรับปรุงการทำงานสารเคมีในสมองเท่านั้น

ส่วนมิติทางสังคมและจิตวิญญาณ ถึงแม้จะมีการกล่าวไว้ในพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐ แล้วก็ตาม แต่ก็ยังคงไม่มีความชัดเจนในทางปฏิบัติเท่าที่ควร มีการละเลยในการดูแลสุขภาพด้านสังคมและปัญญา ส่วนใหญ่จะเป็นเพียงแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพที่ขยายมิติของการมองที่ขวางออกไป และมีการส่งเสริมในบางพื้นที่และประเด็นสุขภาพเท่านั้น เนื่องจากกระบวนการเสริมสร้างด้านสังคมและจิตวิญญาณนั้น จะต้องใช้กระบวนการและขั้นตอนที่หลากหลาย และมีความเกี่ยวข้องกับภาคีต่าง ๆ ตั้งแต่ในระดับชุมชนไปจนถึงระดับนโยบาย ดังนั้น จำเป็นต้องใช้ระยะเวลา การให้ความรู้และกระบวนการที่เหมาะสม ซึ่งในอนาคตจำเป็นต้องมีกระบวนการพัฒนาสังคมและจิตวิญญาณร่วมกับภาคส่วนต่าง ๆ ในมิติของการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุต่อไป

ผลการศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **อูนเอื้อสิงห์คำ^{๑๐}** ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “กระบวนการและผลของการสร้างเสริมสุขภาวะองค์กรรวมวิถีพุทธ” ผลการวิจัยพบว่า กระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะองค์กรรวมวิถีพุทธจัดขึ้นเป็นระยะเวลา ๕ วัน เพื่อเรียนรู้ทฤษฎีการสร้างสุขภาพควบคู่กับการปฏิบัติ โดยบูรณาการองค์ความรู้บนความเชื่อจากวิถีการดำรงชีวิตของสังคมไทยและวิทยาการทางวิทยาศาสตร์ เน้นองค์ความรู้เพื่อการพึ่งตนเองจนเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้ มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ มีการฟังและสนทนาธรรมจากนักบวชเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณสู่การลด ละ เลิก ความโลภ โกรธ หลง นอกจากนี้ ยังพบว่า ผลจากกระบวนการสร้างเสริมสุขภาวะองค์กรรวมวิถีพุทธทำให้คนมีสุขภาพที่ดีขึ้น เกิดจิตใจที่ดีงาม มีความเสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีอารมณ์เบิกบาน แจ่มใส ทำให้เกิดพลังในการช่วยเหลือผู้อื่นที่ทุกข์ทรมาน เพื่อมีสุขภาพดี และช่วยทำให้สุขภาวะของสังคมดีขึ้น

นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ **พระวิทยา ญาณสาโร (คัมภีร์)** ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงที่สอดคล้องกับหลักพุทธธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธานุสาเถรวาท” ซึ่งได้กล่าวถึงประโยชน์ของการประยุกต์หลักพุทธธรรมกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง สรุปได้ดังนี้

๑. ด้านพัฒนาตนเอง พบว่า ด้านการพัฒนาตนเอง ต้องรู้จักประมาณตน พออยู่ พอกิน และพอดี พึ่งพาตนเองได้ ขยันหมั่นเพียร อดออม ไม่ฟุ้งเฟ้อ ดำเนินชีวิตด้วยสติปัญญา พยายามพัฒนาชีวิตด้านเศรษฐกิจด้วยการพึ่งตนเองเป็นหลัก รู้จักการใช้จ่ายทรัพย์สินที่หาได้มาและรักษาทรัพย์สินที่ได้มา ไม่โลภ รู้จักการเลี้ยงชีวิตแต่พอเหมาะพอดีกับตนเอง รู้จักเลือกคบหามิตรที่ดี รู้จักเสวนาคบหาคนดีที่เกื้อกูลกัน มีชีวิตเรียบง่ายสมถะ พอประมาณ สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม สร้างภูมิคุ้มกันให้กับตนเองต่อโลกในยุคโลกาภิวัตน์ ไม่ให้ลุ่มหลงในวัตถุนิยมและบริโภคนิยม พึ่งพอใจในสิ่งที่ตนมี

๒. ด้านการพัฒนาอาชีพ พบว่า ควรส่งเสริมให้มีอาชีพที่ยั่งยืน ไม่ลุ่มหลงต่อวัตถุนิยมและบริโภคนิยม มีรายได้พอเลี้ยงตนเอง บรรเทาความยากจน สามารถมีอาหารและที่อยู่อาศัยพอพึ่งพาตนเองได้ ยกระดับเศรษฐกิจในแบบค่อยเป็นค่อยไป ไม่ใช่ในรูปแบบก้าวกระโดด ส่งเสริมให้เกษตรกรมีความรู้ในด้านเกษตรกรรม สร้างให้เกิดภูมิปัญญาของตนเองในการประกอบอาชีพ

๓. ด้านการพัฒนาสังคม พบว่า ให้รู้จักแบ่งปัน เกื้อหนุนซึ่งกันและกัน ไม่เบียดเบียนผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นสัตว์ หรือธรรมชาติสิ่งแวดล้อม ส่งเสริมให้คนในสังคมมีจริยธรรม คุณธรรม ไม่เป็นสังคมวัตถุนิยมและบริโภคนิยม ไม่แก่งแย่งกัน ไม่เห็นแก่ตัวเงินตรา สร้างสังคมให้เข้มแข็งซึ่งเป็นพื้นฐานความมั่นคงของประเทศชาติ งานวิจัยดังกล่าว มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **วิไลวรรณ**

^{๑๐} อูนเอื้อสิงห์คำ และคณะ, “กระบวนการและผลของการสร้างเสริมสุขภาวะองค์กรรวมวิถีพุทธ”, วารสารสมาคมนักวิจัย, ปีที่ ๑๙ ฉบับที่ ๑ (๑ มกราคม – เมษายน ๒๕๕๗): ๗๓.

อาจารย์านนท์ ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพุทธธรรมสำหรับผู้สูงอายุ” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ความต้องการของผู้สูงอายุ แบ่งเป็น ๒ ด้าน คือ ความต้องการความสุขทางกาย และความต้องการความสุขทางใจ ๒) ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินชีวิตที่ทำให้ผู้สูงอายุไม่มีความสุขมี ๒ ด้าน คือ อุปสรรคทางกายและอุปสรรคทางใจ ๓) รูปแบบในการดำเนินชีวิตที่ผู้สูงอายุคาดหวังหลังวัยเกษียณ พบว่า แนวคิดเรื่องความสุขของผู้สูงอายุให้ความสำคัญต่อความสุขมากขึ้นกว่าเดิมทั้ง ๒ ด้าน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพอใจในรูปแบบการดำเนินชีวิตปัจจุบันแล้ว มีส่วนน้อยที่ต้องการเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ พบว่า หลักการและแนวคิดของผู้เชี่ยวชาญต่าง ๆ ล้วนให้ความรู้และข้อเสนอแนะที่ดีในการปฏิบัติตน ในวิธีการดำเนินชีวิต ซึ่งผู้สูงอายุสามารถนำไปใช้เพื่อสุขภาวะที่ดีต่อไปได้ ส่วนหลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข คือ ธรรมที่เป็นอาหารของวิชาและวิมุตติ ได้แก่ โพชฌงค์ ๗ สติปัฏฐาน ๔ สุจริต ๓ อินทรีย์สังวร โภชนมัตตัญญูตา สติสัมปชัญญะ โยนิโสมนสิการ ศรัทธา สัทธรรม^{๑๑} ทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ**สมรทิพย์ วิภาวนิช**^{๑๒} ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสุขภาวะชุมชน” การพัฒนาแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสุขภาวะชุมชน ได้รูปแบบชื่อว่า “SMART Model” ซึ่งผ่านการรับรองแล้ว ผลการทดลองใช้รูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อสุขภาวะชุมชนกับกลุ่มทดลอง พบว่า ผลการทดสอบความรู้ สอบถามเจตคติต่อการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงหลังการทดลองสูงกว่าการทดลองอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ ๔) ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมที่มีต่อรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อสุขภาวะชุมชนในภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด และจากการถอดบทเรียน พบว่า มีความก้าวหน้าในการดำเนินงานการสร้างเสริมสุขภาพตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงทั้งทางด้านพฤติกรรม สุขภาพ เศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ

นอกจากนี้ยังมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **นายภิรมย์ เจริญผล**ซึ่งได้ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษา ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐมพบว่า ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ มักพบกับปัญหาทางด้านจิตใจ ถ้าผู้สูงอายุเหล่านั้นสามารถนำหลักพุทธธรรมไปปฏิบัติ น่าจะทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้นในช่วงปัจฉิมวัย ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ผู้สูงอายุใน

^{๑๑} วิไลวรรณ อาจารย์านนท์, “รูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขตามหลักพุทธธรรมสำหรับผู้สูงอายุ”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙).

^{๑๒} นนทรี สัจจาธรรม, “รูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต”, **วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์**, ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (กุมภาพันธ์ – พฤษภาคม ๒๕๕๘): ๔๓ – ๕๔.

สถานสงเคราะห์จังหวัดนครปฐม ผลการศึกษาสาเหตุและสภาพปัญหาของผู้สูงอายุ พบว่า สาเหตุที่ผู้สูงอายุเข้ารับการอุปการะในสถานสงเคราะห์ เนื่องจากการไม่มีผู้ดูแล ไม่มีที่อยู่อาศัย และอยู่กับครอบครัวไม่มีความสุขตามลำดับ และสภาพปัญหา ๔ ด้าน มีดังนี้ ๑) ด้านร่างกาย พบว่า ผู้สูงอายุมีอาการของโรคต่าง ๆ ที่พบในวัยของผู้สูงอายุ ๒) ด้านจิตใจ พบว่าผู้สูงอายุมีความวิตกกังวลในเรื่องความเจ็บป่วย และมีอาการซึมเศร้า ๓) ด้านสังคมในการอยู่ร่วมกันพบว่า ผู้สูงอายุ มีปัญหาการปรับตัวในการอยู่ร่วมกันให้เป็นสุข ๔) ด้านเศรษฐกิจและรายได้ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่มีปัญหาจะได้รับบริการต่าง ๆ จากสถานสงเคราะห์ ผลการศึกษาหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ในพระพุทธศาสนาพบว่า ๑) หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านร่างกาย ได้แก่ ไตรลักษณ์ ชั้น ๕ และอริยสัจ ๔ ๒) หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านจิตใจ ได้แก่ การรักษาศีล ๕ ไตรสิกขา บุญกิริยาวัตถุ และการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ๓) หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านสังคมในการอยู่ร่วมกัน ได้แก่ โลกธรรม ๘ พรหมวิหาร ๔ สังคหวัตถุ ๔ คารวะธรรมอคติ ๔ และขันติ ไสรัจจะ ๔) หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านเศรษฐกิจและรายได้ ได้แก่ อิทธิบาท ๔ ละเว้นอบายมุขและทิฐฐธัมมิกัตถประโยชน์ ผลการศึกษาวิเคราะห์การนำหลักพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์ พบว่า มี ๔ ด้าน ดังนี้ ๑) ปัญหาด้านร่างกาย พบว่า ผู้สูงอายุมีการยอมรับสภาพความจริงของสังขาร มีความเชื่อในกฎแห่งกรรม จึงปลงตกและการปล่อยวาง ๒) ปัญหาด้านจิตใจ พบว่าผู้สูงอายุปฏิบัติโดยใช้หลักธรรม การบำเพ็ญทาน การรักษาศีล และการเจริญภาวนา ๓) ปัญหาด้านสังคมในการอยู่ร่วมกัน พบว่า ผู้สูงอายุปฏิบัติโดยใช้หลักธรรม การคบหากัลยาณมิตร มีเมตตา กรุณาต่อกัน มีความอดทน อดกลั้น และระงับความโกรธ ๔) ปัญหาด้านเศรษฐกิจและรายได้ พบว่าผู้สูงอายุดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท ละเลิกอบายมุข และรู้จักประมาณตน^{๑๓}

๕.๓.๓ อภิปรายผลการวิจัยรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการศึกษา รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านจิตวิญญาณ โดยผู้สูงอายุ ครอบครัว ชุมชน และรัฐที่ผู้วิจัยได้อธิบายไว้ข้างต้น มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของมณีรัตน์ กุลวงษ์ และคณะ ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง "รูปแบบการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลพุดเตย อำเภอบึงสามพัน จังหวัดเพชรบูรณ์" ซึ่งได้มีรูปแบบ ๔ ขั้นตอน เริ่มจากขั้นตอนการมีส่วนร่วม มีส่วนร่วมในการเข้ากลุ่ม กำหนดเป้าหมาย ปฏิบัติงานให้ตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีของ

^{๑๓} ภิรมย์ เจริญผล, “วิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

ผู้สูงอายุ ร่วมคัดเลือกผู้สูงอายุที่มีความรู้ความสามารถมาเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม ร่วมในกระบวนการจัดการเรียนรู้ รวมถึงเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้จากหน่วยงานท้องถิ่นตำบลพุเตย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพุเตย ให้มาร่วมกันดำเนินกิจกรรมให้สอดคล้องกับรูปแบบที่ต้องการพัฒนาไปถึงตามด้วยขั้นตอนกระบวนการจัดการวางแผนพัฒนาผู้สูงอายุ เตรียมกิจกรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาผู้สูงอายุให้ครอบคลุม ทั้ง ๕ ด้าน ตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านเทคโนโลยี ด้านทรัพยากรธรรมชาติ ภายใต้อัน ๓ หัว ๒ เงื่อนไข ได้แก่ มีความพอประมาณ ความเป็นเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกัน มีความรู้ และมีคุณธรรมสู่ขั้นตอนการเรียนรู้ เป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อการพัฒนาการพึ่งตนเอง ดูแลตนเองเบื้องต้น เรียนรู้การอยู่ร่วมกัน เรียนรู้การใช้ทรัพยากร อนุรักษ์ สืบสานภูมิปัญญา เรียนรู้การสื่อสาร เข้าใจ ทนเหตุการณ์ การถ่ายทอดเทคโนโลยีนำมาเป็นแนวทางพัฒนาการพึ่งตนเอง และขั้นตอนการสร้างเสริมความเข้มแข็ง เน้นคุณธรรม กระตุ้นให้ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักในศักยภาพของตนเอง ตามแนวคิดการเสริมสร้างพลัง ๕ อย่าง คือ ทำให้มี ทำให้ตระหนัก ทำให้เชื่อมั่น ทำให้ได้ มีระบบเครือข่ายการเกื้อหนุนระบบบริการสื่อเทคโนโลยี โดยใช้พลังกาย พลังใจ พลังความคิด พลังปัญญา พลังการบริหาร พลังเศรษฐกิจ และพลังการเมือง^{๑๔} ทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ **ชูชีพ เปียदनอก** ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง: กรณีตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี” มีวัตถุประสงค์เพื่อหารูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นรูปธรรมในระดับครอบครัวและชุมชน และส่งเสริมและสนับสนุนให้มีชมรมต้นแบบการสร้างเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยการประยุกต์กระบวนการวิจัยของการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม พื้นที่ตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบที่เหมาะสมในการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีองค์ประกอบของรูปแบบการสร้างเสริมสร้างสุขภาวะ ๖ องค์ประกอบ แยกเป็นกระบวนการในการเสริมสร้างสุขภาวะ ๕ กระบวนการ และเงื่อนไขของความสำเร็จ ๑ เงื่อนไข ประกอบด้วย ๑) กระบวนการศึกษาสุขภาวะ ๒) กระบวนการวิเคราะห์ศักยภาพและความต้องการ ๓) กระบวนการวางแผนปฏิบัติ ๔) กระบวนการดำเนินกิจกรรมตามแผนภายใต้เงื่อนไขความรู้และคุณธรรม ๕) กระบวนการดำรงความยั่งยืน และ ๖) ทำความเข้าใจเงื่อนไขของบริบทที่เกี่ยวข้อง^{๑๕}

^{๑๔} มณีรัตน์ กุลวงษ์, “รูปแบบการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลพุเตย อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์”, รายงานการวิจัย, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร, ๒๕๕๙), หน้า บทคัดย่อ.

^{๑๕} ชูชีพ เปียदनอก, “การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณีตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี”, วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – มิถุนายน ๒๕๕๙): ๔๙.

นอกจากนี้ พบว่ามีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ **วริยา จันทรขำ** ที่ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง กรณีศึกษา: องค์การบริหารส่วนตำบลท่างาน อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ฐานคิด ทุนสังคม และศักยภาพ การดูแลผู้สูงอายุเพื่อสร้างชุมชนจัดการตนเอง คือ การมีส่วนร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมรับผลประโยชน์ แก้ไขปัญหาโดยใช้ภาคีเครือข่าย สร้างความมีจิตสาธารณะ เพื่อพัฒนาศักยภาพการดูแลสุขภาพ พัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาวะชุมชน จัดระบบบริการสุขภาพ จัดตั้งกองทุน/สวัสดิการและนำ ใช้ข้อมูลตำบลมาพัฒนางานอย่างเป็นระบบ ๒) รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง ใช้ระบบฐานข้อมูลตำบล บูรณาการทุนและศักยภาพทางสังคมภายในและภายนอกพื้นที่ เน้นการพัฒนาคุณภาพชีวิต สุขภาพความเป็นอยู่ และการพึ่งพาตนเอง ดูแลผู้ที่เข้าสู่วัยผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุ โดยเน้น ๔ มิติ คือ (๑) การดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง (๒) การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุด้านการเรียนรู้สัมมาอาชีพ (๓) การเตรียมความพร้อมก่อนวัยผู้สูงอายุ (๓) การเตรียมความพร้อมก่อนวัยผู้สูงอายุ และ (๔) การจัดสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ^{๑๖}

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดสระเกษ” มีข้อเสนอแนะ ดังนี้

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑. รัฐบาลควรสร้างหลักประกันในกลุ่มสูงอายุเป็นกระบวนการสร้างความมั่นคงให้แก่สังคม
๒. รัฐบาลควรสร้างแรงจูงใจให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าและมีศักยภาพ โดยการส่งเสริมสนับสนุนให้มีส่วนร่วมอันเป็นประโยชน์ต่อสังคม
๓. รัฐบาลควรพัฒนาการส่งเสริมผู้สูงอายุในด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันและดูแลตนเองเบื้องต้น
๔. ควรมีการนำหลักพุทธธรรมไปบูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ ภูมิปัญญาสากล ภูมิปัญญาท้องถิ่น และนำไปส่งเสริมสุขภาวะทางด้านกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณให้กับผู้สูงอายุ
๕. ควรมีการประสานงานกับภาคส่วนต่าง ๆ ในสังคม อาทิเช่น ภาครัฐ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ภาคเอกชน ประชาชน และกลุ่มองค์กรที่ทำงานในพื้นที่โดยอาศัยกิจกรรม ประเพณี

^{๑๖} วริยา จันทรขำ และคณะ, “รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง กรณีศึกษา: องค์การบริหารส่วนตำบลท่างาน อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี”, วารสารวิจัยเพื่อการพัฒนาเชิงพื้นที่, ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม - กันยายน ๒๕๕๘): ๒๒ - ๔๑.

ความเชื่อของชุมชนเป็นพื้นฐานในการพัฒนาสังคม เพื่อนำไปสู่ประโยชน์สุขส่วนร่วมและนำไปสู่การเสริมสร้างสุขภาวะที่ดีแบบองค์รวมของบุคคลและสังคมต่อไป

๖. ควรมีการส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสุขภาวะอย่างต่อเนื่อง โดยการสร้างกลไกการปฏิบัติงานตั้งแต่ในระดับพื้นที่ ระดับจังหวัด หรือภาคีเครือข่าย และระดับนโยบาย เพื่อให้มีการเรียนรู้และเกิดการเสริมสร้างสุขภาวะด้านกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณอย่างต่อเนื่อง

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

๑. การเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะทางกายที่ดีควรมีการจัดทำสื่อเอกสารให้ความรู้ที่หลากหลายแก่ผู้สูงอายุในด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกายที่เหมาะสม

๒. การเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะที่ดีทางจิตใจ ควรมีการส่งเสริมสร้างความอบอุ่นในครอบครัว ควรมีการส่งเสริมให้ลูกหลานกลับมาเยี่ยมเยียน และมีกิจกรรมวันครอบครัวภายในชุมชน สร้างความอบอุ่นให้กับผู้สูงอายุ

๓. การเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะที่ดีทางสังคม ควรให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องเข้าไปเยี่ยมผู้สูงอายุและทำการพูดคุยเพื่อรับทราบปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ และทำการรวบรวมข้อมูลเพื่อไปพัฒนาสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องการ

๔. การเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะที่ดีทางจิตวิญญาณ ควรมีการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจิตใจ ซึ่งจะช่วยให้สังคมผู้สูงอายุในชุมชนได้รับความรู้จากการฟังธรรม และได้พบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้ซึ่งกันและกัน

๕.๓.๓ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

๑. การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวนไม่มาก ผลการวิจัยแสดงถึงกลุ่มเป้าหมายในบริบทของเขตพื้นที่ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ เพียงแค่ ๔ หมู่บ้านเท่านั้น ถ้าหากนำประเด็นวิจัยเดียวกันไปศึกษาในบริบทของเขตอื่น ๆ ของพื้นที่ภูมิภาคอื่น ๆ จังหวัดอื่น ๆ นอกเหนือจากที่ผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ภาคสนามเก็บข้อมูลในครั้งนี้ อาจทำให้ได้ข้อมูลที่แตกต่างหลากหลายมากกว่านี้ จึงเป็นอีกประเด็นที่น่าสนใจในการนำไปศึกษาต่อไป นอกจากนี้ควรศึกษาทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพควบคู่กันไป เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความหลากหลายและมีความน่าเชื่อถือทางสถิติมากยิ่งขึ้น

๒. ควรจะมีการศึกษารูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ในจังหวัดศรีสะเกษแยกตามอำเภอต่าง ๆ เนื่องจากแต่ละอำเภอมีความแตกต่างทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม

๓. ควรจะมีการศึกษาความต้องการในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๔. ควรจะมีการศึกษาเกี่ยวกับการนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๕. ควรจะมีการศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการ ด้วยการจัดตั้งศูนย์การเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุที่เสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๖. ควรจะมีการศึกษากระบวนการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตและเสริมสร้างสุขภาวะของทุกช่วงวัย ได้แก่ วัยเด็ก วัยรุ่น วัยกลางคน และผู้สูงอายุ เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๗. ควรจะมีการศึกษาการถอดบทเรียนจากโรงเรียนผู้สูงอายุต้นแบบตามจังหวัดต่าง ๆ แล้วนำมากำหนดกรอบสร้างยุทธศาสตร์เพื่อพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง และพัฒนาหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุให้ทันต่อความต้องการของผู้สูงอายุในปัจจุบันและอนาคตต่อไป

ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าข้อมูลต่าง ๆ ในงานวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง” จะประโยชน์สำหรับผู้สนใจศึกษา และเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะนำไปต่อยอดสำหรับการทำงานวิจัยในหัวข้ออื่น ๆ ต่อไป

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย:

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ(Primary Sources)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ(Secondary Sources)

(๑) หนังสือ:

กุลยา ตันติผลาชีวะ. การพยาบาลผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เจริญกิจ, ๒๕๒๔.

คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข. แผนพัฒนา
สุขภาพแห่งชาติ ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐
พ.ศ. ๒๕๕๐-๒๕๕๔. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกใน
พระบรมราชูปถัมภ์, ๒๕๔๔.

ชัยวัฒน์ เจริญสินโอฬาร. Development Discourse วาทกรรมการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร:
สำนักพิมพ์วิภาส, ๒๕๔๙.

ประเวศ วะสี. บนเส้นทางใหม่ การส่งเสริมสุขภาพ อภิวัฒน์ชีวิตและสังคม. กรุงเทพมหานคร:
หมอชาวบ้าน, ๒๕๔๒.

บวร งามศิริอุดม. การพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว ,
๒๕๔๘.

บวร งามศิริอุดม. หลักการพยาบาลผู้สูงอายุ. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน,
๒๕๔๘.

บรรลุ ศิริพานิช. คู่มือการดูแลตนเองของผู้สูงอายุสร้างใจให้แข็งแรง. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี,
๒๕๕๓.

ประเวศ วะสี. ประชาคมตำบล ยุทธศาสตร์เพื่อเศรษฐกิจพอเพียง ศีลธรรมและสุขภาพ, พิมพ์ครั้งที่
๒, กรุงเทพมหานคร : พิมพ์สดา พรินต์ติ้งเซ็นเตอร์, ๒๕๕๑.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). การพัฒนาที่ยั่งยืน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โกมลคีมทอง,
๒๕๕๓.

พระมหาสุทิตย์ อาภากร (อบอู่). “การพัฒนาชุมชนประยุกต์ : แนวคิดและการบูรณาการ”.
ชุดความรู้ของสถาบันเสริมสร้างการเรียนรู้เพื่อชุมชนเป็นสุข (สรส.).
กรุงเทพมหานคร: ดีไซน์ ดีไลท์ จำกัด, ๒๕๕๕.

พิพัฒน์ ยอดพฤติการณ์. เศรษฐกิจพอเพียงหมายถึงอะไร. กรุงเทพมหานคร: สถาบันไทยพัฒนา,
๒๕๕๐.

ภัครวิทย์ ภัคภิรมย์. คู่มือดูแลผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: เครือเถา, ๒๕๕๐.

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.๒๕๕๘.

กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.), ๒๕๕๘.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช ๒๕๔๒. กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์
พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๖.

วิไลวรรณ ทองเจริญ. ศาสตร์และศิลป์การพยาบาลผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: โครงการตำรา
คณะแพทยศาสตร์:มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔.

วราภรณ์ ตระกูลสถิต. การประเมินภาวะสุขภาพผู้ใหญ่และผู้สูงอายุสำหรับพยาบาล. พิมพ์ครั้งที่
๒. ขอนแก่น : ธนาเพลส จำกัด, ๒๕๕๒.

วราภรณ์ ภูมิสวัสดิ์และคณะ. การดูแลรักษาโรคแบบสหสาขาวิชา. (กรุงเทพมหานคร: ชุมชน
สหกรณ์ไทยเกษตรแห่งประเทศไทย, ๒๕๔๘.

วิพรรณ ประจวบเหมาะ. ภาพรวมประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย ในการทบทวนและสังเคราะห์
องค์ความรู้ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.๒๕๔๕-๒๕๕๐. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสถาบันวิจัยและ
พัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.), ๒๕๕๓.

ศากุล ช่างไม้. ตามรอยพระบาทพระราชารัษฎร์เศรษฐกิจพอเพียง. มหาสารคาม: โรงพิมพ์
มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม, ๒๕๕๐.

ศรีเรือน แก้วกังวาน. ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน,
๒๕๕๑.

ศรีเรือน แก้วกังวาน. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร:
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๘.

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์ โครงการระบบการดูแลระยะยาวในครอบครัว
สำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: บริษัท มิสเตอร์ก๊อปปี้ (ประเทศไทย) จำกัด,
๒๕๔๙.

ศิริวรรณ ศิริบุญ. การตอบสนองต่อปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาตัวอย่างการ
จัดตั้งศูนย์บริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการ
การวิจัยแห่งชาติ, ๒๕๔๓.

เสนอ อินทรสุขศรี. มองกระจกแล้วกมามองตัวเอง. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของ
มนุษย์. กรุงเทพมหานคร: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, ๒๕๔๖.

สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๕๐. กรุงเทพมหานคร:
สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา, ๒๕๕๐.

สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. พระราชบัญญัติผู้สูงอายุแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๖. กรุงเทพมหานคร:
สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา, ๒๕๕๐.

สุชาติ จิตตะพันธ์กุลและคณะ. ความเสื่อมที่หลีกเลี่ยงไม่ได้แต่ชะลอชราได้. พิมพ์ครั้งที่ ๓.
กรุงเทพมหานคร: สรรพสาร, ๒๕๕๑.

สุชาติ โสมประยูร และเอมอชมา วัฒนบุรานนท์. การสอนสุขศึกษา = Health education
teaching. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ๒๕๔๒.

สุรกุล เจนอบรม. **วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุและการศึกษานอกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย.**
กรุงเทพมหานคร: นิชนแอตเวอร์ไทยซิงกรุ๊ป, ๒๕๔๙.

สำนักส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการและผู้สูงอายุ. **ผู้สูงอายุในประเทศไทย.** กรุงเทพมหานคร : กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, ๒๕๔๖.

สรเสรีญ วงศ์อ๋ม. **เศรษฐกิจพอเพียง : พื้นฐานสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน.** กรุงเทพมหานคร: เพชรรุ่ง
การพิมพ์, ๒๕๔๔.

สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข. **กรอบยุทธศาสตร์งานสร้างเสริมสุขภาพและ
ป้องกันโรคระดับชาติ ๒๕๕๔-๒๕๕๘.** กรุงเทพมหานคร: สามเจริญพาณิชย์ (กรุงเทพ)
จำกัด, ๒๕๕๔

อวย เกตุสิงห์. **ผลงานของศาสตราจารย์นายแพทย์อวย เกตุสิงห์.** กรุงเทพมหานคร: ศิวพร, ๒๕๓๕.

อำพล จินดาวัฒนะและคณะ. **การสร้างเสริมสุขภาพ : แนวคิดหลักการและบทเรียนของไทย.**
กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน, ๒๕๕๑.

อัมพร โอตระกูล. **ปัญหาสุขภาพจิตในผู้สูงอายุฉบับที่ ๒.** กรุงเทพมหานคร: วิทย์พัฒน์, ๒๕๔๐.

(๒) บทความในวารสาร:

จันทนา รัตนฤทธิ์. “การเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ”. **นิตยสารหมอชาวบ้าน.**
เล่มที่ ๑๐๑. (กันยายน ๒๕๓๐): ๓๗.

ชุติมา หฤทัย. “นโยบายคุณภาพชีวิตตามแผนพัฒนาสาธารณสุข”. **วารสารกองการพยาบาล.**
(กรุงเทพมหานคร: มทป., ๒๕๓๓): ๘๓.

ชูชีพ เปียदनอก, “การเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กรณี
ตำบลบางเตย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี”, **วารสารวิชาการมหาวิทยาลัย
ปทุมธานี**, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – มิถุนายน ๒๕๕๙): ๔๙-๕๖.

นนทรี สัจจาธรรม, “รูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต”, **วารสารมนุษยศาสตร์
และสังคมศาสตร์**, ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (กุมภาพันธ์ – พฤษภาคม ๒๕๕๘): ๔๓ – ๕๔.

ประไพ ยะทะตต์. “สุขภาพจิตของผู้สูงอายุ”. **นิตยสารหมอชาวบ้าน.** เล่มที่ ๑๐๘ (เมษายน ๒๕๓๑).

ประเวศ วะสี ๒๕๔๔. “กระบวนการทางวิทยาศาสตร์บูรณาการ”. **สถานปฎิรูป**. ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๔๕.

วริยา จันทรขำ และคณะ, “รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนท้องถิ่นจัดการตนเอง กรณีศึกษา:
องค์การบริหารส่วนตำบลท่างาม อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี”, **วารสารวิจัยเพื่อ
การพัฒนาเชิงพื้นที่**, ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม - กันยายน ๒๕๕๘): ๒๒ – ๔๑.

ฤทธิชัย แกมなか และคณะ, “รูปแบบการมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอฟาน จังหวัดเชียงราย”, ใน **รวมบทความการประชุมสัมมนาวิชาการราชภัฏนครสวรรค์วิจัย ครั้งที่ ๑**, หน้า ๙๗๕ – ๙๘๗.

สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. “การดูแลระยะยาว (Long-term care) และทิศทางนโยบายที่ควรจะเป็นสำหรับประเทศไทยและภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก”. **วารสารพัฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ**, ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๔, (ตุลาคม - ธันวาคม ๒๕๕๕): ๔๐-๔๒.

อุษณีย์ เกษมสันต์ ณ อยุธยา. “ศาสตร์แห่งธรรมภิบาล สร้างคุณค่าแห่งชีวิต”. **นิตยสารข่าวทางเดิน**, ปีที่ ๓๕ ฉบับที่ ๑๔๙ (เมษายน-มิถุนายน ๒๕๕๓): ๕๑-๕๒.

อุ้นเอื้อง สิงห์คำ และคณะ, “กระบวนการและผลของการเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรรวมวิถีพุทธ”, **วารสารสมาคมนักวิจัย**, ปีที่ ๑๙ ฉบับที่ ๑ (๑ มกราคม – เมษายน ๒๕๕๗): ๗๓.

(๓) บทความในหนังสือพิมพ์ :

เกษม วัฒนชัย. “หลักคิดแบบองค์รวมของสุขภาพ”. **มติชน** วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๔๘ ปีที่ ๒๘ . ฉบับที่ ๙๘๓๘, ๒๕๔๘.

(๔) วิทยานิพนธ์ :

กฤษณา บุรณะพงศ์. “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแก่เยาวชนในกรุงเทพมหานคร”. **วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

กาญจนา บุญยัง และคณะ . “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในองค์การบริหารส่วนตำบล”. **รายงานวิจัย**, สำนักงานวุฒิสภา, ๒๕๕๒.

ขวัญดาว กลรรัตน์. “ปัจจัยเชิงสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตภูมิภาคตะวันตกของประเทศไทย”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๕๔.

ขวัญดาว กลรรัตน์. “ปัจจัยเชิงสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตภูมิภาคตะวันตกของประเทศไทย”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๕๔.

ธรรธ ดวงแก้วและหิรัญญา เดชอุดม. “พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม”. **วิจัยวิชาสาธารณสุขชุมชน**. คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม, ๒๕๕๐.

ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์. “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะการทำงานของสูงอายุในประเทศไทย”.

วิทยานิพนธ์สังคมศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๕.

ปิตินซ์ ไสลบาท. "การจัดการฐานทรัพยากรและโครงสร้างทางเศรษฐกิจสังคมที่เอื้อต่อการพัฒนาหมู่บ้าน เศรษฐกิจพอเพียง : กรณีศึกษาบ้านนาฝาย ตำบลหัวเรืออำเภอวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม". **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารจัดการสิ่งแวดล้อม**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๕๐.

จารุวรรณ เหมะธรและพิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ. "ความต้องการทางสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ". **รายงานวิจัย.** ภาควิชาพยาบาลศาสตร์: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๖.

ธาราธร ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม. "พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุตำบลโพรงมะเดื่ออำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม". **รายงานวิจัย.** สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม, ๒๕๕๐'

พระปริญา ฐิตธมโม (จังหวัดมณฑล). "บทบาทด้านการส่งเสริมวิถีชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้บริหารองค์การส่วนตำบลแม่ท่าช้าง อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่". **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระมหาสุเทพ สุทธิญาโณ (ธนิกกุล). "ปัจจัยทางจิต-สังคมแห่งการมีอายุยืน:กรณีศึกษาผู้มีอายุยืนตั้งแต่ ๑๐๐ ปี ขึ้นไป". **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุโท). "การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพและการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก". **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

ภิรมย์ เจริญผล, "วิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐม", **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

ภินันท์ สิงห์กฤตยา. "ศึกษาการประยุกต์ใช้กระบวนการทัศน์และกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพตามแนวพุทธศาสนา". **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

ภูริชญา เทพศิริ. "คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลทองหลาง อำเภอบ้านนา จังหวัด นครนายก ". **วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเกริก, ๒๕๕๓.

มณีรัตน์ กุลวงษ์, "รูปแบบการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลพุดเตย อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์", **รายงานการวิจัย,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร, ๒๕๕๙), หน้า บทคัดย่อ.

รัตนา แก้วเสน. “การวางแผนระดับท้องถิ่นเพื่อการพัฒนาที่สมดุลด้วยตารางวางแผนเศรษฐกิจพอเพียง : กรณีศึกษาจังหวัดเชียงใหม่”. **การค้นคว้าแบบอิสระ เศรษฐศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔.

รุจิราภรณ์ แอทอง. “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัดนครปฐม”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๖๔.

วลัยพร เอกนัยน์ และคณะ. “บทบาทของเทศบาลตำบลบางยี่รงค์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม”. **วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๕๕๔.

วิษณุศากรณ์ วีระพันธุ์. “การดำเนินการตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง : ศึกษากรณีบ้านบัวงาม ตำบลสีบัวทอง อำเภอแสวงหา จังหวัดอ่างทอง”. **ภาคินพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๐.

ศักดิ์ชัย คำชู. “การประยุกต์ใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงในองค์กร : ศึกษากรณีศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนบ้านบึง”, **ภาคินพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต** บัณฑิตวิทยาลัย : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๐.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. “โครงการพัฒนาดัชนีชี้วัดการพัฒนาที่ยั่งยืนของประเทศไทย”. **รายงานการวิจัย**. สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๔๗.

สุดา ศิลากุล. “การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนนทบุรี”. **วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๘.

สันสกฤต มณีโมไนย. “ความรู้ความเข้าใจและการนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต : ศึกษากรณีนักศึกษาปริญญาโท ภาคพิเศษ คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์”. **ภาคินพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๑.

ฤทัยชนก กุลสืบ และวรัญญา เชื้อทอง. “การศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชาชนในตำบลห้วยกระเจา อำเภอห้วยกระเจา จังหวัดกาญจนบุรี”. **รายงานการวิจัย**. นครปฐม สถาบันราชภัฏนครปฐม, ๒๕๕๐.

(๕) สื่ออิเล็กทรอนิกส์ :

ธีรชัย อาป่อง. **แนวคิดทฤษฎีการพัฒนา**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : http://chornorpor.blogspot.com/๒๐๑๑/๐๙/blog-post_๒๖.html [๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

พวงทอง ไกรพิบูลย์. **การดูแลผู้สูงอายุ** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://haamor.com/th/> [๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

พนิดา โยวะผุยและคณะ. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ. วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม: สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.smnc.ac.th/group/research/images/stories/nurse/promotion.pdf> [๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

พนิดา โยวะผุยและคณะ. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ. วิทยาลัยพยาบาลศรีนครินทรามหาสารคาม สถาบันพระบรมราชชนก: กระทรวงสาธารณสุข. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.smnc.ac.th>, [๑๐ เมษายน ๒๕๕๖].

มูลนิธิมั่นพัฒนา. Sustainable Development Goals (SDGs) เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.manpattanalibrary.com> [๒๐ มีนาคม ๒๕๖๐]

วรารณา ผลประเสริฐ. สุขภาวะผู้สูงอายุ: สังคมผู้สูงอายุ. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.stou.ac.th> [๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑].

วโรทัย โกศลพิศิษฐ์. หันสิ้นของเกษตรกรในชนบทไทย. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.fpo.go.th/S-I/Source/Article/Article66.htm> [๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐].

สยาม อรุณศรีศรีมรกต และยงยุทธ วัชรกุล. (๓ มิถุนายน ๒๕๕๙). “เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ๑๗ ประการของสหประชาชาติเพื่อโลกอนาคต” . วารสารวิจัยสหวิทยาการไทย. [ออนไลน์], บทความย่อ , แหล่งที่มา <https://www.tcithaijo.org/index.php/jtir/article/download/48254/52411> [๓ สิงหาคม ๒๕๖๐].

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. ระบบสถิติทางการทะเบียน:สถิติจำนวนประชากรและบ้าน ณ รากฐานข้อมูล [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age.php [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๐].

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. ระบบสถิติทางการทะเบียน สถิติจำนวนประชากรและบ้าน ณ รากฐานข้อมูล [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age.php [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๐].

สำนักงานส่งเสริมสุขภาพกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. การเปลี่ยนแปลงและเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.anamai.moph.go.th/soongwai>. [๒๑ มิถุนายน ๒๕๕๖].

(๖) เอกสารที่ไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่และเอกสารอื่น ๆ :

สัณักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง อำเภอไทรบุรี. ข้อมูลประชากร ณ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๕๘, ๒๕๕๘. (อัดสำเนา)

(๗) สัมภาษณ์ :

สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ สุทธิชัย ดั่งทอง , พยาบาลวิชาชีพ, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางบุญปิ่น วันทะวงษ์, อสม. บ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายเทียม วันทะวงษ์, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ พระมหาตัง อากาศโร, เจ้าอาวาส วัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายสาคร จันทร, ผู้ใหญ่บ้านหนองระเียบ หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางทองศรี ผิงนิล, อสม. บ้านหนองระเียบ หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายฤทธิ์ เพชรพลอย, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียบ หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางลักษณ นงค์เยาว์, ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียบ หมู่ ๒, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางกันหา ศิริภา , ผู้สูงอายุบ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายฮา ศรีพูล, ผู้ใหญ่บ้านโคน หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายอานวย ชันวงษ์, ผู้สูงอายุบ้านโคน หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางไว ศรีพูล, ผู้สูงอายุบ้านโคน หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายประยูร ทองบาง, อสม. บ้านโคน หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายมาน พงษ์เพชร, ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นายบุญเชิด จันทรเพ็ง, ประธานชมรมผู้สูงอายุประจำตำบลโนนปูน, ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางอรุณทัย ทองบาง, อสม. บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางธัญรัตน์ มิตรภูมิรักษ์, นักพัฒนาชุมชน, ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางอลิศรา มะลิซ้อน, กำนันตำบลโนนปูน, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ นางเพ็ญศรี จันทรเพ็ง, ผู้ใหญ่บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

๒. ภาษาอังกฤษ

Ahijevyc, K and L,Bernhard. “ Health – Promotion Behaviors of African American Women,”Nursing Research (June-Augst,1994) :86-89.

- Green and router, **Health Promotion Planning: An Educational and. Environment Approach.** California, 1991 หนั้ ๑ 412 [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <http://www.lgreen.net/precede.htm> [19 ก.ค. 2549].
- Hubbard, P.,A. F. Muhlenkamp, and N. Brown. “ The Relationship between Social Support and Self-Care Practice.” *Nursing Research*, (October – November 1987) : 38-51.
- Lawton, M.P., **Measures of quality of life and subjective well-being.**, (Generation, 1997), pp. 45-51.
- Kaplan, Sallis and Paterson , **Health and Human Behavior**, 1993 หน้า 81,[ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <https://www.amazon.com/Health-Human-Behavior-Robert-Kaplan/dp/0070335664>(Kaplan, Sallis and Patherson [4 ม.ค. 2560].
- Muhlenkamp, A.F.,and J.A. Sayles. “Self-Esteem, Social Support and Positive Health Practce.” *Nursing Science*, No 13 (May 1991): 266 – 270.
- Palank. 1991,**Determinants of health-promotive behavior:** A review of current research. *The Nursing Clinics of North America*,หน้า 129.
- Pender, **Health promotion in nursing practice** (2nd ed) , Norwalk : Appleton & Lange.1987 .
- Pender, N.J. *Health promotion in nursing practice*.3 rd ed. Stamford : Appleton & Lange.1996.
- United Nations . **Planned population distribution of development.** (New York :Author) 2000.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสัมภาษณ์



แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย
เรื่อง รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี
ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ

คำชี้แจง

แบบสัมภาษณ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาระดับปริญญาโทหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อรวบรวมเป็นข้อมูลทางวิชาการ สำหรับศึกษาค้นคว้า และเพื่อประโยชน์สำหรับการวิจัย และขอรับรองว่าจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อ ผู้ตอบสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจึงใคร่ขอความกรุณาจากท่านในการตอบแบบสัมภาษณ์ให้ครบทุกข้อ ตามความเห็นของท่าน ข้อมูลที่ท่านตอบจะถือเป็นความลับและนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลบนภาพรวมเท่านั้นแบบสัมภาษณ์นี้มี ๖ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลผู้ให้สัมภาษณ์

ตอนที่ ๒ ปัญหาของผู้สูงอายุ

ตอนที่ ๓ การจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ

ตอนที่ ๔ การเสริมสร้างสุขภาวะ

ตอนที่ ๕ หลักเศรษฐกิจพอเพียง

ตอนที่ ๖ แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทว)

นิสิตปริญญาโท หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

เรื่อง รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี
ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของจังหวัดศรีสะเกษ

ตอนที่ ๑ ข้อมูลผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์..... อายุ..... ปี

ตำแหน่ง.....รายได้.....

ที่อยู่.....

..... โทร.....

วัน เดือน ปี ที่สัมภาษณ์.....

เริ่มสัมภาษณ์เวลา

ตอนที่ ๒ ปัญหาของผู้สูงอายุ

๒.๑ ปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร

.....
.....
.....

๒.๒ ปัญหาทางด้านสังคมของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร

.....
.....
.....

๒.๓ ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร

.....
.....
.....

ตอนที่ ๓ การจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ

๓.๑ ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีวิธีการจัดการสุขภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร

.....
.....

๓.๒ ชุมชนมีวิธีการจัดการสุขภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร

.....

.....

.....

.....

๓.๓ ผู้นำชุมชนมีวิธีการจัดการสุขภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร

.....

.....

.....

.....

ตอนที่ ๔ การเสริมสร้างสุขภาวะ

๔.๑ การเสริมสร้างสุขภาวะด้านร่างกาย

๑) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาวะด้านร่างกายของท่านอย่างไร

.....

.....

.....

.....

๒) ท่านคิดว่าการที่ผู้สูงอายุจะมีร่างกายที่แข็งแรงได้นั้นเกิดจากอะไร ใครบ้างที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และเกี่ยวข้องอย่างไร

.....

.....

.....

๓) ท่านคิดว่าเมื่อผู้สูงอายุมีอาการเจ็บป่วย จะทำอย่างไร จะให้ใครดูแลรักษา และมีขั้นตอนการดูแลรักษาอย่างไร

.....

.....

.....

.....

๔.๒ การเสริมสร้างสุขภาวะด้านจิตใจอย่างไร

๑) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาวะด้านจิตใจอย่างไร สามารถควบคุมอารมณ์ได้ไหม ในสถานการณ์ ต่าง ๆ ที่มากระทบ

.....

.....

.....

๒) ท่านคิดว่าชุมชนมีการจัดกิจกรรมเพื่อลดความเครียดของ ผู้สูงอายุอย่างไร

.....

.....

.....

๓) ท่านคิดว่าสิ่งแวดล้อมในชุมชนมีส่วนช่วยให้ ผู้สูงอายุมีสุขภาพทางจิตใจดีหรือไม่อย่างไร

.....

.....

.....

๔.๓ การเสริมสร้างสุขภาวะด้านสังคมอย่างไร

๑) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาวะด้านสังคม การปฏิสัมพันธ์กับชุมชนอย่างไร

.....

.....

.....

๒) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุคิดว่าชุมชนมีความรัก ความสามัคคี ความเอื้ออาทร มากน้อยเพียงใด และปรับตัวเข้ากับชุมชนอย่างไร

.....

.....

.....

๓) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนอย่างไร

.....

.....

.....

๔.๔ การเสริมสร้างสุขภาวะด้านจิตวิญญาณอย่างไร

๑) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาวะด้านจิตวิญญาณ ให้มีความเมตตากรุณาอย่างไร

.....

.....

.....

๒) ท่านคิดว่ากิจกรรมของชุมชน ผู้สูงอายุมีส่วนช่วยเหลือในด้านใดบ้าง

.....

.....

.....

.....

๓) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่สำคัญอะไรบ้าง

.....

.....

.....

๔) เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ท่านคิดว่าผู้สูงอายุสามารถแยกแยะถูกผิด มีประโยชน์ ไม่มีประโยชน์ อย่างไร

.....

.....

.....

ตอนที่ ๕ หลักเศรษฐกิจพอเพียง

๕.๑ ความพอประมาณ

๑) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีรายได้จากส่วนใดบ้าง และเพียงพอต่อการดำเนินชีวิตประจำวันหรือไม่อย่างไร

.....

.....

.....

๒) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียงอย่างไร

.....

.....

.....

๓) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุได้มีการกักเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันหรือไม่ ได้จากแหล่งใดบ้าง

.....

.....

.....

.....

๕.๒ ความมีเหตุผล

๑) เวลามีปัญหาท่านคิดว่าผู้สูงอายุได้ใช้เหตุผล สติปัญญา การตัดสินใจอย่างรอบคอบมากน้อยเพียงใด ในการแก้ปัญหาต่างๆ

.....

.....

.....

.....

๒) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างไร

.....

.....

.....

.....

๓) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุพิจารณาความยากได้กับความจำเป็นในการบริโภค ผู้สูงอายุแยกแยะอย่างไร

.....

.....

.....

.....

๕.๓ การมีภูมิคุ้มกัน

๑) ท่านคิดว่าการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุอย่างไร

.....

.....

.....

.....

๒) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุในชุมชนมีการเตรียมตัวให้รับการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอย่างไร

.....

.....

.....

๕.๔ ความรู้

๑) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีความรู้ ภูมิปัญญา และความสามารถในด้านใดบ้าง ได้เรียนรู้มาจากไหนและอย่างไร

.....

.....

.....

๒) ท่านคิดว่าชุมชนมีกิจกรรมใดบ้างที่สนับสนุนการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ

.....

.....

.....

๓) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุติดตามข่าวสารต่าง ๆ ด้วยวิธีใด บ่อยไหม

.....

.....

.....

๕.๕ คุณธรรม

๑) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุในชุมชนนำหลักธรรมทางศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร

.....

.....

๒) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันหรือไม่อย่างไร

.....

.....

.....

๓) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุและชุมชนมีความสามัคคี เอื้ออาทรต่อกันหรือไม่อย่างไร

.....

.....

.....

ตอนที่ ๖ แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

๖.๑ แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยผู้สูงอายุเอง ในอนาคตควรเป็นอย่างไร

.....

.....

.....

๖.๒ แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยครอบครัว ควรเป็นอย่างไร หรือมีส่วนสร้างเสริมอย่างไร

.....

.....

.....

๖.๓ แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยชุมชนควรเป็นอย่างไร หรือชุมชนควรมีส่วนสร้างเสริมอย่างไร

.....

.....

.....

๖.๔ แนวทางการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยหน่วยงานภาครัฐควรเป็นอย่างไร หรือหน่วยงานภาครัฐควรมีส่วนสร้างเสริมอย่างไร

.....

.....

.....

ขอขอบคุณทุกท่านที่ตอบแบบสัมภาษณ์

ภาคผนวก ข
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

งานวิจัยนี้ได้รับความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบความสอดคล้องของเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล คือแบบสัมภาษณ์ จำนวน ๓ ท่าน ดังนี้คือ

- ๑) พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร. ตำแหน่ง ผอ.สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ๒) พระมหาสม กลยาโณ, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ประจำภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ๓) ผศ.ผดุง วรรณทอง ตำแหน่ง ผู้เชี่ยวชาญด้านสังคมวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ภาคผนวก ค

หนังสือขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้
ในการทำวิทยานิพนธ์



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา โทร. (ภายใน) ๒๑๒๒, ๘๒๗๘, ๘๒๗๙

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๔

วันที่ ๓๐ มกราคม ๒๕๖๓

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร พระมหาสม กลยาโณ, ดร.

ด้วย พระอุกฤษ โชติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๔๐ นิสิตปริญญาโทหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาลังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาลังคม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือสำหรับการทำวิจัยเป็นอย่างดี จึงใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ ดังที่ได้แนบมาพร้อมแล้วนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาลังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพร มาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาลังคม

ทรงกลัด/กฤษณ์

๒๐ มก. ๖๓



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา โทร. (ภายใน) ๒๑๒๒, ๘๒๗๘, ๘๒๗๙

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๔

วันที่ ๑๐ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโทหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือสำหรับการทำวิจัยเป็นอย่างดี จึงใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ ดังที่ได้แนบมาพร้อมแล้วนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพร มาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา โทร. (ภายใน) ๒๑๒๒, ๘๒๗๘, ๘๒๗๙

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๔

วันที่ ๑๐ มกราคม ๒๕๖๓

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เรียน/เจริญพร ผศ.ผดุง วรรณทอง

ด้วย พระอุทกษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโทหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาดำเนินการตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือสำหรับการทำวิจัยเป็นอย่างดี จึงใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ ดังที่ได้แนบมาพร้อมแล้วนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเรียน/เจริญพร มาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ได้ตรวจแก้ไขเครื่องมือเรียบร้อยแล้ว

(ผศ. ผดุง วรรณทอง)

ภาคผนวก ง
แบบประเมินหาดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา



แบบประเมินหาดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity index)
 สำหรับผู้เชี่ยวชาญเพื่อพิจารณาประเมิน และให้คำแนะนำ
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา
 คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ : รูปแบบการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของ
 จังหวัดศรีสะเกษ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย :

๑. เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในจังหวัดศรีสะเกษ
๒. เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ในจังหวัดศรีสะเกษ

๓. เพื่อเสนอรูปแบบการสร้างเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ในจังหวัดศรีสะเกษ

ชื่อผู้วิจัย : พระอุกฤษ โขติญาโน (ทวี)

คำชี้แจง : ให้อ่านพิจารณาข้อคำถามสำหรับการวิจัยแต่ละข้อว่า มีความเหมาะสม ไม่ขัดจริยธรรม สอดคล้อง
 กับเนื้อหาของตัวแปรที่ศึกษาหรือไม่ ถ้าพิจารณาแล้วมีความเห็นอย่างไรให้เลือกเครื่องหมาย ✓ หน้าช่องที่กำหนด
 และกรุณาให้คำแนะนำแก่ผู้ทำวิจัย ดังนี้

หมายเลข ๑ หมายถึง ไม่สอดคล้อง

หมายเลข ๒ หมายถึง สอดคล้องบางส่วน

หมายเลข ๓ หมายถึง ค่อนข้างสอดคล้อง

หมายเลข ๔ หมายถึง มีความสอดคล้องมาก

ตอนที่ ๑ ข้อมูลผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์..... อายุ..... ปี

ตำแหน่ง..... รายได้.....

ที่อยู่.....

..... โทร.....

วัน เดือน ปี ที่สัมภาษณ์.....

เริ่มสัมภาษณ์เวลา.....

ตอนที่ ๒ ปัญหาของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	

๒.๑ ปัญหาของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง
 มีผลกระทบ คือ ไร้มาร หมดสติ Nocturia

ตอนที่ ๓ การจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	

๓.๑ ผู้สูงอายุมีกระบวนการจัดการสุขภาวะอย่างไร

๓.๒ ชุมชนมีกระบวนการจัดการสุขภาวะอย่างไร

๓.๓ ผู้นำชุมชนมีกระบวนการจัดการสุขภาวะอย่างไร

ตอนที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาวะ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	

๔.๑ ผู้สูงอายุมีการสร้างเสริมสุขภาวะด้านร่างกายอย่างไร

๔.๒ ผู้สูงอายุมีการสร้างเสริมสุขภาวะด้านจิตใจอย่างไร

๔.๓ ผู้สูงอายุมีการสร้างเสริมสุขภาวะด้านสังคมอย่างไร

๔.๔ ผู้สูงอายุมีการสร้างเสริมสุขภาวะด้านจิตวิญญาณ
อย่างไร

ตอนที่ ๕ หลักเศรษฐกิจพอเพียง

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	

๕.๑ ความพอประมาณ

๑) ผู้สูงอายุในชุมชนมีวิถีชีวิตความเป็นอยู่อย่าง
เหมาะสมกับฐานะหรือไม่อย่างไร

๒) ผู้สูงอายุมีการดำเนินชีวิตเป็นสุขหรือไม่
อย่างไร

๓) ผู้สูงอายุมีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่าง
พอเพียงอย่างไร

๕.๒ ความมีเหตุผล คือ มีสติ พินิจพิจารณา

๑) ผู้สูงอายุได้ใช้เหตุผล สติปัญญา ตัดสินใจอย่าง
รอบคอบมากน้อยเพียงใด ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	
	๒) ผู้สูงอายุมีการวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างไร				✓	
๕.๓	การมีภูมิคุ้มกัน					
	๑) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุอย่างไร				✓	
	๒) ผู้สูงอายุในชุมชนมีการเตรียมตัวให้การ เปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นอย่างไร				✓	
๕.๔	ความรู้					
	๑) ผู้สูงอายุมีความรู้ ภูมิปัญญา ความสามารถในด้าน ใดบ้าง ได้มาจากไหนและอย่างไร				✓	
	๒) มีกิจกรรมใดบ้างที่สนับสนุนการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ				✓	
๕.๕	คุณธรรม					
	๑) ผู้สูงอายุในชุมชนนำหลักธรรมทางศาสนามาใช้ใน การดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร				✓	
	๒) ผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หรือไม่อย่างไร				✓	
	๓) ผู้สูงอายุและชุมชนมีความสามัคคี เอื้ออาทรต่อกัน หรือไม่อย่างไร				✓	

ตอนที่ ๒ แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	
๖	แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุ ควรเป็น อย่างไร				✓	

ลงชื่อผู้เชี่ยวชาญ

(นางสาวอรอนงค์

วันที่เดือนพ. ศ.



แบบประเมินหาดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity index)
สำหรับผู้เชี่ยวชาญเพื่อพิจารณาประเมิน และให้คำแนะนำ
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา
คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ : รูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของ
จังหวัดศรีสะเกษ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย :

๑. เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในจังหวัดศรีสะเกษ
๒. เพื่อเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ในจังหวัดศรีสะเกษ

๓. เพื่อเสนอรูปแบบการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ในจังหวัดศรีสะเกษ

ชื่อผู้วิจัย : พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี)

คำชี้แจง : ให้ท่านพิจารณาข้อความสำหรับการวิจัยแต่ละข้อว่า มีความเหมาะสม ไม่ขัดจริยธรรม สอดคล้อง
กับเนื้อหาของตัวแปรที่ศึกษาหรือไม่ ถ้าพิจารณาแล้วมีความเห็นอย่างไรให้เลือกเครื่องหมาย ✓ หน้าช่องที่กำหนด
และกรุณาให้คำแนะนำแก่ผู้ทำวิจัย ดังนี้

หมายเลข ๑ หมายถึง ไม่สอดคล้อง

หมายเลข ๒ หมายถึง สอดคล้องบางส่วน

หมายเลข ๓ หมายถึง ค่อนข้างสอดคล้อง

หมายเลข ๔ หมายถึง มีความสอดคล้องมาก

ตอนที่ ๑ ข้อมูลผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์..... อายุ..... ปี

ตำแหน่ง..... รายได้.....

ที่อยู่.....

โทร.....

วัน เดือน ปี ที่สัมภาษณ์.....

เริ่มสัมภาษณ์เวลา.....

ตอนที่ ๒ ปัญหาของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			
		๑	๒	๓	๔
๒.๑	ปัญหาของของท่านมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร				ทวิ 4 ดิน

ตอนที่ ๓ การจัดการสุขภาวะของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			
		๑	๒	๓	๔
๓.๑	ท่านมีวิธีการจัดการสุขภาวะอย่างไร				ทวิ 4 ดิน
๓.๒	ชุมชนมีวิธีการจัดการสุขภาวะอย่างไร				ทวิ 4 ดิน
๓.๓	ผู้นำชุมชนมีวิธีการจัดการสุขภาวะอย่างไร				ทวิ 4 ดิน

ตอนที่ ๔ การสร้างเสริมสุขภาวะ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			
		๑	๒	๓	๔
๔.๑	การสร้างเสริมสุขภาวะด้านร่างกาย				
	๑) ท่านมีการดูแลสุขภาพด้านร่างกายอย่างไร				วิ่งออกกำลังกาย
	๒) ท่านคิดว่าการที่มีร่างกายที่แข็งแรงได้นั้นเกิดจากอะไร ใครบ้างที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และเกี่ยวข้องอย่างไร				กินผักผลไม้
	๓) เมื่อมีอาการเจ็บป่วย ผู้สูงอายุจะอย่างไร จะให้ใครดูแลรักษา และมีขั้นตอนการดูแลรักษาอย่างไร				
๔.๒	การสร้างเสริมสุขภาวะด้านจิตใจ				
	๑) ท่านมีการดูแลสุขภาพด้านจิตใจอย่างไร				ฟังเพลงที่ชอบ
	๒) ชุมชนมีการจัดกิจกรรมเพื่อลดความเครียดของผู้สูงอายุอย่างไร				ทำบุญทำกุศล
	๓) สิ่งแวดล้อมในชุมชนมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพทางจิตใจดีหรือไม่ อย่างไร				
๔.๓	การสร้างเสริมสุขภาวะด้านสังคม				
	๑) ท่านมีการดูแลสุขภาพด้านจิตวิญญาณอย่างไร				ทำบุญทำกุศล
	๒) ท่านคิดว่าชุมชนมีความรัก ความสามัคคี ความเอื้ออาทร มากน้อยเพียงใด				ดีมาก
	๓) ท่านมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนอย่างไร				

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				
		๑	๒	๓	๔	ข้อเสนอแนะ
๔.๔	การสร้างเสริมสุขภาวะด้านจิตวิญญาณ					
	๑) ท่านมีการดูแลสุขภาวะด้านจิตวิญญาณอย่างไร			✓		กิจกรรมอดทนทั้งวัน
	๒) ท่านมีส่วนช่วยเหลือชุมชนในด้านใดบ้าง			✓		พบพระพรหม ๑
	๓) ท่านได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่สำคัญอะไรบ้าง			✓		ฝึกฝนภาวนา

ตอนที่ ๕ หลักเศรษฐกิจพอเพียง

AMS 91181118: 2400
 100, 200, 300, 400, 500, 600, 700, 800, 900, 1000

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ			
		๑	๒	๓	๔
๕.๑	ความพอประมาณ				
	๑) ท่านมีรายได้จากส่วนใดบ้าง และเพียงพอต่อการดำเนินชีวิตประจำวันหรือไม่อย่างไร			✓	
	๒) ท่านมีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียงอย่างไร ๓) ท่านได้ใช้เงินไปทำอะไรบ้าง			✓	ท่านได้ใช้เงินไปทำอะไรบ้าง
๕.๒	ความมีเหตุผล				
	๑) เวลาที่มีปัญหาท่านได้ใช้เหตุผล สติปัญญา ตัดสินใจอย่างรอบคอบมากน้อยเพียงใด ในการแก้ปัญหาต่างๆ				
	๒) ท่านมีการวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างไร ๓) ท่านมีเงินออมหรือไม่			✓	ท่านมีเงินออมหรือไม่
๕.๓	การมีภูมิคุ้มกัน				
	๑) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อท่านอย่างไร			✓	
	๒) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุในชุมชนมีการเตรียมตัวให้รับการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นอย่างไร ๓) ท่านมีเงินออมหรือไม่			✓	ท่านมีเงินออมหรือไม่
๕.๔	ความรู้				
	๑) ท่านมีความรู้ ภูมิปัญญา และความสามารถในด้านใดบ้าง ได้เรียนรู้มาจากไหนและอย่างไร			✓	
	๒) ชุมชนมีกิจกรรมใดบ้างที่สนับสนุนการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ หรือของท่าน ๓) ท่านได้พบปะกับใครบ้าง			✓	ท่านได้พบปะกับใครบ้าง
๕.๕	คุณธรรม				
	๑) ผู้สูงอายุในชุมชนนำหลักธรรมทางศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร			✓	

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	
	๒) ผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันหรือไม่อย่างไร			/		
	๓) ผู้สูงอายุและชุมชนมีความสามัคคี เอื้ออาทรต่อกันหรือไม่อย่างไร			/		

ตอนที่ ๒ แนวทางการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	
๖	แนวทางการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ควรเป็นอย่างไร		/			

๑) แนวทางสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ -
โดยผู้สูงอายุ/อง ดารเมณ้อย
หรือผู้สูงอายุ ที่ทางที่ลงชื่อผู้เชี่ยวชาญ
(.....)

๒) แนวทาง วันที่ 18 เดือน ๕ พ. ค. 2561
โดย ดร.ดร. ดารเมณ้อย
หรือ ดร.ดร. ดารเมณ้อย สร้างเสริม
สุขภาพ ๑

๓) แนวทาง
โดย ด.ดร. ดารเมณ้อย
หรือ ด.ดร. ดารเมณ้อย สร้างเสริม
สุขภาพ ๑



แบบประเมินหาดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity index)
สำหรับผู้เชี่ยวชาญเพื่อพิจารณาประเมิน และให้คำแนะนำ
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา
คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ : รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ของ
จังหวัดศรีสะเกษ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย :

๑. เพื่อศึกษาปัญหาและการจัดการสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ในจังหวัดศรีสะเกษ
๒. เพื่อเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ในจังหวัดศรีสะเกษ

๓. เพื่อเสนอรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

ในจังหวัดศรีสะเกษ

ชื่อผู้วิจัย : พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี)

คำชี้แจง : ให้ท่านพิจารณาข้อความสำหรับการวิจัยแต่ละข้อว่า มีความเหมาะสม ไม่ขัดจริยธรรม สอดคล้อง
กับเนื้อหาของตัวแปรที่ศึกษาหรือไม่ ถ้าพิจารณาแล้วมีความเห็นอย่างไรให้เลือกเครื่องหมาย ✓ หน้าช่องที่กำหนด
และกรุณาให้คำแนะนำแก่ผู้ทำวิจัย ดังนี้

หมายเลข ๑ หมายถึง ไม่สอดคล้อง

หมายเลข ๒ หมายถึง สอดคล้องบางส่วน

หมายเลข ๓ หมายถึง ค่อนข้างสอดคล้อง

หมายเลข ๔ หมายถึง มีความสอดคล้องมาก

ตอนที่ ๑ ข้อมูลผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์..... อายุ..... ปี

ตำแหน่ง..... รายได้.....

ที่อยู่..... โทร.....

วัน เดือน ปี ที่สัมภาษณ์.....

เริ่มสัมภาษณ์เวลา.....

ตอนที่ ๒ ปัญหาของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	
๒.๑	ปัญหาทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร				✓	
๒.๒	ปัญหาทางด้านสังคมของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร				✓	
๒.๓	ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุมีอะไรบ้าง และแก้ไขอย่างไร				✓	

ตอนที่ ๓ การจัดการสภาวะของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	
๓.๑	ท่านมีวิธีการจัดการสภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร				✓	
๓.๒	ชุมชนมีวิธีการจัดการสภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร				✓	
๓.๓	ผู้นำชุมชนมีวิธีการจัดการสภาวะทั้ง ๔ ด้านอย่างไร				✓	

ตอนที่ ๔ การสร้างเสริมสภาวะ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				ข้อเสนอแนะ
		๑	๒	๓	๔	
๔.๑	การสร้างเสริมสภาวะด้านร่างกาย					
	๑) ท่านมีการดูแลสภาวะด้านร่างกายของท่านอย่างไร				✓	
	๒) ท่านคิดว่า การที่จะมีร่างกายที่แข็งแรงได้นั้นเกิดจากอะไร ใครบ้างที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และเกี่ยวข้องอย่างไร				✓	
	๓) เมื่อมีอาการเจ็บป่วย ผู้สูงอายุจะอย่างไร จะให้ใครดูแลรักษา และมีขั้นตอนการดูแลรักษาอย่างไร				✓	
๔.๒	การสร้างเสริมสภาวะด้านจิตใจ					
	๑) ท่านมีการดูแลสภาวะด้านจิตใจอย่างไร สามารถควบคุมอารมณ์ได้ไหม ในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบ				✓	
	๒) ชุมชนมีการจัดกิจกรรมเพื่อลดความเครียดของผู้สูงอายุอย่างไร				✓	
	๓) สิ่งแวดล้อมในชุมชนมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพทางจิตใจดีหรือไม่ อย่างไร				✓	

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				
		๑	๒	๓	๔	ข้อเสนอแนะ
๔.๓	การสร้างเสริมสุขภาวะด้านสังคม					
	๑) ท่านมีการดูแลสุขภาพด้านสังคม การปฏิสัมพันธ์กับชุมชนอย่างไร				✓	
	๒) ท่านคิดว่าชุมชนมีความรัก ความสามัคคี ความเอื้ออาทร มากน้อยเพียงใด และปรับตัวเข้ากับชุมชนอย่างไร				✓	
	๓) ท่านมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนอย่างไร				✓	
๔.๔	การสร้างเสริมสุขภาวะด้านจิตวิญญาณ					
	๑) ท่านมีการดูแลสุขภาพด้านจิตวิญญาณอย่างไร				✓	
	๒) กิจกรรมของชุมชน ท่านมีส่วนช่วยเหลือในด้านใดบ้าง				✓	
	๓) ท่านได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่สำคัญอะไรบ้าง				✓	
	๔) เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ท่านสามารถแยกแยะถูกผิด มีประโยชน์ ไม่มีประโยชน์ อย่างไร				✓	

ตอนที่ ๕ หลักเศรษฐกิจพอเพียง

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				
		๑	๒	๓	๔	ข้อเสนอแนะ
๕.๑	ความพอประมาณ					
	๑) ท่านมีรายได้จากส่วนใดบ้าง และเพียงพอต่อการดำเนินชีวิตประจำวันหรือไม่อย่างไร				✓	
	๒) ท่านมีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียงอย่างไร				✓	
	๔) ท่านได้มีการกู้ยืมเงินมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันหรือไม่ ได้จากแหล่งใดบ้าง				✓	
๕.๒	ความมีเหตุผล					
	๑) เวลามีปัญหาท่านได้ใช้เหตุผล สติปัญญา ตัดสินใจอย่างรอบคอบมากน้อยเพียงใด ในการแก้ปัญหาต่างๆ				✓	
	๒) ท่านมีการวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างไร				✓	
	๓) ความยากได้กับความจำเป็นในการบริโภค ท่านแยกแยะอย่างไร				✓	
๕.๓	การมีภูมิคุ้มกัน					
	๑) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันส่งผลกระทบ				✓	

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				
		๑	๒	๓	๔	ข้อเสนอแนะ
	ต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุอย่างไร					
	๒) ท่านคิดว่าผู้สูงอายุในชุมชนมีการเตรียมตัวให้รับการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นอย่างไร				✓	
๕.๔	ความรู้					
	๑) ท่านมีความรู้ ภูมิปัญญา และความสามารถในด้านใดบ้าง ได้เรียนรู้มาจากไหนและอย่างไร				✓	
	๒) ชุมชนมีกิจกรรมใดบ้างที่สนับสนุนการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ หรือของท่าน				✓	
	๓) ทำติดตามข่าวสารต่าง ๆ ด้วยวิธีใด บ่อยไหม				✓	
๕.๕	คุณธรรม					
	๑) ผู้สูงอายุในชุมชนนำหลักธรรมทางศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร				✓	
	๒) ผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกันหรือไม่อย่างไร				✓	
	๓) ผู้สูงอายุและชุมชนมีความสามัคคี เอื้ออาทรต่อกันหรือไม่อย่างไร				✓	

ตอนที่ ๖ แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุ

ข้อ ที่	ข้อความสำหรับการวิจัย	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ				
		๑	๒	๓	๔	ข้อเสนอแนะ
๖.๑	แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุเอง ในอนาคตควรเป็นอย่างไร				✓	
๖.๒	แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยครอบครัวควรเป็นอย่างไร หรือมีวิธีสร้างเสริมอย่างไร				✓	
๖.๓	แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ โดยชุมชนควรเป็นอย่างไร หรือชุมชนควรมีส่วนสร้างเสริมอย่างไร				✓	

ลงชื่อผู้เชี่ยวชาญ



(นางสาว กนกนาถ)

วันที่ ๒๐ เดือน ๑๓ พ.ศ. ๖๐

ภาคผนวก จ
หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน	
เลขที่	๔๔๑
วันที่	๒๖/๑๑/๒๕๖๑
เวลา	๑๐.๐๐ น. ผู้รับ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐

โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัณนิษฐานเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นายสันติ ทองบาง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัณนิษฐานที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุบาล์ โขติญาโณ (ทวี) รัชสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
 ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
 พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
 ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขออนุญาตจากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
 ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
 จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพามาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
☐ เพื่อโปรดทราบและถือปฏิบัติ
☐ เพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการ
☐ ข้อเสนอ.....

- นาย ๓๐๘ ๑๐๘๓๓๓-๓๓๓๓๓๓
 ๓๓๓๓๓๓

(นายสมพงษ์ ปิณฑุมณีรักษ์)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ข้อเสนอ	สั่งการ
☐ โปรดทราบและถือปฏิบัติ	☐ โปรดทราบและดำเนินการ
☐ ดำเนินการตามเสนอ	☐ ข้อเสนอเพิ่มเติม.....

- นาย ๓๐๘ ๑๐๘๓๓๓-๓๓๓๓๓๓

นายสันติ ทองบาง

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

นายสันติ ทองบาง

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอบางบาล
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติครุฑที่สัณฐานเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นางทวีติยา จันคณา ผอ. รพ.สต.บ้านกันตรวจ
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัณฐานที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโน (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัณฐานท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัณฐานเพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

อันได้ให้ข้อสรุป.

๙๔

๐๓๐๓/๕๓ ๓๐๓๗/

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอลำปลายมาศ
จังหวัดสุรินทร์ ๓๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เรียน พระมหาตัง อากาศโร เจ้าอาวาสวัดบ้านตาเจาโนนสมบูรณ์
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ยื่นให้สัมภาษณ์
พระมหาตัง อากาศโร (จันทร์โง)

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอลำทะเมนชัย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัณนิษฐานเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร *ท่านผู้ประพันธ์ ศ.ดร.โพธิ์พงษ์ ประทานพรพรหมกิจกุลย์ จันทิโนชฌน*
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัณนิษฐานที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอภูกษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัณนิษฐานท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัณนิษฐานเพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

*สิทธิในข้อมูล
(๑๕๖๖ ๓๐๖๖๖/๒๖ จันทิโนชฌน)*

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอมอบอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นายสุรธรรม บุญมา ผู้ใหญ่บ้านกันตรวง หมู่ ๑

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอมอบอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ผศ.ให้เกียรติ

สมร

(ผศ.สุรธรรม บุญมา)

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 ๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอลำไทร
 จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
 โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัณนิษฐานเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นายสาคร จันทร์ ผู้ใหญ่บ้านหนองระเหยิว หมู่ ๒

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัณนิษฐานที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
 ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
 พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัณนิษฐานท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
 ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขออนุญาตเผยแพร่จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัณนิษฐานเพื่อจะเป็นประโยชน์
 ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
 จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมหาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

นายสาคร จันทร์

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติครุฑลัทธิเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นางเพ็ญศรี จันทร์เพ็ง ผู้ใหญ่บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้หนังสือดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร
(ขอ นิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐)
อดิศักดิ์ ผู้ใหญ่บ้านตาเจาเหนือ

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติเสนอให้สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นายฮา ศรีพล ผู้ใหญ่บ้านโคก หมู่ ๔
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาศักยภาพ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขออนุมัติจากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาศักยภาพ มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาศักยภาพ

ทพ ๒๑ ศรีพล

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอบางบาล
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๑๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นางบุญปิ่น วันทะวงษ์ อสม. บ้านกันตรจ หมู่ ๑
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโน (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้ยินดีดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมหาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 ๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอรังน้อย
 จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
 โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัณนิษฐานเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
 เจริญพร นางทองศรี ฝิ่งนิล อสม. บ้านหนองระเี่ยว หมู่ ๒
 สิ่งที่มาด้วย ตัวอย่างแบบสัณนิษฐานที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
 ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
 พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
 ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขออนุญาตจากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
 ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
 จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพามาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

อริสดี ใจชัยกุล
 ทองดี นพิน

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอลำทะเมนชัย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นางอรุทัย ทองบาง อสม. บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโน (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

อรุทัย ทองบาง

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติครุภัณฑ์สำนักงานเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นายประยูร ทองบาง อสม. บ้านโคก หมู่ ๔

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขออนุมัติครุภัณฑ์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ฉันดีใจที่ช่วย
พระยูร ๓๐๖๗๙

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอลำทะเมนชัย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นายเทียม วันทะวงษ์ ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโน (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรามาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ได้รับแจ้ง
17/01/2561

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นางน้อย ชันทอง ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรามาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

น้อย ชันทอง

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นางกันหา ศิริภา ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโน (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมหาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

กันหา ศิริภา

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอลำทะเมนชัย
จังหวัดนครราชสีมา ๓๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติขอความเห็นชอบเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นายฤทธิ เพชรพลอย ผู้สูงอายุบ้านหนองกระเทียม หมู่ ๒
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขออนุมัติขอความเห็นชอบจากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัณนิษฐานเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นางลักขณ์ นงค์เยาว์ ผู้สูงอายุนานหนองระเหยว หมู่ ๒
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัณนิษฐานที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโน (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัณนิษฐานท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัณนิษฐานเพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

วิมล ใจเย็น

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ลักขณ์ นง ๑๐๗

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่สัณนิษฐานเพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นายมาน พงษ์เพชร ผู้สูงอายุ บ้านตาเจ๊ นม ๓
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัณนิษฐานที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอภิชัย โชติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรามาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

นิน ๓๑๕๗๕๓
มโน ๖๖๐๕๖๖

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอบัวน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติเคราะห้สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นางปรีน ทองบาง *ผู้สูงอายุ นักศึกษา วิชา*
สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอภูกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

อินทิรา นิลวณิช
ปรีน ทองบาง

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ที่ ศธ ๖๑๐๕.๔/ว ๖



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอลำทะเมนชัย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐ ต่อ ๘๒๗๘-๗๙

๑๘ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์เพื่อใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นางไฉ ศรีพล ผู้สูงอายบ้านโคก หมู่ ๔

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระอุกฤษ โขติญาโณ (ทวี) รหัสประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๔๐๙๐ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้สูงอายุเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี ตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียงของจังหวัดศรีสะเกษ” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องสัมภาษณ์ท่านเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับใช้
ในการทำวิจัย ทางหลักสูตรฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์เพื่อจะเป็นประโยชน์
ในทางวิชาการต่อไป โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระสุธีรัตนบัณฑิต, ดร.)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพัฒนาสังคม

ย่นดิโนดอฮอ
๖๖ กรพ
๖๖๖๖ กรพ

ภาคผนวก ฉ
ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม

ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



สัมภาษณ์ นางน้อย ชันทอง, ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.



สัมภาษณ์ นายสุวรรณ บุญมา, ผู้ใหญ่บ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



สัมภาษณ์ สุทธิชัย ด้วงทอง , พยาบาลวิชาชีพ, ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.



สัมภาษณ์ นางบุญปิ่น วันทะวงษ์, อสม. บ้านกันตรวง หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



สัมภาษณ์กลุ่ม นายสาคร จันทร, ผู้ใหญ่บ้านหนองระเียว หมู่ ๒ นางทองศรี ฝิ่งนิล อสมม บำณกัน
ตรวจหมู่ ๒, นางลักษณ นงค์เียว และนายฤทธิ์ เพชรพลอย ผู้สูงอายุบ้านหนองระเียว หมู่ ๒,
๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.



สัมภาษณ์ นางกันหา ศิริภา , ผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ ๑, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



ไข่เป็ดที่ยายกันหาเก็บไปขาย



เป็ดที่ได้รับการสนับสนุน จากหน่วยงานภาครัฐ

ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



สัมภาษณ์ นายฮา ศรีพูล, ผู้ใหญ่บ้านโคน หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.



สัมภาษณ์ นางไว ศรีพูล, ผู้สูงอายุบ้านโคน หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.

ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



สัมภาษณ์ นายประยูร ทองบาง, อสม. บ้านโคกน หมู่ ๔, ๙ มีนาคม ๒๕๖๑.



สัมภาษณ์ นายมาน พงษ์เพชร, ผู้สูงอายุบ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.

ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



สัมภาษณ์ นางอรุทัย ทองบาง, อสม. บ้านตาเจาเหนือ หมู่ ๓, ๘ มีนาคม ๒๕๖๑.



สัมภาษณ์ นางธัญวรัตน์ มิตุภูมิบุรุษ, นักพัฒนาชุมชน, ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



ลงพื้นที่เก็บข้อมูลที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ภาคผนวก ข
โครงการต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ ในตำบลโนนปูน
อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ



ថ្ងៃ ពុធ ៨៥០០១/២៥៤៧

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอโพธิ์
จังหวัด ศรีสะเกษ ๓๓๑๘๐

(๑๙) พฤษภาคม ๒๕๕๙

เรื่อง รายงานผลการดำเนินงานการ “โครงการหาคนไทยห้วงโยโสใญ่ผู้สูงอายุ” รอบเดือน พฤษภาคม
ประจำปี ๒๕๕๙

เรียน นายอำเภอไพรบึง

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศก ๐๐๒๓.๑๘ /ว ๔๙๖ ลงวันที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๗

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบรายงาน โครงการมหาดไทยห่วงใย ใส่ใจผู้สูงอายุ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ อำเภอโพธิ์ประทับช้างขอความร่วมมือองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอโพธิ์ประทับจังหวัดศรีสะเกษ รายงานผลการดำเนินงาน “โครงการหาไทยหัวใจใส่ใจผู้สูงอายุ” ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๑ โดยการบูรณาการร่วมกับหน่วยงานภาคีเครือข่ายในการดำเนินงาน ได้แก่ ๑.แนวทางการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพ ๒.แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิต ๓.แนวทางการบริการทางสังคม ๔.แนวทางการปรับปรุงสภาพแวดล้อม ๕ อื่น ๆ เช่นการจัดทำโครงการเกี่ยวกับการให้บริการกับผู้สูงอายุ ฯลฯ และต้องรายงานผลการดำเนินงานตามแบบสิ่งที่ส่งมาด้วย ทกวันที่ ๒๕ ของเดือน นั้น

บัดนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ได้จัดทำแบบรายงานผลการดำเนินงานตาม“โครงการมหาดไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ”ประจำเดือน พฤษภาคม ๒๕๕๙ เรียบร้อยแล้วรายละเอียดดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

Feb.

(นายสันติ/ทองบาง)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

สำนักงานปลัด อบต.โนนปูน

ศูนย์พัฒนาคบครัวในชุมชนตำบลโนนปูน

โทรศัพท์ ๐๔๕-๘๖๒-๑๒๔ โทรสาร ๐๔๕-๘๖๒-๑๒๕

นางธัญวรัตน์ ปิตุภูมิบุรุษ ผู้ประสานงาน ๐๙๓-๙๘๙-๓๓๙-๒

[illegible]

แบบรายงาน “โครงการมหาดไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ”

องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๙

ลำดับ ที่	อปท.	อำเภอ	ชื่อโครงการ	ประเภท กิจกรรม	งบประมาณ ของอปท.	งบประมาณภาคี เครือข่าย	อยู่ระหว่าง ขั้นตอนการ ดำเนินงาน	จำนวน ผู้รับบริการ	รวมยอดสะสม ผู้บริการ
๒	โนนปูน	ไพรบึง	-การส่งเสริมอาชีพให้ผู้สูงอายุ -การจัดสวัสดิการชุมชนตำบล ๆ เช่น การเจ็บป่วย การเสียชีวิต ช่วยเหลือภัยพิบัติ ฯลฯ -การสำรวจข้อมูลด้านผู้สูงอายุ -การตรวจสอบ / เยี่ยมครอบครัวผู้สูงอายุ -การช่วยเหลือครอบครัวผู้สูงอายุ/ยากจน/ด้อยโอกาส/อยู่ตามลำพังคนเดียว/ช่วยเหลือตนเองไม่ได้	๕	๘๘,๐๐๐.-	๓๐,๙๐๐	-	๕๖	๕๖
				๕	-		-	๒๓	๓๒๐
				๕	-		-	๓๗	๖๐๓
				๕	-		-	๕	๕
				๕	-		-	๗	๑๐

(ลงชื่อ).....ผู้จัดทำข้อมูล
(นางธัญวรัตน์ ปิตุภูมิรักษ์)
ตำแหน่ง ผู้ช่วยนักพัฒนาชุมชน

(ลงชื่อ).....ผู้รับรองความถูกต้อง
(นายสันติ ทองบาง)
ตำแหน่ง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน



คำสั่งองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

เลขที่ ๔๔๑ /๒๕๕๗

เรื่อง แต่งตั้งประธานกรรมการและคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุประจำหมู่บ้าน

อาศัยอำนาจตามพระราชบัญญัติสภาตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบล พ.ศ.๒๕๓๗ แก้ไขเพิ่มเติม(ฉบับที่ ๕) พ.ศ.๒๕๔๖ ความนัยมาตรา ๖๖ (๖) และพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.๒๕๔๖ ประกอบกับประกาศกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เรื่อง กำหนดหลักเกณฑ์ และเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนการอำนวยความสะดวกและปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในการบริการสาธารณะ พ.ศ. ๒๕๔๗

เพื่อให้การดำเนินงานการขับเคลื่อนงาน พัฒนา ส่งเสริม คุ้มครอง การอำนวยความสะดวก และการมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการงานผู้สูงอายุ ในเขตพื้นที่ตำบลโนนปูน ทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน ประชากรทั้งสิ้น ๔,๒๘๕ คน แยกเป็นชาย ๒,๑๘๗ คน เป็นหญิง ๒,๑๙๘ คน จำนวน ๑,๐๘๗ ครัวเรือน มีจำนวนผู้สูงอายุ ๕๓๙ คน จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย คณะกรรมการอำนวยการ คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุระดับหมู่บ้าน และคณะกรรมการ/เลขานุการ ดังรายนาม และตำแหน่งดังต่อไปนี้

ชุดที่ ๑.คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวง ประกอบด้วย

๑.นายสุวรรณ บุญมา	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านกันตรวง
๒.นายโสภณ ชื่นวงษ์	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นายคงสิทธิ์ ทรงกรอ	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๔.นายบุญร่วม ตะเกิงสุข	ตำแหน่ง ประธานสถาบันการเงินชุมชน
๕.นายอนุชา พานิซ	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.โนนปูน
๖.นายสุชาติ ทองบาง	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาชุมชน
๗.นางสุนันท์ ศุกรเวทย์ศิริ	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม(อพม.)
๘.นางไพศาล ยอดจักร	ตำแหน่ง อสม.
๙.นางสมใจ ตะเกิงสุข	ตำแหน่ง ประธานกลุ่มสตรี

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาคอขวด
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการฯ กำกับดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๒-

ชุดที่ ๑ ประธานกรรมการและคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวง ประกอบด้วย

๑.นายบุญทอง บุญมา	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๑
๒.นายดิษฐ์ พรหมห้าย	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๑
๓.นางลี สุยไสย์	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นายสุข เฉลิม	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นายเทียม วันทะวงษ์	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายสมาน สว่างภพ	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นางบุญปั่น วันทะวงษ์	ตำแหน่ง เภรียญิก
๘.นายคำรัส พานิช	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายสุวรรณ ชันวงษ์	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นางสกุล บุญมา	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๒ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๒ บ้านหนองระเี่ยว ประกอบด้วย

๑.นายสาคร จันท	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านหนองระเี่ยว
๒.นายพิพัฒน์ ภาชี	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นายสมบัติ ไก่แก้ว	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๔.นายชยพล จันท	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๕.นายเจริญชัย โพธิ์อุดม	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๖.นางสมควร ไก่แก้ว	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาชุมชน
๗.นางอำไพ มะลิทอง	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม(อพม.)
๘.นางภัทรวรรณ ชนกเนตร	ตำแหน่ง อสม.
๙.นายลำไย ยะฮวดสา	ตำแหน่ง ประธาน อสม.หมู่ที่ ๒
๑๐.นางอรัญญา จันท	ตำแหน่ง ประธานกลุ่มสตรี

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาคบครัว
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ทั่วทุกตำบล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๒-

ชุดที่ ๑ ประธานกรรมการและคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๑ บ้านกันตรวจ ประกอบด้วย

๑.นายบุญทอง บุญมา	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๑
๒.นายดิษฐ์ พรหมหาชัย	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๒
๓.นางลี สุยไสย์	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นายสุข เฉลิม	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นายเทียม วันทะวงษ์	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายสมาน สว่างภพ	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นางบุญปั่น วันทะวงษ์	ตำแหน่ง เหมัญญิก
๘.นายดำรง พานิช	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายสุวรรณ ชื่นวงษ์	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นางสกุล บุญมา	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๒ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๒ บ้านหนองระเียว ประกอบด้วย

๑.นายสาคร จันท	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านหนองระเียว
๒.นายพีรพัฒน์ ภาชี	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นายสมบัติ ไก่แก้ว	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๔.นายชยพล จันท	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๕.นายเจริญชัย โพธิ์อุดม	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๖.นางสมควร ไก่แก้ว	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาชุมชน
๗.นางอำไพ มะลิทอง	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม(อพม.)
๘.นางภัทรวรรณ ชนกันตร	ตำแหน่ง อสม.
๙.นายลำไพ ยะฮวดสา	ตำแหน่ง ประธาน อสม.หมู่ที่ ๒
๑๐.นางอริญา จันท	ตำแหน่ง ประธานกลุ่มสตรี

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาครอบครัว
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ทำกับดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้การบริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๓-

ชุดที่ ๒.ประธานกรรมการ และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๒ บ้านหนองกระเทียม ประกอบด้วย

๑.นายเสียน วันทะวงษ์	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๒
๒.นายเพชร ฝิ่งนิล	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๒
๓.นายหมอน โพนปลัด	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นางสอน จันท	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นางสง่า อินนทนต์	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายสิงห์ทอง ยมนา	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นางเสียน เพชรพลอย	ตำแหน่ง เภรญญิก
๘.นายบุตรี โพธิ์อุดม	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายเทียน ศรีพันธ์	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นายสอน จันท	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๓ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ ประกอบด้วย

๑.นางเพ็ญศรี ตรีชัยรัมย์	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านตาเจาเหนือ
๒.นายเทียบ ทองบาง	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นางสาวชนัญญาอุต์ ทองบาง	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๔.นายบรรชา จันทร์เพ็ง	ตำแหน่ง ประธานกาอบต.
๕.นางลิต ทองบาง	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๖.นายยม ทองบาง	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม(อพม.)
๗.นายประสิทธิ์ ใจเรือง	ตำแหน่ง ประธาน อสม.หมู่ที่ ๓
๑๐.นางสมพร บัวจันทร์	ตำแหน่ง ประธานกลุ่มสตรี

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาครอบครัว
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ทั่วทุกตำบล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เผื่อระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้การบริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๔-

ชุดที่ ๓ ประธานกรรมการและคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๓ บ้านตาเจาเหนือ ประกอบด้วย

๑.นายบุญเชิด จันทรเพ็ง	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๓
๒.นายได้ะ ทองบาง	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๓
๓.นายบุรี ทองบาง	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นางบุตร ตอนศรี	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นางเอี่ยม ทองบาง	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายภู ทองบาง	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นางนาง จันทรเพ็ง	ตำแหน่ง เภรียญิก
๘.นางเหลียม จันทรเพ็ง	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายมาน พงษ์เพชร	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นายยม ทองบาง	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๔ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๔ บ้านโคก ประกอบด้วย

๑.นายฮา ศรีพูล	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านโคก
๒.นายประดิษฐ์ ศรีพูล	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นายพรมมา จันเพ็ง	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๔.นายพุทธ ศรีพูล	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๕.นางสุทา จันเพ็ง	ตำแหน่ง อสม.
๖.นางวันนา ชื่นทอง	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม(อพม.)

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
- ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
- ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
- ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
- ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาคบครัว
- ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง

๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง

- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ำกับกับดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๕-

ชุดที่ ๔.ประธานกรรมการ และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๔ บ้านโคก ประกอบด้วย

๑.นายมุด พานิช	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๔
๒.นายนิต ตอนศรี	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๔
๓.นายสมชาย ศรีพล	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นางลี กาฬสินธุ์	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นางอุ้น ตอนศรี	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายทองพูล สมาน	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นายเที่ยง สุยไสย์	ตำแหน่ง เจริญญิก
๘.นายอานวย ชินวงษ์	ตำแหน่ง ประธานสัมพันธ์
๙.นางจิราภรณ์ เพชรนาม	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นายประเสริฐ โพธิ์สาร	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๕ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๕ บ้านแดง ประกอบด้วย

๑.นายอง ประถมภาส	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านแดง
๒.นายมงคล เสมศรี	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นายสมปอง บัวลม	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๔.นางวิจิตรรา ทวี	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๕.นางสีลาพร ศรีพล	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๖.นางสำราญ บัวจันทร์	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม(อพม.)
๘.นางบุญปั่น ประถมภาส	ตำแหน่ง ประธาน อสม.หมู่ที่ ๘

โดยมีหน้าที่

๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น

๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางกรแก้ไขปัญหาคอรัรัว
 ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง

๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง

- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ำกับกับดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๖-

ชุดที่ ๕ ประธานกรรมการ และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๕ บ้านแดง ประกอบด้วย

๑.นายสี เฉลิม	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๕
๒.นายคำ ตอนศรี	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๕
๓.นายสวาท ทองบาง	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นางทองขัน พุดพันธ์	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นายสวาท ไชยนิล	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายทัต ปัญหา	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นางเรือง ศรีพูล	ตำแหน่ง เภรัญญิก
๘.นางสุรินทร์ ทองบาง	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายบุญ เฉลิม	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นายวิวัฒน์ พานิช	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๖ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๖ บ้านตะเคียน ประกอบด้วย

๑.นายบุญทัน สมธรัตน์	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านตะเคียน
๒.นายชม กินรี	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นางภานุมาศ เพชรพลอย	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๔.นายพริ้งค์ บุญมา	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๕.นายภิรมย์ เดือนเพ็ง	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๖.นางไทย บุญมา	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม(อพม.)

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาครอบครัว
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือดร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ปรึกษากันดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๗-

ชุดที่ ๖ ประธานกรรมการ และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๖ บ้านตะเคียน ประกอบด้วย

๑.นายภิรมย์ เดือนเพ็ญ	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๖
๒.นายชมพู่ บุญมา	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๖
๓.นายหมี รุ่งแสง	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นายพุด รุ่งแสง	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นางเสริม เดือนเพ็ญ	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายชาติ กิณี	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นายหลิน วิชา	ตำแหน่ง เภรณูญิก
๘.นายสุนัน บุญมา	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายชม ไสรส	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นายเสาร์ เพ็ชรพลอย	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๗ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๗ บ้านหนองบึงปอง ประกอบด้วย

๑.นายเพ็ญ สุริเตอร์	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านหนองบึงปอง
๒.นางสาวสมปอง ธรรมคุณ	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นางสาวสมถวิล มิตรโสม	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๔.นายเรืองศักดิ์ จันท	ตำแหน่ง รองประธานสภา อบต.
๕.นายบุรี บุญธรรม	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๖.นายสุทัศน์ บัวจันทร์	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม(อพม.)
๘.นางมลจินทร์ ธรรมคุณ	ตำแหน่ง อสม.
๙.นางนันทมล จันท	ตำแหน่ง อสม.
๑๐.นางบังอร ศรีพันธ์	ตำแหน่ง อมส.

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ บริการ ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาคกรครบถ้วน
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ฯ กำกับดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้การบริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๘-

ชุดที่ ๗. ประธานกรรมการ และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๗ บ้านหนองบึงทอง ประกอบด้วย

๑.นายสนธิ วิชา	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๗
๒.นายทองพันธ์ กระโพธิ์	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๗
๓.นายหัตถ์ เฉลิม	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นายทองชาล รุ่งแสง	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นายทองคำ ไพรวงษ์	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายสมาน สอนักดี	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นายศรชัย วันทะวงษ์	ตำแหน่ง เทรญ์ญิก
๘.นางทองบาง แสนสนธิ	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายสุ ภาชี	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นายพร บัวจันทร์	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๘ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๘ บ้านห้วยป่าม่วง ประกอบด้วย

๑.นายสมศักดิ์ บัวจันทร์	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านห้วยป่าม่วง
๒.นายหวัง ชินทอง	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๓.นายประจวบ ขอบเขต	ตำแหน่ง ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
๔.นายเวียน ประถมภาส	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๕.นายสุวรรณ โยธี	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๖.นางมะลิ ขอบเขต	ตำแหน่ง อาสาพัฒนางสังคม (อพม.)
๗.นางสายฟ้า บัวจันทร์	ตำแหน่ง อสม.
๘.นางไสว จันทร	ตำแหน่ง กลุ่มสตรี
๑๐.นางอ้อย โยธี	ตำแหน่ง ประธาน อสม.

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาคอรัรัว
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ทั่วทุกตำบล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๙-

ชุดที่ ๘ ประธานกรรมการ และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๘ บ้านห้วยป่าม่วง ประกอบด้วย

๑.นายสุ่ย บัวจันทร์	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๘
๒.นายธน มีทอง	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๘
๓.นางปาน ชินทอง	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นางกาสิ ไทยอินทร์	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นางผุย กฤษวี	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นางปาน ชินทอง	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นางสด ชินทอง	ตำแหน่ง เภรณญิก
๘.นายไธ ชินทอง	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายพัด ตอนศรี	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นางเพียร สารทอง	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๙ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๙ บ้านตาเจาใต้ ประกอบด้วย

๑.นางอลิศรา นนเทศา	ตำแหน่ง กำนันตำบลโนนปูน
๒.นายณรงค์ ทองบาง	ตำแหน่ง สารวัตรกำนัน
๓.นายภักดี จันเพ็ง	ตำแหน่ง ผู้ช่วยกำนัน
๔.นางคำแบ่ง ทองบาง	ตำแหน่ง ผู้ช่วยกำนัน
๕.นายวินัย วงษ์นิล	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๕.นางสาวสมเพียร จันทรเพ็ง	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๖.นายเจียม ศรีพูล	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม (อพม.)
๗.นางดีม ทองบาง	ตำแหน่ง อสม.
๘.นายอุดร ตอนศรี	ตำแหน่ง ประธาน อสม.หมู่ที่ ๙

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางทางแก้ไขปัญหาคอขวด
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ทำกับดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๑๐-

ชุดที่ ๙ ประธานกรรมการ และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๙ บ้านตาเจาใต้ ประกอบด้วย

๑.นายไส จันทรเพ็ง	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๙
๒.นางตุ้ม ทองบาง	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๙
๓.นางเกื้อน ทวี	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นายด่อน ทวี	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นางเหมือน ทองบาง	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายประเสริฐ จันทรเพ็ง	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นายไสว ทวี	ตำแหน่ง เภรณญิก
๘.นายเจียม ศรีพล	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นางอัน ทองบาง	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นางเรียม ทองบาง	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ชุดที่ ๑๐ คณะกรรมการอำนวยการ หมู่ที่ ๑๐ บ้านหนองสำราญ ประกอบด้วย

๑.นายแผ่น ทองบาง	ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านหนองสำราญ
๒.นายบุญทัน พรหมศักดิ์	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๓.นายจิรภัทร สิงคะเน	ตำแหน่ง สมาชิก อบต.
๔.นายบุญธรรม เหลือกระโทก	ตำแหน่ง อาสาพัฒนาสังคม (อพม.)
๕.นางบัวพรรณ บัลลังค์	ตำแหน่ง อสม.
๙.นายบุญมี โยธา	ตำแหน่ง ประธาน อสม.หมู่ที่ ๑๐
๑๐.นางนารี พรหมศักดิ์	ตำแหน่ง ประธานกลุ่มสตรี

โดยมีหน้าที่

- ๑.เป็นที่ปรึกษา จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาคอขวด
 - ๖.การประสานงานหน่วยงานการจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การอำนวยความสะดวกการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ำกับดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไข ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผล และประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๑๑-

ชุดที่ ๑๐ ประธานกรรมการ และคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๑๐ บ้านหนองสำราญ
ประกอบด้วย

๑.นายอินทร์ พรหมศักดิ์	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๑๐
๒.นายชู ทองแดง	ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๑๐
๓.นายจรัส ตอนศรี	ตำแหน่ง กรรมการ
๔.นางสมร ตอนศรี	ตำแหน่ง กรรมการ
๕.นายสุย ใจเรือง	ตำแหน่ง กรรมการ
๖.นายสนัด ทิพพรม	ตำแหน่ง กรรมการ
๗.นายเสงี่ยม สิงคะเน	ตำแหน่ง เจริญญิก
๘.นายนิช โสพัส	ตำแหน่ง ประชาสัมพันธ์
๙.นายสมโล๊ะ อุปมัย	ตำแหน่ง กรรมการ/เลขานุการ
๑๐.นายเดช บุญธรรม	ตำแหน่ง กรรมการผู้ช่วยเลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็น
ศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่
เกี่ยวข้องต่อไป

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๓๑ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๗

(ลงชื่อ).....

(นายสันติ ทองบาง)

ตำแหน่ง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน



คำสั่งองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

ที่ ๔๔๗/๒๕๕๗

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ ระดับตำบล ประจำปี ๒๕๕๗

อาศัยอำนาจตามพระราชบัญญัติสภาตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบล พ.ศ.๒๕๓๗ แก้ไขเพิ่มเติม(ฉบับที่ ๕) พ.ศ.๒๕๔๖ ความนัยมาตรา ๖๖ (๖) และพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.๒๕๔๖ ประกอบกับประกาศกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เรื่อง กำหนดหลักเกณฑ์ และเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนการอำนวยความสะดวกและปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในการบริการสาธารณะ พ.ศ.๒๕๔๗

เพื่อให้การดำเนินงานการขับเคลื่อนงาน พัฒนา ส่งเสริม คุ้มครอง การอำนวยความสะดวก และการมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการงานผู้สูงอายุ ในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จำนวน ๑๐ หมู่บ้าน ประชากรทั้งสิ้น ๔,๒๘๕ คน แยกเป็นชาย ๒,๑๒๗ คน เป็นหญิง ๒,๑๕๘ คน องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย คณะกรรมการอำนวยการ คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุระดับตำบล มากจากคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุระดับหมู่บ้าน และคณะกรรมการ/เลขานุการ ดังรายนาม และตำแหน่งดังต่อไปนี้

๑.คณะทำงานอำนวยการ ประกอบด้วย

๑.นายสันติ ทองบาง	ตำแหน่ง นายก อบต.โนนปูน
๒.นายบุญย์ จันทรเพ็ง	ตำแหน่ง รองนายก อบต.โนนปูน
๓.นายพงษ์ภัทร กุลบุตร	ตำแหน่ง รองนายก อบต.โนนปูน
๔.นางเอี่ยม จันเพ็ง	ตำแหน่ง เลขานุการนายก อบต.
๕.นางทวีติยา จันคณา	ตำแหน่ง ผอ.รพสต.กันตรวจ
๖.นายสมพงษ์ ปิตุภูมิบุรุษ	ตำแหน่ง ปลัด อบต.โนนปูน
๗.นายชัยโยธิน ทิมโพธิ์กลาง	ตำแหน่ง หัวหน้าส่วนโยธา
๘.นางพรพนา พิลากรณ์	ตำแหน่ง ผอ.กองคลัง
๙.นางสาคร สายแก้ว	ตำแหน่ง หัวหน้าส่วนการศึกษา ฯ
๑๐.นางธัญวรัตน์ ปิตุภูมิบุรุษ	ตำแหน่ง ผู้ช่วยนักพัฒนาชุมชน

โดยมีหน้าที่

- ๑.จัดทำแผนการดำเนินงาน พัฒนา งานผู้สูงอายุ
 - ๒.เป็นศูนย์กลางในการประสานงาน เผยแพร่และประชาสัมพันธ์งานหรือกิจกรรมผู้สูงอายุ
 - ๓.สร้างระบบการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน
 - ๔.การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือบริการสาธารณะอย่างอื่น
 - ๕.การให้คำแนะนำ ปกป้อง ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี หรือทางการแก้ไขปัญหาคอขวด
 - ๖.การจัดหาที่อยู่อาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นและเดือนร้อนอย่างทั่วถึง
 - ๗.การบริการการสงเคราะห์เบี้ยยังชีพตามระเบียบและคุณสมบัติอย่างทั่วถึง
- ให้คณะทำงานชุดอำนวยการ ฯ กำกับดูแล การขับเคลื่อนงาน การดำเนินงาน เฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไขช่วยเหลือผู้สูงอายุ ตามที่ร้องขอ ให้เกิดความยุติธรรม โปร่งใส ใส่ใจให้บริการสาธารณะต่อประชาชนอย่างทั่วถึง และรายงานผลการตรวจสอบให้ผู้บริหารทราบ เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

-๒คณะกรรมการ/

-๒-

๒.คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

๑.นายบุญเชิด จันทรเพ็ญ	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๓	ประธานกรรมการ
๒.นายสนธิ วิชา	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๗	รองประธานกรรมการ
๓.นายอินทร์ พรหมศักดิ์	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๑๐	รองประธานกรรมการ
๔.นายบุญทอง บุญมา	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๑	กรรมการ
๕.นายเสียน วันทะวงษ์	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๒	กรรมการ
๖.นายมุต พานิช	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๔	กรรมการ
๗.นายสี เฉลิม	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๕	กรรมการ
๘.นายภิรมย์ เดือนเพ็ญ	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๖	กรรมการ
๙.นายสุ่ย บัวจันทร์	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๘	กรรมการ
๑๐.นางอัน ทองบาง	ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๙	กรรมการ
๑๑.นางสาวพรวิภา วรรณทวี	ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่วิเคราะห์	คณะทำงาน
๑๒.นางธัญวรัตน์ ปิตุภูมิบุรุษ	ตำแหน่ง ผู้ช่วยนักพัฒนาชุมชน	คณะทำงาน/เลขานุการ

โดยมีหน้าที่

ให้คณะกรรมการร่วมมือประสานงานกับส่วนราชการส่วนท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ที่เป็นศูนย์ประสานงาน การดำเนินงาน ขับเคลื่อนงานตามแผนงาน เพื่อประสานงานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๓๑ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๗

(ลงชื่อ).....

(นายสันติ ทองบาง)

ตำแหน่ง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

แบบรายงานการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ
องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ลำดับที่	ชื่อชมรม	ชื่อ-สกุล	ตำแหน่ง	ภูมิปัญญาท้องถิ่น	หมายเหตุ
1	ชมรมผู้สูงอายุบ้านกันตรวจ หมู่ที่ 1	นายบุญทอง บุญมา	ประธานชมรม ฯ	หมอลำพื้นเมือง	
		นายดิฐ พรหมหาชัย	รองประธานชมรม ฯ		
		นางลี สร้อยสาย	กรรมการ		
		นางสุข เถลิ้ม	กรรมการ		
		นายทองเหล็ก คำลา	เหรัญญิก		
2	ชมรมผู้สูงอายุบ้านหนองระเี่ยวหมู่ที่ 2	นายดำรัส พานิช	ประชาสัมพันธ์	หมอยาโบราณ	
		นายสุวรรณ ชันวงษ์	กรรมการ/เลขานุการ		
		นายเสียน วันทองงษ์	ประธานชมรม ฯ		
		นางสง่า อินทนนท์	รองประธานชมรม ฯ		
		นางลักขณ์ นงเยาว์	กรรมการ		
3	ชมรมผู้สูงอายุบ้านตาเฒ่า หมู่ที่ 3	นายเพชร ผิงนิล	กรรมการ	ตัดผมชาย	
		นายสิงทอง ยมนา	เหรัญญิก		
		นายบุตรดี โพธิ์อุดม	ประชาสัมพันธ์		
		นายสอน จันทร	กรรมการ/เลขานุการ		
		นายบุญเชิด จันทร์เพ็ง	ประธานชมรม ฯ		
		นายโตะ ทองบาง	รองประธานชมรม ฯ		
		นายบุรี ทองบาง	กรรมการ		
		นางบุตร ดอนศรี	กรรมการ		
		นางสุข เถลิ้ม	เหรัญญิก		
		นางเอี่ยม ทองบาง	ประชาสัมพันธ์		
		นายภู ทองบาง	กรรมการ/เลขานุการ		

แบบรายงานการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ
องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ลำดับที่	ชื่อชมรม	ชื่อสกุล	ตำแหน่ง	ภูมิปัญญาท้องถิ่น	หมายเหตุ
4	ชมรมผู้สูงอายุบ้านโคก หมู่ที่ 4	นายมุด พานิช	ประธานชมรม ฯ รองประธานชมรม ฯ กรรมการ กรรมการ เหรัญญิก ประชาสัมพันธ์ กรรมการ/เลขานุการ	ภูมิปัญญาท้องถิ่น	
		นายนิต ตอนศรี		หมอลำพื้นเมือง	
		นายสมชาย ศรีพูล			
		นายลี กาฬสินธุ์			
		นายวิชัย เพชรนาม		หมอยาโบราณ	
		นายทองพูล สมนาน			
5	ชมรมผู้สูงอายุบ้านแดง หมู่ที่ 5	นายอำนวย ชินวงษ์	ประธานชมรม ฯ รองประธานชมรม ฯ กรรมการ กรรมการ เหรัญญิก ประชาสัมพันธ์ กรรมการ/เลขานุการ		
		นายสี เอลิม		ช่างแกะสลักกรรม	
		นายคำ ตอนศรี		จักสาน	
		นางสาวท ทองบาง		ช่างทำบ้าน	
		นางทองจัน พุดพันธ์		ทอผ้า	
		นายสวาท ไชยนิล		หมอยาโบราณ	
6	ชมรมผู้สูงอายุบ้านตะเคียน หมู่ที่ 6	นายทัต ปัญหา	กรรมการ/เลขานุการ	จักสาน	
		นายเรือง ศรีพูล			
		นายภิรมย์ เตือนเพ็ง		จักสานหัตถกรรม	
		นายชมพู บุญมา			
		นายหมี รุ่งแสง			
		นายพุด รุ่งแสง			
		นางเสริม เตือนเพ็ง	กรรมการ กรรมการ เหรัญญิก ประชาสัมพันธ์ กรรมการ/เลขานุการ		
		นายหลิน วิชา			
		นายสุนัน บุญมา			

แบบรายงานการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ
องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ลำดับที่	ชื่อชมรม	ชื่อ-สกุล	ตำแหน่ง	ภูมิปัญญาท้องถิ่น	หมายเหตุ
7	ชมรมผู้สูงอายุบ้านกนกองปิงpong หมู่ที่ 7	นายสนธิ วิชา	ประธานชมรม ฯ	หมอยาโบราณ	9
		นายทองพัน กระโพธิ์	รองประธานชมรม ฯ	หมอยาโบราณ	
		นายหัตถ์ เถลิ้ม	กรรมการ		
		นายทองขาว รุ่งแสง	กรรมการ		
		นายทองคำ ไพรวงษ์	เหรัญญิก		
		นายสมาน สอนักดี	ประชาสัมพันธ์		
		นายพัน บุญมา	กรรมการ/เลขานุการ		
8	ชมรมผู้สูงอายุบ้านห้วยป่าม่วง หมู่ที่ 8	นายเสวียน สารทอง	ประธานชมรม ฯ	จักสาน	
		นายธณ มีทอง	รองประธานชมรม ฯ	จักสาน	
		นายสุย บัวจันทร์	กรรมการ		
		นางสด ชินทอง	กรรมการ		
		นางปาน ชินทอง	เหรัญญิก		
		นางกาสี ไทยอินทร์	ประชาสัมพันธ์		
9	ชมรมผู้สูงอายุบ้านตาเฒ่า หมู่ที่ 9	นายไธล ดอนศรี	กรรมการ/เลขานุการ		
		นางอ้น ทองบาง	ประธานชมรม ฯ		
		นางเรียม ศรีพูล	รองประธานชมรม ฯ		
		นางเกื้อน ทวี	กรรมการ		
		นายด่อน ทวี	กรรมการ		
		นายไสว ทวี	เหรัญญิก		
10	ชมรมผู้สูงอายุบ้านตาเฒ่า หมู่ที่ 10	นายประเสริฐ จันทร์เพ็ง	ประชาสัมพันธ์		
		นางเหมือน ทองบาง	กรรมการ/เลขานุการ		

แบบรายงานการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ
องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ลำดับที่	ชื่อชมรม	ชื่อสกุล	ตำแหน่ง	ภูมิปัญญาท้องถิ่น	หมายเหตุ
10	ชมรมผู้สูงอายุบ้านหนองสำราญ หมู่ที่ 10	นายอินทร์ พรหมศักดิ์ นายชู ทองแดง นายสันต์ ทิพพรม นายเดช บุญธรรม นายสมโล๊ะ อู๋มัย นายนิช โสพัฬ นายเสงี่ยม สิงคะเน	ประธานชมรม ฯ รองประธานชมรม ฯ กรรมการ กรรมการ เพรียญึก ประชาสัมพันธ์ กรรมการ/เลขานุการ		
	ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน	นายบุญเจ็ด จันทร์เพ็ง นายสนิษ วิชา นายอินทร์ พรหมศักดิ์ นายบุญทอง บุญมา นายมุด พานิช นายเสียน วันทะวงษ์ นายสี เกลิม นายภิรมย์ เตือนเพ็ง นายเสียน สารทอง นางอัน ทองบาง	ประธานชมรม ฯ รองประธานชมรม ฯ กรรมการ กรรมการ กรรมการ กรรมการ กรรมการ เพรียญึก ประชาสัมพันธ์ กรรมการ/เลขานุการ	ตัดผม หมอยาโบราณ จักสาน	

ที่ ศก ๘๕๐๐๑/พ.๕๙



ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง
จังหวัด ศรีสะเกษ ๓๓๓๘๐

๑๓ พฤษภาคม ๒๕๕๙

เรื่อง รายงานผลการดำเนินงาน “โครงการมหาดไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ” รอบเดือน พฤษภาคม
ประจำปี ๒๕๕๙

เรียน นายอำเภอไพรบึง

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศก ๐๐๒๓.๑๘ /ว ๔๙๖ ลงวันที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๙

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบรายงาน โครงการมหาดไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ อำเภอไพรบึงขอความร่วมมือองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึงจังหวัดศรีสะเกษ รายงานผลการดำเนินงาน “โครงการมหาดไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ” ประจำเดือน พฤษภาคม ๒๕๕๙ โดยการบูรณาการงานกับหน่วยงานภาคีเครือข่ายในการดำเนินงาน ได้แก่ ๑.แนวทางด้านการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพ ๒.แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิต ๓.แนวทางการบริการทางสังคม ๔.แนวทางการปรับปรุงสภาพแวดล้อม ๕.อื่น ๆ เช่นการจัดทำโครงการเกี่ยวกับการให้บริการกับผู้สูงอายุ ฯลฯ และต้องรายงานผลการดำเนินงานตามแบบสิ่งที่ส่งมาด้วย ทุกวันที่ ๒๕ ของเดือน นั้น

บัดนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ได้จัดทำแบบรายงานผลการดำเนินงานตาม “โครงการมหาดไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ” ประจำเดือน พฤษภาคม ๒๕๕๙ เรียบร้อยแล้วรายละเอียดดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสันติ ทองบาง)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

สำนักงานปลัด อบต.โนนปูน

ศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนตำบลโนนปูน

โทรศัพท์ ๐๔๕-๘๖๒-๑๒๔ โทรสาร ๐๔๕-๘๖๒-๑๒๕

นางอัญวรรณ์ ปิตุภูมิรักษ์ ผู้ประสานงาน ๐๙๓-๙๘๙-๓๓๙-๒

๑๖๓/๒๕๕๙

ที่
วันที่
ตรา
๑๖๓/๒๕๕๙

แบบรายงาน “โครงการมหาดไทยห้วยไผ่ให้ผู้สูงอายุ”
องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพร่ิง จังหวัด ศรีสะเกษ ประจำปี เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๕๙

ลำดับ ที่	อปท.	อำเภอ	ชื่อโครงการ	ประเภท กิจกรรม	งบประมาณ ของอปท.	งบประมาณภาคี เครือข่าย	อยู่ระหว่าง ขั้นตอนการ ดำเนินงาน	จำนวน ผู้รับบริการ	รวมยอดสะสม ผู้บริการ
๒	โนนปูน	ไพร่ิง	-การส่งเสริมอาชีพให้ผู้สูงอายุ -การจัดสวัสดิการชุมชนตำบล ฯ เช่น การเจ็บป่วย การเสียชีวิต ช่วยเหลือภัยพิบัติ ฯลฯ -การสำรวจข้อมูลด้านผู้สูงอายุ -การตรวจสอบ / เยี่ยมครอบครัวผู้สูงอายุ -การช่วยเหลือครอบครัวผู้สูงอายุ/ยากจน/ด้อย โอกาส/อยู่ตามลำพังคนเดียว/ช่วยเหลือตนเองไม่ได้	๕ ๕ ๕ ๕ ๕	๘๘,๐๐๐.- - - - -	✓ ๓๐,๕๐๐ - - -	- - - - -	๕๖ ๒๓ ๓๗ ๕ ๗	๕๖ ๓๒๐ ๖๐๓ ๕ ๑๐

(ลงชื่อ).....ผู้จัดทำข้อมูล
(นางธัญรัตน์ ปิตุภูมิรักษ์)
ตำแหน่ง ผู้ช่วยนักพัฒนาชุมชน

(ลงชื่อ).....ผู้รับรองความถูกต้อง
(นายสันติ ทองบาง)
ตำแหน่ง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน



ที่ ศก ๘๕๐๐๑/๑๓๖

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง
จังหวัด ศรีสะเกษ ๓๓๑๘๐

มีนาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ส่งแบบตอบรับเข้าร่วมฝึกอบรมอาชีพ ตามโครงการส่งเสริมสังคมน่าอยู่และพัฒนาคุณภาพชีวิต
กิจกรรม ฟื้นฟู และพัฒนาระดับครอบครัวยากจนและด้อยโอกาสให้สามารถช่วยเหลือตนเองได้

เรียน พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดศรีสะเกษ

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศก ๐๐๐๕/ว ๑๖๐๒ ลงวันที่ ๒๗ มีนาคม ๒๕๖๐

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบตอบรับเข้าร่วมประชุมฝึกอบรมอาชีพ จำนวน ๑ แผ่น

ตามที่ สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดศรีสะเกษ ได้จัดทำโครงการ
ส่งเสริมสังคมน่าอยู่และพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรม ฟื้นฟูและพัฒนาระดับครอบครัวยากจนและด้อยโอกาสให้
สามารถช่วยเหลือตนเองได้ เพื่อส่งเสริมให้กลุ่มผู้ด้อยโอกาส เช่น คนพิการ ผู้สูงอายุและครอบครัวผู้ยากไร้ สามารถ
พัฒนาตนเองให้ได้รับการฟื้นฟู และส่งเสริมด้านอาชีพให้ช่วยเหลือตนเองและครอบครัวได้ นั้น

องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ จึงขอส่งแบบตอบรับเข้าร่วม
ฝึกอบรมอาชีพ ตามโครงการ ฯ กลุ่มเป้าหมายในเขตพื้นที่ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จำนวน ๑๐
ครอบครัว และเจ้าหน้าที่ผู้กำกับดูแล จำนวน ๒ คน ในวันที่ ๓ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐ ณ ห้องประชุม
วิทยาลัยเกษตรและเทคโนโลยีศรีสะเกษ อำเภอเมืองศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ รายละเอียดดังเอกสารที่แนบ
มาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสันติ ทองบาง)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

๓ มีนาคม ๒๕๖๐
๓/๒๕.๖.๖๐

สำนักปลัด อบต.โนนปูน

งานสวัสดิการชุมชน ฯ

โทรศัพท์ ๐๔๕-๘๒๖-๑๒๔ โทรสาร ๐๔๕-๘๒๖-๑๒๕

ผู้ประสานงาน นางธัญวรัตน์ ปิตุภูมิบุรีรักษ์ ๐๙๓-๙๘๙-๓๓๙-๒



อปต.นนทบุรี

ที่ ศก ๘๕๐๐๑/ ๕๙



ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอโพธิ์ทอง
จังหวัด ศรีสะเกษ ๓๓๑๘๐

๙๙ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ส่งแบบสรุปทะเบียนรายชื่อพื้นที่ดำเนินงานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพ ปี ๒๕๖๒

เรียน พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดศรีสะเกษ

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศก ๐๐๐๕/ว ๑๔๒๒ ลงวันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๖๑

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. แบบสรุปรายชื่อ ฯ จำนวน ๑ แผ่น

ตามหนังสือที่อ้างถึง สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดศรีสะเกษ ขอความร่วมมือ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ดำเนินการสำรวจแบบสรุปทะเบียนรายชื่อพื้นที่ดำเนินงานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพ ปี ๒๕๖๒ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุและชมรมผู้สูงอายุได้มีสถานที่ในการจัดกิจกรรมและบริการสำหรับผู้สูงอายุ รวมทั้งเป็นศูนย์ส่งเสริมอาชีพและถ่ายทอดภูมิปัญญาผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาด้านสุขภาพกาย จิตใจ และสังคม ตลอดจนเป็นศูนย์ส่งเสริมและสนับสนุนอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุในชุมชน นั้น

บัดนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ได้ดำเนินการสำรวจแบบสรุปทะเบียนรายชื่อพื้นที่ดำเนินงานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพ ปี ๒๕๖๒ เรียบร้อยแล้ว รายละเอียดดั่งเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายสันติ ทองบาง)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

สำนักงาน ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

งานสวัสดิการสังคมและชุมชน

โทรศัพท์ ๐๔๕-๘๒๖-๑๒๔

โทรสาร ๐๔๕-๘๒๖-๑๒๕

อัญวรัตน์ ปิณฑุมิณทร์ ๐๙๓-๙๘๙-๓๓๙-๒

๙๙ ๖ ก.พ. ๖๑

ร่าง.....
พิมพ์.....
ตรวจ.....



ที่ ศก ๘๕๐๐๑/๘๕๖๐

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง
จังหวัด ศรีสะเกษ ๓๓๑๑๘๐

๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ส่งแบบตอบรับเข้าร่วมโครงการพัฒนาจังหวัดศรีสะเกษ กิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งแก่
ครอบครัวและสถาบันครอบครัว

เรียน พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดศรีสะเกษ

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศก ๐๐๐๕/ว ๔๐๓๑ ลงวันที่ ๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. แบบสำรวจความต้องการเข้าร่วมโครงการฯ จำนวน ๑ ชุด

ตามหนังสือที่อ้างถึง สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดศรีสะเกษ
ขอความร่วมมือ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ในการคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว ครอบครัว
เด็กอยู่กับผู้สูงอายุ และหรือครอบครัวเคยมีความรุนแรงในครอบครัว เข้าร่วมโครงการพัฒนาจังหวัดศรีสะเกษ
กิจกรรมเสริมสร้างความเข้มแข็งแก่ครอบครัวและสถาบันครอบครัว ตามประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 2 คือการ
เสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคมและคุณภาพชีวิตที่ดี นั้น

บัดนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ได้ดำเนินคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายดังกล่าวในเขต
องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จำนวน ๔ ครอบครัว เรียบร้อยแล้ว รายละเอียดดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสันติ ทองบาง)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

สำนักงาน ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

งานสวัสดิการสังคมและชุมชน

โทรศัพท์ ๐๔๕-๘๒๖-๑๒๔

โทรสาร ๐๔๕-๘๒๖-๑๒๕

ัญญัติ ปิฎภูมิวิรัช ๐๙๓-๙๘๙-๓๓๙-๒

ร่าง.....
พิมพ์.....
ตรวจ.....
ทวน.....

ที่ ศก ๘๕๐๐๑/๖๕๖



ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอไทรบุรี
จังหวัด ศรีสะเกษ ๓๓๑๘๐

๒๐ เมษายน ๒๕๕๙

เรื่อง รายงานผลการดำเนินงาน “โครงการหัตไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ” รอบเดือน เมษายน ๒๕๕๙
ประจำปี ๒๕๕๙

เรียน นายอำเภอไทรบุรี

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศก ๐๐๒๓.๑๘ /ว ๕๙๖ ลงวันที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๙

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบรายงาน โครงการหัตไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ อำเภอไทรบุรีขอความร่วมมือองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไทรบุรีจังหวัดศรีสะเกษ
รายงานผลการดำเนินงาน “โครงการหัตไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ” ประจำเดือน เมษายน ๒๕๕๙ โดยการบูรณา
งานกับหน่วยงานภาคีเครือข่ายในการดำเนินงาน ได้แก่ ๑.แนวทางด้านการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพ ๒.แนวทาง
ด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิต ๓.แนวทางด้านการบริการทางสังคม ๔.แนวทางการปรับปรุงสภาพแวดล้อม ๕.อื่น ๆ
เช่นการจัดทำโครงการเกี่ยวกับการให้บริการกับผู้สูงอายุ ฯลฯ และต้องรายงานผลการดำเนินงานตามแบบสิ่งที่ส่งมา
ด้วย ทุกวันที่ ๒๕ ของเดือน นั้น

บัดนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ได้จัดทำแบบรายงานผลการดำเนินงานตาม “โครงการ
หัตไทยห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ” ประจำเดือน เมษายน ๒๕๕๙ เรียบร้อยแล้วรายละเอียดดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสันติ ทองบาง)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

สำนักงานปลัด อบต.โนนปูน

ศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนตำบลโนนปูน

โทรศัพท์ ๐๔๕-๘๖๒-๑๒๔ โทรสาร ๐๔๕-๘๖๒-๑๒๕

นางธัญวรัตน์ ปิตุภูมิรักษ์ ผู้ประสานงาน ๐๙๓-๙๘๙-๓๓๙-๒

ที่ ศก ๘๕๐๐๑/ว ๕๖



ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอโพธิ์ทอง
จังหวัด ศรีสะเกษ ๓๓๓๘๐

๒๕ พฤษภาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์ “โครงการอบรมส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุ อบรมหลักสูตร การจักสาน
ผลิตภัณฑ์จากไม้ไผ่ รุ่นที่ ๒ ประจำปี ๒๕๖๐

เรียน ผู้ใหญ่บ้านก้นตรวง / สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน หมู่ที่ ๑

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศก ๘๕๐๐๑ / ๒๕๕ ลงวันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๐

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการ ฯ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ องค์การบริหารส่วนจังหวัดศรีสะเกษ มอบหมายให้ องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน ดำเนินการคัดเลือกกลุ่มผู้สูงอายุเข้ารับการฝึกอบรม ตาม “โครงการอบรมส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุ อบรมหลักสูตร การจักสานผลิตภัณฑ์จากไม้ไผ่ รุ่นที่ ๒ ประจำปี ๒๕๖๐ เมื่อวันที่ ๑๙ เดือน พฤษภาคม ๒๕๖๐ ณ ห้องประชุมศูนย์แสดงและจำหน่ายสินค้าหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์ ฯ จำนวน ๒๗ ราย รายละเอียดทราบแล้ว นั้น

องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จึงขอเชิญกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๑ บ้านก้นตรวง และคุ้มบ้านก้นเหลืองน้อย เข้ารับการฝึกอบรมตาม “โครงการอบรมส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุ อบรมหลักสูตร การจักสานผลิตภัณฑ์จากไม้ไผ่ รุ่นที่ ๒ ประจำปี ๒๕๖๐ ในวันที่ ๑ - ๑๐ เดือน มิถุนายน ๒๕๖๐ ณ ศาลาประชาคมบ้านก้นเหลืองน้อย และในวันที่ ๑ เดือน มิถุนายน ๒๕๖๐ เป็นพิธีเปิดกลุ่มวันแรก พร้อมกันเวลา ๐๙.๐๐ น. ขอความร่วมมือผู้สูงอายุทุกท่านที่เข้าร่วมอบรมฯ ถ่ายสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน คนละ ๑ แผ่น หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์ เช่นเคย ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายสันติ ทองบาง)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

สำนักปลัด อบต.โนนปูน

งานพัฒนาชุมชนและสังคมสงเคราะห์ ฯ

โทรศัพท์ ๐๔๕-๘๖๒-๑๒๔ โทรสาร ๐๔๕-๘๖๒-๑๒๕

นางธัญวรัตน์ ปิฎกมุนีรักษ์ ผู้ประสานงาน ๐๙๓-๙๘๙-๓๓๙-๒

ร่าง.....
พิมพ์.....
ตรวจ.....
ทวน.....



ที่ ศก ๘๕๐๐๑/ ๖๕๖

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง
จังหวัดศรีสะเกษ ๓๓๑๘๐

๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ช่วยเหลือผู้ประสบปัญหาทางสังคม กรณีผู้สูงอายุอายุ ๑๐๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๑ ราย

เรียน พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดศรีสะเกษ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. แบบบันทึกข้อมูลผู้ประสบปัญหา (แบบสคส.๐๑,๐๒) จำนวน ๑ ชุด

ด้วย องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ได้สำรวจข้อมูลตามแบบ
สคส.๐๑,๐๒ บันทึกปัญหาทางสังคม กรณีผู้สูงอายุ อายุ ๑๐๐ ปี ขึ้นไปในเขตพื้นที่ตำบลโนนปูน เพื่อได้รับการ
แก้ไขปัญหาค่าใช้จ่ายการดำรงชีพ จำนวน ๑ ราย ดังนี้

๑. นางพอง ศรีพูล อยู่บ้านเลขที่ ๗๗ หมู่ที่ ๔ บ้านโคก ตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง
จังหวัดศรีสะเกษ เกิดวันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๔๖๐ อายุ ๑๐๐ ปี ๖ เดือน ซึ่งประสบปัญหาทางด้าน
ค่าใช้จ่ายการดำรงชีพ ฯ

องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน จึงขอความอนุเคราะห์ทางสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคง
ของมนุษย์จังหวัดศรีสะเกษ ให้ความช่วยเหลือบุคคลดังกล่าว รายละเอียดตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้
ขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

ขอแสดงความนับถือ

(นายสันติ ทองบาง)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน

สำนักงานปลัด อบต.โนนปูน

งานสวัสดิการสังคมและชุมชน

โทรศัพท์ ๐๔๕-๘๒๖๑๒๔

โทรสาร ๐๔๕-๘๒๖๑๒๕

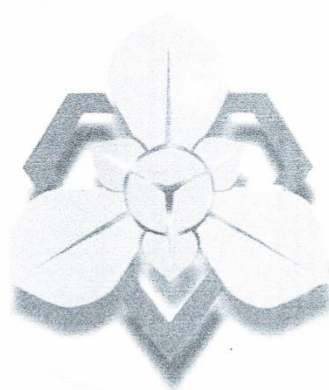
ธัญวรัตน์ ปิฎกมุนีรักษ์ ๐๙๓-๙๘๙-๓๓๙-๒ ผู้ประสานงาน

๑๗-๑๒-๖๐

ร่าง.....
พิมพ์.....
ตรวจ.....
ทวน.....

ภาคผนวก ซ
ระเบียบข้อบังคับของชมรมผู้สูงอายุ
ในตำบลโนนปูน อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ

ระเบียบ/ข้อบังคับ
“ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน



ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน
ภายใต้การกำกับดูแลของ
องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน
อำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ



ระเบียบ/ข้อบังคับ ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน

หมวดที่ ๑

ความทั่วไป

ข้อ ๑ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” เป็นศูนย์กลางการรวมตัวของ คนในชุมชนที่เห็นความสำคัญของครอบครัวมีการบริหารจัดการในรูปของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุในชุมชน” (หญิง – ชายในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน) อยู่ภายใต้การกำกับ ดูแล และการสนับสนุนขององค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน /เทศบาล / กรุงเทพมหานคร ในด้านวิชาการและงบประมาณเพื่อให้การดำเนินงาน มีประสิทธิภาพ

“ คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน ” คือบุคคลที่ได้รับการสรรหาจากเวทีประชาคม เพื่อให้เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ในการพัฒนาและส่งเสริมสถาบันครอบครัวและตำบล หมู่บ้าน ให้เข้มแข็ง

“ ที่ปรึกษา “ คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน ” คือบุคคลที่ได้รับการสรรหาจากเวทีประชาคม เห็นว่าเหมาะสม และเสนอความเห็นชอบผ่านเวทีประชาคม ซึ่งควรประกอบด้วย ปราชญ์ชาวบ้าน ผู้นำท้องถิ่น ผู้แทนองค์กรเอกชน ผู้แทนส่วนราชการ ฯลฯ

ข้อ ๒ เครื่องหมายของชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน มีลักษณะรูปทรงเพชร สื่อความหมายว่า “ถึงความงดงาม สูงค่า แข็งแกร่ง และเป็นอมตะ ซึ่งสีที่ใช้คือสีแดง / น้ำเงิน แทนความมั่นคงและความ เป็นเอกภาพของชาติไทย สีเหลือง /น้ำตาลเป็นลักษณะสีของดอกกล่ำดวน ให้ความรู้สึกลึกถึงความอบอุ่น และไออุ่นของบุพการีอยู่สืบไป ”

ข้อ ๓ สถานที่ตั้ง “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” (องค์การบริหารส่วนตำบลโนนปูน)

ข้อ ๔ วัตถุประสงค์ของ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

๔.๑ เพื่อให้เกิดการประสานความร่วมมือในการพัฒนาสถาบันครอบครัว ในลักษณะ บูรณาการจากทุกภาคส่วนในสังคม

๔.๒ เพื่อส่งเสริมให้การสงเคราะห์คนชราที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ หรือ ประสิทธิภาพความทุกข์ยาก เดือดร้อน ยากจน ที่ไม่มีที่อยู่อาศัย หรือไม่สามารถอยู่กับครอบครัวได้ ศูนย์รวม ในการพัฒนาสถาบันที่มีการบริหารจัดการ โดยชุมชน ในรูปของชมรม

๔.๓ เพื่อสร้างโอกาสให้ชุมชนได้เรียนรู้และมีส่วนร่วมในการพัฒนาผู้สูงอายุ และสถาบันครอบครัว ที่จะไปสู่ความเข้มแข็งของชุมชน ในการบริหารงาน และแก้ไขปัญหาสังคม อย่างยั่งยืนต่อไป

ข้อ ๕.สมาชิก /

-๒-

หมวดที่ ๒

สมาชิก

ข้อ ๕ สมาชิกของ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” คือ ครอบครัวผู้สูงอายุในชุมชน หรือ ครอบครัวในชุมชน

ข้อ ๖ สมาชิกภาพของสมาชิกให้สิ้นสุดลง เมื่อย้ายภูมิลำเนาหรือถิ่นที่อยู่จากการหมู่บ้าน หรือชุมชนนั้น

ข้อ ๗ สิทธิและหน้าที่ของสมาชิก

๗.๑ มีสิทธิขอรับบริการต่างๆ ที่ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” จัดให้มีขึ้น

๗.๒ มีสิทธิเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” จัดให้มีขึ้น

๗.๓ มีสิทธิเข้าร่วมประชุมสามัญประจำปีของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

๗.๔ มีสิทธิเสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับการดำเนินงานของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

๗.๕ มีหน้าที่ให้ความร่วมมือและสนับสนุนการดำเนินการต่าง ๆ ของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

๗.๖ มีหน้าที่ช่วยเผยแพร่การดำเนินงานของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ให้เป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลาย

หมวดที่ ๓

การดำเนินงานของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

ข้อ ๘ ให้มี “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ในการพัฒนา และส่งเสริมสถาบันครอบครัวผู้สูงอายุให้เข้มแข็ง มีจำนวน ๙ - ๑๕ คน และมีสัดส่วนหญิง - ชายใกล้เคียงกัน หรือตามความเหมาะสมกับพื้นที่ โดยใช้เวที ประชาคมคัดเลือกบุคคลที่มีความสามารถ ถ้าแสดงความคิดเห็นมีความคิดริเริ่มและพร้อมที่จะทำงานเพื่อส่วนร่วมอย่างจริงจัง ซึ่งตำแหน่งคณะทำงานศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนมีตำแหน่งและมีหน้าที่โดยสังเขปดังนี้

๘.๑ ประธานกรรมการ เป็นหัวหน้าคณะทำงาน ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าในการบริหารงาน ของ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ในการติดต่อประสานงานกับบุคคลภายนอก เป็นประธานในที่ประชุม “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” และการประชุมใหญ่ของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน และสมาชิก”

๘.๒ เลขานุการ ทำหน้าที่เกี่ยวกับงานธุรการของ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

๘.๓ เภรณูญิก มีหน้าที่เกี่ยวกับงานการเงินของ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

๘.๔ นายทะเบียน มีหน้าที่เกี่ยวกับทะเบียนสมาชิกทั้งหมดของ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

๘.๕ คณะทำงานอื่น ๆ ตามความเหมาะสม ที่คณะทำงานทั้งหมดเห็นสมควร กำหนดให้มีขึ้น

ข้อ ๙ คณะ/

- ๓ -

ข้อ ๙ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” มีวาระอยู่ในตำแหน่งได้คราวละ ๒ ปี และดำรงตำแหน่งติดต่อกันไม่เกิน ๒ วาระ แต่พ้นจากตำแหน่งเมื่อได้มีการจัดการเวทีประชาคม คัดเลือก “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” และ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ชุดใหม่ ได้รับการแต่งตั้งเรียบร้อยแล้ว ให้ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ชุดใหม่ ให้เสร็จสิ้นภายใน ๓๐ วัน นับตั้งแต่วันที่ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ชุดใหม่ได้รับการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่ง

ข้อ ๑๐ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” จะพ้นจากตำแหน่งซึ่งมิใช่เป็นการออกตามวาระด้วยเหตุผลดังต่อไปนี้

- ๑๐.๑ ตาย
- ๑๐.๒ ลาออก
- ๑๐.๓ ขาดจากสมาชิกสภา
- ๑๐.๔ ที่ประชุมใหญ่ลงมติให้ออก

ข้อ ๑๑ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ถ้าต้องว่างลงก่อนครบกำหนดวาระ ก็ให้จัดเวทีประชาคมเพื่อคัดเลือก “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ดำรงตำแหน่งที่ว่างลงนั้น แต่ผู้ดำรงตำแหน่งแทนจะอยู่ในตำแหน่งได้เท่ากับวาระของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ที่ตนเท่านั้น

ข้อ ๑๒ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ที่ประสงค์จะออกจากตำแหน่ง ให้ยื่นใบลาออกเป็นลายลักษณ์อักษรต่อ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ทั้งหมด และให้พ้นจากตำแหน่งเมื่อที่ประชุมมีมติให้ออก

ข้อ ๑๓ อำนาจและหน้าที่ของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

๑๓.๑ จัดทำแผนปฏิบัติการในลักษณะบูรณาการ เพื่อการพัฒนา ป้องกัน แก้ไข ปัญหา ส่งเสริม สนับสนุน การพัฒนา ครอบคลุมกับกลุ่มเป้าหมาย ๓ กลุ่ม (กลุ่มผู้สูงอายุ/คนชรา กลุ่มผู้พิการ/ผู้ด้อยโอกาส กลุ่มครอบครัวผู้สูงอายุ กลุ่มครอบครัวผู้พิการ) โดยให้เป็นส่วนหนึ่งของแผนพัฒนาองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

- ๑๓.๒ ร่วมประชุม “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” อย่างสม่ำเสมอ
- ๑๓.๓ จัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับปัญหาความต้องการของครอบครัวในชุมชน
- ๑๓.๔ สำรวจและจัดทำข้อมูลเกี่ยวกับครอบครัว
- ๑๓.๕ ส่งเสริมการสร้างเครือข่ายครอบครัวในชุมชน
- ๑๓.๖ จัดตั้งกองทุนเพื่อพัฒนาครอบครัวในชุมชน
- ๑๓.๗ จัดบริการให้คำปรึกษาแนะนำในการแก้ไขปัญหาคือครอบครัว
- ๑๓.๘ จัดหางบประมาณสนับสนุนการดำเนินงานพัฒนาสถาบันครอบครัว
- ๑๓.๙ ประสานงานกับหน่วยงานทั้งภาครัฐ เอกชน และกลุ่มองค์กรต่าง ๆ
- ๑๓.๑๐ เผยแพร่ประชาสัมพันธ์งานของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

- ๔ -

ข้อ ๑๔ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”จะต้องจัดการประชุมอย่างน้อยเดือนละ ๑ ครั้ง เพื่อปรึกษาหารือเกี่ยวกับบริหารงาน“คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”และต้องจัดให้มีการประชุมใหญ่สามัญประจำปี ปีละ ๑ ครั้ง เพื่อให้สมาชิกได้ร่วมเสนอความคิดเห็นในการดำเนินงานของ“ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”ในกรณีที่มีเรื่องด่วน “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”สามารถจัดประชุมเป็นกรณีพิเศษได้

ข้อ ๑๕ การประชุม “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”จะต้องมี “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” เข้าร่วมประชุมไม่น้อยกว่าครึ่งหนึ่งของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”ชนทั้งหมด จึงจะถือว่าครบองค์ประชุม มติของที่ประชุม “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”ถ้าข้อบังคับมิได้กำหนดไว้เป็นอย่างอื่นให้ถือคะแนนเสียงข้างมากเป็นเกณฑ์ แต่ถ้าคะแนนเสียงเท่ากันให้ประธานในการประชุมเป็นผู้ชี้ขาด

ข้อ ๑๖ ในการประชุม “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ถ้าหัวหน้าคณะทำงาน “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”ไม่อยู่ในที่ประชุม หรือไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ ก็ให้ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”ที่เข้าประชุมในคราวนั้นเลือกตั้งกันเอง เพื่อให้ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”ใดคนหนึ่งทำหน้าที่เป็นประธานในการประชุมคราวนั้น

หมวดที่ ๔

การประชุมใหญ่

ข้อ ๑๗ การประชุมใหญ่ของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”คือการประชุมใหญ่สามัญประจำปี ซึ่ง “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”จะต้องจัดให้มีการประชุมใหญ่สามัญประจำปี ปีละ ๑ ครั้ง ภายในเดือน เมษายน ของทุกปี หรือตามมติของที่ประชุมใหญ่เพื่อ

๑๗.๑ แลกผลการทำงานของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”ที่ผ่านมาในรอบปี

๑๗.๒ รับฟังความคิดเห็น และข้อเสนอต่าง ๆ ของสมาชิก เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการดำเนินงาน

๑๗.๓ อื่น ๆ

ข้อ ๑๘ การแจ้งกำหนดนัดประชุมใหญ่ ให้เลขานุการเป็นผู้แจ้งกำหนดนัดประชุมใหญ่ให้สมาชิกได้ทราบ และการแจ้งจะต้องเป็นลายลักษณ์อักษร โดยระบุวันเวลาและสถานที่ให้ชัดเจน โดยจะต้องแจ้งให้สมาชิกได้ทราบล่วงหน้าไม่น้อยกว่า ๓ วัน และประกาศแจ้งกำหนดนัดประชุมไว้ ณ สำนักงาน “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”เป็นเวลาไม่น้อยกว่า ๓ วัน ก่อนถึงกำหนดการประชุมใหญ่

ข้อ ๑๙ ในการประชุมสามัญประจำปี จะต้อง มีสมาชิกเข้าร่วมประชุมไม่น้อยกว่ากึ่งหนึ่ง จึงจะถือว่าครบองค์ประกอบ

ข้อ ๒๐ การลงมติต่าง ๆ ในที่ประชุมใหญ่ ถ้าข้อบังคับมิได้กำหนดไว้เป็นอย่างอื่น ก็ให้ถือคะแนนเสียงข้างมากเป็นเกณฑ์ แต่ถ้าคะแนนเสียงที่ลงมติดีคะแนนเสียงเท่ากัน ก็ให้ประธานในการประชุมเป็นผู้ชี้ขาด

ข้อ ๒๑ ในการ../

- ๕ -

ข้อ ๒๑ ในการประชุมใหญ่ของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ถ้าหัวหน้า “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ไม่มาร่วมประชุม หรือไม่สามารถจะปฏิบัติหน้าที่จะได้ ให้ที่ประชุมใหญ่ทำการเลือกตั้ง “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ที่มาร่วมประชุมคนในคนหนึ่ง ทำหน้าที่ประธานในการประชุมคราวนั้น

หมวดที่ ๕ การเงินและทรัพย์สิน

ข้อ ๒๒ การเงินและทรัพย์สินทั้งหมด ให้อยู่ในความรับผิดชอบของคณะทำงานของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” เงินสดของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ถ้ามี ให้นำฝากไว้ในธนาคารพาณิชย์หรือธนาคารของรัฐบาล ในนามของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน”

ข้อ ๒๓ ให้หัวหน้า “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” มีอำนาจสั่งจ่ายเงินของ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ได้ครั้งละไม่เกิน ๑๐,๐๐๐.- บาท (หนึ่งหมื่นบาทถ้วน) ถ้าเกินกว่านั้น จะต้องได้รับอนุมัติจากคณะทำงาน./ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” และ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” อนุมัติ ให้จ่ายได้ครั้งละไม่เกิน ๕,๐๐๐.- บาท (ห้าพันบาทถ้วน)

ข้อ ๒๔ การลงนามในการถอนเงินฝากจากธนาคาร จะต้องมียลายมือชื่อของหัวหน้า “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” หรือ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ลงนามร่วมกับเหรัญญิก

ข้อ ๒๕ ให้เหรัญญิกมีอำนาจเก็บรักษาเงินสดของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ได้ครั้งละไม่เกิน ๒๐,๐๐๐.-บาท (สองหมื่นบาทถ้วน) ถ้าเกินกว่าจำนวนนี้ จะต้องนำฝากธนาคารในบัญชีของ “ชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” ทันทีภายในวันทำการรุ่งขึ้น

ข้อ ๒๖ เหรัญญิกจะต้องจัดทำบัญชีรายรับ - รายจ่าย และบัญชีงบดุลให้ถูกต้องตามหลักการบัญชี

หมวดที่ ๖ การเปลี่ยนแปลงแก้ไขข้อบังคับ

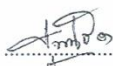
ข้อ ๒๗ ข้อบังคับของ “คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน” จะเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้ โดยมติของที่ประชุมใหญ่หรือประชุมคณะกรรมการเท่านั้น มติของที่ประชุมใหญ่ในการเปลี่ยนแปลงแก้ไขข้อบังคับ จะต้องมียกคะแนนเสียงไม่น้อยกว่า ๒ ใน ๓ ของสมาชิกที่เข้าร่วมประชุมทั้งหมด

- ๖ -

หมวดที่ ๗
บทเฉพาะกาล

ข้อ ๒๘ ข้อบังคับนี้ให้เริ่มใช้บังคับได้นับตั้งแต่วันที่ ๓๑ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๗ เป็นต้นไป

ประกาศ ณ วันที่ ๓๑ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๗

(ลงชื่อ) 

(นายบุญเชิด จันทรเพ็ง)

ประธานกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลโนนปูน

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ : พระอุกฤษ โขติญาโน นามสกุล ทวี
 วัน เดือน ปีเกิด : วันที่ ๗ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๕
 ภูมิลำเนา : บ้านเลขที่ ๓ หมู่ที่ ๓ บ้านตาเจา
 ตำบลโนนปูนอำเภอไพรบึง จังหวัดศรีสะเกษ ๓๓๑๘๐

การศึกษาแผนกนักธรรม

: ปี ๒๕๕๑ สอบไล่ได้นักธรรมชั้นตรี สำนักเรียนวัดสุวรรณรังสรรค์
 : ปี ๒๕๕๒ สอบไล่ได้นักธรรมชั้นโท สำนักเรียนวัดศิริพงษ์ธรรมนิมิต
 : ปี ๒๕๕๓ สอบไล่ได้นักธรรมชั้นเอก สำนักเรียนวัดศิริพงษ์ธรรมนิมิต

การศึกษาทางโลก

: ปี ๒๕๔๗ จบประถมศึกษาชั้นปีที่ ๖ โรงเรียนบ้านตาเจา
 : ปี ๒๕๕๐ จบมัธยมศึกษาชั้นปีที่ ๓ โรงเรียนโนนปูนวิทยาคม
 : ปี ๒๕๕๔ จบมัธยมศึกษาชั้นปีที่ ๖ ศูนย์การศึกษานอกระบบ
 และตามอัธยาศัย เขตบางเขน
 : ปี ๒๕๕๙ จบปริญญาตรี บธ.บ (การบริหารธุรกิจ วิชาเอกการบริหาร
 ทรัพยากรมนุษย์) คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
 วิทยาลัย

ประสบการณ์การทำงาน

: เป็นพระธรรมวิทยากร สำนักการศึกษา กรุงเทพมหานคร
 : เป็นครูพระสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม ประจำสำนักเรียน
 วัดศิริพงษ์ธรรมนิมิต

Email : aukrid_tawee@hotmail.com

โทร : ๐๘๐-๐๔๓๔๘๕๒

บรรพชา : วันที่ ๑๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑ ณ วัดสุวรรณรังสรรค์ ตำบลสำนักท่อน
 อำเภอบ้านฉาง จังหวัดระยอง

อุปสมบท : วันที่ ๑๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๕ ณ วัดศิริพงษ์ธรรมนิมิต แขวงท่าแร่
 เขตบางเขน จังหวัดกรุงเทพมหานคร ๑๐๒๒๐

สังกัด : วัดศิริพงษ์ธรรมนิมิต แขวงท่าแร่ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

ปีที่เข้าศึกษา : พ.ศ. ๒๕๕๙

ปีที่สำเร็จการศึกษา : พ.ศ. ๒๕๖๑

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดศิริพงษ์ธรรมนิมิต แขวงท่าแร่ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๒๐