

บทที่ ๑

บทนำ

๑. ๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันรัฐบาลได้ให้ความสำคัญต่อการดูแลผู้สูงอายุ ดังปรากฏในรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย มาตราที่ ๕๓ ระบุว่า “บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับสวัสดิการ สิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะอย่างสมศักดิ์ศรีและความช่วยเหลือที่เหมาะสมจากรัฐ”

จากข้อความดังกล่าวจะเห็นได้ว่ารัฐบาลได้ให้ความสำคัญของผู้สูงอายุว่า หมายถึงบุคคลที่มีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์ ซึ่งปัจจุบันพบว่าจำนวนผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้น เนื่องจากความเจริญทางการแพทย์จากข้อมูลทะเบียนราษฎร เมื่อวันที่ ๓๑ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๗ พบว่า มีประชากรทั่วประเทศ ๖๕,๑๒๔,๗๑๖ คน เป็นผู้สูงอายุ ๑๐,๐๑๔,๗๐๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๕.๓๘ เป็นผู้สูงอายุชาย ๔,๕๑๔,๘๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๕.๐๘ และเป็นผู้สูงอายุหญิง ๕,๔๙๙,๘๙๐ คิดเป็นร้อยละ ๕๔.๙๒ แบ่งตามช่วงอายุได้ดังนี้^๑

ช่วงอายุ ๖๐ – ๖๙ ปี จำนวน ๕,๖๕๕,๑๘๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๘.๖๘ มีจำนวนมากที่สุด

ช่วงอายุ ๗๐ – ๗๙ ปี จำนวน ๒,๙๙๕,๖๙๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๔.๖๐

ช่วงอายุ ๘๐ ปีขึ้นไป มีจำนวน ๑.๓๖๓,๘๒๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๒.๐๙ มีจำนวนน้อยที่สุด

มีผู้สูงอายุทั่วประเทศที่ยังคงทำงานอยู่ จำนวน ๓,๘๕๐,๐๐๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๘.๔ และส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานถึง ๖,๑๖๔,๗๐๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๑.๕๕ ซึ่งอาจเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพไม่ดีจนไปถึงไม่ดีมาก ๆ แต่ด้วยข้อจำกัดที่การพัฒนาประเทศระบบทุนนิยมทำให้สถาบันครอบครัวที่แต่เดิมเป็นครอบครัวขยายที่มีลูกหลานญาติพี่น้อง อยู่ร่วมกันเป็นจำนวนมากทำให้ผู้สูงอายุได้รับความอบอุ่นและมีความสุขกับลูกหลานกลายเป็นครอบครัวเดี่ยว ทุกคนในครอบครัวต้องออกไปทำงานหาเลี้ยงชีพ จำเป็นต้องปล่อยให้ผู้สูงอายุต้องอยู่บ้านตามลำพัง ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกโดดเดี่ยวและขาดคุณภาพชีวิตที่ดี จนบางครั้งผู้สูงอายุบางคนขอออกไปใช้ชีวิตในสถานสงเคราะห์คนชราเพื่อได้มีเพื่อนและไม่เป็นภาระของครอบครัวต่อไป

^๑รายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๕๗. สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร.

ปัจจุบันรัฐบาลได้จัดสถานสงเคราะห์ให้คนชราหรือผู้สูงอายุหลายแห่ง เช่น ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค ด้านเอกชนก็จัดสถานดูแลคนชรา ซึ่งส่วนมากมีรายจ่ายค่อนข้างสูง วัดบางแห่งก็จัดสถานสงเคราะห์คนชราภายในวัด เช่น สถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่อบุญธรรม) ที่ก่อตั้งด้วยจิตที่มีเมตตาของหลวงพ่อบุญธรรม ไม่ได้หวังผลกำไร หรือโรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ (วัดไร่ขิง) ที่ก่อตั้งกลุ่มผู้สูงอายุ โดยจัดกิจกรรมการให้การศึกษา ด้านอาชีพแบบกลุ่มสนใจ การให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ การออกกำลังกาย กิจกรรมทางพุทธศาสนา กิจกรรมบันเทิงต่างๆ เช่น การเล่นดนตรีไทย การจัดกิจกรรมต่างๆ ก็เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น มีความสุข อิ่มใจ ในบั้นปลายของชีวิต

อย่างไรก็ตามรัฐบาลและหน่วยงานต่าง ๆ ดังที่กล่าวมา ยังไม่สามารถรองรับกับจำนวนของผู้สูงอายุ ที่นับจะทวีจำนวนมากขึ้นในอนาคต จากตารางต่อไปนี้จะเห็นจำนวนผู้สูงอายุในประเทศไทย สัดส่วนประชากรผู้สูงอายุและอัตราส่วนพึ่งพิงผู้สูงอายุระหว่างปี พ.ศ.๒๕๓๓ – ๒๕๗๓

ตารางที่ ๑.๑ ประชากรสูงอายุในประเทศไทย สัดส่วนประชากรผู้สูงอายุและอัตราส่วนที่พึ่งพิงผู้สูงอายุระหว่างปี พ.ศ.๒๕๓๓ – ๒๕๗๓

รายละเอียด	๒๕๓๓	๒๕๔๓	๒๕๕๓	๒๕๖๓	๒๕๗๓	๒๕๘๓
จำนวนประชากรสูงอายุ	๔,๐๑๗	๕,๘๓๘	๘,๐๑๑	๑๒,๒๗๒	๑๗,๗๔๔	๒๐,๕๑๙
สัดส่วนประชากรสูงอายุต่อประชากรรวม	๗.๓๖%	๙.๓๘%	๑๑.๘๙%	๑๗.๕๑%	๒๕.๒๑%	
อัตราส่วนการพึ่งพิงผู้สูงอายุ	๑๑.๕๕%	๑๔.๓๐%	๑๗.๐๑%	๓๓.๒๙%	๓๖.๑๖%	

ที่มา : การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย ๒๕๓๓ – ๒๕๘๓ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๕๘ และจากสำนักงานสถิติแห่งชาติ

การเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุทำให้เกิดปัญหาตามมา เช่น ปัญหาด้านเศรษฐกิจ ปัญหาด้านสังคม ปัญหาด้านสุขภาพร่างกายและจิตใจ เป็นต้น ปัญหาด้านเศรษฐกิจ คือ การที่วัยแรงงานมีรายได้ไม่เพียงพอกับภาระที่แบกรับเลี้ยงดูผู้สูงอายุ ทำให้วัยแรงงานต้องหางานเพิ่มขึ้น เพื่อให้มีรายได้เพียงพอกับการดำรงชีวิตที่เปลี่ยนไป ซึ่งงานส่วนใหญ่จะอยู่นอกท้องถิ่นที่ตนเองอาศัยอยู่หรืออยู่ในตัวเมืองที่มีความเจริญ ส่งผลให้วัยแรงงานต้องไปทำงานในตัวเมืองมากขึ้น ทำให้เกิดปัญหาด้านสังคมตามมาคือ ผู้สูงอายุจะรู้สึกเหงา หดหู่ เกิดโรคซึมเศร้าได้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการสำรวจจากกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบว่า ผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่มีภาวะเจ็บป่วยด้วยโรคซึมเศร้า โรคเบาหวาน โรคสมองเสื่อม โรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจมากขึ้น การเตรียมพร้อมตั้ง

รับกับปัญหาที่เกิดขึ้น ย่อมเป็นประโยชน์ต่อชีวิต ความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุและมีผลให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้นด้วย

ดังนั้นประเทศไทยจึงจำเป็นที่จะต้องระดมสรรพกำลังในการให้การดูแลและสงเคราะห์ผู้สูงอายุตั้งแต่ปัจจุบันนี้เพราะชีวิตที่มีคุณภาพย่อมเป็นชีวิตที่ประสบความสำเร็จ รู้จักยับยั้งความต้องการทางร่างกายและความต้องการทางอารมณ์ของตน ให้อยู่ในขอบเขตที่พอดี สามารถใช้ความรู้สติปัญญา ความรู้สึกนึกคิดของตน ไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเองและบุคคลอื่น มีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางใจ มีระเบียบวินัย มีกฎเกณฑ์ทางสังคม รู้จักใช้ความคิดและสติปัญญา แก้ไขปัญหาสุขภาพและการดำรงชีวิตของตนเอง

นักการศึกษาและนักสังคมวิทยา ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า “การมีชีวิตที่พัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ที่พึ่งตนเองได้อย่างมีทิศทาง สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข และทำให้ผู้อื่นเป็นสุขด้วย” ส่วนนักจิตวิทยาได้แบ่งคุณภาพชีวิตของมนุษย์ออกเป็น ๔ ด้าน คือ ๑) ด้านกาย ได้แก่ โครงสร้างทางร่างกายและสุขภาพร่างกาย รวมถึงด้านบุคลิกภาพด้วย ๒) ด้านจิต ได้แก่ สภาพจิตใจและสุขภาพจิต รวมถึงด้านคุณธรรมและจริยธรรมด้วย ๓) ด้านสังคม ได้แก่ สถานะทางสังคม ยศ ตำแหน่ง เกียรติยศชื่อเสียง การยอมรับนับถือ รวมถึงการมีมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วย ๔) ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ สถานะทางเศรษฐกิจ การเงินและรายได้ที่มั่นคง เป็นต้น

จากองค์ประกอบของชีวิตเหล่านี้ ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามกฎของธรรมชาติที่มีการเกิด การแก่ การเจ็บและการตาย จึงทำให้มนุษย์มีความต้องการด้านต่าง ๆ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดความสำเร็จแก่ตนเองสืบไป

ในปัจจุบันก็ยังมีวิธีการในการจัดกิจกรรมที่แตกต่างกันไปเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตตามกำลังทรัพย์และความรู้ ทั้ง ๆ ที่การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุเป็นสิ่งสำคัญและมีความละเอียดอ่อนต่อจิตใจมาก หน่วยงานทั้งหลายควรจัดกิจกรรมด้วยความประณีต ด้วยความรักและความเอาใจใส่ การนำหลักไตรสิกขาซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในพระพุทธศาสนาช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจะทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น การจัดกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขาต้องคำนึงถึงพัฒนาการด้านต่าง ๆ ดังนี้

๑. การพัฒนาด้านกายภาพ (ภาวิตศีล) เป็นการดูแลผู้สูงอายุด้านสิ่งแวดล้อมภายนอกและร่างกาย ให้มีความเป็นอยู่สะอาดโปร่ง เป็นสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตใจรวมถึงบุคคลที่ดูแลใกล้ชิดกับผู้สูงอายุ การเลือกอาหารต้องให้เหมาะกับผู้สูงอายุ ร่างกายที่ใช้พลังงานน้อยลงควรลดแป้ง น้ำตาล และไขมัน ให้เน้นอาหารโปรตีนจากเนื้อสัตว์ ทานอาหารที่มีแคลเซียม สังกะสีและเหล็ก เป็นต้น รวมถึงการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย จัดสถานที่ให้ลดการเกิดอุบัติเหตุ ผู้สูงอายุควรมีการแสดงออกที่ประกอบด้วยศีล ๕ หรือศีล ๘ ซึ่งการปฏิบัติของศีลขึ้นกับความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติอันเป็นพื้นฐานแต่ละบุคคล และจากประสบการณ์ในวัยต่าง ๆ

๒. การพัฒนาด้านจิตใจ (ภาวจิต) ผู้สูงอายุควรได้รับการพัฒนาฝึกฝนอบรมด้านสมาธิ เพราะจิตที่ได้รับการฝึกฝนด้วยการเจริญสมาธิจะเป็นจิตที่มีพลัง สงบ เยือกเย็น ปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองต่าง ๆ สามารถนำไปใช้ในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนั้นการเจริญสมาธิยังเป็นการสร้างบุญบารมีที่ได้อันานิสงส์มากที่สุดด้วย ดังพระพุทธสุภาษิตที่ว่า “จิตตฺทนํ สุขาวหํ” แปลว่า จิตที่ฝึกดีแล้วนำความสุข มาให้เป็นมิตินทางอารมณ์ที่ทำให้ผู้สูงอายุเป็นผู้มีความเจริญงอกงามทางอารมณ์ หมายถึงเป็นผู้ได้พัฒนาจิตใจให้พร้อมด้วยคุณสมบัติ ๓ ประการคือ

๒.๑ คุณภาพชีวิต ผู้มีคุณภาพชีวิตที่ดี เช่น เป็นผู้มีจิตใจดีงาม มีจิตใจที่สูง ประณีต มีคุณธรรม มีขันติหิริโอตตปปะ มีเมตตาความรักความเป็นมิตร ความปรารถนาเพื่อประโยชน์สุขแก่ผู้อื่น มีกรุณาอยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ มีจาคะน้ำใจ เพื่อแผ้ว โอบอ้อมอารี มีคารวะ เห็นความสำคัญของผู้อื่น รู้คุณค่าแห่งการกระทำของผู้อื่น มีมัทวะความอ่อนโยน มีกตัญญูรู้คุณ

๒.๒ สมรรถภาพจิต ผู้มีสมรรถภาพจิตที่ดี เช่น มีจิตที่เหมาะสมแก่การใช้งานได้ดี คล่องตัว เป็นจิตของผู้ที่มีความเพียรสู้งาน มีสติ มีวิริยะ มีขันติความอดทน มีสมาธิ มีจิตใจแน่วแน่ มีสังกะ มีจุดมุ่งหมายที่เด็ดเดี่ยว มีความหนักแน่นเข้มแข็งมั่นคงของจิตใจที่จะทำงานให้ได้ผลสมบูรณ์ โดยเฉพาะงานทางด้านปัญญา ซึ่งเรื่องสติมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุอย่างยิ่ง

๒.๓ สุขภาพจิต เป็นผู้ที่มีจิตใจที่มีแต่ความสุข สดชื่น ผ่องใส ร่าเริง มีความปลอดโปร่งเบิกบานใจ สงบพร้อมที่จะยิ้มแย้ม มีปิติความอิ่มใจ มีปราโมทย์ ความแช่มชื่น มีปัสสัทธิ มีสมาธิ และความสุข เรียกว่าธรรมสมาธิ ความผ่อนคลาย ตรงข้ามกับการไม่คับข้องขุ่นมัว ไม่หม่นหมองหดหู่ โศกเศร้า คนที่มีความสุขนี้ยังส่งผลให้เป็นผู้มีจริยธรรมและมีแนวโน้มที่จะแผ่ความสุขไปยังผู้อื่นด้วยไม่ว่าโดยการรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม เป็นจิตที่เป็นกุศล

๓. การพัฒนาด้านปัญญา (ภาวิตปัญญา) ผู้สูงอายุควรได้รับการพัฒนาให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความเป็นจริงของชีวิต เข้าใจสภาวะของรูปและนามตามกฎพระไตรลักษณ์ เพื่อการเตรียมตัวหลังความตาย

สิริพร ทาชาติ ได้วิจัยเรื่องการศึกษาการดูแลผู้สูงอายุแนววิถีพุทธ คือการดูแลโดยใช้ อริยมรรค (มรรคมืองค์แปด) เป็นวิธีการดูแลผู้สูงอายุในวัดป่าหนองแขง อำเภอหนองวัวซอ จังหวัดอุดรธานี โดยให้ผู้สูงอายุปฏิบัติตนตามแบบวิถีพุทธ พบว่า การดูแลผู้สูงอายุวิถีพุทธ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้ อริยมรรค สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสุขทั้งร่างกายและจิตใจ วิธีการนี้สามารถแก้ปัญหาชีวิตของตนเอง ปัญหาสังคมบางประการได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสม จึงควรสนับสนุนและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ดูแลตนเองตามวิถีพุทธต่อไป

สรุปได้ว่า สังคมไทยเผชิญการเปลี่ยนแปลงทางด้านประชากรที่มีแนวโน้มก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างแท้จริง โดยองค์กรสหประชาชาติได้ให้คำจำกัดความของการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุว่า ประเทศใดที่มีสัดส่วนประชากรอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป เกินร้อยละ ๑๐ ของประชากรรวม ถือว่า

ประเทศนั้น เป็นสังคมผู้สูงอายุ ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่า ประชากรผู้สูงอายุของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๖๓ และ พ.ศ. ๒๕๗๓ สัดส่วนประชากรผู้สูงอายุต่อประชากรรวม จะสูงถึงร้อยละ ๑๗.๕๑ และ ร้อยละ ๒๕.๑๒ ตามลำดับ จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่จะศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ นอกจากการดูแลในเรื่องของสิ่งแวดล้อมทางกายแล้ว ยังควรได้รับการพัฒนาตามหลักไตรสิกขา ทั้งในเรื่องพฤติกรรมด้านศีล ความรู้การปฏิบัติสมาธิ และวิปัสสนาอยู่ในแผนการพัฒนาผู้สูงอายุ แล้วสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจของผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขาและปรับปรุงให้เหมาะสมอยู่เสมอ ทั้งหมดนี้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีกาย จิตและอารมณ์ สังคม ปัญญา จิตวิญญาณ ที่อยู่กับปัจจุบันอย่างมีความสุข มีสติที่พร้อมจะเผชิญกับความเจ็บและความตายได้อย่างเข้าใจธรรมชาติตามความเป็นจริง (วิปัสสนา) ปลอ่ยวางไม่ยึดมั่นในขั้น ๕ มีสุคติภูมิในสัมปรายภพ สูงสุดถึงขั้นเป็นมรรคสมังคี (ผู้ประกอบด้วยมรรค คือ ตั้งอยู่ในมรรค เช่น โสดาปัตติมรรค) ให้เป็นประโยชน์สูงสุดแก่ผู้สูงอายุผู้เคยทำคุณประโยชน์ให้แก่สังคมอย่างมากมาหมาดกาลในชาตินี้ ผู้วิจัยจึงสนใจจะศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขา : กรณีศึกษาสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์) อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม เพื่อเป็นการพัฒนาดูแลผู้สูงอายุในอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เพื่อบริการเข้าสู่ประชาคมอาเซียนตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๘ เป็นต้นไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขา ของสถานสงเคราะห์คนชรา เฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์)

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขา ของสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์)

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ เพื่อทราบถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขา ของสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์)

๑.๓.๒ เพื่อทราบความแตกต่างถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขา ของสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์) โดยจำแนกตามข้อมูลทั่วไป

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ประชากร หมายถึง ผู้สูงอายุเพศหญิงที่ได้รับการดูแลในสถานสงเคราะห์คนชรา เฉลิมราชกุมารี(หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์) จำนวน ๓๑ คน

๑.๔.๒ วิธีการวิจัยเป็นแบบการวิจัยเชิงสำรวจ

๑.๔.๓ ตัวแปรที่ศึกษาประกอบด้วย

๑.๔.๓.๑ ตัวแปรต้น หมายถึง อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาสูงสุด สถานภาพการทำงาน แหล่งรายได้หลัก และความถี่ในการนัดพบแพทย์

๑.๔.๓.๒ ตัวแปรตาม หมายถึง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลัก ไตรสิกขา

๑.๔.๔ ระยะเวลาในการศึกษา ตั้งแต่วันที่ ๖ - ๑๒ เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๕๙

๑.๕. สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุของสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์) อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม ได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักไตรสิกขา

๑.๖ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๖.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขา หมายถึง การพัฒนาคุณภาพด้านกายภาพ(ศีล) การพัฒนาด้านจิตใจ(สมาธิ) การพัฒนาด้านปัญญา(ปัญญา)

๑.๖.๒ การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง การมีพฤติกรรมทางกาย วาจา ที่พึงประสงค์ การมีสุขภาพจิตที่มั่นคง ไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคที่มากกระทบตน และการนำปัญญามาช่วยแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และรู้เท่าทันต่อเหตุการณ์นั้น

๑.๖.๓ ผู้สูงอายุ หมายถึง หญิงที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไปที่พักอาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี(หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์) อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม

๑.๖.๔ ไตรสิกขา หมายถึง การฝึกอบรมกายด้วยศีล อบรมจิตด้วยสมาธิ และปัญญา ศีล หมายถึงสภาวะทางกาย ได้แก่ สุขอนามัยอาหารตามหลักโภชนา การออกกำลังกาย ที่เหมาะสมกับวัย และการแสดงออกทางกาย วาจาที่สุจริต เป็นกุศล (พฤติกรรม)

สมาธิ หมายถึง ความสงบด้วยกิจกรรม/งานย่อยที่ผู้สูงอายุถนัดหรือสนใจ จัดเป็นสมาธิขั้นพื้นฐาน จนถึงการอบรมและฝึกสมถกรรมฐานตามพระพุทธศาสนา (จิต)

ปัญญา หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจถึงสภาวะความจริงเกี่ยวกับชีวิตและความตาย เรื่องกรรม กฎไตรลักษณ์ ไตรสิกขา การเตรียมตัวตาย

๑.๖.๕ สถานสงเคราะห์คนชรา หมายถึง สถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี

(หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์) อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม

๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๗.๑ ได้ทราบถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขาของสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์)

๑.๗.๒ ได้ข้อเสนอแนะในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขาของสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์)

๑.๗.๓ ได้แนวทางการจัดอบรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขาของสถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่เป็นอุปถัมภ์)