

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญภาพ	ณ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ญ

บทที่ ๑ บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๓

บทที่ ๒ การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนา

๒.๑ ความสำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิต	๑๔
๒.๒ กระบวนการของการพัฒนาคุณภาพชีวิต	๑๙
๒.๓ ประโยชน์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิต	๒๔
๒.๔ หลักธรรมที่ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต	๓๐
๒.๕ หลักธรรมที่ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวพระพุทธศาสนา	๓๒
๒.๕.๑ ความหมายของคำว่า “ภavana”	๓๔
๒.๕.๒ ความสำคัญของการภavana	๓๗
๒.๕.๓ ประโยชน์ของการภavana	๔๑
๒.๕.๔ หลักภavana ๔	๔๒

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทที่ ๓ สภาพและปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนา	
๓.๑ สภาพและปัญหาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั่วไป	๔๗
๓.๑.๑ พัฒนาด้านกาย	๔๙
๓.๑.๒ พัฒนาด้านสังคม	๕๑
๓.๑.๓ พัฒนาด้านจิตใจ	๕๒
๓.๑.๔ พัฒนาด้านปัญญา	๕๖
๓.๑.๕ บทสรุปสภาพและปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต	๕๘
๓.๑.๖ สภาพและปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลวังหงส์	๕๘
บทที่ ๔ เสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนา	
๔.๑ เสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภavana ๔ ด้าน	๖๗
๔.๑.๑ เสนอแนวทางการพัฒนาโดยใช้หลักภavanaด้วยกาย	๖๗
๔.๑.๒ เสนอ แนวทางการพัฒนาโดยใช้หลักภavanaด้านสังคม	๖๘
๔.๑.๓ เสนอแนวทางการพัฒนาโดยใช้หลักภavanaด้านจิตใจ	๖๙
๔.๑.๔ เสนอแนวทางการพัฒนาโดยใช้หลักภavanaด้านปัญญา	๗๐
๔.๒ เสนอ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยใช้หลักภavanaใน ๔ ด้าน	
จากข้อมูลสัมภาษณ์	๗๑
๔.๒.๑ จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุโดยใช้หลักภavanaพัฒนากาย	๗๑
๔.๒.๒ จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุโดยใช้หลักภavanaด้านสังคม	๗๗
๔.๒.๓ จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุโดยใช้หลักภavanaด้านจิตใจ	๘๒
๔.๒.๔ จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุโดยใช้หลักภavanaด้านปัญญา	๘๖
บทที่ ๕ บทสรุปและข้อเสนอแนะ	
๕.๑ บทสรุป	๙๑
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๙๖
๕.๓ ข้อเสนอแนะในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งต่อไป	๙๖

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บรรณานุกรม	๙๗
ภาคผนวก ก. ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแบบสัมภาษณ์	๑๐๔
ภาคผนวก ข. แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย	๑๐๘
ภาคผนวก ค. หนังสือขอความอนุเคราะห์เข้าถึงข้อมูลและแบบสัมภาษณ์	๑๑๕
ภาคผนวก ง. รูปภาพจากการสัมภาษณ์	๑๒๐
ประวัติผู้วิจัย	