



บทที่ 1

บทนำ

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่ประสบความสำเร็จ ในการลดอัตราการเพิ่มของประชากร โดยการลดอัตราการเกิดลง ทำให้เกิดผลกระทบอีกด้านหนึ่งคือ สัดส่วนของประชากรผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นไปด้วย เมื่ออัตราการเกิดลดลงจากการลดลงอย่างรวดเร็วของภาวะการเจริญพันธุ์ และมีแนวโน้มที่จะลดลงต่อไปในอนาคต มีผลทำให้โครงสร้างของประชากรในประเทศไทยเปลี่ยนเข้าสู่การเป็นประชากรสูงอายุในอนาคตจากการคาดประมาณจำนวนประชากรพบว่าในระหว่างปี พ.ศ. 2513-2548 นั้น สัดส่วนของประชากรวัยเด็ก (ต่ำกว่า 15 ปี) ลดลงจากร้อยละ 45 เป็นต่ำกว่าร้อยละ 30 สัดส่วนของประชากรวัยแรงงาน (15-59 ปี) เพิ่มจากร้อยละ 64 เป็นร้อยละ 69 และประชากรผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) เพิ่มจากร้อยละ 5 เป็นร้อยละ 8 (นภาพร ชโยวรรณ, 2528 : 5-10) และจากการคาดประมาณจำนวนประชากรโดยให้สมมติฐานภาวะการเจริญพันธุ์ระดับกลาง จะมีประชากรสูงอายุเพิ่มเป็น 2.9 ล้านคน จากจำนวนประชากรทั้งหมด 51.6 ล้านคนในปี พ.ศ. 2528 และเป็น 5.8 ล้านคน จากจำนวนประชากรทั้งหมด 67.8 ล้านคนในปี พ.ศ. 2548 (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2534 : 15-17) นับว่าเป็นอัตราการเพิ่มของประชากรที่สูงขึ้นเกือบร้อยละ 100 ในประชากรผู้สูงอายุ ในขณะที่ประชากรทั้งประเทศเพิ่มขึ้นเพียงร้อยละ 75 เท่านั้น

ในขณะที่ประชากรสูงอายุของประเทศไทยมีแนวโน้มที่จะเพิ่มสูงขึ้น ในอนาคตนั้น สังคมไทยก็ได้มีการพัฒนาไปสู่ยุคของความก้าวหน้าทางด้าน

เศรษฐกิจ และสังคม ซึ่งก่อให้เกิดมีการขยายตัวทางด้านอุตสาหกรรมตามเมืองต่าง ๆ มากขึ้น มีการนำเอาเทคโนโลยีสมัยใหม่เข้ามาใช้ในการผลิต ประกอบกับภาวะทางเศรษฐกิจที่สูงขึ้น ทำให้มีแรงงานหลังไหลจากภาคเกษตรกรรมในชนบท เข้าสู่ภาคอุตสาหกรรมในเมือง มีผลทำให้เกิดการย้ายถิ่นของสมาชิกในครอบครัว สิ่งเหล่านี้ได้ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างของครอบครัว คือคนในสังคมเริ่มเห็นความสำคัญของครอบครัวเดี่ยวนามากกว่าครอบครัวขยาย ในอดีตครอบครัวไทยส่วนใหญ่เป็นครอบครัวขยายประกอบด้วยเครือญาติหลายรุ่นอยู่รวมกัน ต่อมาครอบครัวมีขนาดเล็กลง เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ในปัจจุบันทำให้เกิดครอบครัวเดี่ยวที่ประกอบไปด้วยสามี ภรรยา และบุตรเท่านั้น สามีภรรยาต้องช่วยกันทำงานเพื่อนำรายได้มาเลี้ยงครอบครัว ทำให้ไม่ค่อยมีเวลาที่จะให้ความสนใจกับผู้สูงอายุ นอกจากนี้ในครอบครัวที่มีรายได้ก็น้อยก็ไม่สามารถเลี้ยงดูผู้สูงอายุได้ ผู้สูงอายุจึงกลายเป็นกลุ่มคนที่ครอบครัว และสังคมให้ความสำคัญน้อยลง ประกอบกับการพัฒนาประเทศทำให้มีการพัฒนาทางการศึกษาด้วย คนรุ่นใหม่จึงมีโอกาสเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่ผู้สูงอายุไม่เคยเรียนรู้มาก่อน รวมถึงการพัฒนาประเทศนั้นเป็นการพัฒนาทางวัตถุมากกว่าทางด้านจิตใจ และยังมีการแพร่ขยายของวัฒนธรรมตะวันตก ทำให้ค่านิยมดั้งเดิมเกี่ยวกับการเคารพผู้อาวุโสลดน้อยลง เกิดความไม่เข้าใจกันอันเป็นช่องว่างระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรหลาน ต่างฝ่ายต่างยอมรับกันไม่ได้ บางครั้งคนรุ่นใหม่ก็รู้สึกว่าผู้สูงอายุล้าสมัยจึงไม่เห็นคุณค่าของผู้สูงอายุ และเนื่องจากในปัจจุบันนี้บางครอบครัวบิดามารดามิบุตรโดยที่ไม่ได้ปรารถนา หรือทิ้งขว้างไม่ดูแลเอาใจใส่จะด้วยเหตุผลใดก็ตาม ทำให้ผู้เข่าขาดความรู้สึกสำนึกในบุญคุณของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของการทอดทิ้งละเลยผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้ที่กำลังจะเข้าสู่วัยสูงอายุจึงควรที่จะมีการเตรียมตัวช่วยตัวเองในวัยสูงอายุ (พิชชา สายหู, 2524 : 97-98)

นอกจากนี้จะเห็นได้ว่าวัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลง ในลักษณะของความเสื่อมถอย ผู้สูงอายุจะมีความอ่อนแอทางด้านร่างกาย เสี่ยงต่อการเกิด



โรค ความสามารถในการทำงานลดลง (อรทิพย์ ต้นสกุล, 2525 : 8) และ  
 ยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจเกิดขึ้นด้วย เช่น รู้สึกท้อแท้ น้อยใจ อารมณ์  
 อ่อนไหวง่าย มีความสนใจต่อสิ่งแวดลอมน้อยลง การรับรู้ต่อสิ่งใหม่ ๆ ยากขึ้น  
 (เกษม ตันติผลาชีวะ และกัลยา ตันติผลาชีวะ, 2528 : 5-19) ผลของการ  
 เปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และจิตใจทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีสุขภาพจิตทรุดโทรม  
 และเป็นปัญหามากกว่าเด็กในวัยอื่น แต่อย่างไรก็ตามความรุนแรงจะไม่เท่ากันใน  
 แต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่าง ๆ เช่น เพศ สถานภาพทางเศรษฐกิจ  
 และสังคม ตลอดจนที่อยู่อาศัย ปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ คือขาดการดูแลเอาใจใส่  
 จากบุตรหลาน เกิดความหวาดระแวงมีความคิดหมกมุ่น กลัวถูกทอดทิ้ง (กาญจนา  
 นิมมานนิตย์, 2524 : 19-20) เกิดความว่าเหว่ มีความรู้สึกถูกลดคุณค่าในชีวิต  
 ประจำวัน และปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ยาก (ประสพ รัตนากร, 2525 :  
 18) ในด้านความต้องการของผู้สูงอายุนั้นพบว่า ผู้สูงอายุต้องการเป็นส่วนหนึ่ง  
 ของครอบครัว ต้องการการยอมรับและความเคารพยกย่องนับถือจากบุคคลใน  
 ครอบครัว และสังคม ต้องการความรัก ความใกล้ชิดจากบุตรหลาน (ศรีทิพย์  
 พานิชพันธ์, 2525 : 33-35) ต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ต้องการ  
 ความช่วยเหลือทางด้านเศรษฐกิจเนื่องจากทำงานไม่ได้ (สมพร อินทร์แก้ว,  
 2529 : 41) นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังต้องการรักษาความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มเพื่อนฝูง  
 ต้องการมีงานทำที่เหมาะสมกับวัย มีบ้านพักอาศัย (พันธ์ทิพย์ รามสุด, 2527 :  
 32-34) ถ้าผู้สูงอายุได้รับความเข้าใจและการตอบสนองความต้องการอย่าง  
 เหมาะสม จากบุตรหลานและสังคมก็จะช่วยลดปัญหาทางด้านจิตใจ เป็นการชลอ  
 ความเสื่อมถอยของร่างกายให้เป็นไปอย่างช้า ๆ ทำให้เกิดการปรับตัวที่  
 เหมาะสมและดำรงไว้ซึ่งสุขภาพจิตที่ดีของผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ เศรษฐกิจและสังคม จะมี  
 ผลต่อผู้สูงอายุทั้งสิ้นแต่ผลที่เกิดขึ้นนั้นจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งขึ้นอยู่กับ  
 ภูมิหลังของผู้สูงอายุแต่ละคนในด้านครอบครัว เศรษฐกิจและการศึกษา ส่วนใหญ่

จะพบว่าผู้สูงอายุที่มีภูมิหลังทางด้านเศรษฐกิจ และการศึกษาค่ำ มักจะเกิดปัญหาในเรื่องที่อยู่อาศัยขาดผู้อุปการะเลี้ยงดู ถูกทอดทิ้ง ส่วนในผู้สูงอายุที่มีภูมิหลังทางด้านเศรษฐกิจและการศึกษาสูง มักจะต้องการแยกตนเองออกมาจากครอบครัว อาจจะเนื่องมาจากรำคาญคนในบ้าน ไม่มีความสุขเมื่ออยู่ในบ้าน หรือเกรงใจญาติที่อาศัยอยู่ด้วย ผู้สูงอายุเหล่านี้จึงจำเป็นต้องหาที่อยู่ใหม่ แต่เนื่องจากอยู่ในวัยที่ทำงานได้น้อยลง และสุขภาพของร่างกายส่วนใหญ่ทรุดโทรมต้องการผู้ดูแล ทำให้ไม่สามารถหาที่อยู่ได้จึงต้องพึ่งบริการของรัฐโดยเข้าอยู่อาศัยในสถานสงเคราะห์คนชรา พบว่าผู้สูงอายุที่เข้ามาอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรานั้น สาเหตุส่วนใหญ่ เนื่องจากไม่มีผู้อุปการะเลี้ยงดู ชาติที่อยู่อาศัย รongลงมาคือตกอยู่ในสภาพยากจน ไม่สามารถทำงานหาเลี้ยงชีพได้เพียงพอ และไม่มีพละกำลังในการทำงาน (พีระสิทธิ์ คำนวณศิลป์, 2523 : 65) นอกจากนี้ยังพบว่ามีส่วนสาเหตุอื่นอีกที่ทำให้ผู้สูงอายุเข้ามาอยู่ในสถานสงเคราะห์ เช่น ต้องการมาอยู่เอง เนื่องจากไม่อยากรบกวนใคร คิดว่าสถานสงเคราะห์เป็นที่สงบ สะดวกสบาย เป็นอิสระ ความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัวไม่ราบรื่น เป็นต้น (กมลมา แสงสีทอง, 2526 : 19) ในฐานะที่ผู้สูงอายุได้เคยทำประโยชน์ให้กับสังคมมาแล้ว ในอดีตรัฐได้มองเห็นความสำคัญนี้ จึงได้ให้การช่วยเหลือโดยจัดตั้งสถานสงเคราะห์คนชราขึ้น ทั้งในส่วนกลางและส่วนภูมิภาค เพื่อให้บริการแก่ผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะเรื่องที่อยู่อาศัย

จากเหตุผลและความเป็นมาดังกล่าว เป็นมูลเหตุจูงใจให้ผู้วิจัยใคร่ที่จะศึกษาถึงการเข้าร่วมกิจกรรม การถอนตัวออกจากกิจกรรมของผู้สูงอายุ ลักษณะความต้องการ การปรับตัว โลกทัศน์ และปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ โดยมุ่งที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เนื่องจากการมีกิจกรรมจะทำให้ผู้สูงอายุได้เพลิดเพลิน มีความพึงพอใจในตัวเองสูงขึ้น เกิดความเครียดในการดำเนินชีวิตน้อยลงดังนั้นผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษาเพื่อให้ทราบว่าปัจจัยใดบ้างที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ผู้วิจัยมีความคาดหวังว่าข้อมูลที่ได้จากการวิจัยนี้จะเป็นข้อมูลสำหรับผู้ดูแลสถานสงเคราะห์

คนชรา ในการที่จะส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรม

### วัตถุประสงค์ในการศึกษาวิจัย

1. เพื่อศึกษาถึงการเข้าร่วมกิจกรรมหรือการถอนตัวออกจากกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา
2. เพื่อศึกษาถึงลักษณะความต้องการของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา
3. เพื่อศึกษาถึงการปรับตัว และโลกทัศน์ของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา
4. เพื่อศึกษาถึงปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุและความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา

### ขอบเขตของการศึกษาวิจัย

ศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราร้านจันทบุรี ตำบลทุ่งเบญจา อำเภอท่าใหม่ จังหวัดจันทบุรี

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุง ส่งเสริมงานของสถานสงเคราะห์คนชราให้เหมาะสมและสอดคล้องกับลักษณะปัญหา ความต้องการของผู้สูงอายุทั้งในปัจจุบัน และในอนาคต
2. เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่จะเข้าสู่วัยสูงอายุ ได้มีการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ
3. เพื่อเป็นแนวทางในการนำไปสู่การวางแผนเกี่ยวกับการลดอัตรา



การเพิ่มของประชากร

4. เพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้ที่ศึกษาผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชรา ในด้านอื่น ๆ ต่อไป

**ทฤษฎีและกรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา**

ในการศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านจันทบุรีนั้น จะใช้ทฤษฎีกิจกรรม (Activity theory) และทฤษฎีการถอนตัวจากสังคม (Disengagement theory) ช่วยในการอธิบาย และวิเคราะห์การเข้าร่วมกิจกรรม หรือการถอนตัวออกจากกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ โลกทัศน์ ลักษณะความต้องการ การปรับตัว และปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา

#### ทฤษฎีกิจกรรม (Activity theory)

ทฤษฎีนี้เชื่อว่า กิจกรรมทางสังคมเป็นเรื่องสำคัญสำหรับมนุษย์ทุกเพศ ทุกวัยกิจกรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อสุขภาพ และชีวิตที่ดี การศึกษาในระยะแรกพบว่า บุคคลที่มีกิจกรรมสูงจะมีการปรับตัวได้ดีทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคมด้วย (Havighurst and Albrecht, 1953 quoted in Borrow and Smith, 1979: 55) นักทฤษฎีกิจกรรมเน้นว่าบุคคลจะรักษากิจกรรมทางสังคมของตนไว้ เมื่ออย่างเข้าสู่วัยสูงอายุ นักทฤษฎีนี้เชื่อว่าผู้สูงอายุทั่วไปจะพยายามรักษากิจกรรม และทัศนคติของคนวัยกลางคนไว้ให้นานที่สุด (Havighurst, 1961 quoted in Borrow and Smith, 1979 : 53) บทบาทและกิจกรรมใด ๆ ก็ตามที่บุคคลถูกผลักดันให้เลิกกระทำ จะต้องมียุทธศาสตร์ใหม่ขึ้นมาทดแทน เนื่องจากว่ากิจกรรมที่เคยปฏิบัติอยู่นั้นทำให้ผู้สูงอายุ ถูกมองจากสังคมว่ายังมีความสามารถ มีประโยชน์ มีคุณค่าอยู่ ดังนั้นในผู้สูงอายุบางรายที่ต้องออกจากงานเมื่อถึงวัย

อันควรถามกฎระเบียบของสังคม เขาก็จะพยายามที่จะหางานทำใหม่หรือกิจกรรมใหม่เพื่อทดแทนกิจกรรมเก่า เช่น ประกอบกิจการส่วนตัวทำงานที่เหมาะสมกับกำลังความสามารถของตน เป็นต้น การทำเช่นนี้จะช่วยให้เขาดูว่าเป็นคนที่มีค่าต่อสังคมเช่นที่เคยเป็นมาก่อน

นอกจากนี้สุขภาพของผู้สูงอายุก็มีความสำคัญต่อการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงก็จะเข้าร่วมกิจกรรมได้ดีจากสภาพความพร้อมของร่างกายและไม่ต้องวิตกกังวลในเรื่องของความเจ็บป่วย (Havighurst and Albrecht, 1953 quoted in Borrow and Smith, 1979: 53) ดังนั้นกิจกรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุด้วย ผู้สูงอายุที่ถูกผลักดันให้เลิกกระทำกิจกรรมเดิมเช่นต้องออกจากงานเมื่อถึงวัยอันควร ตามกฎระเบียบของสังคม เขาก็จะพยายามหากิจกรรมอื่นขึ้นมาทดแทนกิจกรรมเดิม โดยทำงานที่เหมาะสมกับกำลังความสามารถของตน ในผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยก็จะมี ความพยายามมากในการหากิจกรรมมาทดแทนเพื่อไม่ให้เกิดความเบื่อหน่าย และเพื่อที่จะให้กิจกรรมนั้นนำมาซึ่งรายได้ในการเลี้ยงชีพต่อไป แต่ก็มีผู้สูงอายุ บางรายที่ไม่เดือดร้อนเกี่ยวกับการดำเนินชีวิต ก็จะทำกิจกรรมที่ใช้สติปัญญาทำให้เกิดความเพลิดเพลิน แทนการใช้กำลังเมื่อความสามารถในการทำงานลดลง ดังนั้นจะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุที่มีอายุน้อย จะพยายามหากิจกรรมทำให้เหมาะสมกับกำลังความสามารถของตน เพื่อแสดงให้สังคมได้รับรู้ว่าตนเองยังคงมีความสามารถอยู่

ในผู้สูงอายุที่ยังคงดำรงกิจกรรมทางสังคมไว้ได้ ก็จะทำให้เขามีภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองดี (Self-image) มีความพึงพอใจในชีวิตสูง ทำให้เขาเหล่านี้เป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จในชีวิต แต่อย่างไรก็ตามถ้าสังคมกีดกันไม่ให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมก็จะทำให้ผู้สูงอายุออกจากกิจกรรมทางสังคมและกลายเป็นบุคคลที่ไม่มีบทบาท ดังนั้นสังคมจึงควรที่จะให้ผู้สูงอายุได้กระทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามความสามารถที่มีอยู่

Arnole Rose (Rose, 1965 quoted in Borrow and Smith, 1979: 54) ซึ่งเป็นนักทฤษฎีกิจกรรมคนหนึ่งเชื่อว่าผู้สูงอายุสามารถที่จะสร้างวัฒนธรรมย่อย (subculture) เพื่อให้ตัวเองมีบทบาทและกิจกรรมเป็นหลัก ซึ่งมาจากความเข้าใจความต้องการและประสบการณ์ใหม่ ๆ ของเขา และยังเชื่อว่าผู้สูงอายุยังคงสนใจตนเอง ต้องการสร้างบทบาทใหม่ ๆ ในสังคมที่ตนพัวพันอยู่

### ทฤษฎีการถอนตัวจากสังคม (Disengagement theory)

ทฤษฎีการถอนตัวจากสังคมกล่าวว่า อัตราการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันของผู้สูงอายุจะลดลงทั้งในระดับบุคคลและสังคมซึ่งผู้สูงอายุเองก็พอใจ เพราะตนรู้สึกว่ายู่ในภาวะอิสระมากขึ้น เกิดจากการคาดหวังพฤติกรรมของสังคมต่อตนได้ลดน้อยลงไป ทำให้ตนมีเวลาว่างมากขึ้น เนื่องจากต้องออกจากงานเมื่อถึงวัยอันควรตามกฎหมายระเบียบของสังคม ทำให้ตนมีเวลาว่างมากขึ้น จะทำอะไรก็ได้ตามความพอใจ หรือความต้องการของตนเอง มีผลถึงสุขภาพจิตที่ดีตามมา และยังเป็นประโยชน์ต่อสังคม แต่ก็ยังพบว่าหลังจากผู้สูงอายุละทิ้งบทบาทของตน จะรู้สึกกระวนกระวายวิตกกังวล และมีความบิ่บคั้นในช่วงต้น ๆ ต่อมาก็จะยอมรับสภาพใหม่ คือการไม่ข้องเกี่ยวและยอมรับความรู้สึกนั้นว่ามีคุณค่าต่อตนเอง (Atchley, 1971; Cumming, 1964 ; Havighurst, 1964; Tissue, 1968 quoted in Dowd, 1975: 596) ทำให้ผู้สูงอายุพ้นจากภาวะตึงเครียด มีความสุขมากขึ้น แต่อย่างไรก็ตามการถอนตัวออกจากสังคมในผู้สูงอายุแต่ละคนนั้นไม่เหมือนกัน หรือพร้อมกันซึ่งก็ขึ้นอยู่กับตัวแปรอื่น ๆ ด้วย เช่น การเป็นหม้ายก่อนบุตรคนสุดท้ายแต่งงาน การได้มีงานทำต่อภายหลังจากที่เกษียณอายุหรือถึงเวลาอันควรที่ต้องออกจากงาน และปัญหาสุขภาพ เป็นต้น แต่ผลที่ตามมาก็คือความรู้สึกเป็นอิสระในการที่จะทำอะไรก็ตามใจตนเอง ไม่เหมือนในขณะที่ยังต้องทำงานอยู่ที่ต้องทำตามกฎระเบียบของสังคมอยู่ตลอดเวลา ทำให้การถอนตัวออก



จากสังคมนั้นมีผลทำให้เขามีความสุขยิ่งขึ้น

## มโนภาพที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

### ก. ผู้สูงอายุ

อายุที่ใช้เป็นตัวกำหนดวัยสูงอายุนั้นมักจะนำเกณฑ์ " การทำงาน " มาใช้และถือว่าผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปี เป็นวัยที่ไม่อาจทำงานได้แล้ว ซึ่งในภาษาราชการใช้คำว่า " เกษียณ " แต่อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุแต่ละรายจะเข้าสู่วัยเกษียณไม่เท่ากันเนื่องมาจาก

1. ฐานะทางเศรษฐกิจ ผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี อาจจะมีการประกอบอาชีพส่วนตัวได้อีกต่อไปในฐานะผู้บริหาร
2. สุขภาพร่างกาย ผู้ที่มีสุขภาพอนามัยดี ทั้งร่างกายและจิตใจก็สามารถที่จะทำงานอื่นต่อไปได้อีกตามกำลังความสามารถ
3. อาชีพ ผู้สูงอายุที่อยู่ในสังคมเกษตรกรรมจะทำงานต่อไปได้อีกตามกำลังความสามารถแต่ถ้าเป็นผู้สูงอายุที่มีอาชีพรับจ้างต่าง ๆ อาจไม่ได้ทำงานต่อไปเนื่องจากงานหนักทำไม่ไหวหรือไม่มีผู้จ้าง
4. สภาพจิตใจ ผู้สูงอายุที่มีความมั่นใจไม่วิตกกังวล มีการเตรียมพร้อมที่จะเข้าสู่วัยชราและได้รับความรักความอบอุ่นจากครอบครัว ก็จะทำให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจที่จะทำงานต่อไปได้อีก ดังนั้นจะเห็นได้ว่าวัยสูงอายุไม่ได้ขึ้นกับอายุอย่างเดียว ยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ อีกได้มีผู้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้หลายท่าน เช่น อรรถสิทธิ์ ลิทธิสุนทร (อ้างถึงใน ประสพ รัตนากร, 2529: 91-95) เป็นผู้บัญญัติคำว่า " ผู้สูงอายุ " ตั้งแต่ พ.ศ. 2505 ได้กล่าวไว้ว่าผู้สูงอายุจะต้องมีลักษณะ ดังนี้
  1. เป็นผู้มีอายุ 60 ปีขึ้นไป
  2. เป็นผู้ที่มีความเสื่อมตามสภาพ มีกำลังถดถอย เชื่องช้า

3. เป็นผู้ที่สมควรให้ความอุปการะ
4. เป็นผู้ที่สมควรได้รับการช่วยเหลือ

นิตา ชูโต (2525: 1-7) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุวัดด้วยจำนวนปีตามปฏิทินของเวลาที่ได้มีชีวิตอยู่ แต่การจะจำแนกว่าจำนวนปีเท่าไรนั้น จึงจะเรียกว่าผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับสังคมนั้น ๆ สำหรับสังคมไทยผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีอายุย่างเข้า 60 ปีขึ้นไป ตามเกณฑ์ของ กฎหมายการปลดเกษียณอายุราชการ และตามกฎหมายอื่น

บรรลุ ศิริพานิช (2526: 40) ได้เสนอว่า ผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปโดยนับอายุตามปฏิทิน ซึ่งเป็นเกณฑ์ที่องค์การระหว่างประเทศได้ประชุมตกลงกันให้เป็นมาตรฐานสากลในการกำหนดอายุเริ่มต้นของการเป็นผู้สูงอายุ

เชียรศรี วิวิศศิริ (2527: 52) ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า เป็นช่วงสุดท้ายของวัยผู้ใหญ่ เริ่มประมาณอายุ 60 ปีขึ้นไปจนถึงสิ้นชีวิต

นอกจากการกำหนดอายุ 60 ปีขึ้นไปแล้ว สังคมยังได้กำหนด ลักษณะ หน้าที่ และความสลับซับซ้อนของกิจกรรมต่าง ๆ ของบุคคลในสังคมนั้นด้วย ทำให้ผู้สูงอายุบางรายที่ยังมีสุขภาพดี ไม่สามารถประกอบอาชีพได้จากข้อกำหนด บางประการของสังคม

## ข. การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ

วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลาย ๆ ด้านเป็นการเปลี่ยนแปลง ที่ผู้สูงอายุจะหลีกเลี่ยงไม่ได้ ผู้สูงอายุบางรายที่ยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เหล่านี้ก็สามารถดำเนินชีวิตอยู่ต่อไปได้อย่างมีความสุข ในผู้สูงอายุบางรายที่ไม่

ยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงก็จะได้เกิดความเป็นที่พอใจทันที การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้คือ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ เศรษฐกิจและสังคม

### การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ อวัยวะและระบบต่าง ๆ ของร่างกายจะเปลี่ยนแปลงไปในลักษณะของความเสื่อมทั่วร่างกาย ความสามารถในการทำงานของระบบต่าง ๆ จะลดน้อยลง เช่น ประสิทธิภาพในการสั่งงานของสมองลดลงทำให้ความจำเสื่อม การหายใจจะช้าลงบางครั้งจะเหนื่อยง่าย วิงเวียนเป็นลมบ่อย ๆ ผิวหนังจะเหี่ยวย่น กระดูกจะเปราะหักง่าย และการเห็นการได้ยินลดลง เป็นต้น (จริยาวัตร คมพชัยย์, 2525: 43-48) จากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายนี้เองมีผลทำให้ผู้สูงอายุทำงานได้น้อยลงหรือทำไม่ได้เลยและในผู้สูงอายุที่มีการเจ็บป่วยร่วมด้วยก็จะทำให้เกิดปัญหามากในด้านเศรษฐกิจ เพราะไม่มีรายได้หรือมีรายได้ไม่แน่นอน (มาลี ขรรณลิขิตกุล, 2525: 18) ในฐานะที่ผู้สูงอายุได้เคยทำประโยชน์ให้แก่สังคมมาก่อน เมื่อครั้งยังอยู่ในวัยหนุ่มสาว หรือวัยทำงาน สังคมควรที่จะได้มีการตอบแทนบุญคุณผู้สูงอายุเหล่านี้ เพื่อให้พวกเขาอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขในช่วงเวลาของชีวิตที่เหลืออยู่ โดยให้การช่วยเหลือในเรื่องของปัจจัย 4 คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค หรือการรักษาพยาบาล (ดุสิต สุนทรานู, 2525: 61-62) เป็นอย่างน้อย ซึ่งอาจทำได้ในรูปของสวัสดิการต่าง ๆ ทั้งในภาครัฐ และเอกชน

### การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม

ในอดีตที่ผ่านมา ผู้สูงอายุในสังคมไทย มีสถานภาพทางสังคมสูงได้รับการเคารพยกย่องนับถือ โดยส่วนใหญ่ผู้สูงอายุในสังคมไทยมักมีอาชีพเกษตรกรรม และมักจะอาศัยอยู่ในภูมิลำเนาเดิมของตนพร้อมกับบุตร ซึ่งตั้งครอบครัวอยู่ภายใน



บริเวณเดียวกัน คือเป็นลักษณะของครอบครัวขยาย แต่ในปัจจุบันโครงสร้างของครอบครัวได้เปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากที่ดินมีจำกัด ทำให้คนวัยหนุ่มสาว และวัยทำงาน อพยพเข้ามาทำงานตามเมืองใหญ่ ๆ หรือต่างประเทศ โดยเฉพาะแถบตะวันออกกลาง และได้ทั้งให้ผู้สูงอายุอยู่ในชนบทตามลำพังหรืออยู่กับเด็ก ๆ ทำให้ขาดความอบอุ่น เพิ่มภาระแก่ผู้สูงอายุ และประสบกับความยากลำบาก (วีรสิทธิ์ สิทธิไตรย์, 2528: 41-42) เนื่องจากถึงวัยอันควรที่จะต้องออกจากการทำงาน หรือสภาพร่างกายไม่อำนวยให้ทำงานได้ หรือไม่สามารถหางานทำได้ ทำให้ความสัมพันธ์ทางสังคมลดลง ผู้สูงอายุยังคงต้องการการยอมรับจากสมาชิกในครอบครัวและสังคม แต่การเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เกิดขึ้น ทำให้ความสามารถในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ช้าลง ความสามารถในการแสวงหามิตรใหม่มีจำกัด เพราะผู้สูงอายุตามไม่ทันกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เกรงถูกรังเกียจ ถูกปฏิเสธ และถูกหัวเราะเยาะจากผู้มีอายุน้อยกว่า (ปาหนัน บุญหลง, 2523: 7-9)

### การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ

สำหรับสภาพเศรษฐกิจในวัยสูงอายุถือเป็นปัญหาสำคัญ แม้ว่าจะมีผู้สูงอายุที่มีเศรษฐกิจดีก็ตาม แต่ก็มีเพียงจำนวนน้อยเท่านั้นและมักจะอยู่ในเมือง สำหรับผู้สูงอายุในเขตชนบทตั้งที่ได้กล่าวมาแล้วว่าทำงานในภาคเกษตรกรรมเสียเป็นส่วนใหญ่ซึ่งให้ผลตอบแทนต่ำ จากการศึกษาพบว่า มีเพียงร้อยละ 8 เท่านั้นที่ผู้สูงอายุมีรายได้สูงกว่า 3,000 บาท/เดือน และมีถึงร้อยละ 60 ที่มีรายได้ต่ำกว่า 500 บาท/เดือน หรือไม่มี รายได้ (นภาพร ชัยวรธรและคณะ, 2532: 3-4)

จากการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและเศรษฐกิจนี้ จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุจำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ๆ ในสังคมเป็นอย่างมาก

สำหรับผู้สูงอายุที่มีฐานะดีก็จะไม่เกิดผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงนี้ แต่โดยส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไทยนั้นยากจน สังคมต้องให้การช่วยเหลือในเรื่องสวัสดิการต่าง ๆ ที่เหมาะสม สวัสดิการจะออกมาในรูปของการจัดการช่วยเหลือทั้งภาครัฐบาลและเอกชน (ศศิวัฒน์ ยอดเพชร, 2532: 23)

### การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ และอารมณ์เป็นผลมาจาก

การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เศรษฐกิจและสังคม เนื่องจากผู้สูงอายุไม่สามารถปรับตัวได้ในเรื่องของจิตใจ และอารมณ์ได้ ไม่ยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง (กมลมา แสงสีทอง, 2526: 2-3) นอกจากนี้ยังเป็นช่วงของการหยุดงานประจำที่เคยทำ ต้องจากสถานที่คุ้นเคย ซึ่งยังคงมีความผูกพันอยู่ ทำให้เกิดความรู้สึกสูญเสีย (จริยาวัตร คมพัยมย์, 2525: 43-48) เป็นเหตุให้ผู้สูงอายุมีอาการเศร้า อารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย ท้อแท้ มีปมด้อย หงุดหงิดระแวงว่าจะถูกทอดทิ้ง ขาดความมั่นใจในตัวเอง คิดว่าตัวเองไม่มีคุณค่า ต้องพึ่งผู้อื่นอยู่เสมอ เกิดความสงสารตัวเอง โกรธตัวเอง รู้สึกว่าตัวเองบกพร่องหรือไม่สมประกอบในผู้สูงอายุที่ต้องสูญเสียชีวิตคู่ก็จะมีผลต่อภาวะของจิตใจ และอารมณ์เป็นอย่างมาก เพราะขาดผู้ใกล้ชิด ขาดคู่คิด ขาดเพื่อนคุยที่รู้จักกันและเข้าใจกันด้วยดีมาตลอดเป็นระยะเวลายาวนาน (นิศา ชูโต, 2525: 13-19) การสูญเสียนี้เป็นเหตุให้เกิดความรู้สึกอ้างว้าง ว่างเหว เดียวดาย มีผลถึงการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกายให้ทำงานช้าลง การปรับตัวทางด้านจิตใจและอารมณ์ในผู้สูงอายุแต่ละคนจะแตกต่างกันไปตามความสามารถ และการยอมรับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ รวมถึงระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ และการเตรียมตัวรับสภาพการเข้าสู่วัยชรา (สุภาจรรย์, 2533: 73-74) ในผู้สูงอายุที่ปรับตัวได้และอาศัยอยู่กับครอบครัวได้อย่างมีความสุขตามสมควร ก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข แต่ก็มีผู้สูงอายุบางส่วนที่ไม่สามารถปรับตัวได้

ในสภาพการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ รวมทั้งอาจจะมีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจร่วมด้วย ก็จะทำให้เขาเหล่านั้นขาด ที่พึ่งทางใจ ต้องการได้รับความสนใจดูแลเอาใจใส่ จากผู้อื่น และยอมรับการเปลี่ยนแปลงของเขา ครอบครัวและสังคมควรจะเข้าใจ พวกเขา และยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในวัยนี้ด้วย และ ผู้ที่จะเข้าใจได้ดีก็คือ ผู้ที่อยู่ในวัยเดียวกันนั่นเอง เพราะมีสภาพการเปลี่ยนแปลง ที่เหมือนกัน ดังนั้น การจัดให้ผู้สูงอายุได้พูดคุยกัน ได้อาศัยอยู่ร่วมกันสามารถลด ปัญหาทางด้านจิตใจ และอารมณ์ลงได้ เช่น จัดให้มีสถานสงเคราะห์คนชรา ชุมนุมผู้สูงอายุ เป็นต้น

ผลของการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และเศรษฐกิจต่อผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุบางรายที่ไม่ได้อยู่กับครอบครัว หรือ ไม่ได้รับความช่วยเหลือจากญาติมิตร และเพื่อนบ้าน จำเป็นต้องมีที่พึ่งในการ ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมในด้านการบริการและการให้ความช่วยเหลือต่าง ๆ เกี่ยวกับ ปัจจุบัน 4 รัฐบาลและเอกชนได้จัดการช่วยเหลือโดยจัดตั้งสถานสงเคราะห์ขึ้น จะเห็นได้ว่ามีจำนวนผู้มาขอรับบริการเพิ่มมากขึ้นทุกปี ๆ

### ค. ปัญหาของผู้สูงอายุ

วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงหลาย ๆ ด้านทั้งในเรื่องส่วนตัว และสังคมซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้ทำให้เกิดปัญหาตามมาหลาย ๆ ด้าน

ด้านเศรษฐกิจ สภาพเศรษฐกิจในวัยสูงอายุถือเป็นปัญหาสำคัญ เนื่องจากวัยนี้เป็นวัยที่ต้องออกจากการทำงาน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ทำงานใน ภาคเกษตรกรรม ผู้สูงอายุกลุ่มนี้จะไม่มียอดออม ทำให้ขาดรายได้ที่จะมาเลี้ยงดู ตนเองและครอบครัวทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประสบกับปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ

บุญยืน สุภาพ (2522) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบปัญหา



ความต้องการและโลกทัศน์ของคนชรา ในสถานสงเคราะห์ของรัฐบาลและเอกชน โดยมีจุดมุ่งหมายจะศึกษาปัญหาที่เป็นสาเหตุให้คนชราตัดสินใจ เข้ารับการสงเคราะห์ ความต้องการและโลกทัศน์ของคนชราในสถานสงเคราะห์พบว่า ปัญหาที่เป็นสาเหตุให้คนชราตัดสินใจ เข้าอยู่ในสถานสงเคราะห์ทั้งของรัฐบาลและเอกชน คือ ปัญหาทางเศรษฐกิจ และการขาดทุนทรัพย์ในการเลี้ยงชีพ

นิตา ชูโต (2525) ได้ศึกษาเรื่องคนชราไทย เพื่อสำรวจลักษณะทางสังคม และโครงสร้างทั่ว ๆ ไปของคนชราในประเทศไทย เกี่ยวกับลักษณะครอบครัว การดำเนินชีวิตประจำวัน การทำงาน การพักผ่อนหย่อนใจ และการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทางสังคม ผลการศึกษาพบว่า คนชราส่วนใหญ่ไม่ได้รับการศึกษา หรือได้รับการศึกษาดำในระดับประถมศึกษา มีอาชีพทางเกษตรเป็นส่วนใหญ่ ฐานะยากจน เป็นภาระของบุตรหลานและรัฐบาลที่ต้องช่วยเหลือ ปัญหาสำคัญของคนชราคือ ปัญหาทางเศรษฐกิจ

ด้านครอบครัว ในปัจจุบันนี้ลักษณะของครอบครัวเปลี่ยนจากครอบครัวขยายมาเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น จากสภาพของเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้ผู้สูงอายุกลายเป็นกลุ่มคนที่ครอบครัวและสังคมให้ความสำคัญน้อยลง รวมถึงการพัฒนาประเทศนั้นเป็นการพัฒนาทางวัตถุมากกว่าจิตใจ ทำให้ค่านิยมดั้งเดิมเกี่ยวกับการเคารพผู้อาวุโสลดน้อยลง เกิดความไม่เข้าใจกันอันเป็นช่องว่างระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรหลานต่างฝ่ายต่างยอมรับกันไม่ได้ จากสภาพการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้ทำให้ผู้สูงอายุได้รับความสนใจ เอาใจใส่จากครอบครัว ทั้งด้านร่างกายและจิตใจน้อยลง

พิรสิทธิ์ คำนวณศิลป์และคณะ (2523) ศึกษาเรื่องความทันสมัย ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเอง และภาพพจน์บางประการของผู้สูงอายุ โดยมีมุ่งจะศึกษาถึงลักษณะพื้นฐานต่าง ๆ ของผู้สูงอายุในด้านสังคมและเศรษฐกิจ ชีวิตในครอบครัว

การประเมิน หรือการมองตนเอง พบว่าลักษณะครอบครัวไทยร้อยละ 70 ยังมีลักษณะเป็นครอบครัวขยาย ครอบครัวยังเป็นสิ่งจำเป็นและมีความหมายมากต่อผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังได้รับความเคารพนับถือจากบุตรหลานเป็นอย่างดี และยังพบว่าผู้สูงอายุเห็นว่าตนเองมีคุณค่าต่อครอบครัวมากกว่าสังคมส่วนรวม และประเมินสถานภาพของตัวเองในสังคมภายนอกต่ำกว่าสถานภาพในครอบครัว

ด้านสังคมและวัฒนธรรม ผู้สูงอายุจะออกจากงานเมื่อถึงเวลาอันเหมาะสมตามที่สังคมและกฎระเบียบต่าง ๆ ได้กำหนดไว้ นั่นก็คืออายุ 60 ปี โดยประมาณ ทำให้ผู้สูงอายุขาดเพื่อน ขาดคู่คิด นอกจากนี้ การแพร่กระจายของวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามาสู่สังคมไทย ทำให้เกิดความขัดแย้งระหว่างค่านิยม และพฤติกรรมต่าง ๆ ของผู้เยาว์ ทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถยอมรับได้ (วีรสิทธิ์ ลิทธิไตรย์, 2528: 41-42)

แว่นทิพย์ น.สุพรรณและคณะ (2518) ได้ศึกษาเรื่องปัญหา และการกำหนดนโยบายประชากรวัยชราในประเทศไทย โดยมุ่งศึกษาลักษณะทางเศรษฐกิจ สังคมและสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุในเขตเมืองและชนบท และศึกษาคนชราที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ของกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงมหาดไทย เพื่อศึกษาถึงผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ซึ่งมีผลต่อการดำรงชีวิตของประชากรวัยชราในระดับบุคคลโดยถือ่าชีวิตของประชากรวัยชรานั้น เป็นส่วนหนึ่งของสังคม โดยใช้ประชากรที่สุ่มตัวอย่างมา 688 ราย เป็นประชากรที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ของรัฐบาล 252 ราย ประชากรในเขตเมือง 239 ราย และในเขตชนบท 197 ราย ผลการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุในประเทศไทย ยังมีชีวิตที่อบอุ่นอยู่ในแวดวงของครอบครัว และมีบทบาทสำคัญอันเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวและระบบเศรษฐกิจ และอาจกล่าวได้ว่าสถาบันครอบครัวไทยยังเกื้อหนุน และรับผิดชอบต่อคนชรา ซึ่งสิ่งนี้มีผลต่อการดำเนินชีวิตที่ราบรื่นและการมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง และชีวิตของตน แต่ก็พบว่า มีความแตกต่างบ้างเล็กน้อยระหว่างเขตเมือง และ

เขตชนบท สำหรับคนชราที่เข้ารับการสงเคราะห์ในสถานสงเคราะห์พบว่าตกอยู่ในสภาพจำยอม มีส่วนน้อยที่ตัดสินใจมาอยู่เอง และเสนอแนะว่านโยบายประชากรวัยชราในอนาคต ควรเน้นการส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชากรวัยชราให้มากขึ้น

William Phillip Delaney (2520) ศึกษาเรื่องสังคมเศรษฐกิจของผู้สูงอายุที่เป็นพุทธศาสนิกชนในภาคเหนือของประเทศไทย ซึ่งศึกษาทั้งจากเอกสารที่เกี่ยวกับภาคเหนือเท่าที่ผ่านมา และเข้าไปอยู่ร่วมกับชาวบ้าน พบว่าผู้สูงอายุมีปัญหาในการดำเนินชีวิตตามปกติ และผู้สูงอายุนิยมใช้วัดและความคิดเกี่ยวกับการเกิดใหม่เป็นเครื่องมือที่จะตอบสนองความวิตกกังวลในเรื่องความตาย และแก้ปัญหาที่เกิดจากบรรยากาศทางสังคม และศาสนาที่มีผลทางลบต่อเขา และปัญหาที่รบกวนจิตใจของผู้สูงอายุมากที่สุด ปัญหาหนึ่งคือเรื่องมรดก

ด้านสุขภาพอนามัยและสุขภาพจิต วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายไปในลักษณะของความเสื่อมการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายลดลง เช่น การมองเห็น การได้ยินลดลง การปวดเข้า ท้องอืด ท้องเฟ้อ เป็นต้น ซึ่งปัญหาสุขภาพเหล่านี้ไม่สามารถแก้ไขให้กลับคืนมาได้ นอกจากป้องกันไม่ให้เกิดความรุนแรงต่อปัญหานั้นเพิ่มขึ้น นอกจากสุขภาพทางกายแล้วก็จะมีปัญหาสุขภาพจิตร่วมด้วยได้ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งจากบุตรหลาน และบุคคลรอบข้าง ทำให้มีอาการท้อแท้ ซึมเศร้า และมีอารมณ์แห่งการสูญเสีย

ประพิมพ์ดาว สุคนธ์ (2520) ศึกษาเรื่องสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ศึกษาเฉพาะกรณี : ชุมชนเชื้อเพลิงพัฒนา เขตยานนาวา กรุงเทพฯ พบว่าผู้สูงอายุในชุมชนนี้มีปัญหาสุขภาพจิตเนื่องจากปัญหาในด้านเศรษฐกิจ การครองชีพ มีความว้าเหว่ และขาดความมั่นคงในชีวิต

เสาวนีย์ กานต์เดชารักษ์ (2524) ศึกษาเรื่องความต้องการด้าน



สุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ โดยมุ่งจะศึกษาเปรียบเทียบความต้องการด้านสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุในชุมชนผู้สูงอายุ และศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความรับผิดชอบของครอบครัวและรัฐต่อผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ จากการศึกษพบว่า ผู้สูงอายุเพศชายและหญิงมีความต้องการทางด้านสุขภาพอนามัยในแต่ละด้านและรวมทุก ๆ ด้านไม่แตกต่างกัน ยกเว้นด้านความสามารถทางร่างกาย และพบว่าความแตกต่างทางด้านอายุ สถานสภาพสมรส รายได้ และการศึกษาของผู้สูงอายุไม่ทำให้ความต้องการทางด้านสุขภาพอนามัยต่างกัน

วรัญ ดันชัยสวัสดิ์ และบุญนำ วงศ์เชาน์วัฒน์ (2528) ศึกษาเรื่อง ปัญหาสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ และอิทธิพลของการอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา การศึกษาขั้นต้นของคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ โดยศึกษาเปรียบเทียบสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่อยู่กับครอบครัวในชุมชนกับผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา จากการศึกษาพบว่าอุบัติการณ์ของโรควิตกกังวล และโรคประสาทซึมเศร้าสูงถึงร้อยละ 40 ในกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่กับครอบครัว ซึ่งมีเพียงร้อยละ 15 และแสดงให้เห็นว่า ปัจจัยทางสังคมและจิตใจ ที่เกี่ยวกับการอยู่ในสถานสงเคราะห์ของผู้สูงอายุมีผล ทำให้อัตราการเกิดโรควิตกกังวล และโรคประสาทซึมเศร้าสูงขึ้น

#### ง. ความต้องการของผู้สูงอายุ

วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลง ทั้งด้านร่างกาย เศรษฐกิจ สังคม อารมณ์และจิตใจ ทำให้ผู้สูงอายุในวัยนี้มีความต้องการในหลาย ๆ ด้าน (Atchley, 1971; Cumming, 1964; Tissue, 1968 quoted in Dowd, 1975: 596)

ความต้องการด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุวัยนี้ เป็นวัยที่พ้นจากวัยทำงาน ทำให้ขาดรายได้ จึงมีความต้องการรายได้มาจุนเจือตนเองและครอบครัว

ความต้องการในเรื่องของที่อยู่อาศัย ในวัยทำงานผู้สูงอายุในสังคมไทยส่วนใหญ่ทำงานในภาคเกษตรกรรม และมักจะมีอาชีพรับจ้างในภาคเกษตรกรรมด้วย ทำให้ต้องเปลี่ยนแปลงที่อยู่อาศัยบ่อย ๆ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ จึงไม่มีที่อยู่อาศัย

ความต้องการด้านสุขภาพอนามัย จากการศึกษาผู้สูงอายุที่มีการเสื่อมของร่างกายความสามารถในการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายจะลดน้อยลง จึงมีความต้องการการดูแลในเรื่องสุขภาพอนามัย จากบุคคลใกล้ชิดมากขึ้น

ความต้องการด้านการงาน ผู้สูงอายุโดยส่วนใหญ่จะยังคงถือว่าการทำงานมีความหมายสำหรับตนเอง เพราะเป็นที่มาซึ่งรายได้ และให้ความรู้สึกที่ว่าตนเองมีคุณค่าต่อสังคม จึงยังคงต้องการทำงานด้วยตนเอง เท่าที่สามารถจะทำได้ตามความสามารถของร่างกาย

ความต้องการความรัก ความเคารพ ความอบอุ่น ความเอาใจใส่ ผู้สูงอายุในสังคมไทยยังมีความคิดว่าตนควรได้รับความเคารพยกย่องจากผู้อ่อนอาวุโสกว่า ต้องการได้รับความรัก ความอบอุ่น ความสนใจ เอาใจใส่จากบุคคลรอบข้าง

ความต้องการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นเป็นรายบุคคล ผู้สูงอายุยังคงต้องการเพื่อนคู่คิดอยู่ โดยเฉพาะในผู้ที่เป้าหมายก็ต้องการเพื่อนคู่คิดที่เข้าใจ สนใจรับฟังความคิดเห็นต่าง ๆ

อดตราพร บุนนาค (2518) ได้ศึกษาความต้องการของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค พบว่าผู้สูงอายุจะมีความต้องการในการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ต้องการการยอมรับและเชื่อถือจากบุคคลในสังคมโดยเฉพาะบุตรหลาน หรือผู้ใกล้ชิด เพราะว่าถ้ามีคนยอมรับนับถือแสดงว่าตนเอง มีประโยชน์ต่อบุตรหลานและสังคม ต้องการมีสัมพันธภาพทางสังคมกับบุคคลอื่นเป็นรายบุคคล ต้องการเพื่อนคุยที่ถุกใจ เห็นอกเห็นใจในเรื่องที่จะพูดคุยด้วย นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังคงมีความสนใจในประสบการณ์ใหม่ ๆ ในสังคม กระตือรือร้นที่จะรับรู้ข่าวสารจากสื่อมวลชนต่าง ๆ

สำหรับ กมลลา แสงสีทอง (2526) ได้ศึกษาพบว่าผู้สูงอายุต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสถานสงเคราะห์คนชรา ต้องการการยอมรับและความเชื่อถือจากกลุ่มและสังคมเนื่องจากคิดว่าตนเองยังเป็นประโยชน์และมีความสำคัญต่อสังคม ต้องการเพื่อนที่อยู่ใกล้เคียงกันเพราะสามารถปรึกษาปัญหาต่าง ๆ ได้

#### จ. การปรับตัวของผู้สูงอายุ

ภาวะสูงอายุเป็นพัฒนาการของชีวิตมนุษย์ที่ต้องดำเนินไปตามกาลเวลา ในวัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจ ถ้ามีการปรับตัวที่เหมาะสมจะทำให้พัฒนาการของผู้สูงอายุเป็นไปด้วยดี แต่ในทางตรงกันข้ามถ้าปรับตัวไม่เหมาะสมจะทำให้พัฒนาการในวัยสูงอายุเกิดปัญหาขึ้นได้ บุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวได้นั้นจะเป็นคนที่มีอารมณ์ฉุนเฉียว ซึ่งเป็นบุคคลที่อดีตไม่ได้รับความสมหวังในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้ ประสบความล้มเหลวในชีวิตที่ผ่านมา ดังนั้น บุคคลเหล่านี้จะรู้สึกว่าคุณเองโดดเดี่ยวมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อคนอื่น คิดว่าตนเองไม่มีประโยชน์ที่จะมีชีวิตอยู่อีกแล้ว สำหรับบุคคลที่ปรับตัวได้นั้นจะเป็นผู้ที่มีความสามารถ มีเหตุผล ยอมรับความจริง ยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น นอกจากนี้ยังต้องมีความกระตือรือร้นอยู่เสมอ ๆ ในผู้สูงอายุที่มีการเปลี่ยนแปลง



ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม ถือว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญอย่างยิ่งในวัยสูงอายุ และถือว่าเป็นสิ่งเร้า หรือสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดต่อผู้สูงอายุ ดังนั้นจึงต้องมีการปรับตัวที่เหมาะสม เพื่อการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

Roy (1976) ได้ศึกษาถึงการปรับตัวของผู้สูงอายุเพื่อรักษาความสมดุลย์พบว่ามีกลไก 2 อย่างคือ กลไกการควบคุมแบบ regular mechanism อันเป็นผลจากการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ และกลไกการควบคุมแบบ Cognitor mechanism กลไกชนิดนี้จะสัมพันธ์กับสิ่งที่มากระตุ้นจะเกิดขึ้นทั้งในขณะที่รู้สึกตัวและไม่รู้สึกตัว กลไกทั้งสองชนิดนี้ทำงานได้ไม่เต็มที่ ทั้งนี้เพราะความเสื่อมถอยทางร่างกายสำหรับกลไกทางจิตที่ผู้สูงอายุนิยมใช้มากก็คือ การปฏิเสธ (Denial) ซึ่งเป็นผลมาจากการสูญเสียสิ่งอันเป็นที่รัก เช่น รายได้ บทบาท และสถานภาพ การสูญเสียคู่สมรส เป็นต้น (Cumming and Henry quoted in Aquirela and Messick, 1978: 254) ดังนั้นจึงต้องการการช่วยเหลือในการปรับตัวอย่างเหมาะสมจากบุคคลใกล้ชิดคนนอกจากนี้ Roy ยังได้กล่าวถึงพฤติกรรม การปรับตัวของผู้สูงอายุว่าจะต้องมีการปรับตัวถึง 4 ด้าน ด้านแรกคือ การปรับตัวตามความต้องการด้านสรีระ (Physiological needs) เพื่อให้ได้มาซึ่งความมั่นคงทางร่างกาย โดยจะต้องปรับตัวเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อน และการขับถ่าย เป็นต้น ด้านที่สองคือ การปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ (Self concept) ผู้สูงอายุที่มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในด้านดี จะมีความเชื่อมั่นและเห็นคุณค่าของตัวเอง ส่วนผู้สูงอายุที่มีความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในด้านลบ จะขาดความเชื่อมั่นในตนเองไม่เห็นคุณค่าของตนเอง ด้านที่สามก็คือ พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role function) เนื่องจากวัยสูงอายุเป็นวันที่พ้นจากวัยทำงาน ผู้สูงอายุที่ปลดเกษียณแล้ว ต้องทิ้งบทบาทในงานเดิม และหางานหรือกิจกรรมใหม่เพื่อทดแทน ต้องยอมรับบทบาทใหม่ของตนเอง สำหรับด้านสุดท้ายนั้นเป็นพฤติกรรมการปรับตัวด้านความสัมพันธ์เกี่ยวกับผู้อื่น (Interdependence relations) โดยปรกติผู้สูงอายุจะต้องมี

ความเกี่ยวข้องและพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันอย่างเหมาะสม ต้องมีการพึ่งพา  
บุตรหลานหรือผู้ใกล้ชิดในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านเศรษฐกิจ ด้านกิจกรรมการ  
ช่วยเหลือตนเองต่าง ๆ เป็นต้น เพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงด้านจิตใจและสังคม

จากแนวคิดเรื่องการปรับตัวของผู้สูงอายุดังกล่าวนี้ จะเห็นได้ว่าการ  
ปรับตัวของผู้สูงอายุเป็นสิ่งที่ยากลำบาก ความเครียดด้านจิตใจที่เกิดจากการ  
ปรับตัวล้มเหลวส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจาก การสูญเสียสิ่งอันเป็นที่รัก นับตั้งแต่  
ความสูญเสียทางร่างกายสูญเสียบทบาทและสถานภาพ คู่สมรส ตลอดจนหน้าที่  
การงาน ดังนั้นจึงจำเป็นที่จะได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลต่าง ๆ ในสังคม  
นับตั้งแต่ แพทย์ พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์และครอบครัว เป็นต้น ซึ่งการ  
ปรับตัวของผู้สูงอายุจะสำเร็จมากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับพื้นฐานทางเศรษฐกิจ  
สังคม ครอบครัว นิสัยดั้งเดิม ตลอดจนการยอมรับตระหนักถึงสภาพการสูญเสียที่  
เกิดขึ้น และผลของความเปลี่ยนแปลงที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และ  
สิ่งแวดล้อมรอบตัว ซึ่งทำให้วิถีการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไป (Abram, 1972: 659)

นอกจากองค์ประกอบต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วนั้น ยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ  
ที่มีส่วนส่งเสริมการปรับตัวของผู้สูงอายุได้ยิ่งขึ้น เช่น สภาพความเชื่อของ  
ร่างกายความเชื่อ ทศนคติ ค่านิยม (Janelli, 1980: 141) การประสบ  
ความสำเร็จในการปรับตัวต่อภาวะวิกฤตต่าง ๆ ที่ผ่านมา จะช่วยให้ผู้สูงอายุมี  
แรงจูงใจต่อการมีชีวิตรอยู่ และเกิดความมั่นคงในจิตใจ นอกจากนั้นการมี  
สัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว(กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2524: 1) และการเตรียมตัว  
เข้าสู่วัยสูงอายุอย่างถูกต้องเหมาะสมจะช่วยให้วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีความสุขที่สุด  
วัยหนึ่ง

### ฉ. การร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีความเสื่อมถอยของร่างกาย และจิตใจ มีข้อจำกัด



ของร่างกายทำให้ขาดความคล่องตัวในการคิด การทำ การสื่อสาร ดังนั้นภาระหน้าที่และบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุจะลดลงไป (เกษมและกุลยา ตันติผลลาชีวะ, 2528: 8) การเกษียณอายุ หรือการออกจากงานของผู้สูงอายุ จะทำให้ผู้สูงอายุมีเวลาว่างมากขึ้น ในผู้สูงอายุเพศหญิงเมื่อบุตรได้แยกครัวเรือนไปแล้วก็จะมีเวลามากขึ้น หากไม่ได้ใช้เวลาในการสมาคมกับเพื่อน หรือญาติผู้สูงอายุบางท่านก็จะใช้เวลานั่งและปล่อยความคิดไป บางคนใช้เวลานั่งในส่วนสาธารณะนาน ๆ บางคนใช้เวลาในห้องสมุดหรือบางคนชอบนั่งสูบบุหรี่ โดยปล่อยความคิด และไม่ยอมพูดกับผู้อื่น ถึงแม้ว่าจะอยู่ท่ามกลางฝูงชน (Newton and Anderson, 1966: 40) ปัจจัยเหล่านี้ก่อให้เกิดความคิดเห็น และตระหนักถึงความจำเป็นในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ จึงได้มีผู้ศึกษาในทางวุฒิวิทยา (Gerontology) หลายท่าน เช่น Monroe (Monroe quoted in Newton and Anderson, 1966: 41) กล่าวถึงการจัดศูนย์ สำหรับจัดกิจกรรมต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งควรมีกิจกรรมนันทนาการ เช่น เกมส์ กีฬา มีห้องอ่านหนังสือ ห้องอาหาร ภายภาพบำบัด และมีสถานพยาบาล พร้อมกับมีนักสังคมสงเคราะห์ที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มาใช้บริการเพื่อใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุ Jurick (1984: 451) กล่าวว่าระดับการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวเข้าสู่ กระบวนการสูงอายุ ซึ่ง Keaus (1977 quoted in Yurick, 1984: 451) ชี้ให้เห็นว่าผู้ที่มีการร่วมกิจกรรมน้อยจะแสดงอาการสูงอายุเร็วกว่าปกติ

ซึ่งทฤษฎีกิจกรรมเชื่อว่า กิจกรรมเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญสำหรับคน ทุกวัยโดยเฉพาะผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุ มีสุขภาพดีทั้งร่างกาย และจิตใจ การที่ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมทำให้ผู้สูงอายุ นั้นยังคงมีบทบาท และสถานภาพ ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าเป็นที่ยอมรับของสังคม ถ้ามีการเปลี่ยนแปลง บทบาทจะทำให้พฤติกรรมของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงไปด้วย อาจเนื่องมาจากการสูญเสีย สถานภาพ ซึ่งถูกกำหนดโดยโครงสร้างของสังคม เช่น การออกจากงาน



การเกษียณอายุ ทำให้อ่านาหน้าที บทบาท การได้รับการยกย่องจากสังคมลดน้อยลง และยิ่งสูญเสียบทบาทมากเท่าใดกิจกรรมที่จะเข้าไปร่วมก็ยิ่งน้อยลง (Lemon, 1972 quoted in Rabb, 1984: 78) ดังนั้น จึงควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลินซึ่งจะมีผลต่อสภาพร่างกาย จิตใจ กิจกรรมนั้นควรให้เป็นกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวบ้าง ไม่ใช่กำลังมากเกินไป และต้องไม่ก่อให้เกิดความผิดปกติของโครงสร้าง และสภาพของร่างกาย การจัดกิจกรรมควรจัดตามความสนใจ และความสามารถรวมทั้งความพอใจของผู้สูงอายุ และควรมีช่วงเวลาหยุดพักเพื่อผ่อนคลาย การทำงานอดิเรกที่ผู้สูงอายุชอบจะช่วยให้เกิดการปรับตัวทั้งร่างกายและจิตใจ (Newton and Anderson, 1966: 149-150)

Taylor (1982 : 540-556) ได้แบ่งกิจกรรมของผู้สูงอายุไว้หลายด้านคือ

อาชีพบำบัด (Occupation therapy) เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันความพิการที่จะเกิดขึ้น อาชีพบำบัดไม่ใช่การเตรียมตัวสำหรับประกอบอาชีพ ลักษณะกิจกรรมที่ทำได้แก่ งานแกะสลัก งานฝีมือ งานช่างไม้ และการทำสวน (Daum, Freedman and Canter quoted in Spier, 1984:246)

นันทนาการบำบัด (Recreation Therapy) เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างให้มนุษย์ทุกคนให้มีร่างกาย จิตใจที่แจ่มใส (Selye, 1956: 265) กิจกรรมนันทนาการจะก่อให้เกิดความสุข ความเพลิดเพลินไม่พึงชาน และยังช่วยขจัดความยุ่งยากที่น่าเบื่อหน่ายต่าง ๆ กิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ การวาดรูป ทำงานฝีมือ ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ ดูกีฬา พบปะสังสรรค์ เดินรำ เป็นต้น

กิจกรรมบำบัดด้วยหนังสือ (Bibliotherapy) เป็นการใชหนังสือ เพื่อการป้องกัน หรือรักษา มีการนำคุณประโยชน์ของการอ่านหนังสือมาใช้ในการป้องกันความแปรปรวนของอารมณ์ และพัฒนาให้เกิดวุฒิภาวะทางอารมณ์ ซึ่งจะทำให้มีสุขภาพจิตดี และเป็นการส่งเสริมให้ผู้อ่านมีการยอมรับคุณค่าในตนเอง นอกจากนี้จะช่วยให้เขาทราบความเป็นไปของโลกทันต่อเหตุการณ์ และนอกจากนั้นการอ่านหนังสือยังก่อให้เกิดความเพลิดเพลินสนุกสนาน และทำให้เกิดการเรียนรู้ และความชำนาญในเรื่องอื่น ๆ (Taylor, 1982: 552)

กิจกรรมการออกกำลังกาย (Physical exercise) เป็นกิจกรรมที่ใช้พลังงานเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม การออกกำลังกายจะทำให้อายุยืนยาวขึ้น การออกกำลังกายจะช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของสภาพร่างกาย ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจบีบตัวดี ความดันโลหิตลดลง และเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกายลดลง ยังก่อให้เกิดความเพลิดเพลินและเสริมสร้างสมรรถภาพของการหายใจดีด้วย ผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายจะมีสุขภาพที่ดี (Samp quoted in Ebersole and Hess, 1982:137)

กิจกรรมทางศาสนา ศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยให้ผู้สูงอายุผ่อนคลายจากความตึงเครียดแก้ปัญหาในเรื่องชีวิตนำไปสู่ความสุข Gilson and Coats (1980 quoted in Spier, 1984) พบว่าผู้สูงอายุเพศหญิงในสถานสงเคราะห์ 50 แห่ง ชอบที่จะมีกิจกรรมนั้งสมาธิและสวดมนต์มากที่สุด โดยเฉพาะในสังคมไทย ศาสนาจะมีผลต่อผู้สูงอายุอย่างมาก ช่วยให้ผู้สูงอายุลดความวิตกกังวลในเรื่องเกิด แก่ เจ็บ ตาย เพราะได้สั่งสอนในเรื่องวิญสสาร ศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติ จึงมีอิทธิพลต่อความเชื่อ ทศนคติ และค่านิยม ตลอดจนแรงจูงใจและบุคลิกภาพบางประการ (พีรสิทธิ์ คำนวณศิลป์ และคณะ, 2523: 100)

กิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร (Volunteering) เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้สูงอายุมองตนเองว่ามีคุณค่าต่อสังคมใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่น เช่นการเป็นพ่อแม่บุญธรรม (Foster Parent) การร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมชุมชนอาสาสมัครต่าง ๆ จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุนั้นทำงานโดยไม่คำนึงถึงผลผลิตและผลตอบแทนนอกจากการที่จะทำให้ตนเองมีบทบาทมากกว่าการอยู่อย่างไม่มีอะไรจะทำ (Robb, 1984: 163)

จะเห็นได้ว่ามีกิจกรรมมากมายที่ให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อทดแทนบทบาทที่สูญเสียไปของผู้สูงอายุ การแนะนำให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมโดยการกระตุ้นให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชอบ และมีประโยชน์ต่อสภาพร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุข

#### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุในประเทศไทย พบว่ามีการศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุไว้หลายด้านดังนี้

Edman B. Palmore (1968) ศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมของผู้สูงอายุ พบว่าคนชราประมาณหนึ่งในสี่สนใจที่จะระวังในเรื่องอาหาร ประมาณหนึ่งในสี่สนใจการออกกำลังกาย ประมาณสองในสี่ปฏิบัติตามเวลาและหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายมากเกินไป การทำงานหนัก หรือการทำงานยากเกินไป เป็นต้น และบางคนก็รับประทานยาบำรุงสุขภาพ

Donald O. Cowgill (1972) ศึกษาผู้สูงอายุในสหรัฐอเมริกา พบว่าผู้สูงอายุในอเมริกา มักจะอาศัยอยู่ในบ้านของตนเองตามลำพัง เพราะลูก ๆ มักจะแต่งงานไปแล้ว และไปตั้งครอบครัวสร้างบ้านที่อื่น เมื่อลูก ๆ แยกย้ายไปหมดแล้ว



พ่อแม่ก็อยู่บ้านเดิม ในอดีตนั้นพ่อแม่มักจะเสียชีวิตไปก่อนที่ลูกคนสุดท้ายจะออกจากบ้านไปแต่ในปัจจุบันเนื่องจากคนอเมริกามีอายุยืนมากขึ้น ทำให้สามีภรรยาแก่ ๆ ต้องมีชีวิตอยู่ตามลำพัง หลังจากที่ลูกออกจากบ้านไปหมดแล้ว หรือบางทีก็มีผู้สูงอายุที่เป็นหม้ายเพราะคู่สมรสที่เสียชีวิตแล้ว หรือมีผู้สูงอายุที่พิการ ดังนั้นในปัจจุบันจึงพบว่ามีผู้สูงอายุที่อยู่กับบุตรเพิ่มมากขึ้นกว่าในอดีต (ส่วนใหญ่จะเป็นหม้าย) เนื่องจากอายุที่ยืนยาวขึ้น และเนื่องจากสังคมอเมริกันเป็นสังคมที่สถานภาพของบุคคลขึ้นอยู่กับงาน และสิ่งที่คุณคนนั้นครอบครองเป็นเจ้าของ ซึ่งหมายถึงว่าผู้เกษียณอายุแล้วจะอยู่ในสภาพที่ถูกทอดทิ้งหรือล้มเหลว อาจกล่าวได้ว่าสถานภาพของผู้สูงอายุในสังคมอเมริกานั้นค่อนข้างต่ำ

Robert C. Atchley (1976) ศึกษาเกี่ยวกับการเกษียณอายุพบว่าผู้ที่ต้องออกจากงานเพราะเกษียณอายุต้องปรับตัวต่อสิ่งเกี่ยวข้องกับเกษียณอายุ 2 ประการ คือ การสูญเสียการงาน และการสูญเสียรายได้ นอกจากนี้ในบางครั้งคนชราที่เกษียณอายุอาจต้องปรับตัวต่อสุขภาพที่ทรุดโทรมลงหรือการสูญเสียคู่ชีวิต

W.F. Chalfield (1977) ศึกษาผู้สูงอายุในเรื่องความพึงพอใจในชีวิตผู้สูงอายุกับตัวแปรทางเศรษฐกิจและสังคมวิทยา พบว่าการอยู่อาศัยกับครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต นอกจากนี้การอยู่กับคู่สมรสก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าการอยู่คนเดียว

John Agate (1979) ศึกษาเกี่ยวกับความชราพบว่า ความชราทางสมอง และจิตใจของคนมีความสัมพันธ์และสอดคล้องตามการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย แต่ไม่เสมอไปทุกคน บางคนสามารถรักษาสุขภาพจิตไว้ได้ดีมากจนกระทั่งวันสุดท้ายของชีวิต แต่บางคนไม่สามารถทำได้ แม้สภาพร่างกายจะดีกว่าสุขภาพจิตของผู้สูงอายุบางคนได้รับอิทธิพลมาจากวัยเด็ก สุขภาพจิตที่ดีมาแต่เด็กมีส่วนเกื้อกูลสุขภาพสมองและจิตใจในวัยสูงอายุ

Tasuku Hori (1982) ศึกษาผู้สูงอายุในประเทศญี่ปุ่น พบว่าผู้สูงอายุชาวญี่ปุ่นจะอาศัยอยู่ในบ้านเดียวกับบุตร แต่เขาจะแยกกันรับประทานอาหาร ผู้สูงอายุมักจะเลี้ยงชีพด้วยตนเอง เขาจะไม่พึ่งลูกในเรื่องค่าใช้จ่าย บางครั้งจะอยู่ในบริเวณบ้านเดียวกัน แต่จะอยู่บ้านคนละหลัง

พิบูลพรรณ มหาศิริพันธ์ (2525) ศึกษาเรื่องความคิดเห็นของพยาบาลและครูที่มีต่อผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร โดยมีจุดมุ่งหมายที่จะศึกษาเปรียบเทียบความคิดเห็นของพยาบาลและครูที่มีต่อผู้สูงอายุ ในด้านความรู้ความเข้าใจปัญหาของผู้สูงอายุทัศนคติที่มีต่อผู้สูงอายุ ศึกษาสวัสดิการที่รัฐจัดให้แก่ผู้สูงอายุ โดยเปรียบเทียบตามลักษณะกลุ่มอาชีพ และความแตกต่างตามกลุ่มอายุ ประชากรตัวอย่างที่ได้ศึกษา คือ พยาบาลวิชาชีพ ที่ปฏิบัติงานทางด้านการพยาบาลในคลินิกในโรงพยาบาลของรัฐหรือที่สนับสนุนโดยรัฐบาล ในกรุงเทพมหานคร 5 สถาบัน จำนวน 150 คน และครูซึ่งสอนในโรงเรียนรัฐบาล สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร 6 โรงเรียน จำนวน 148 คน รวมตัวอย่างประชากรทั้งสิ้น 298 คน จากการศึกษาพบว่า พยาบาลและครูมีความรู้ความเข้าใจในปัญหาผู้สูงอายุแตกต่างกัน มีทัศนคติต่อผู้สูงอายุแตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสวัสดิการ ที่รัฐจัดให้แก่ผู้สูงอายุไม่แตกต่างกัน และพบว่าอายุที่แตกต่างกันของพยาบาลและครู ไม่ทำให้ความรู้ความเข้าใจในปัญหาของผู้สูงอายุ ทัศนคติต่อผู้สูงอายุและความคิดเห็นเกี่ยวกับสวัสดิการที่รัฐจัดให้แก่ผู้สูงอายุแตกต่างกัน

วิรัช แผ้วสกุล (2527) ศึกษาเรื่องความต้องการทางการศึกษา นอกโรงเรียนของผู้สูงอายุที่สังกัดสำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงศึกษาธิการ โดยมีมุ่งศึกษาข้อมูลพื้นฐานของผู้สูงอายุในด้าน เพศ อายุ รายได้ สถานภาพสมรส ลักษณะการอยู่อาศัย กิจกรรมในชีวิตประจำวัน และสถานภาพทางหน้าที่ราชการ ครั้งสุดท้ายก่อนเกษียณอายุ วิธีการเทคนิคและอุปกรณ์ที่เหมาะสมที่จะนำมาใช้ในการจัดการศึกษานอกโรงเรียนให้แก่ผู้สูงอายุ ความต้องการของผู้สูงอายุทางด้าน

เนื้อหา ความรู้ และทักษะในการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกโรงเรียน ความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลพื้นฐานกับความต้องการด้านวิชาการ และด้านเนื้อหาความรู้ และทักษะในการจัดการศึกษานอกโรงเรียนของผู้สูงอายุ ประชากรตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือข้าราชการเกษียณ สังกัดสำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงศึกษาธิการ ที่มีอายุระหว่าง 60-80 ปี โดยสุ่มตัวอย่างมาศึกษาจำนวน 242 คน จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างต้องการให้มีการถ่ายทอดรายการที่เป็นกิจกรรมทางการศึกษานอกโรงเรียน ทางโทรทัศน์ และวิทยุและพบว่าตำแหน่งหน้าที่ครั้งสุดท้ายทางราชการก่อนเกษียณนั้น มีความสัมพันธ์กับความรู้และทักษะใหม่ เพื่องานอดิเรก และลักษณะการอยู่อาศัยมีความสัมพันธ์กับการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลวัยเดียวกันและต่างวัย และลักษณะการอยู่อาศัย มีความสัมพันธ์กับความรู้ และทักษะใหม่ทางวิชาชีพ เพื่อเพิ่มรายได้และมีความสัมพันธ์ระหว่างกิจวัตรประจำวันกับความรู้และทักษะใหม่ ๆ เพื่องานอดิเรก

ดวงฤดี ลาสุชะ (2528) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบคัดสรรกับการปรับตัวของผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่าการร่วมกิจกรรมในชุมชนผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงใหม่ และกิจกรรมส่วนใหญ่ที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมคือ กิจกรรมทางศาสนานอกนั้นได้แก่ การเป็นลูกเสือชาวบ้าน อาสาสมัคร สมาชิกเกษตรกร กลุ่มแม่บ้าน เป็นต้น

#### สมมติฐานในการศึกษาวิจัย

จากการศึกษาเอกสารและผลงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยมีข้อสมมติฐานเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุดังนี้

1. ผู้สูงอายุที่มีอายุน้อยจะเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าผู้สูงอายุที่มีอายุมาก ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะของความสัมพันธ์ทั่วร่างกาย



ความสามารถในการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกายจะลดลง (จรีชาวัตร คมพยัคฆ์, 2525: 43-48) จากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายนี้เอง มีผลทำให้ผู้สูงอายุทำงานได้น้อยลง ประกอบกับถึงวัยอันควรที่จะต้องออกจากการทำงาน หรือสภาพร่างกายไม่อำนวยให้ทำงานได้ ทำให้อ่านาจหน้าที่ บทบาท การได้รับการยกย่องจากสังคมลดน้อยลง และยังสูญเสียบทบาทมากเท่าใด การเข้าร่วมกิจกรรมก็ยิ่งน้อยลง (Lemon, 1972 quoted in Robb, 1984: 78) แต่อย่างไรก็ตามทฤษฎีกิจกรรมกล่าวว่ากิจกรรมเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับคนทุกวัย โดยเฉพาะวัยสูงอายุ การมีกิจกรรมจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่า เป็นที่ยอมรับของสังคม ดังนั้นในผู้สูงอายุที่ผ่านพ้นวัยทำงานในระยะแรก ๆ นั้นจะพยายามหางานทำตามกำลังความสามารถของตน เพื่อแสดงให้เห็นถึงความสามารถที่มีอยู่ดังเช่นที่เคยมีมาก่อน (ปาทัน บัญหลง, 2523: 7-9) ต่อมาเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุมากขึ้น สภาพร่างกายมีความเสื่อมเพิ่มขึ้น มีการยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงของตนเองมากขึ้น มีกิจกรรมน้อยลง กิจกรรมส่วนใหญ่จะเป็นกิจกรรมที่ใช้สติปัญญา เพื่อความเพลิดเพลินแทนการใช้กำลัง (Havighurst, 1961 quoted in Borrow and Smith, 1979: 53)

## 2. ผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยจะเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้มาก

สภาพเศรษฐกิจในวัยสูงอายุถือเป็นปัญหาที่สำคัญแม้ว่าจะมีผู้สูงอายุที่มีเศรษฐกิจดีก็ตาม แต่ก็มีเพียงจำนวนน้อยเท่านั้น ผู้สูงอายุในสังคมไทยส่วนใหญ่จะทำงานในภาคเกษตรกรรมมาก่อน ซึ่งให้ผลตอบแทนต่ำ (นิศา ชูโต : 2525) นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุร้อยละ 60 มีรายได้น้อยกว่า 500 บาท/เดือน หรือไม่ มีรายได้ (นภาพร ชโยวรรณและคณะ, 2532: 3-4) และผู้สูงอายุในกลุ่มนี้มักจะมีบุตรหลานซึ่งประกอบอาชีพในภาคเกษตรกรรมหรือรับจ้างทั่วไป ทำให้ผู้สูงอายุไม่ได้รับความช่วยเหลือในเรื่องของรายได้ ผู้สูงอายุจึงต้องช่วยเหลือตนเองในการทำงาน เพื่อนำมาซึ่งรายได้ไว้ใช้การดำรงชีวิต ผู้สูงอายุกลุ่มนี้จะพยายาม

หางานทำให้เหมาะสมกับวัยของตนเอง และมักจะไม่ค่อยเลือกงาน (Havighurst, 1964 quoted in Dowd, 1975: 596) ดังนั้นจะเห็นได้ว่ากิจกรรมของผู้สูงอายุที่มีรายได้มีน้อยส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมที่จะนำมาซึ่งรายได้ทั้งสิ้น

### 3. ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาน้อยจะเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการศึกษามาก

ผู้สูงอายุในสังคมไทยส่วนใหญ่จะไม่ได้รับการศึกษา หรือได้รับการศึกษาในระดับประถมศึกษา และมีฐานะยากจนต้องเป็นภาระของบุตรหลาน (นิศา ชูโต, 2525: 24-25) การด้อยการศึกษาทำให้ผู้สูงอายุต้องทำงานในภาคเกษตรกรรมหรือรับจ้างเป็นส่วนใหญ่จึงมีฐานะยากจน ดังนั้นผู้สูงอายุในกลุ่มนี้จะพยายามหากิจกรรมทำอยู่เสมอ ๆ เนื่องจากเคยชินกับการทำงานมาก่อน บางรายที่คิดว่าตัวเองมีการศึกษาน้อยก็จะใช้เวลาในการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมจากหนังสือ โทรทัศน์ วิทยุ หรือจากผู้รู้ (Newton and Anderson, 1966: 40 อ้างถึงใน ฉันทนา กาญจนพณี, 2530)

### 4. ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวน้อยจะเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวมาก

ลักษณะของการสูงอายุเกิดจากความเสื่อมของหน้าที่ของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย นอกจากนี้ยังได้รับสารพิษต่าง ๆ จากสิ่งแวดล้อม และอาหาร ซึมซาบเข้าสู่ร่างกายตลอดเวลา นับตั้งแต่เกิดมาและจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ (เสนอ อินทรสุขศรี, 2521: 93-98) จากสาเหตุดังกล่าวนี้เองทำให้ผู้สูงอายุประสบกับปัญหาด้านสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ จากการศึกษาสัมพันธ์ภาพของสังคมและภาวะสุขภาพจิต ซึ่งทำในผู้สูงอายุทั้งในชุมชน และในโรงพยาบาลพบว่าผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมในสังคมจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีกิจกรรมในสังคม (Francis Thomas อ้างถึงใน ดวงฤดี ลาสุทธะ, 2528) นอกจากนี้ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงก็จะเข้าร่วมกิจกรรมได้ดี จากการที่



สภาพร่างกายส่งเสริมให้เข้าร่วมกิจกรรม ผู้สูงอายุกลุ่มนี้จะมีความวิตกกังวลกับปัญหาสุขภาพของตนเองค่อนข้างน้อย ทำให้มีความสุขทั้งร่างกายและจิตใจ การเข้าร่วมกิจกรรมจึงเป็นไปอย่างเต็มใจ และมีความสุขกับการเข้าร่วมกิจกรรม (Rose, 1965 quoted in Borrow and Smith, 1979: 54)

5. ผู้สูงอายุที่มีบุตรน้อยจะเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าผู้สูงอายุที่มีบุตรมาก ปัจจุบันสภาวการณ์ทางด้านเศรษฐกิจของสังคมไทย โดยส่วนใหญ่เปลี่ยนแปลงไปประชาชนส่วนใหญ่จะมีบุตรน้อยลง เพื่อให้ครอบครัวดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขจึงมีผู้สูงอายุบางส่วนที่มีบุตรน้อย ผู้สูงอายุกลุ่มนี้เมื่อบุตรแยกครอบครัวไปแล้ว จะมีเวลาว่างมากขึ้น ในการที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ตามความพอใจ (พัชยา สายหู, 2524: 97-98) นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุที่บุตรแยกครอบครัวไปแล้วจะรู้สึกเจ็บเหงา ว้าเหว่ จึงต้องแสวงหากิจกรรมทำเพื่อลดปัญหาทางด้านจิตใจของตนเอง (เกษมและกุลยา ตันติผลาชีวะ, 2528: 8)

#### นิยามศัพท์ที่ใช้ในการศึกษา

ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป โดยนับอายุตามปีปฏิทินทั้งเพศชายและเพศหญิง

กิจกรรม หมายถึง การที่ผู้สูงอายุกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยลำพังตนเองหรือกระทำร่วมกับผู้อื่น

ผู้สูงอายุที่มีอายุน้อย หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60-69 ปี

ผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อย หมายถึง ผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้ ถึงมีรายได้ 500 บาท/เดือน

ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาน้อย หมายถึง ผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับการศึกษาและได้รับการศึกษาน้อยกว่าชั้นประถมศึกษาตอนต้น

ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวน้อย หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว

1-2 โรค (เช่นปวดเมื่อยตามกระดูกและข้อ โรคตา ท้องอืด ท้องเฟ้อ เป็นต้น)



ผู้สูงอายุที่มีบุตรน้อย หมายถึง ผู้สูงอายุที่ไม่มีบุตร และมีบุตร 1-2 คน

## ระเบียบวิธีวิจัย

### 1. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1.1 จากเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งเป็นขั้นตอนแรกของการศึกษา โดยเป็นการทบทวนวรรณกรรม หนังสือ ตำรา บทความ และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการเก็บข้อมูลภาคสนาม สถานที่ค้นคว้าได้แก่ ห้องสมุดคณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ห้องสมุดคณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และหอสมุดแห่งชาติ เป็นต้น

1.2 จากงานวิจัยสนามทางมานุษยวิทยา (anthropological field work.)

ก่อนเข้าสถานสงเคราะห์คนชราบ้านจันทบุรี ผู้วิจัยได้ทำเรื่องขออนุญาตต่อกรมประชาสงเคราะห์ โดยผ่านทางคณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขอศึกษาวิจัยผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านจันทบุรี โดยทำหนังสือขอเข้าศึกษาวิจัยอย่างเป็นทางการและขออนุญาตอยู่ในสถานสงเคราะห์ด้วย เป็นระยะเวลา 6 เดือน คือตั้งแต่ ธันวาคม 2534 ถึง พฤษภาคม 2535 หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ติดต่อกับผู้ปกครองของสถานสงเคราะห์คนชราบ้านจันทบุรี เพื่อขออนุญาตเข้าทำการศึกษาวิจัย และขอพักอาศัยในสถานสงเคราะห์ด้วยระหว่างทำการวิจัย ซึ่งได้รับความอนุเคราะห์ให้พักร่วมกับเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์ที่ห้องพักภายในอาคารเรือนนอนของผู้สูงอายุ หลังจากนั้นผู้วิจัยได้แนะนำตัวกับเจ้าหน้าที่และผู้สูงอายุ ในฐานะนิสิตปริญญาโทของภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา

คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มาเพื่อทำการศึกษาวิจัยผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชราแห่งนี้ เป็นระยะเวลา 6 เดือน ในระยะแรกเริ่มผู้วิจัย ยังไม่มีความคุ้นเคยกับสมาชิกของสถานสงเคราะห์ จึงได้เริ่มต้นการวิจัยที่การสำรวจลักษณะทางกายภาพและสิ่งแวดล้อมของสถานสงเคราะห์ก่อน โดยเก็บข้อมูล เกี่ยวกับขนาดของสถานสงเคราะห์ ลักษณะภูมิประเทศ ทางเดิน ถนน สิ่งของ เครื่องใช้ต่างในสถานสงเคราะห์ เช่น ขนาดของอาคารเรือนนอน เครื่องใช้ ภายในอาคารเรือนนอน เสื้อผ้า อาหารการกินและสิ่งอื่น ๆ ประวัติความเป็นมา ของสถานสงเคราะห์ รวมถึงข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ภายในสถานสงเคราะห์ที่มีคน มาชุมนุมพบปะกัน และทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น หน้าเสาธง ศาลานวธรรม ซึ่งใช้สวดมนต์และโรงอาหาร เป็นต้น ในระหว่างการสำรวจลักษณะทางกายภาพ และสิ่งแวดล้อม ทำแผนทีนั้น ผู้วิจัยก็ได้ทำความรู้จักกับผู้สูงอายุและเจ้าหน้าที่ของ สถานสงเคราะห์ แต่ละรายเพื่อสร้างความคุ้นเคย และความเป็นกันเอง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้การวิจัยจากงานวิจัยสนามทาง มานุษยวิทยา (Anthropological field work) โดยได้มีการใช้ชีวิตประจำวัน ร่วมกับผู้สูงอายุและเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์ เข้าร่วมกิจกรรมทุกกิจกรรม ของสถานสงเคราะห์ที่ทางสถานสงเคราะห์อนุญาตให้เข้าร่วมได้ และสังเกตการณ์ แบบมีส่วนร่วมโดยสังเกตเกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ของสถานสงเคราะห์คนชราบ้าน จันทบุรี ลักษณะการให้บริการด้านต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุ พฤติกรรมการแสดงออก ของผู้สูงอายุต่อผู้สูงอายุด้วยกันเองและต่อเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์ พฤติกรรม ทั่ว ๆ ไปของผู้สูงอายุ สุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ การติดต่อของผู้สูงอายุกับญาติ หรือครอบครัว เป็นต้น และผู้วิจัยยังได้มีการสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการกับ ผู้สูงอายุในเรื่องต่าง ๆ เช่น ชื่อ อายุ เพศ อาชีพ และรายได้ก่อนเข้ารับ การสงเคราะห์ ความพึงพอใจในการเข้าอยู่ในสถานสงเคราะห์ ปัญหาความ ต้องการ การปรับตัวและโลกทัศน์ เป็นต้น การสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการนี้ก็ เป็นการสร้างความคุ้นเคยความไว้วางใจในระยะแรก จากนั้นได้มีการใช้เทคนิค



อื่น ๆ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลร่วมด้วย คือ การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (in-depth interview) โดยให้ผู้สูงอายุได้พูดอย่างละเอียดและลึกในเรื่องต่าง ๆ เช่น ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวกับผู้สูงอายุก่อนและหลังเข้ารับการสงเคราะห์ ความสัมพันธ์ของเจ้าหน้าที่กับผู้สูงอายุ ลักษณะพิเศษของผู้สูงอายุแต่ละราย เป็นต้น ร่วมกับการใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) โดยผู้วิจัยเป็นผู้จัดบันทึกข้อมูลและถามคำถามผู้สูงอายุด้วยตนเอง เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาเรื่องสายตา การอ่านหนังสือ นอกจากนี้ยังมีการสัมภาษณ์ผู้ให้ข่าวสำคัญ (Key informant interview) กับผู้สูงอายุที่อยู่มานานเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ของสถานสงเคราะห์ เช่น กิจกรรม, สถานที่ เป็นต้น ซึ่งข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้นั้นผู้วิจัยได้จัดบันทึกในบันทึกสนาม (Field notes)

ระยะแรก ๆ ของการศึกษาวิจัย (ประมาณ 1 เดือนแรกของการทำวิจัย) ผู้วิจัยยังไม่ได้ได้รับความไว้วางใจในการที่จะบอกเล่าถึงสิ่งต่าง ๆ ให้ฟังนัก เพราะผู้สูงอายุเข้าใจว่าผู้วิจัยมาอยู่ที่สถานสงเคราะห์นั้น มาทำหน้าที่ของเจ้าหน้าที่คนหนึ่งผู้วิจัยก็ได้พยายามทำความคุ้นเคยกับผู้สูงอายุให้ความเป็นกันเอง ให้ความร่วมมือช่วยเหลือผู้สูงอายุในสิ่งที่ผู้วิจัยสามารถทำได้ เช่น ช่วยเตรียมอุปกรณ์ในการอาบน้ำและรับประทานอาหาร ช่วยพยุงเดินไปรับประทานอาหารที่โรงครัว เป็นต้น นอกจากนี้ในเดือนที่ 2 ของการวิจัยมีผู้สูงอายุชาย 1 ราย ที่หกล้มเป็นอัมพาต และมีบาดแผลกดทับที่ก้นกบ ผู้วิจัยได้ช่วยเหลือในการเช็ดตัว ลดไข้ ทำแผล กายภาพบำบัด เป็นต้น และยังให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับสุขภาพแก่ผู้สูงอายุด้วย ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความพอใจที่ได้รับคำแนะนำ ได้รับความช่วยเหลือ นอกจากนี้ผู้สูงอายุรอบข้างยังมีการซักถามการปฏิบัติตัวเกี่ยวกับสุขภาพ ทำให้ได้รับความคุ้นเคยความเป็นกันเองเพิ่มมากขึ้น บอกเล่าในเรื่องต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ละเอียดมากขึ้น

ในเดือนที่ 5 ของการวิจัย (เมษายน 2535) ผู้วิจัยได้บอกผู้สูงอายุว่าผู้วิจัยจะออกจากสนามวิจัยในเดือนพฤษภาคม 2535 ผู้สูงอายุหลายรายก็คิดว่า



ไปแล้วจะกลับมาทำงานในฐานะเจ้าหน้าที่คนหนึ่งของสถานสงเคราะห์ บางรายที่  
 เข้าใจก็บอกว่าน่าจะอยู่ต่อ ถ้าผู้วิจัยไปแล้วจะมีใครเป็นที่ปรึกษาในเรื่องของสุขภาพ  
 ซึ่งผู้วิจัยก็ได้อธิบายถึงความจำเป็นที่ไม่สามารถอยู่ต่อ จนกระทั่งถึงวันสุดท้าย  
 ของการศึกษาวิจัยที่จะต้องออกจากสถานวิจัย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ก็ยอมรับถึงการที่  
 ผู้วิจัยต้องออกจากสถานวิจัยได้ มีเพียง 3-4 รายที่ยังคงขอคำสัญญาว่า ถ้าผู้วิจัย  
 มีเวลาว่างขอให้มาเยี่ยมเยียนพูดคุยบ้าง ผู้วิจัยได้กล่าวคำอำลาและขอบคุณแก่  
 ผู้สูงอายุ และเจ้าหน้าที่ของสถานสงเคราะห์ทุกราย จึงเป็นการสิ้นสุดของ  
 การศึกษาวิจัย

2. การวิเคราะห์ข้อมูล ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตและสัมภาษณ์จะ  
 ใช้วิธีการบรรยายเชิงพรรณนาความ สำหรับข้อมูลที่ใช้แบบสอบถามจะใช้สถิติแบบ  
 ร้อยละและบรรยายเชิงพรรณนาความด้วย

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย