



แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี
โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

Guidelines for promoting the quality of life of the elderly in
Nong Khae District Saraburi Province using the philosophy
of sufficiency economy.



ปวีณา จารุศิริ
ศุภวรรณ กุศลธรรมรัตน์

งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากงบประมาณเงินรายได้
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีเพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่นำแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี และเพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนารูปแบบการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยดำเนินการเก็บข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคม พ.ศ.2564 ถึงเดือนกันยายน พ.ศ. 2565 เป็นการวิจัยเชิงสำรวจที่ใช้เครื่องมือแบบสอบถามซึ่งประกอบด้วย 4 ส่วน คือ 1) ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก (อาชีพที่มั่นคงและมีรายได้มากที่สุด) และรายได้ต่อเดือน 2) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 3) การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี และ 4) ข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถามโดยมีกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย คือ ผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี จำนวน 382 คน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติพรรณนา สำหรับข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ และสถิติเชิงอนุมาน สำหรับการทดสอบสมมติฐาน

ผลการศึกษาพบว่า ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 41 – 50 ปี ระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง และมีรายได้ต่อเดือนมากกว่า 10,001 บาท ระดับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และมีการนำแนวหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม จำแนกตามข้อมูลด้านประชากรศาสตร์ ได้ดังนี้ 1) กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกัน ในด้านความมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี และด้านความรู้ 2) กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกัน ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม 3) กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกัน ในด้านการมีเหตุผล 4) กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพหลักต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกัน ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม 5) กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกัน ในด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี

คำสำคัญ : การส่งเสริมคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

Abstract

This research aims to study the living conditions of the elderly in Nong Khae District, Saraburi Province. To study the participation of the elderly in applying the Sufficiency Economy Philosophy to life in Nong Khae District, Saraburi Province and to present guidelines for developing the concept of sufficiency economy philosophy to be used in the lives of the elderly in Nong Khae District, Saraburi Province. The data collection was conducted between October 2021 to September 2022. It was a survey research using a questionnaire, which consisted of 4 parts: 1) general information of the respondents, consisting of sex, age, education level, main occupation (the most stable and earning occupation) and monthly income; 2) promoting the quality of life of the elderly in Nong Khae District, Saraburi Province using the philosophy of sufficiency economy; 3) lifestyle using the philosophy of sufficiency economy of the elderly in Nong Khae District, Saraburi Province and 4) the recommendations of the respondents. The sample group in the research was the elderly in Nong Khae District, Saraburi Province in the amount of 382 people. Data analysis used descriptive statistics for demographic data and inferential statistics for hypothesis testing.

The study found that General information of respondents: Most of them are female, aged 41 - 50 years old with a bachelor's degree or higher. Most of them are employed, and have a monthly income of more than 10,001 baht, the level of quality of life promotion for the elderly in Nong Khae District, Saraburi Province using the philosophy of sufficiency economy. Overall, it was at a high level. The Level of Living Practice Using the Sufficiency Economy Philosophy of the Elderly in Nong Khae District, Saraburi Province Overall, it was at a high level, and the principles of sufficiency economy philosophy have been applied in the lives of the elderly, consisting of moderation, rational, good immune system, terms of knowledge and moral conditions. Classified by demographic data as follows: 1) The sample group with different genders. The concept of sufficiency economy philosophy was applied in the life of the elderly with differences in rationality, good immune system and knowledge. 2) The samples with different ages. The concept of sufficiency economy philosophy has been applied to the lives of the elderly in different ways, consisting of moderation, rational, good immune system, terms of knowledge and moral conditions. 3) The samples with different educational levels. The concept of sufficiency economy philosophy was applied in the life of the elderly with differences in rationality. 4) The samples with different main occupations. The concept of sufficiency economy philosophy has been applied to the lives of the elderly in different ways, consisting of moderation, rational, good immune system, terms of knowledge and moral conditions. 5) The samples with different monthly incomes. The concept of sufficiency economy philosophy has been applied to the lives of the elderly, differing in good immunity.

Keywords: quality of life promotion, the elderly, sufficiency economy philosophy

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นโครงการวิจัยงบประมาณเงินรายได้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565 ที่ได้รับการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร จำนวน 30,000.00 บาท ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่ง

ผู้วิจัยขอขอบคุณ คณะศิลปศาสตร์ ที่เห็นความสำคัญของการพัฒนาบุคลากรอย่างต่อเนื่อง ขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อำนาจ เอี่ยมสำอางค์ คณบดีคณะศิลปศาสตร์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ยุทธภูมิ สุวรรณเวช รองคณบดีฝ่ายวิชาการและวิจัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภคพันธ์ ศาลาทอง หัวหน้าหมวดวิชาศึกษาทั่วไป และอาจารย์ดร.นิตินันท์ ศรีสุวรรณ หัวหน้างานวิจัยและพัฒนา ที่ได้ผลักดันจนเกิดงานวิจัยนี้ อีกทั้งขอขอบคุณบุคลากรคณะศิลปศาสตร์ทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัย จนงานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์

คณะผู้วิจัย

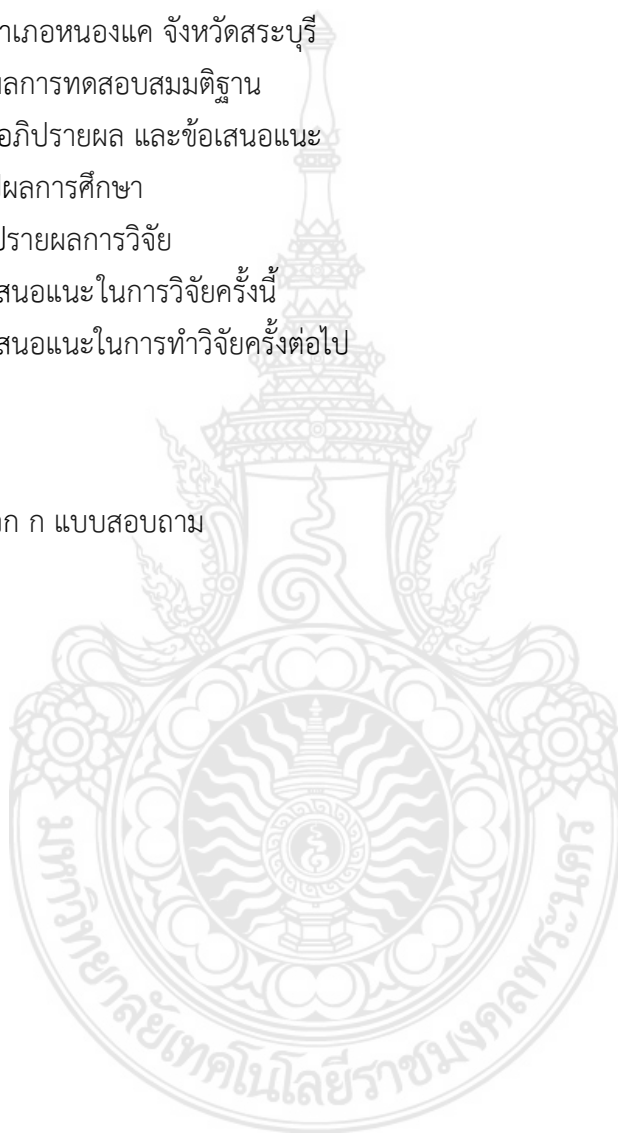


สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญภาพ	ณ
บทที่	
1. บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
1.3 ขอบเขตของงานวิจัย	4
1.4 สมมติฐานงานวิจัย	5
1.5 กรอบแนวคิดในการวิจัย	6
1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
1.7 นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
2.1 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิต	8
2.2 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	16
2.3 ทฤษฎีหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	23
2.4 ข้อมูลทั่วไปของอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	30
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	33
3. วิธีการดำเนินการวิจัย	
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	37
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	38
3.3 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	39
3.4 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	39
3.5 วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์	40

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	
4.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	42
4.2 ผลการวิเคราะห์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	44
4.3 ผลวิเคราะห์การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุ ในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	49
4.4 ผลผลการทดสอบสมมติฐาน	55
5. สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลการศึกษา	70
5.2 อภิปรายผลการวิจัย	71
5.3 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้	75
5.4 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	75
บรรณานุกรม	76
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	79
ประวัติผู้เขียน	86



สารบัญตาราง

ตารางที่ บทที่ 2	หน้า
2.1 จำนวนผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	32
บทที่ 3	
3.1 เกณฑ์ในการประเมินจากค่าเฉลี่ยของผลลัพธ์ในแบบสอบถาม แบบ Likert Scale 5 ระดับ	39
บทที่ 4	
4.1 ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม	42
4.2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยภาพรวม	44
4.3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านร่างกาย	45
4.4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านจิตใจ	46
4.5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านที่อยู่อาศัย	47
4.6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านสังคมและวัฒนธรรม	48
4.7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้ หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยภาพรวม	49
4.8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้ หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านความพอประมาณ	50
4.9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้ หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านความมีเหตุผล	51
4.10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้ หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	52

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านคุณธรรม	53
4.12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านความรู้	54
4.13 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม จำแนกตามเพศ	55
4.14 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามอายุ	56
4.15 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความพอประมาณ	57
4.16 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล	57
4.17 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	58
4.18 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม	58
4.19 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความรู้	59
4.20 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามระดับการศึกษา	60
4.21 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล	61

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.22 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามอาชีพหลัก	62
4.23 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความพอประมาณ	63
4.24 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล	63
4.25 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	64
4.26 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม	65
4.27 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความรู้	66
4.28 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามรายได้ต่อเดือน	67
4.29 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความรู้	68

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
บทที่ 1	
1 อัตราส่วนเพศของผู้สูงอายุไทย	3
2 กรอบแนวคิดในการวิจัย	6
บทที่ 2	
2.1 ภาพจำลองการแสดงความสัมพันธ์ดำรงอยู่และปฏิบัติตน ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	29
2.2 แผนที่แสดงขอบเขตตำบล ในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	31



บทที่ 1

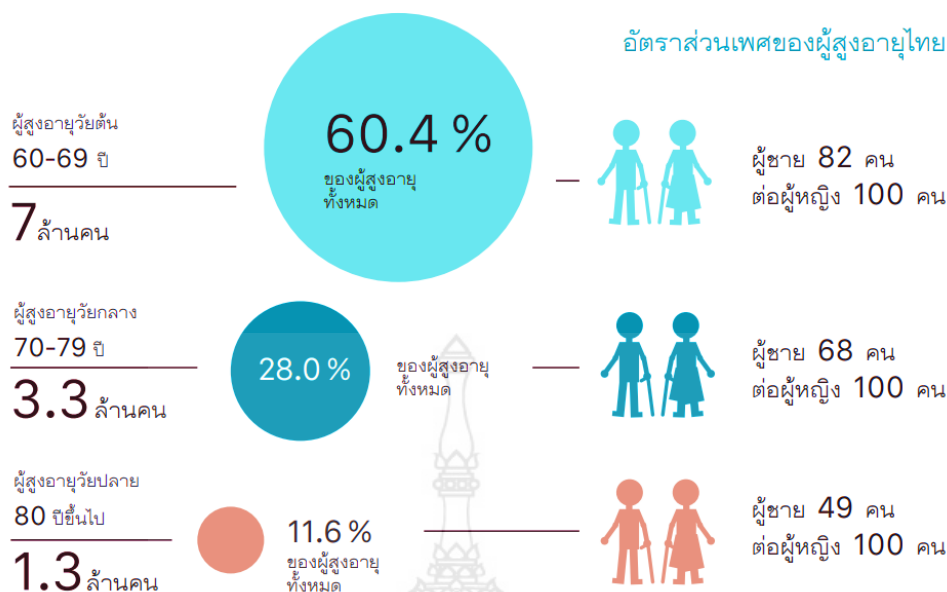
บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

“เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ที่ทรงมีพระราชดำรัสชี้แนวทางการดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทยมากกว่า 40 ปี เพื่อใช้เป็นแนวทางการแก้ไขปัญหาวิกฤตเศรษฐกิจให้รอดพ้นจากกระแสโลกาภิวัตน์ ทุนนิยมใหม่ และการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ของโลกในขณะเดียวกันจะเป็นการเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์ สุจริต มีความรอบรู้ที่เหมาะสม การดำเนินชีวิตด้วยความอดทน มีความเพียร มีสติปัญญาและความรอบคอบเพื่อให้เกิดความสมดุลในการดำรงชีวิต เศรษฐกิจพอเพียงได้ชี้ให้เห็นถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมเพื่อให้ก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงหรือเศรษฐกิจแบบยั่งยืนได้กลายเป็นกระแสการพัฒนาทางเลือกที่ได้รับความสนใจจากสาธารณชนอย่างกว้างขวาง จนเป็นที่ทิศทางเศรษฐกิจที่พึงประสงค์ของประเทศโดยสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) ได้อัญเชิญเป็นปรัชญาเพื่อนำทางการพัฒนาประเทศในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 9 จนกระทั่งถึงฉบับปัจจุบันซึ่งเป็นฉบับที่ 12 ด้วยความเชื่อมั่นว่า ยุทธศาสตร์ในการพัฒนาประเทศด้วยปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงจะสามารถนำพาประเทศไปสู่สังคมที่มีความสุขอย่างยั่งยืนได้ และยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ต่อเนื่องตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 เพื่อให้เกิดบูรณาการการพัฒนาในทุกมิติอย่างสมเหตุสมผล มีความพอประมาณ และมีระบบภูมิคุ้มกัน และการบริหารจัดการความเสี่ยงที่ดี ซึ่งเป็นเงื่อนไขจำเป็นสำหรับการพัฒนาที่ยั่งยืนโดยมุ่งเน้นการพัฒนาคนให้มีความเป็นคนที่สมบูรณ์ สังคมไทยเป็นสังคมคุณภาพ สร้างโอกาสและมีที่ยืนให้กับทุกคนในสังคมได้ ดำเนินชีวิตที่ดีมีความสุขและอยู่ร่วมกันอย่างสมานฉันท์ ในขณะที่ระบบเศรษฐกิจของประเทศก็เจริญเติบโตอย่างต่อเนื่องมีคุณภาพ และมีเสถียรภาพ การกระจายความมั่งคั่งอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม เป็นการเติบโตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม รักษาความหลากหลายทางชีวภาพ ชุมชนวิถีชีวิต ค่านิยม ประเพณี และวัฒนธรรม ในขณะที่ประเทศไทยกำลังอยู่ในช่วงการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) จากข้อมูลของ United Nations World Population Ageing พบว่า หลังจากปี 2552 ประชากรที่อยู่ในวัยพึ่งพิง ได้แก่ เด็กและผู้สูงอายุ จะมีจำนวนมากกว่าประชากรในวัยแรงงาน และในปี 2560 จะเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ที่ประชากรเด็กน้อยกว่าผู้สูงอายุ ซึ่งสถานการณ์ในการตอนนี้เป็นผลมาจากการลดภาวะเจริญพันธุ์อย่างรวดเร็ว และการลดลงอย่างต่อเนื่องของระดับการเสียชีวิตของประชากร ทำให้จำนวนและสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุของประเทศไทยเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

หลายปีที่ผ่านมาการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรของประเทศไทยที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในช่วง 3 – 4 ทศวรรษที่ผ่านมาทำให้ประเทศเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ ตั้งแต่ปี 2543 – 2544 เป็นต้นมา คือ มีประชากรอายุ 60 ปี คิดเป็นสัดส่วนมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด นอกจากสัดส่วนผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นแล้ว ยังมีอีกตัวบ่งชี้หนึ่งที่แสดงให้เห็นถึงการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว นั่นก็คือ “ดัชนีการสูงวัย” (Aging index) ซึ่งแสดงถึงการเปรียบเทียบโครงสร้างการทดแทนกันของประชากรกลุ่มผู้สูงอายุ กับ กลุ่มประชากรวัยเด็ก โดยดัชนีการสูงวัยมีต่ำกว่า 100 แสดงว่า จำนวนประชากรผู้สูงอายุนี้น้อยกว่าจำนวนประชากรวัยเด็ก แต่ในทางตรงข้ามถ้าดัชนีมีค่าเกินกว่า 100 แสดงว่า จำนวนประชากรผู้สูงอายุมีมากกว่าจำนวนประชากรวัยเด็ก จากข้อมูลประชากรของประเทศไทย ปี 2563 ประชากรไทยมีจำนวน 66,186,727 คน มีผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป รวมทั้งสิ้น 11,627,130 คน คิดเป็นร้อยละ 17.57 คาดว่าในปี 2573 จะมีจำนวนผู้สูงอายุ 17.6 ล้านคน หรือประมาณร้อยละ 26.3 และในปี 2583 จะมีจำนวนสูงถึง 20.2 ล้านคน หรือประมาณร้อยละ 32.1 ซึ่งหน่วยงานทั้งภาครัฐ และเอกชน ได้ร่วมกันดำเนินงานเพื่อคุ้มครอง ส่งเสริม และสนับสนุนสถานภาพบทบาท และกิจกรรมของผู้สูงอายุ และในสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบันที่มีความไม่แน่นอน เกิดการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา รวมถึงผลกระทบจากสถานการณ์เชื้อไวรัสโคโรน่า 2019 ระบาดหนักในปี 2563 – 2564 ซึ่งประเทศไทยได้รับผลกระทบเป็นอย่างมากโดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ จึงได้มีการรณรงค์ส่งเสริมให้ประชาชนโดยเฉพาะผู้สูงอายุหันมายึดแนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตรได้ทรงพระราชทานให้พสกนิกรชาวไทยนำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติทั้งในระดับครัวเรือน ชุมชน และในการบริหารประเทศของรัฐบาล

กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย จะประกาศจำนวนราษฎร ณ วันที่ 31 ธันวาคม ของทุกปี ประกาศนี้มีข้อมูลจำนวนราษฎร รวมทั้งประเทศ แยกเป็นเพศชาย – หญิง แยกต่างจังหวัดต่าง ๆ รวมทั้งประกาศจำนวนคนเกิด คนตายที่จดทะเบียนในปีนั้น ๆ และตามประกาศของกระทรวงมหาดไทย ในปี 2562 ประเทศไทยมีประชากรรวมทั้งสิ้น 66,558,935 คน เป็นเพศชาย 32,605,100 คน และเพศหญิง 33,953,835 คน มีเด็กเกิดที่จดทะเบียน 618,193 คน และคนตายที่จดทะเบียน 506,211 คน ในขณะที่จำนวนคนเกิดในแต่ละปีได้ลดลงอย่างมาก จำนวนคนตายในแต่ละปีก็ได้เพิ่มขึ้นอย่างมากเช่นกัน ในรอบครึ่งศตวรรษที่ผ่านมา ประชากรไทยได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก ขนาดของประชากรไทยได้ขยายใหญ่ขึ้นประมาณสองเท่าตัว และโครงสร้างอายุของประชากรเปลี่ยนจาก “ประชากรเยาว์วัย” มาเป็น “ประชากรสูงอายุ” และในปี 2562 เป็นปีแรกในประวัติศาสตร์ที่ประเทศไทยมีจำนวนผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมากถึง 11.6 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 17.5 ของประชากรทั้งหมดอาจแบ่งเป็นผู้สูงอายุกลุ่มย่อยออกได้ดังนี้



ภาพที่ 1 อัตราส่วนเพศของผู้สูงอายุไทย

ที่มา: สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2562, มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.)

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทยพุทธศักราช 2540 มาตรา 54 ได้บัญญัติเกี่ยวกับสิทธิผู้สูงอายุให้มีสิทธิได้รับความช่วยเหลือจากรัฐ เพื่อให้ได้กฎหมายที่ครอบคลุมทุกด้านสำหรับผู้สูงอายุและเพื่อให้การดำเนินงานเกี่ยวกับการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนต่อสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพจึงได้มีการตราพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ขึ้นและมีผลบังคับใช้ เป็นการให้บุคคลที่มีอายุเกิน 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทยให้มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง ส่งเสริม สนับสนุนในด้านต่าง ๆ มีสาระสำคัญ คือ ให้การบริการทางการแพทย์และการสาธารณสุขที่จัดไว้โดยให้ความสะดวกและรวดเร็วแก่ ผู้สูงอายุเป็นกรณีพิเศษ ให้การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต ให้การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม ให้การพัฒนาตนเองและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม และการรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ยานพาหนะหรือการบริการสาธารณสุขอื่น การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม การยกเว้นค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ การช่วยเหลือผู้สูงอายุซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกรังแกหรือถูกแสวงหาประโยชน์ โดยมีขอบด้วยกฎหมาย หรือถูกทอดทิ้ง การให้คำแนะนำ ปรีกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดีหรือในทางการแก้ไขปัญหา ครอบครัว การจัดที่พัก อาหารและเครื่องนุ่งห่มให้ตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง การจ่ายเงินเบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี

สถานการณ์ผู้สูงอายุจังหวัดสระบุรี จากสถิติข้อมูลผู้สูงอายุจากปี 2557 ถึงปี 2563 ของจังหวัดสระบุรี มีแนวโน้มสูงขึ้นเห็นควรมีแผนงานหรือโครงการรองรับผู้สูงอายุที่กำลังจะเกิดขึ้นเพื่อลดภาวะพึ่งพิงของผู้สูงอายุโดยเฉพาะการสร้างความสะดวกในการเตรียมความพร้อมผู้สูงอายุให้ตรงตาม

สภาพปัญหาและความต้องการด้านต่าง ๆ เช่น ด้านสุขภาพ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประสบปัญหาจากภาวะความเสื่อมของร่างกาย และโรคประจำตัว เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน หัวใจ จากการศึกษาพบว่าเป็นผลสืบเนื่องจากพฤติกรรมกรบริโภคและการใช้ชีวิตก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ

จากปัญหาทางด้านเศรษฐกิจรวมถึงสังคมไทยที่มีผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น ทำให้มีความจำเป็นต้องหาเงินเพื่อมาแก้ไขภาวะหนี้สินต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นหนี้ในระบบ หนี้นอกระบบ โดยเฉพาะการกู้เงินนอกระบบเพื่อนำมาใช้จ่ายตามความจำเป็นในชีวิตประจำวัน ทำให้เกิดภาวะหนี้สินผูกพันอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ทำให้ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและการดำเนินชีวิต ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าปัญหานี้ยังคงอยู่และเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้ส่งผลเสียต่อการดำเนินชีวิตประจำวันรวมถึงอนาคตด้วย ดังนั้น ผู้วิจัยมีความเห็นสอดคล้องกับแนวนโยบายและยุทธศาสตร์การอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม รวมถึงนโยบายของรัฐบาลที่จะนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหา อีกทั้งยังเป็นการช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนในสังคมสูงอายุ ตลอดจนการพัฒนาและสร้างความเข้มแข็งให้กับชุมชน และใช้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้มาปรับทิศทางการแก้ไขปัญหาด้านเศรษฐกิจและสังคมของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี เพื่อให้ประชาชนเหล่านั้นสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี
2. เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่นำแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี
3. เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนารูปแบบการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

1.3 ขอบเขตของงานวิจัย

1.3.1 ขอบเขตด้านประชากร

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative research) และเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ได้รวบรวมข้อมูลจากผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี จำนวน 8,414 คน (ศูนย์ข้อมูลประเทศไทย, 2563) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี จำนวน 382 คน ได้จากการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณตามสูตรทาร์โรว์ ยามาเน่ เก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือนตุลาคม 2564 ถึงเดือนกันยายน 2565 ซึ่งมีการเก็บข้อมูลจากเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ

1.3.2 ขอบเขตด้านตัวแปร

ข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

ชุดที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับแนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก (อาชีพที่มั่นคงและมีรายได้มากที่สุด) รายได้ต่อเดือน

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถาม

1.3.3 ขอบเขตด้านประชากร

1.3.3.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี จำนวน 8,414 คน (ศูนย์ข้อมูลประเทศไทย, 2563)

1.3.3.2 กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัย คือ ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี จำนวน 382 คน

1.3.4 ขอบเขตด้านพื้นที่

อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

1.3.5 ขอบเขตด้านเวลา

เดือนตุลาคม 2564 – เดือนกันยายน 2565

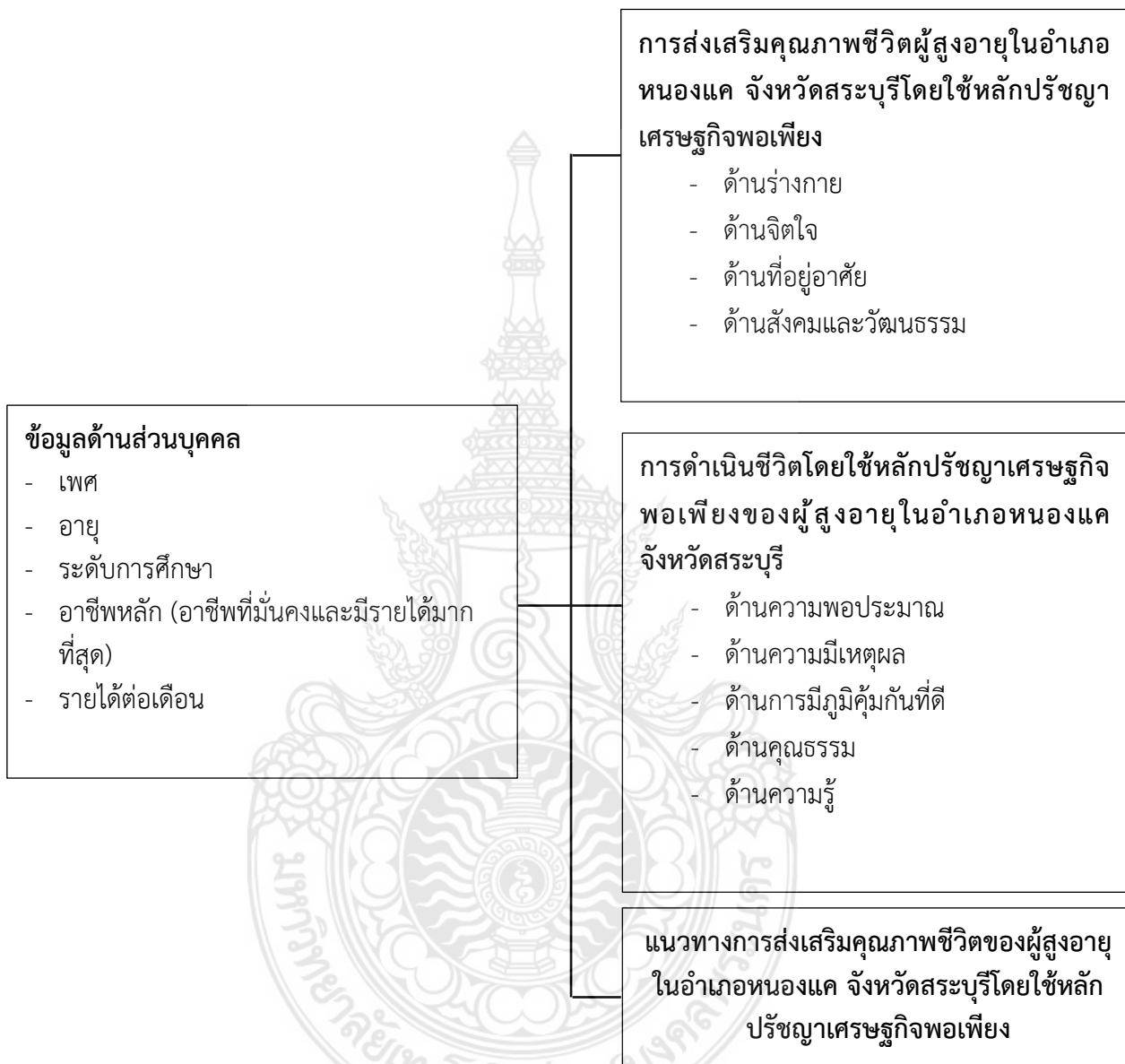
1.4 สมมติฐานงานวิจัย

ข้อมูลด้านประชากรศาสตร์มีผลต่อการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม

1.5 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม



ภาพที่ 2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ที่มา: ปวีณา จารุศิริ, (2565)

1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. สภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี
2. การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่นำแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี
3. แนวทางการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

1.7 นิยามศัพท์เฉพาะ

การส่งเสริมคุณภาพชีวิต หมายถึง การพัฒนาคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ด้วยปัญญา เพื่อตอบสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ อย่างพอเพียงและเหมาะสม มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย และจิตใจ สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพของแต่ละบุคคลมีชีวิตอยู่ในสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี มีการพักผ่อนหย่อนใจที่เพียงพอ มีความพร้อมและสามารถที่จะดำรงสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า และปัญหาที่สลับซับซ้อนได้ และสามารถดำเนินชีวิตด้วยวิธีการที่ชอบธรรมเพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ตนพึงประสงค์ โดยไม่ก่อให้เกิดโทษพิชภัยแก่ผู้อื่นและแก่สังคม

การมีส่วนร่วม หมายถึง การเปิดโอกาสให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน การพัฒนาทั้งในการแก้ไขปัญหาและป้องกันปัญหาโดยเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในการคิดริเริ่ม ร่วมกำหนดนโยบาย ร่วมวางแผน ตัดสินใจและปฏิบัติตามแผน ร่วมตรวจสอบการใช้อำนาจรัฐทุกระดับ ร่วมติดตามประเมินผลและรับผิดชอบในเรื่องต่าง ๆ อันมีผลกระทบต่อประชาชน ชุมชนและเครือข่ายทุกระดับในพื้นที่

ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ในวัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน ทั้งทางร่างกาย ทางสมอง ทางอารมณ์และทางสังคม จึงเป็นวัยที่คนส่วนมากกลัว ดังนั้นการได้เข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ดังกล่าวก็จะช่วยให้ผู้สูงอายุได้ปรับตัวได้ดียิ่งขึ้นรวมทั้งบุตรหลานหรือผู้ใกล้ชิดมีส่วนร่วมสำคัญมากในการช่วยให้ท่านปรับตัวได้อย่างมีความสุข

เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับตั้งแต่ ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปใน ทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการวิจัย ซึ่งประกอบด้วย หัวข้อดังต่อไปนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิต
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
3. ทฤษฎีหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
4. ข้อมูลทั่วไปของอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิต

ความหมายของการส่งเสริมคุณภาพชีวิต

วัลลภา เขยบัวแก้ว (2561) ได้กล่าวไว้ว่า คุณภาพชีวิต กล่าวถึง ความสุข ความอยู่ดีมีสุขของบุคคลและสังคม ที่มีบริบทของสังคม สิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจ การศึกษา การเมือง และศาสนา การศึกษา สวัสดิการ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ รายได้ การมีงานทำ ความเสมอภาค เทคโนโลยี ความผูกพันในสังคม มาเกี่ยวข้องแม้ว่ามีมิติหรือองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตส่วนหลักมีความเหมือนกัน และจะมีมิติหรือองค์ประกอบบางอย่างที่มีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับความแตกต่างระหว่างบุคคล บริบทอื่น ๆ เช่น พื้นที่ / สิ่งแวดล้อม รายได้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542) ได้ให้ความหมาย คุณภาพชีวิต หมายถึง ลักษณะที่ดีเด่นของบุคคลในความเป็นอยู่ การส่งเสริมคุณภาพชีวิต หมายถึง การพัฒนาตนเอง เป็นทั้งการพัฒนาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม ไปสู่การพัฒนาทัศนคติแรงจูงใจ และอุปนิสัยเพื่อค้นหาตนเอง เพิ่มทักษะ รวมถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปตามสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไป การพัฒนาตนเองอาจเป็นการพัฒนาที่จิตใจของตนเองหรือพัฒนาไปสู่ความสำเร็จในชีวิต ทำให้มีคุณภาพชีวิตมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นตามที่ใจปรารถนาการพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตจะต้องมีการพัฒนาใน 4 ด้าน ดังต่อไปนี้

1) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ได้แก่ การให้ความสำคัญกับสุขภาพ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ เป็นการพัฒนาให้ร่างกายมีความแข็งแรงสมส่วน และไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ระบบอวัยวะทุกส่วนทำงานได้ดีมีประสิทธิภาพ มีบุคลิกภาพที่ดี

2) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านอารมณ์ ได้แก่ การสร้างเสริมสุขภาพจิตใจที่ดี รู้จักควบคุมอารมณ์โดยการพัฒนาทางด้านจิตใจด้วยการให้ทาน การทำงานอดิเรกที่ชื่นชอบการเข้าร่วมกิจกรรม สันทนาการ การฝึกสมาธิ การผ่อนคลายด้วยการฟังเพลง การพักผ่อน การท่องเที่ยว

3) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านสังคมเป็นการสร้างการยอมรับ และยกย่องจากสังคมมีความหวังต่อตนเอง อยู่อย่างปกติสุข ไม่เป็นคนถือตัว ไม่เอาัดเอาเปรียบบุคคลอื่น ไม่ทำให้สังคมเดือดร้อน ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมกับสังคม หรือหน่วยงานต่าง ๆ ใช้เวลาว่างบำเพ็ญประโยชน์เพื่อชุมชน ให้ความร่วมมือกับสังคมในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านสิ่งแวดล้อม และการปฏิบัติตนโดยยึดหลักของกฎหมาย และคุณธรรม จริยธรรม

4) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตทางด้านสติปัญญาเป็นการเพิ่มทักษะทางด้านความรู้ให้กับตนเอง เป็นคนมีคุณค่า มีที่พึ่งยึดเหนี่ยวทางใจ ได้แก่ มีการวางแผนล่วงหน้า มีความขยัน มีความประหยัด มีการคิดในมุมสร้างสรรค์ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคเคารพตนเอง การอ่านหนังสือ การเข้ารับการฝึกอบรมเพิ่มพูนความรู้ด้านต่าง ๆ การศึกษาข้อมูลสารสนเทศจากสื่อต่าง ๆ การสังเกตและติดตามการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสร้างสุขภาพ (สสส.) (2556) ได้อธิบายความหมายของการส่งเสริมคุณภาพชีวิตไว้ว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิต คือ ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลที่ประกอบด้วยปัจจัยพื้นฐานที่พอเพียงและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพของแต่ละบุคคลทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด เศรษฐกิจส่วนบุคคล หรือครอบครัว เป็นบุคคลที่รู้จักตนเอง เผื่อแผ่ผู้อื่น มองโลกในแง่ดี มีความเชื่อ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม

องค์การอนามัยโลก (WHO) (1995) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า เป็นการรับรู้ของแต่ละบุคคลต่อสถานะในชีวิตของพวกเขา ภายใต้บริบทของวัฒนธรรมและความหมายของระบบในสังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ และจะสัมพันธ์กับเป้าหมาย ความคาดหวัง มาตรฐานของสังคม และสิ่งอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับพวกเขา เป็นแนวคิดที่กว้างเต็มไปด้วยความซับซ้อน ครอบคลุมในแง่ขององค์ประกอบใน 4 มิติ คือ มิติด้านสุขภาพกาย มิติด้านสุขภาพจิต มิติด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และมิติด้านสภาพแวดล้อม

องค์การสหประชาชาติ ได้กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับแผนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแต่ละด้าน ดังนี้

1) ผู้สูงอายุควรได้รับการสนับสนุนจากการได้รายได้ ครอบครัว การช่วยเหลือ สนับสนุนทางสังคม และการช่วยเหลือตนเองเพื่อสามารถเข้าถึงปัจจัย 4 (น้ำ อาหาร ที่พักอาศัย เครื่องนุ่งห่ม รวมถึงการดูแลสุขภาพ)

2) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการทำงานหาเลี้ยงชีพ หรือเบี้ยเลี้ยงต่าง ๆ

3) ผู้สูงอายุควรสามารถตัดสินใจในการเลือกที่จะเกษียณอายุงานได้ด้วยตนเอง

4) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการเข้าร่วมการให้การศึกษาเพิ่มเติม และการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาตนเอง

- 5) ผู้สูงอายุควรอยู่ในสถานที่ที่ปลอดภัยและเหมาะสมต่อสภาวะทางร่างกายของตนเอง
- 6) ผู้สูงอายุควรได้รับสิทธิเสรีภาพในการเลือกพำนักอาศัยในที่อยู่อาศัยได้ตามความต้องการของตนเอง

ด้านการมีส่วนร่วม ประกอบด้วย

- 1) ผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในสังคม รวมถึงมีส่วนร่วมในการพัฒนา และดำเนินการทางนโยบายซึ่งมีผลโดยตรงต่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุ รวมถึงนโยบายเกี่ยวกับการแบ่งปัน และถ่ายทอดทักษะ และประสบการณ์กับเยาวชนรุ่นใหม่

- 2) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการเข้าร่วมการให้บริการแก่สังคมส่วนรวม หรือการเข้าร่วมเป็นอาสาสมัคร ที่เหมาะสมกับความสามารถและความสนใจของตนเอง

- 3) ผู้สูงอายุควรมีโอกาสในการสร้างเครือข่าย หรือสมาคมสำหรับผู้สูงอายุด้วยกัน

- 4) ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือจากครอบครัว และชุมชนของตนเองตามคุณค่าทางวัฒนธรรมในสังคม

- 5) ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือส่งเสริมทางด้านการดูแลและรักษาสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมถึงความเป็นอยู่ที่ดีทางอารมณ์ ตลอดจน การช่วยเหลือเพื่อหลีกเลี่ยงการเจ็บป่วยต่าง ๆ ที่เหมาะสมและครบถ้วน

- 6) ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือทางด้านการบริการทางสังคม และกฎหมายที่เกี่ยวข้องเพื่อยกระดับความมีอิสรภาพ การคุ้มครอง และการดูแลเอาใจใส่

- 7) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการได้รับประโยชน์จากสถาบันที่ให้การดูแลและคุ้มครองทางทรัพย์สิน และทางสังคม รวมถึงสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ

- 8) ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือทางด้านสิทธิมนุษยชน และสิทธิเบื้องต้นในการพำนักอาศัย การเข้าร่วมการดูแลรักษาต่าง ๆ รวมถึงผู้สูงอายุควรได้รับการเคารพที่สมเกียรติ และได้รับการยอมรับในเรื่องความเชื่อ ความต้องการ และความเป็นส่วนตัว และผู้สูงอายุควรมีสิทธิเสรีภาพในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลเอาใจใส่ และคุณภาพชีวิตของตนเอง

ด้านการบรรลุในสิ่งที่ต้องการ ประกอบด้วย

- 1) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง

- 2) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม ศาสนา และการพักผ่อนหย่อนใจ

- 3) ผู้สูงอายุควรที่จะสามารถดำรงชีวิตได้อย่างสมเกียรติ และปลอดภัยจากการคุกคามต่าง ๆ ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

- 4) ผู้สูงอายุควรได้รับความยุติธรรมไม่ว่าจะเป็นความยุติธรรมทางด้านเพศ เชื้อชาติ ชนชาติ สภาพทางร่างกาย เช่น การพิการ และสถานภาพต่าง ๆ

สุภาส เครือเนตร (2541) กล่าวว่า การที่จะพัฒนาชีวิตให้มีคุณภาพได้สำเร็จนั้นต้องพัฒนาหลาย ๆ ด้านประกบกันการมุ่งพัฒนาชีวิตด้วยกระบวนการศึกษาเพื่อหวังสร้างโอกาสหางานทำง่ายมีรายได้มาใช้จ่ายบำรุงชีวิตให้อยู่ดีกินดีมีความสะดวกสบายสามารถยกระดับชีวิตได้สูงขึ้นในสังคมว่าเป็นชีวิตที่มีคุณภาพนั้น คุณภาพชีวิตในลักษณะนี้อาจไม่ยั่งยืนมั่นคงกับด้านอื่น ๆ คือ ด้านมนุษยสัมพันธ์ เพราะว่าการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม จำเป็นต้องพบปัญหาจากตัวขึ้นมาช่วงใดช่วงหนึ่งของชีวิตได้ หากทำที่ของจิตใจ ซึ่งเป็นตัวบ่งการชีวิตยังไม่ได้รับการพัฒนาให้มีทำที่ในทางที่มั่นคงและสมดุล การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่สำคัญอีกด้านหนึ่งที่จะต้องรีบพัฒนาไปพร้อมกันให้สมดุลมีการคบหา เกี่ยวพันระหว่างบุคคลรอบด้านพฤติกรรมที่เราแสดงออกย่อมไปกระทบอารมณ์ความรู้สึกระหว่าง บุคคลแล้วสะท้อนกลับมาเกี่ยวพันตัวเราด้วยผลของการสะท้อนกลับมาเมื่อมีอิทธิพลต่อการพัฒนาชีวิตเช่นกัน ถ้าสะท้อนกลับมาในทางบวกก็จะช่วยเสริมสร้างกำลังใจและมีส่วนช่วยผลักดันการพัฒนา ชีวิตได้ สะดวกขึ้น หากสะท้อนกลับในทางลบความเกี่ยวพันนั้นจะกลายเป็นตัวหน่วงเหนี่ยวการพัฒนาตนคล้ายกับตัวเองหน่วงเหนี่ยวตัวเองการจะสะท้อนกลับเป็นบวกหรือลบนั้น ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของเราเป็นต้นเหตุผสมอยู่ด้วย ฉะนั้นจึงจำเป็นต้องพัฒนาชีวิตในด้านนี้ให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นเมื่อชีวิตได้รับ การปรับปรุงและพัฒนาหลาย ๆ ด้านประกบกันผ่านไปสักระยะหนึ่งสภาวะทางจิตใจก็จะมี ความมั่นคงขึ้น มีกำลังใจเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นความรู้สึกลึก ๆ ในจิตใจ หากเราเฝ้าถนอมรักษาสภาวะจิตใจให้ดี เพาะเลี้ยงกำลังใจนี้ให้เข้มแข็งก็จะกลายเป็นความเชื่อมั่นที่แกร่งสามารถนำมาพัฒนาชีวิต และการงานให้เกิดคุณภาพได้ดียิ่งขึ้นความเชื่อมั่นในตนเอง ก็ต้องได้รับการพัฒนาเหมือนกันกับการพัฒนาด้านอื่น ๆ เพราะมันเป็นพลังที่จะผลักดันชีวิตไปสู่ความสำเร็จ การพัฒนาบุคลิกภาพเป็นการพัฒนาชีวิตในลักษณะองค์รวม คือ รวมทั้งส่วนที่มองเห็นเป็นโครงร่างของร่างกายเครื่องแต่งกายลึกลงไปจนถึงส่วนที่เป็นสภาพจิตใจบุคลิกภาพมีอิทธิพลต่ออารมณ์ความรู้สึกแก่บุคคลที่ติดต่อสัมพันธ์และผู้พบเห็นโดยทั่วไป การปรับปรุงและพัฒนาบุคลิกภาพภายนอกเริ่มแต่การจัดการความเรียบร้อยของการแต่งกาย การฝึกยิ้มหน้ากระจก จัดทรงผม ฝึกเดินตัวตรง ฝึกเจรจาอ่อนน้อมถ่อมตน ตลอดจนกระทั่งกิจกรรมรายาอื่น ถ้าฝึกจริงจังก็จะช่วยเสริมสร้างการพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ยิ่งขึ้นเพราะบุคลิกภาพทั้งหมดมีความสัมพันธ์โดยตรงกับสภาพจิตใจหรือหากจะมองกลับกันก็จะได้ว่าสภาพจิตใจเป็นบ่อเกิดของบุคลิกภาพทั้งหมด

Hughes (1990) ได้กำหนดองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตได้ ดังต่อไปนี้

- 1) ความหมายเป็นอิสระส่วนตัว คือ ทางเลือก การตัดสินใจ การควบคุม และความเป็นส่วนตัว สำหรับการดำรงชีวิต
- 2) ปัจจัยทางวัฒนธรรม คือ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวปฏิบัติอันเกิดมาจากความเชื่อและศรัทธาในลักษณะเดียวกันเพื่อให้การดำรงชีวิตร่วมกันมีความสุข
- 3) การบูรณาการทางสังคม คือ เครือข่ายทางสังคม (ซึ่งประกอบด้วย การติดต่อกับครอบครัว การติดต่อทางสังคม การติดต่อในแง่สนับสนุน) บทบาททางสังคม (ซึ่งประกอบไปด้วย การรักษาบทบาท

เดิม การรับเอาบทบาทใหม่) สิทธิและความรับผิดชอบทางสังคม (ซึ่งได้แก่ การใช้สิทธิและความรับผิดชอบ ในฐานะพลเมือง การมีส่วนร่วมในชุมชน)

- 4) กิจกรรมที่มีความหมาย คือ กิจกรรมประจำวัน การสันตนาการ งานความสนใจ
- 5) คุณภาพของสิ่งแวดล้อม คือ ความอบอุ่น ความสบาย ความมั่นคง พื้นที่ในแง่ส่วนบุคคล การตกแต่ง เครื่องอำนวยความสะดวก ความเป็นปกติ และกฎเกณฑ์ต่าง ๆ
- 6) สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม คือ รายได้อาศัยในการเป็นเจ้าของสิ่งของ บ้านที่อยู่อาศัย มาตรฐานการครองชีพ โภชนาการ
- 7) สุขภาพร่างกายและจิตใจ คือ สุขภาพร่างกาย ความทุกข์ทรมาน ความสามารถตามหน้าที่ การพึ่งพาอาศัยผู้อื่น
- 8) ความพึงพอใจในชีวิต คือ ความสมดุลในความรู้สึก สุขภาพทางจิตวิทยา การมองภาพตนเอง ในทางบวก ความคิดเกี่ยวกับการบริโภค

ตัวชี้วัดการส่งเสริมคุณภาพชีวิต

Beadle-Brown et al. (2008) ได้นำเสนอการแบ่ง การส่งเสริมคุณภาพชีวิตควบคู่ไปกับการ กำหนดตัวชี้วัด เป็น 8 ด้าน ดังนี้

1) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านการรวมกลุ่มทางสังคม (Social Inclusion) การรวมกลุ่มทางสังคมจะเกี่ยวข้องกับความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม การมีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม สภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัยที่มีอิทธิพลต่อการรวมกลุ่มทางสังคม บทบาทในการดำเนินชีวิต เช่น วิธีทางการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการปรับเปลี่ยนวิถีการดำเนิน การช่วยเหลือสนับสนุนต่าง ๆ เช่น ความพึงพอใจในการบริการทางสังคม การยอมรับทางสังคม และสถานภาพทางสังคม

2) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านความเป็นอยู่ทางกายภาพ (Physical Well-being) ด้านความเป็นอยู่ทางกายภาพ หมายถึง ลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความปลอดภัย การมีสุขภาพดี การมีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน กิจกรรมสันตนาการต่าง ๆ อาหารและโภชนาการ ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย และการดูแลสุขภาพ ซึ่งการเคลื่อนไหวอาจเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ และทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจอีกด้วย

3) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Relations) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่จะเกี่ยวข้องกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการมีมิตรภาพ เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายใต้บริบทสถานที่ทำงานหรือบริบทครอบครัว นอกจากนี้ ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลยังเกี่ยวข้องกับภาวะความโดดเดี่ยวเดียวดาย การสนับสนุนช่วยเหลือจากเครือข่ายทางสังคม ความใกล้ชิดสนิทสนมและความรัก

4) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ที่ดี (Material Well-being) ด้านปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเป็นอยู่ที่ดีจะเกี่ยวข้องกับปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้ อาชีพการงาน สภาพทาง

การเงิน การเป็นเจ้าของ (สังหาริมทรัพย์และอสังหาริมทรัพย์) ความปลอดภัย สถานภาพทางเศรษฐกิจ ลักษณะที่อยู่อาศัยและการคมนาคมขนส่ง

5) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านลักษณะทางอารมณ์ (Emotional Well-being) ด้านลักษณะทางอารมณ์จะเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในการทำงานอาชีพ ที่อยู่อาศัย การช่วยเหลือสนับสนุน ความพึงพอใจในกลุ่มทางสังคมของตนเอง นอกจากนี้ด้านลักษณะทางอารมณ์ยังเกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต มโนภาพแห่งตน การไร้ความเครียดและความสุขในการดำเนินชีวิต

6) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านความสามารถในการตัดสินใจด้วยตนเอง (Self-determination) ด้านความสามารถในการตัดสินใจได้ด้วยตนเองจะเกี่ยวข้องกับความมีอิสรภาพในการตัดสินใจ การควบคุมตนเอง การกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง อิทธิพลของที่อยู่อาศัยที่มีผลต่อความสามารถในการตัดสินใจ การสนับสนุนช่วยเหลือด้วยคำพูดและการแก้ต่างเพื่อตนเอง

7) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านการพัฒนาตนเอง (Personal Development) ด้านการพัฒนาตนเองจะเกี่ยวข้องกับเรื่องของการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตน ความสามารถส่วนตัว การบรรลุสิ่งที่ปรารถนา ความก้าวหน้าและพัฒนาการในด้านต่าง ๆ

8) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตด้านสิทธิเสรีภาพ (Rights) ด้านสิทธิเสรีภาพจะเกี่ยวข้องกับการเคารพในสิทธิส่วนบุคคล สิทธิมนุษยชน สิทธิในความเป็นพลเมือง เช่น การมีสิทธิเลือกตั้ง ความรับผิดชอบในฐานะความเป็นพลเมืองและกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งเกี่ยวข้องกับชุมชนหรือรัฐบาล

บังอร ธรรมศิริ (2560) กล่าวว่า ความต้องการของผู้สูงอายุแต่ละคนอาจแตกต่างกันไปบ้าง ดังนั้นควรที่จะทำความเข้าใจพื้นฐานชีวิตของผู้สูงอายุที่อยู่ในความดูแล ซึ่งครอบครัวจะมีบทบาทสำคัญยิ่งในเรื่องดังกล่าวนี้

1) ความต้องการทางด้านร่างกาย เป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ความต้องการอาหาร การขับถ่าย การพักผ่อนนอนหลับ การมีที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัย การมีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มที่เหมาะสมตามฤดูกาล และต้องการการรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย

2) ความต้องการทางด้านจิตใจ ผู้สูงอายุต้องการความรัก การดูแลเอาใจใส่ การยอมรับนับถือ การเข้าใจ การเห็นอกเห็นใจและการให้อภัย

3) ความต้องการทางด้านสังคม ผู้สูงอายุยังต้องการมีกิจกรรมทางสังคม เช่น การพบปะเพื่อน การร่วมกิจกรรมทางศาสนา เป็นต้น

4) ความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุจำเป็นต้องใช้เงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายสำหรับตนเอง ช่วยเหลือกิจกรรมทางสังคมและทำบุญ รวมทั้งเป็นค่ารักษาพยาบาลเมื่อยามเจ็บป่วย

ในทำนองเดียวกัน การตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ครอบครัวควรให้การตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ดังนี้

1) ตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย โดยดูแลเอาใจใส่เรื่องการรับประทานอาหาร การพักผ่อนนอนหลับ จัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม ปลอดภัย จัดหาเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มให้เหมาะสมตาม

ฤดูกาล บางเบาภาระเรื่องงานในบ้าน พาผู้สูงอายุรับการตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ จัดหาอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุ เช่น แวนตาไม้เท้า เครื่องช่วยฟัง เป็นต้น

2) ตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจ โดยเอาใจใส่พูดคุยอย่างสม่ำเสมอ ให้ความรัก ความเคารพ ยกย่อง ยอมรับนับถือ ฟังผู้สูงอายุเล่าประสบการณ์ชีวิต ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ เช่น การจัดงานวันเกิด การพาผู้สูงอายุไปท่องเที่ยวตามโอกาสและสถานที่ที่เหมาะสม การแสดงให้เห็นความสำคัญของวันสงกรานต์ ซึ่งเป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาติ

3) ตอบสนองความต้องการทางสังคม โดยแสดงความยินดีที่จะพาผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมทางสังคมที่เหมาะสมตามที่ต้องการและพยายามสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมของครอบครัวและสังคมที่เหมาะสมตามกำลังความสามารถที่จะทำได้ เช่น เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

4) ตอบสนองความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ โดยรับภาระค่าใช้จ่าย การดูแลเอาใจใส่ ช่วยเหลือในด้านการเงินอย่างเพียงพอและสม่ำเสมอ ไม่ควรให้ผู้สูงอายุประสบปัญหาในการหาเงินเพื่อเลี้ยงชีพตนเอง รวมทั้งบุตรหลานหรือครอบครัวไม่ควรเบียดเบียนด้านการเงินกับผู้สูงอายุ เมื่อผู้สูงอายุมีความจำกัดด้านการเงิน

สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและคุ้มครองสิทธิเด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ (2561) ได้กล่าวไว้ว่า คุณภาพชีวิตที่วัดแยกออกมาจากการพัฒนาแบบยั่งยืน ด้วยเหตุและผลความเชื่อมโยงดังกล่าวข้างต้น จึงทำให้องค์การศึกษาวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติได้กำหนดเครื่องบ่งชี้คุณภาพชีวิตของประชากรไว้ 8 ด้าน ได้แก่ อาหารและโภชนาการ สุขภาพ การศึกษา สภาพแวดล้อม รายได้ การมีงานทำ สถานภาพสตรี และที่อยู่สตรี ซึ่งต่อมาคณะกรรมการสิทธิการเศรษฐกิจและสังคมในภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิกแห่งสหประชาชาติ ได้นำแนวความคิด คุณภาพชีวิต มากำหนดเป็นเกณฑ์การวัดคุณภาพชีวิตหรือดัชนีชี้วัดคุณภาพชีวิต โดยมองคุณภาพชีวิตในฐานะที่เป็นภาพรวมขององค์ประกอบต่าง ๆ ประกอบด้วย 7 ด้าน 28 ตัวชี้วัด คือ ด้านความมั่นคงปลอดภัยทางเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพ ด้านการศึกษา (การใช้สติปัญญา) ด้านชีวิตการทำงาน ด้านชีวิตครอบครัว ด้านชุมชน และด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพ นอกจากนี้ องค์การสหประชาชาติได้กำหนด เครื่องชี้วัดคุณภาพของประชากรในกลุ่มประเทศภาคพื้นเอเชียและแปซิฟิกไว้ 9 หมวด 45 ตัวชี้วัด อันได้แก่ ด้านคุณภาพอนามัย ด้านการศึกษา ด้านการจ้างงาน และชีวิตการทำงาน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านรายได้ ด้านสวัสดิการสังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านความปลอดภัยของสาธารณะ และด้านสิ่งแวดล้อม

ต่อมาในปี พ.ศ. 2548 ได้มีการพัฒนาดัชนีคุณภาพชีวิต เปรียบเทียบระหว่างประเทศโดยนิตยสารนักเศรษฐศาสตร์ โดยแบ่งเป็น 9 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านความเป็นอยู่ที่ดีทางวัตถุ ด้านสุขภาพ ด้านชีวิตครอบครัว ด้านชีวิตชุมชน ด้านสภาพภูมิศาสตร์ และภูมิอากาศ ด้านความมั่นคงในการทำงาน ด้านเสถียรภาพและความมั่นคงปลอดภัยทางการเมือง ด้านเสรีภาพทางการเมือง และด้านความเท่าเทียมระหว่างเพศจึงเกิดการกำหนดส่วนประกอบสำหรับการวัดคุณภาพชีวิตในต่างประเทศ มีสาระสำคัญที่น่าสนใจดังนี้

1) แบบจำลองการสำรวจคุณภาพชีวิตของ ESCAP คือ คณะผู้คนที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการกำหนดนโยบายและวางแผนพัฒนาของคณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมสำหรับเอเชียและแปซิฟิก จาก 54 ประเทศ พร้อมกับสมาชิกอีก 5 เขตการปกครอง ได้ร่วมกันสร้างแบบจำลอง การสำรวจคุณภาพชีวิตของประชากรในภาคพื้นเอเชียและแปซิฟิก โดยมีส่วนประกอบ 7 ด้าน คือ ด้านสุขภาพ ด้านการศึกษา ด้านชีวิตการทำงาน ด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ด้านชีวิตครอบครัว ด้านชีวิตชุมชน และด้านชีวิตวัฒนธรรม (ชีวิตจิตใจและชีวิตเวลาเสรี)

2) การวัดคุณภาพชีวิตของประเทศมาเลเซีย พบว่า ประเทศมาเลเซียได้สร้างตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิต โดยพิจารณาจากเกณฑ์ 3 เกณฑ์ คือ ความสำคัญของตัวบ่งชี้ ความสามารถที่สะท้อนมิติเหล่านั้น และการมีข้อมูลที่จะนำมาใช้ในการวิเคราะห์ และได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่าเป็นผลรวมของส่วนประกอบ 10 ด้าน คือ ด้านรายได้และการกระจายรายได้ ด้านการขนส่งและการสื่อสาร ด้านสุขภาพ ด้านการศึกษา ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านชีวิตเวลาเสรีครอบครัว ด้านการมีส่วนร่วมทางสังคม ด้านความปลอดภัยสาธารณะ และด้านวัฒนธรรม

3) เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก องค์การอนามัยโลกโดยทีมงาน WHOQOL ซึ่งประกอบด้วยศูนย์ปฏิบัติงานภาคสนามจำนวน 15 ประเทศ ได้พัฒนาและนำเสนอเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตที่สามารถนำไปใช้ได้ทั่วไป แม้ในกลุ่มประชากรที่มีสังคมและวัฒนธรรมแตกต่างกัน เครื่องมือดังกล่าวให้ความสำคัญกับกระบวนการดูแลสุขภาพ ผลของการรักษาและความเป็นอยู่ที่ดีของผู้ช่วย โดยมีข้อคำถามจำนวนทั้งสิ้น 100 ข้อ แบ่งเป็นคำถามด้านคุณภาพชีวิตและสุขภาพโดยรวม 4 ข้อ อีก 96 ข้อ จัดเป็น 24 หัวข้อ แต่ละหัวข้อมี 4 คำถาม และในจำนวน 24 หัวข้อ ได้จัดกลุ่มเป็น 6 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตวิทยา ด้านระดับความเป็นอิสระของบุคคล ด้านความสัมพันธ์กับสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านจิตใจหรือด้านความเชื่อบุคคล

สำหรับในประเทศไทยได้มีการเสนอกรอบแนวคิดและการจัดทำตัวชี้วัดการพัฒนาคุณภาพชีวิต และการพัฒนาสังคมในลักษณะต่างๆ โดยนักวิชาการ นักวิจัย และประชาชนชาวบ้าน ตลอดจนองค์กรต่าง ๆ เพื่อนำไปเป็นทางเลือกให้แก่สังคมมากขึ้น มีดังนี้

1) ด้านสิทธิเสรีภาพและการเมือง นักวิชาการ เช่น ศาสตราจารย์เสน่ห์ จามริก ศาสตราจารย์ ดร.สิปปนนท์ เกตุทัต เป็นต้น ที่นำเสนอแนวทางการจัดการทางกฎหมายและสิทธิชุมชนในการจัดการทรัพยากร ซึ่งเป็นเครื่องบ่งบอกการรับรู้สิทธิของภาคประชาชน

2) ด้านการศึกษา ได้มีการนำเสนอแนวคิดจากนักวิชาการจากองค์กรต่าง ๆ ภายใต้การกำกับดูแลของกระทรวงศึกษาธิการทั้งการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน อาชีวศึกษา และอุดมศึกษาในการจัดมาตรฐานทางการศึกษา ทั้งในแง่การพัฒนาบุคคล สถานศึกษา ระบบการบริหารจัดการการศึกษา ทางเลือก และการรับรู้ของประชาชนในการเรียนรู้ เป็นต้น

3) ด้านสิ่งแวดล้อม ได้มีการนำเสนอกระบวนการจัดการระบบนิเวศของฝ่ายต่าง ๆ โดยประเมินผลกระทบที่มีต่อสิ่งแวดล้อม ตลอดจนองค์กรเอกชน อาทิ มูลนิธิคุ้มครองสัตว์ป่าและพรรณพืช

แห่งประเทศไทย สถาบันชุมชนท้องถิ่นพัฒนา ได้เสนอแนวทางในการจัดทำตัวชี้วัด การพัฒนาในด้านต่าง ๆ เช่น สิทธิชุมชนในการจัดการทรัพยากร การอนุรักษ์ทรัพยากรโดยชุมชน การแก้ไขปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม เป็นต้น

4) ด้านคุณภาพชีวิตและการพัฒนาสังคม ที่นำเสนอโดยพระธรรมปิฎก ศาสตราจารย์นายแพทย์ ประเวศ วะสี ดร.ป๋วย อึ้งภากรณ์ ศาสตราจารย์ ดร.อมรา พงศาพิชญ์ ดร.เสรี พงศ์พิศ และดร.สีลาภรณ์ (นาครทรรพ) บัวสาย ดังตัวอย่าง เช่น ศาสตราจารย์นายแพทย์ ประเวศ วะสี ได้อธิบายว่า คุณภาพชีวิตควรประกอบด้วยเสรีภาพ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านวัตถุ เช่น การมีวัตถุปัจจัยพอเพียงเลี้ยงชีวิตไม่ต้องถูกบีบคั้นจากความอดอยากขาดแคลน ด้านสังคม เช่น ไม่มีการกดขี่ เบียดเบียนกันในสังคมมนุษย์ สามารถเป็นตัวของตัวเอง สามารถตัดสินใจด้วยตนเองได้ที่จะเลือกดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและดีงามได้ และสุดท้าย คือ ด้านจิตใจ ที่สมบูรณ์และเป็นปกติสุข

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ความหมายของผู้สูงอายุ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542) ให้ความหมายคำว่า “ชรา” ว่าแก่ด้วยอายุ ชำรุดทรุดโทรม

รศรินทร์ เกรย์ และคณะ (2556:1) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ผู้สูงอายุ (elderly) หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป เป็นนิยามที่ใช้เป็นอายุที่เริ่มได้รับสิทธิต่างๆ จากทางราชการด้วย เช่น อายุเกษียณของข้าราชการหรืออายุที่เริ่มได้รับเบี้ยยังชีพ แต่ด้วยสถานการณ์ทางโครงสร้างอายุที่เปลี่ยนแปลงไป และความต้องการด้านความเชี่ยวชาญที่สั่งสมในตัวผู้สูงอายุในปัจจุบัน บางอาชีพ เช่น อาจารย์มหาวิทยาลัยสามารถต่ออายุราชการได้ถึง 65 ปี แต่ต้องผ่านการประเมินประสิทธิภาพในการทำงาน

องค์การสหประชาชาติ (United Nations: UN) (ออนไลน์, 2560) ได้ให้นิยาม ผู้สูงอายุ (Older person) หมายถึง ประชากรทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป และได้แบ่งระดับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็น 3 ระดับ ได้แก่

1) ระดับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging society) หมายถึง สังคมหรือประเทศที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศ หรือมีประชากรอายุตั้งแต่ 65 ปี มากกว่าร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่าประเทศนั้นกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

2) ระดับสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged society) หมายถึง สังคม หรือประเทศที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศ หรือมีประชากรอายุตั้งแต่ 65 ปี มากกว่าร้อยละ 14 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่าประเทศนั้นเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์

3) ระดับสังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มที่ (Super-aged society) หมายถึง สังคมหรือประเทศที่มีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่า ร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่า ประเทศนั้นเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มที่

สุรกุล เจนอบรม (2541: 6-7) กล่าวว่า บุคคลจะเข้าข่ายเป็นผู้สูงอายุ มีเกณฑ์ในการพิจารณาแตกต่างกัน โดยกำหนดเกณฑ์ในการพิจารณา ความเป็นผู้สูงอายุไว้ 4 ลักษณะ ดังนี้

1) พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุ จากอายุจริงที่ปรากฏ จากจำนวนปี หรืออายุที่ปรากฏจริงตามปีปฏิทิน โดยไม่นำเอาปัจจัยอื่นมารวมพิจารณาด้วย

2) พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุ จากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย กระบวนการเปลี่ยนแปลงนี้จะเพิ่มขึ้นตามอายุขัยในแต่ละปี

3) พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุ จากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ จากกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ สติปัญญา การรับรู้ และเรียนรู้ที่ถดถอย

4) พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุ จากบทบาททางสังคม จากบทบาทหน้าที่ทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป การมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคล ตลอดจนความรับผิดชอบในการทำงานลดลง

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2544: 10) ได้เสนอข้อคิดเห็นของบาร์โร สมิธ (Barrow Smith) ว่าเป็นการยากที่จะกำหนดว่าผู้ใด ชราภาพ หรือผู้สูงอายุ แต่สามารถพิจารณาจากองค์ประกอบต่าง ๆ ได้ดังนี้ คือ

1) ประเพณีนิยม เป็นการกำหนดผู้สูงอายุ โดยยึดตามเกณฑ์อายุที่ออกจากงาน เช่น ประเทศไทย กำหนดอายุวัยเกษียณอายุ เมื่ออายุครบ 60 ปี แต่ประเทศสหรัฐอเมริกา กำหนดอายุ 65 ปี เป็นต้น

2) การปฏิบัติหน้าที่ทางร่างกาย เป็นการกำหนดโดยยึดตามเกณฑ์ทางสรีรวิทยาหรือทางกายภาพ บุคคลจะมีการเสื่อมสลายทางสรีรวิทยา ที่แตกต่างกันในวัยสูงอายุ อวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายจะทำงานน้อยลง ซึ่งแตกต่างกันในแต่ละบุคคล บางคนอายุ 50 ปี ฟันอาจจะหลุดทั้งปาก แต่บางคนอายุถึง 80 ปี ฟันจึงจะเริ่มหลุด เป็นต้น

3) การปฏิบัติหน้าที่ทางด้านจิตใจ เป็นการกำหนด ตามเกณฑ์ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์ การจำ การเรียนรู้ และความเสื่อมทางด้านจิตใจ สิ่งที่พบมากที่สุดกับผู้สูงอายุ คือ ความจำเริ่มเสื่อมขาดแรงจูงใจ ซึ่งไม่ได้ความหมายว่า บุคคลผู้สูงอายุทุกคนจะมีสภาพเช่นนี้

4) ความคิดเกี่ยวกับตนเอง เป็นการกำหนดโดยยึดความคิดที่ผู้สูงอายุมองตนเอง เพราะโดยปกติผู้สูงอายุมักจะเกิดความคิดว่า “ตนเองแก่ อายุมากแล้ว” และส่งผลต่อบุคลิกภาพทางกาย ความรู้สึกทางด้านจิตใจ และการดำเนินชีวิต สิ่งเหล่านี้จะเปลี่ยนแปลงไปตามแนวความคิดที่ผู้สูงอายุนั้น ๆ ได้กำหนดขึ้น

5) ความสามารถในการประกอบอาชีพ เป็นการกำหนดโดยยึดความสามารถในการประกอบอาชีพ โดยใช้แนวคิดจากการเสื่อมถอยของสภาพร่างกาย และจิตใจ คนทั่วไปจึงกำหนดว่า วัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องพักผ่อนหยุดการประกอบอาชีพ ดังนั้น บุคคลที่อยู่ในวัยสูงอายุ จึงหมายถึง บุคคลที่มีวัยเกินกว่าที่จะอยู่ในวัยกำลังแรงงาน

6) ความกดดันทางอารมณ์ และความเจ็บป่วย เป็นการกำหนดโดยยึดตามสภาพร่างกาย และจิตใจ ผู้สูงอายุจะเผชิญกับสภาพโรคร้ายไข้เจ็บอยู่เสมอเพราะสภาพร่างกาย และอวัยวะต่าง ๆ เริ่มเสื่อม

ถอย นอกจากนั้น ยังอาจเผชิญกับปัญหาทางด้านสังคมอื่น ๆ ทำให้เกิดความกดดันทางอารมณ์เพิ่มขึ้นอีก ส่วนมากมักพบกับผู้สูงอายุระหว่าง 60 – 65 ปีขึ้นไป

สภาพของผู้สูงอายุของไทย

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2544, อ้างถึงใน อาชญญา รัตนอุบล และคณะ, 2552) ได้กล่าวถึงสภาพของผู้สูงอายุที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างค่อยเป็นค่อยไปในแต่ละช่วงอายุ โดยแบ่งเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1) สภาพทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ (Physical Status Aging) เมื่อก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุระบบในร่างกายของผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงอวัยวะต่าง ๆ และไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ อัตราการเผาผลาญในร่างกายลดน้อยลง การเปลี่ยนแปลงของกล้ามเนื้อทำให้เหนื่อยง่าย การเปลี่ยนแปลงทางเดินโลหิต การเสื่อมของกระดูกและกล้ามเนื้อ รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงในระบบสมอง ระบบย่อยอาหาร การขับถ่าย และระบบอื่น ๆ ของร่างกาย ทำให้ผู้สูงอายุรับโรคและเกิดโรคร้ายไข้เจ็บได้ง่าย เกิดปัญหาแก่ผู้สูงอายุ ครอบครัวและบุคคลที่เกี่ยวข้องด้วยเป็นอย่างมาก ทำให้เกิดการเจ็บป่วยในระยะเวลาที่ยาวนาน และภาวะทุพพลภาพทำให้เกิดปัญหาด้านค่าใช้จ่าย จิตใจและสังคมตามมา

2) สภาพทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ (Psychological Status of Aging) สภาพทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ส่วนหนึ่งเกิดจากการเสื่อมถอยของอวัยวะต่างๆ ความผิดปกติของระบบประสาทและสมอง ทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของสมองและประสาทลดลง มีผลกระทบต่อระบบความทรงจำ เกิดอาการหลงลืม และความทรงจำย้อนกลับ สามารถจดจำเหตุการณ์ในอดีตได้ดีกว่าเหตุการณ์ในปัจจุบัน

นอกจากนั้นสภาพการเจ็บป่วย และการสูญเสียด้านต่าง ๆ ก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงสภาพทางจิตใจมากมาย ดังนี้

2.1) การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก เนื่องจากบุคคลที่ใกล้ชิด เช่น คู่สมรส ญาติสนิท เพื่อนเสียชีวิต หรือแยกย้ายไปอยู่ที่อื่น ทำให้เกิดการซึมเศร้าอันเนื่องมาจากการพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก

2.2) การสูญเสียสถานภาพทางสังคม เนื่องจากการออกจากงาน หรือหมดภาระที่ต้องรับผิดชอบ ทำให้รู้สึกไร้ค่า

2.3) การสูญเสียสัมพันธภาพในครอบครัว เนื่องจากบุตร ธิดา ส่วนใหญ่แยกตัวออกไปสร้างครอบครัวใหม่ จากครอบครัวขยายกลายเป็นครอบครัวเดี่ยว ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรหลานลดลง บทบาทในการให้คำอบรมสั่งสอนลดลง ผู้สูงอายุเกิดความอึดใจ และรู้สึกว่าตนไม่มีคุณค่า

2.4) การไม่ตอบสนองความต้องการทางเพศ ซึ่งนับว่าเป็นการสูญเสียทางจิตใจอย่างรุนแรงเพราะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระเคมีของร่างกาย และวัฒนธรรมที่มีต่อเรื่องเพศสัมพันธ์ของผู้สูงอายุว่าไม่เหมาะสม ทำให้ไม่สามารถตอบสนองความต้องการทางเพศได้ ทั้งที่มีความต้องการทางเพศอยู่ ทำให้รู้สึกโดดเดี่ยวและขาดความภูมิใจในคุณค่าของตน

จากการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจทำให้ผู้สูงอายุมีสภาพที่อารมณ์หงุดหงิด หวาดระแวง ท้อแท้ผิดหวัง มีปมด้อย มีความหวาดระแวงว่าจะถูกทอดทิ้ง ไม่มีผู้ดูแลเอาใจใส่ เกิดอารมณ์ฉุนเฉียว ใจน้อยขาดความ

ยับยั้งซึ่งใจ กลัวง่าย มองว่าตนเองไม่สำคัญ ไร้ความสามารถ และขาดความเชื่อมั่นในตนเองไป อาจพบอาการโรคจิตที่มักเกิดกับผู้สูงอายุ เช่น แสดงอาการทางอารมณ์ที่เศร้าซึมและคลุ้มคลั่ง สลับกันเกิดอาการ หูแว่ว เลอะเลือน สงสัย และสับสน อาการเสื่อมสลายเหล่านี้เกิดขึ้นในลักษณะค่อยเป็นค่อยไปทั้งในด้านความคิด สติปัญญา การตัดสินใจ และการควบคุมตนเอง

3) สภาพของสถานภาพทางด้านสังคมของผู้สูงอายุ (Social Status of Aging) ในอดีตผู้สูงอายุและครอบครัว ประกอบด้วยบุตร หลาน และบุคคลอื่นไม่น้อยกว่า 3 รุ่นอายุ อาศัยด้วยกันในลักษณะครอบครัวใหญ่ อันเป็นลักษณะครอบครัวขยาย (Extended Family) ซึ่งสมาชิกทุกรุ่นมีความรักใคร่ และเกื้อกูลซึ่งกันและกัน แต่ปัจจุบันโครงสร้างครอบครัวกลายเป็นครอบครัวเดี่ยว (Nuclear Family) ประกอบด้วยบิดา มารดา และบุตรเท่านั้น ทำให้กิจกรรมในครอบครัวเปลี่ยนแปลงไป บางครั้งต้องพึ่งพิงสถาบันจากภายนอก ในลักษณะการซื้อบริการ เช่น การเลี้ยงดูบุตร และการดูแลผู้สูงอายุ เป็นต้น

การซื้อบริการดังกล่าวส่งผลต่อสถานภาพของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุมีความลำบากในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยต้องพึ่งตนเองมากขึ้น ในสังคมก็มีความยกย่อง นับถือลดลง โดยสังคมปัจจุบันยกย่องผู้มีความรู้ ความสามารถ และมีกำลังทรัพย์มากกว่าเคารพในความเป็นผู้มีอายุยืนยาว ผู้สูงอายุเกิดการเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคมเป็นผู้พึ่งพิงผู้อื่นในฐานะผู้รับจากเดิมในฐานะผู้ให้ เกิดความคิดว่าตนเองหมดความสำคัญ เป็นภาระเรื้อรังของคนในครอบครัว อย่างไรก็ตามมิได้หมายความว่าผู้สูงอายุทุกคนเป็นสภาพดังที่กล่าวมา ในกลุ่มที่มีการเตรียมตัวเข้าสู่ภาวะสูงอายุ จะสามารถปรับตัวได้ปกติกว่าบุคคลอื่น

4) สภาพของสถานภาพทางด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ (Financial Status of Aging) จากการพัฒนาเศรษฐกิจและอุตสาหกรรมของประเทศไทย เกิดความทันสมัยต่าง ๆ การเติบโตของชุมชนเมือง (Urbanization) ส่งผลให้โครงสร้างทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป ผู้สูงอายุไม่สามารถประกอบอาชีพได้ ส่งผลกระทบโดยตรงกับสภาพของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่ไม่สามารถหารายได้ได้ จึงรู้สึกว่าคุณค่าทางเศรษฐกิจ เกิดความท้อแท้ ทั้งที่ผู้สูงอายุมีความต้องการรายได้มากกว่าช่วงกลางคน เช่น เกิดปัญหาสุขภาพต้องใช้ค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลมากขึ้น ต้องการคนดูแลเนื่องจากตนเองไม่แข็งแรง

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

นักทฤษฎีการสูงอายุได้พิจารณากระบวนการแก่ของบุคคลว่า เป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กันทั้งแนวตั้งและแนวนอน ในแนวตั้งให้พิจารณาว่าร่างกายของบุคคลมีหลายระดับนับตั้งแต่โมเลกุล เซลล์ บุคคล กลุ่มคน และสังคม ส่วนแนวนอนให้พิจารณาว่าบุคคลมีคุณลักษณะ 3 ประการ คือ เป็นอยู่ (Being) พฤติกรรม (Behaving) และการกลายมาเป็น (Becoming)

ปรากฏการณ์ของความสูงอายุหรือกระบวนการแก่ เกิดจากปัจจัยหลายประการไม่สามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่ง ทฤษฎีที่อธิบายถึงการสูงอายุนั้นอาจแบ่งได้เป็น 3 ทฤษฎี ดังต่อไปนี้

1) ทฤษฎีทางชีววิทยา ได้อธิบายถึงกระบวนการทางสรีรวิทยาและการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของอวัยวะต่าง ๆ ของทั้งการสูญเสียความสามารถในการต้านทานโรค พบว่า ในทุกระดับของชีววิทยาตั้งแต่เซลล์ เนื้อเยื่อ อวัยวะ ระบบอวัยวะจะต้องมีการเชื่อมและมีการตายเกิดขึ้น

2) ทฤษฎีทางจิตวิทยา เป็นทฤษฎีที่เชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ นั้น เป็นการพัฒนาและปรับตัวเกี่ยวกับสติปัญญา ความนึกคิด ความจำ และการรับรู้ แรงจูงใจ รวมทั้งสังคมที่อยู่อาศัย และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคลจะผลักดันให้มีบุคลิกแตกต่างกันไป และมนุษย์จะมีช่วงการเปลี่ยนแปลง คือ ช่วงต่อชีวิต ซึ่งล้วนแต่เป็นภาวะวิกฤติ การที่บุคคลสามารถผ่านช่วงวิกฤติในชีวิตแต่ละระยะดีเพียงใด ก็จะส่งผลถึงการพัฒนากุณภาพในอนาคต คือ การเป็นผู้สูงอายุด้วย

3) ทฤษฎีทางสังคม เป็นทฤษฎีที่พยายามอธิบายสาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุมีสถานะสังคมที่เปลี่ยนไป เพราะมนุษย์จะต้องมีการพัฒนาในแต่ละบุคคล และสิ่งแวดล้อมจะมีผลต่อการปรับตัว ทฤษฎีนี้เชื่อว่า ถ้าสังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วจะทำให้สถานะของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทฤษฎีทางสังคมแบ่งออกได้ดังต่อไปนี้

(1) ทฤษฎีไร้ภาระผูกพัน อธิบายว่าการละบทบาททางสังคม ซึ่งจะเป็นผลดีต่อทั้งสองฝ่าย คือ ได้ให้คนในวัยหนุ่มสาวที่มีความรู้ความสามารถเข้ามาทำหน้าที่ สำหรับผู้สูงอายุเองก็จะได้เตรียมตัวรับกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เป็นกระบวนการต่อเนื่องและหลีกเลี่ยงไม่ได้ และความแตกต่างในบุคลิกภาพไม่ใช่สิ่งสำคัญ

(2) ทฤษฎีกิจกรรม กล่าวถึง การมีความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างบุคคล การมีปฏิสัมพันธ์ การมีส่วนร่วมกิจกรรมในสังคม และความพึงพอใจในชีวิต เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น สถานะทางสังคมจะลดลง บทบาทเก่าจะถูกถอดถอนตัวออกไป ดังนั้น ผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมต่อเนื่อง จากวัยที่ผ่านมา ควรพอใจในการร่วมกิจกรรม สนใจ และร่วมเป็นสมาชิกในกิจกรรมต่าง ๆ กิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุทำให้มีสุขภาพดีทั้งใจและกาย กิจกรรมจึงมีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

(3) ทฤษฎีความต่อเนื่อง ได้มาจากการนำทฤษฎีไร้ภาระผูกพันและทฤษฎีกิจกรรมมาวิเคราะห์ร่วมกันเพื่อหาข้อสรุปใหม่เป็นทฤษฎีความต่อเนื่องที่สามารถอธิบายชีวิตที่แท้จริงของผู้สูงอายุได้ คือ การที่ผู้สูงอายุจะมีความสุขในบั้นปลายชีวิตได้นั้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพ และรูปแบบการดำเนินชีวิตเดิมของผู้สูงอายุ เช่น ผู้สูงอายุที่เคยมีบทบาทในสังคมจะมีความสุขเมื่อได้ร่วมกิจกรรมเหมือนในวัยหนุ่มสาว และผู้สูงอายุที่ไม่ชอบการเข้าร่วมสังคมนมาก่อนก็มีความสุขในการแยกตัวเองในวัยสูงอายุ

ยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับแผนผู้สูงอายุ

สุทธิพงษ์ บุญผดุง (2554: 14-16) กล่าวว่า แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2564) จัดแบ่งเป็น 5 ยุทธศาสตร์ ดังนี้

1) ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพประกอบด้วย 3 มาตรการหลัก

- (1) มาตรการหลักประกันด้านรายได้เพื่อวัยสูงอายุ
 - (2) มาตรการการให้การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต
 - (3) มาตรการการปลูกจิตสำนึกให้คนในสังคมตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุ
- 2) ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุประกอบด้วย 6 มาตรการหลัก
- (1) มาตรการส่งเสริมความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ดูแลตนเองเบื้องต้น
 - (2) มาตรการส่งเสริมการอยู่ร่วมกันและสร้างความเข้มแข็งขององค์กรผู้สูงอายุ
 - (3) มาตรการส่งเสริมด้านการทำงานและการหารายได้ของผู้สูงอายุ
 - (4) มาตรการสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ
 - (5) มาตรการ ส่งเสริม สนับสนุนสื่อทุกประเภทให้มีรายการเพื่อผู้สูงอายุและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ และสามารถเข้าถึงข่าวสารและสื่อ
 - (6) มาตรการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัย
- 3) ยุทธศาสตร์ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุประกอบด้วย 4 มาตรการหลัก
- (1) มาตรการคุ้มครองด้านรายได้
 - (2) มาตรการหลักประกันด้านคุณภาพ
 - (3) มาตรการด้านครอบครัว ผู้ดูแล และการคุ้มครอง
 - (4) มาตรการระบบบริการและเครือข่ายการเกื้อหนุน
- 4) ยุทธศาสตร์ด้านการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนาทางด้านผู้สูงอายุระดับชาติและการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุประกอบด้วย 2 มาตรการหลัก
- (1) มาตรการการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนาทางด้านผู้สูงอายุระดับชาติ
 - (2) มาตรการส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ
- 5) ยุทธศาสตร์ด้านการประมวล พัฒนาและเผยแพร่องค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุและการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติประกอบด้วย 4 มาตรการหลัก
- (1) มาตรการสนับสนุนและส่งเสริมให้หน่วยงานวิจัยดำเนินการประมวล และพัฒนาองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุที่จำเป็นสำหรับการกำหนดนโยบาย และการพัฒนาการบริการหรือการดำเนินการที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ
 - (2) มาตรการสนับสนุนและส่งเสริมการศึกษาวิจัยด้านผู้สูงอายุโดยเฉพาะที่เป็นประโยชน์ต่อการกำหนดนโยบาย การพัฒนาการบริการและการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ใน สังคมอย่างเหมาะสม
 - (3) มาตรการดำเนินการให้มีการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติที่มีมาตรฐานอย่างต่อเนื่อง
 - (4) มาตรการพัฒนาระบบข้อมูลทางด้านผู้สูงอายุให้เป็นระบบและทันสมัย

แนวปฏิบัติที่ถูกต้องและเหมาะสมตามหลักการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 5 อ.

โรงพยาบาลเปาโล พหลโยธิน (ออนไลน์, 2560) ได้ศึกษาเรื่องการดูแลผู้สูงอายุ และบอกแนวปฏิบัติที่ถูกต้องและเหมาะสมตามหลักการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 5 อ. ได้แก่

ในการปฏิบัติเพื่อดูแลผู้สูงอายุนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความรู้แนวทางในการปฏิบัติอย่างเหมาะสมตามหลักการดูแลสุขภาพ อันประกอบไปด้วย

อ. อาหาร รับประทานอาหารให้หลากหลาย ได้สัดส่วนเพียงพออิ่ม ครบ ๕ หมู่ เน้นย่อยง่ายและสะอาด อาหารที่ควรหลีกเลี่ยง เช่น อาหารที่มีไขมันสูง หวานจัด เค็มจัด และเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์

อ. ออกกำลังกาย โดยออกกำลังกายทุกส่วนสัปดาห์ละ ๓-๕ ครั้ง ระยะเวลาการเดินของหัวใจ ผู้สูงอายุควรเคลื่อนไหวออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ออกกำลังกายอย่างเหมาะสม หลากหลายวิธี เช่น ยืดเส้นยืดสาย ยืดเหยียด ช่วยให้ออกกำลังกายได้สะดวก เดินเร็ว ขี่จักรยาน ว่ายน้ำ เป็นต้น และหลีกเลี่ยง การแข่งขัน ออกแรงเกินกำลัง ความเร็วสูง เกร็ง เบ่ง ยกน้ำหนัก การอยู่ในสถานที่ร้อนอบอ้าว อากาศไม่ถ่ายเท อยู่กลางแจ้ง

อ. อารมณ์ คือ อารมณ์รื่นเริงยินดี ชีวิตสดใสด้วยรอยยิ้ม จิตแจ่มใส มองโลกในแง่บวก ไม่เครียด ช่วยเหลือให้คำแนะนำแก่ลูกหลาน คนรอบข้าง

อ. อติเรก สร้างสรรค์งานอติเรก เพิ่มพูนคุณค่า เกื้อกูลสังคม หากิจกรรมงานอติเรกที่ชอบ ทำแล้วเพลิดเพลิน และมีคุณค่าทางจิตใจ เช่น อ่านหนังสือธรรมะ ฟังเทศน์ฟังธรรม พบปะสังสรรค์ ให้คำปรึกษาแนะนำฟังเพลง ปลูกต้นไม้ และ

อ. อนามัย สร้างอนามัยดี ชีวิตมีสุข นำพาอายุยืนยาว สร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่ดี หมั่นตรวจและรักษาสุขภาพ ปฏิบัติตนให้ถูกสุขลักษณะ ควบคุมสุขภาพอย่างน้อยปีละครั้ง ดูแลสุขภาพช่องปาก และฟัน งด ละ เลิกอบายมุข บุหรี่ เหล้า ของมีเมา และสารเสพติด

การที่ผู้สูงอายุจะมีสุขภาพแข็งแรงมีอายุยืนยาวอย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้นั้นไม่เพียงแต่การเตรียมความพร้อมหรือการปฏิบัติตัวผู้สูงอายุเองเท่านั้น ลูกหลาน ครอบครัวก็ควรใส่ใจดูแลผู้สูงอายุด้วย ทั้งนี้เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดี สมาชิกในครอบครัว อันประกอบด้วย ลูกหลาน ฯลฯ ควรปฏิบัติต่อผู้สูงอายุ ดังต่อไปนี้ 10 ข้อ ที่ลูก ๆ หลานควรปฏิบัติ

1) ช่วยนำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่า มีความสำคัญและมีความหวังในชีวิต เช่น ขอคำแนะนำต่าง ๆ ขอความช่วยเหลือจากผู้สูงอายุให้ควบคุมดูแลบ้านเรือน เป็นที่ปรึกษาอบรมเลี้ยงดูลูกหลาน

2) ควรระมัดระวังคำพูด หรือการกระทำที่แสดงออกต่อผู้สูงอายุ เน้นความสำคัญของผู้สูงอายุ เป็นอันดับแรก ยกตัวอย่างเช่น เวลารับประทานอาหารเชิญชวนให้รับประทานอาหารก่อนและตักข้าวให้

3) ขวนผู้สูงอายุเล่าเรื่องเหตุการณ์ประทับใจในอดีตของท่านให้ฟัง และรับฟังอย่างตั้งใจ จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่า ยังมีคนชื่นชมในบางส่วนของชีวิตของตนเองอยู่

- 4) อำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุปฏิบัติกิจกรรมที่น่าสนใจต่าง ๆ เช่น เมื่อผู้สูงอายุต้องการไปวัดหรือศาสนสถานต่าง ๆ ลูกหลาน ควรจัดเตรียมข้าวของต่างๆ ให้ และจัดการรับส่งหรือเป็นเพื่อน
- 5) เอาใจใส่ดูแลเรื่องอาหาร และการออกกำลังกายหรือทำงานตามความถนัดให้เหมาะสมกับวัย
- 6) ที่พักอาศัย หากผู้สูงอายุต้องการแยกบ้านอยู่ หรือต้องการไปอยู่สถานที่ที่รัฐจัดให้ก็ควรตามใจ และพาลูกหลานไปเยี่ยมเมื่อมีโอกาส ถ้าหากผู้สูงอายุรู้สึกเป็นสุข และต้องการอยู่ร่วมกับลูกหลานก็ให้อยู่บ้านเดียวกัน เพื่อเกิดความรู้สึกอบอุ่น
- 7) ช่วยให้ผู้สูงอายุมีโอกาสพบปะสังสรรค์กับญาติสนิท และเพื่อนร่วมวัยเดียวกัน โดยการพาไปเยี่ยมเยียน หรือเชิญเพื่อนฝูงญาติมิตร มาสังสรรค์ที่บ้านเป็นที่คลายเหงา พาไปสถานที่ที่เป็นศูนย์รวมของผู้สูงอายุ เช่น วัด หรือชมรมผู้สูงอายุในชุมชน
- 8) ให้ความสำคัญเห็นคุณค่า และเคารพยกย่องนับถือ ด้วยการเชื่อฟังคำสั่งสอนและข้อเสนอแนะจากผู้สูงอายุ ร่วมมือกันรักษาฟื้นฟูขนบธรรมเนียมประเพณีเดิมของไทย เช่น ประเพณีรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุเนื่องในวันสงกรานต์ เป็นต้น
- 9) ให้อภัยในความหลงลืม และความผิดพลาดที่ผู้สูงอายุกระทำ และยิ่งกว่านั้น ควรแสดงความเห็นอกเห็นใจที่เหมาะสมด้วย
- 10) ช่วยเหลือดูแลรักษาพยาบาลยามเจ็บป่วย หรือพาไปตรวจสุขภาพให้การดูแลอย่างใกล้ชิดเมื่อเจ็บป่วยหนัก เรื้อรัง

ทฤษฎีหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระราชทานแนวคิดเกี่ยวกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในวโรกาสเฉลิมพระชนมพรรษา และในวโรกาสต่าง ๆ ซึ่งพระราชดำรัสที่พระราชทานเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงนั้นได้ทรงอธิบายให้แก่ผู้ที่เข้าเฝ้าและประชาชนชาวไทยเกี่ยวกับหลักแนวคิด และปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ดังพระราชดำรัสที่อัญเชิญมา ดังนี้

ในการพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น เริ่มด้วยการสร้างพื้นฐาน คือ ความมีกินมีใช้ของประชาชนก่อนด้วยวิธีการที่ประหยัด ระมัดระวัง แต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อพื้นฐานเกิดขึ้นมั่นคงพอควรแล้ว การช่วยเหลือสนับสนุนประชาชนในการประกอบอาชีพ และตั้งตัวให้มีความพอกินพอใช้ ก่อนอื่นเป็นพื้นฐานนั้นเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งยวด เพราะผู้มีอาชีพและฐานะเพียงพอที่จะพึ่งตนเอง ย่อมสามารถสร้างความเจริญก้าวหน้าระดับที่สูงขึ้นต่อไปได้โดยแน่นอน ส่วนการลือหลักที่จะส่งเสริมความเจริญ ให้ค่อยเป็นค่อยไปตามลำดับความรอบคอบ ระมัดระวัง และประหยัดนั้น ก็เพื่อป้องกันความผิดพลาดล้มเหลว พระบรมราโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ 19 กรกฎาคม 2517 (สำนักราชเลขาธิการ, 2558)

มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า พอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภ อย่างมากคนเราก็ออยู่เป็นสุข พอเพียงนี้อาจจะมีมาก อาจจะมีของหรูหราก็ได้ แต่ว่าต้องไม่เบียดเบียนคนอื่น ต้องให้พอประมาณตามอัตภาพ พูดจาก็พอเพียง ทำอะไรก็พอเพียง ปฏิบัติตนก็พอเพียง ความพอเพียงนี้ก็แปลว่าความพอประมาณ และความมีเหตุผล แต่ข้อสำคัญที่อยากจะพูดถึง คือ ถ้าเราทำโครงการที่เหมาะสมขนาดที่เหมาะสม อาจจะไม่หรูหรา แต่จะไม่ล้ม หรือถ้ามีอันเป็นไป ก็ไม่เสียหาย เช่น โรงงานประกอบที่ริเริ่มทำที่อำเภอฝางนั้น พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2540 (สำนักพระราชเลขานุการ, 2558)

เศรษฐกิจพอเพียงนี้ให้ปฏิบัติเพียงครั้งเดียว คือ ไม่ต้องทั้งหมด หรือแม้จะเศษหนึ่งส่วนสี่ของประเทศก็พอ หมายความว่า ถ้าทำได้เศษหนึ่งส่วนสี่ของประเทศก็พอ ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียงและทำได้เพียงเศษเพียงครั้งเดียว คือ ไม่ต้องทั้งหมด หรือแม้จะเศษหนึ่งส่วนสี่ก็พอนั้น ไม่ได้แปลว่าเศษหนึ่งส่วนสี่ของพื้นที่ แต่เศษหนึ่งส่วนสี่ของการกระทำ พระราชดำรัสเนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2541 (สำนักพระราชเลขานุการ, 2558)

“ในเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง พอเพียงคืออะไร ไม่ใช่เพียงพอ คือว่าไม่ได้หมายความว่าให้ทำกำไรเล็ก ๆ น้อย ๆ เท่านั้นเอง ทำกำไรก็ทำ ถ้าเราทำกำไรได้ดี มันก็ดี แต่ว่าขอให้มันพอเพียง ถ้าท่านเอากำไรหน้าเลือดมากเกินไป มันไม่ใช่พอเพียง...” พระราชดำรัสเนื่องในโอกาส วันเฉลิมพระชนมพรรษา 4 ธันวาคม 2550 (สำนักพระราชเลขานุการ, 2558)

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางปฏิบัติ โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีผล และสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีเพื่อพร้อมรับต่อความเสี่ยงบนพื้นฐานของความรอบรู้ ความรอบคอบ ระมัดระวัง และคุณธรรม การใช้ความรู้อย่างถูกหลักวิชาการควบคู่ไปกับการกระทำที่ไม่เบียดเบียนกัน การแบ่งปัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ความร่วมมือปรองดองกันในสังคม จะสร้างสายใย เชื่อมโยงคนในภาคส่วนต่าง ๆ ของสังคมเข้าด้วยกัน สร้างสรรค์พลังในทางบวก นำไปสู่ความสามัคคี การพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน และการพร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ (สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ, 2550: 6)

จากพระบรมราโชวาทของพระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่ได้พระราชทานนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2517 เป็นต้นมา จะพบว่าทรงให้ความสำคัญถึงแนวทางการพัฒนาอย่างเป็นขั้นเป็นตอนบนพื้นฐานการพึ่งตนเอง ความพอมีพอกิน พอมีพอใช้ การรู้จักความ พอประมาณ การคำนึงถึงความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว และทรงเตือนสติประชาชนคนไทยไม่ให้ประมาท ตระหนักถึงการพัฒนาตามลำดับขั้นตอนที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ ตลอดจนมีคุณธรรมเป็นกรอบในการดำรงชีวิตและพัฒนาระบบเศรษฐกิจเพื่อแก้ไขปัญหาในสังคมไทย และสังคมของโลกในยุคปัจจุบันได้เป็นอย่างดี

แนวคิดและความเป็นมาของเศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 ทรงพระราชดำริสแก่มหาชนชาวไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2517 ถึง ปี พ.ศ. 2544 ความว่า การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอมี พอกิน พอใช้ ของประชาชนเสียก่อน โดยใช้หลักการและแนวทางที่ถูกต้องและมีความประหยัดถูกต้องตามหลักวิชาการ เมื่อได้พื้นฐานความมั่นคงพร้อมพอสมควร และปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างเสริมความเจริญและฐานะทางเศรษฐกิจขั้นสูงตามลำดับต่อไป โดยเศรษฐกิจพอมีพอกิน หมายถึง อุ่มชูตัวเองได้ ให้มีความพอเพียงพอสมควร บางสิ่งบางอย่างที่ผลิตได้มากกว่าความต้องการก็ขายได้ แต่ขายในพื้นที่ที่ไม่ไกลมากเท่าไร เพื่อไม่ให้เสียค่าขนส่งมากนัก แบบนี้ท่านนักเศรษฐศาสตร์ต่าง ๆ ก็มาบอกว่าล้าสมัย จริงแล้วเศรษฐกิจนั้นต้องมีการแลกเปลี่ยน เรียกว่า เศรษฐกิจการค้า ไม่ใช่เศรษฐกิจพอเพียงเลยมองว่าดูไม่หรูหรา แต่เมืองไทยเป็นประเทศที่มีบุญอยู่ว่าผลิตให้พอเพียงได้ ถ้าสามารถที่จะเปลี่ยนไปทำให้กลับเป็นเศรษฐกิจแบบพอเพียง ไม่ต้องทั้งหมดแม้แต่ครั้งก็ไม่ต้องอาจจะสักเศษหนึ่งส่วนสี่ก็สามารถอยู่ได้ การแก้ไขอาจจะใช้เวลาไม่ใช่ง่าย ๆ โดยมากคนจะใจร้อน เพราะเดือดร้อน แต่ถ้าทำตั้งแต่เดี๋ยวนี้ก็สามารถแก้ไขปัญหาได้ เรื่องความพอเพียง คือ มีกินมีอยู่ไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่หรูหราก็ได้ แต่ว่าพอแม้อย่างอาจจะดูฟุ้งเฟ้อ แต่ถ้าทำให้มีความสุขทำได้ดีก็สมควรที่จะทำ ควรที่จะปฏิบัติ Self Sufficiency หมายความว่า ผลิตอะไร มีพอที่จะใช้ ไม่ต้องไปขอซื้อคนอื่นอยู่ได้ด้วยตนเอง คนเราถ้าพอในความต้องการก็มีความโลภน้อย ย่อมที่จะเบียดเบียนผู้อื่นน้อยตามไปด้วย คนเราพอประมาณไม่สุดโต่งไม่โลภมาก ย่อมส่งผลให้เรามีความสุข ส่วนเศรษฐกิจชุมชน คือ ให้พอเพียงในหมู่บ้านหรือในท้องถิ่น สามารถที่จะพอมีพอกิน ดำรงอยู่และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็นสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลา (สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ, 2555)

ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ได้พระราชทาน คำจำกัดความของคำว่า เศรษฐกิจพอเพียง ว่า หมายถึง การดำเนินชีวิต การมีเศรษฐกิจแบบพอมีพอกิน สามารถเลี้ยงดูคุ้มชูตนเอง โดยให้มีความเหมาะสม เพียงพอกับความต้องการของตนเองได้ ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่าทุกคนจะต้องทำการผลิตอาหาร ถักทอเสื้อผ้า เครื่องแต่งกายด้วยตนเอง แต่หมายถึงในหมู่บ้านจะต้องมีความพอเพียงในระดับหนึ่ง

เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 ทรงมีพระราชดำริสแก่มหาชนชาวไทย เพื่อเป็นแนวทางการดำรงชีวิต และแนวทางในการพัฒนาประเทศแก่พสกนิกรชาวไทยตั้งแต่ปี พ.ศ. 2517 และได้พระราชทานอย่างต่อเนื่องมาโดยตลอด และได้อธิบายความหมายอย่างชัดเจนไว้ในปี พ.ศ. 2541 ดังนี้

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทางสายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์

ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ไม่ให้มีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งจากภายนอกและภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน ขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้เกิดความสมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านวัตถุ ด้านสังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2544 : 2)

ประเวศ วะสี (2542) ได้กล่าวว่า “เศรษฐกิจพอเพียง” ไม่ได้แปลว่า “ไม่เกี่ยวข้องกับใคร ไม่ค้าขาย ไม่ส่งออก ไม่ผลิตเพื่อคนอื่น ไม่ทำเศรษฐกิจมหภาค สิ่งเหล่านี้หลายคนอาจคิดเอาเอง พุดเอาเอง และกลัวไปเองทั้งสิ้น เศรษฐกิจพอเพียงในระดับบุคคล คือ ความสามารถในการดำรงชีวิตได้อย่างไม่เดือดร้อน มีความเป็นอยู่อย่างประมาณตน ตามฐานะ ตามอัตภาพ และที่สำคัญไม่หลงไหลไปตามกระแสของวัตถุนิยม มีอิสรภาพ เสรีภาพ ไม่พัวพันการอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งถือเป็นแนวทางที่เหมาะสมที่สุด

สุเมธ ตันติเวชกุล (2543) ได้ให้ความคำว่า “เศรษฐกิจพอเพียง การพึ่งตนเอง” หมายความว่า ผลิตอะไรพอที่จะใช้ไม่ต้องไปขอยืมคนอื่น อยู่ได้ด้วยตนเอง คนเราถ้าพอใจในความต้องการ มีความโลภน้อยก็เบียดเบียนคนอื่นน้อย ถ้าคนในประเทศได้มีความคิดอันนี้ มีความคิดว่าทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่า พอประมาณ ซื่อตรง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข การปฏิบัติตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ยึดความประหยัดตัดทอนค่าใช้จ่ายในด้านที่ไม่จำเป็น ละความฟุ้งเฟ้อในการดำรงชีวิตอย่างจริงจัง ดังพระราชดำรัสที่ว่า “ความเป็นอยู่ต้องไม่ฟุ้งเฟ้อต้องประหยัดในทางที่ถูกต้อง

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2549) ได้ให้ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง (Sufficiency Economy) หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผลรวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ต่อการมีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและดำเนินการทุกขั้นตอน ขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักวิชาการ และนักธุรกิจในทุกระดับ ให้มีจิตสำนึกในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสมดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร

มีสติ ปัญญา และความรอบคอบเพื่อให้สมดุลและพร้อมที่จะรองรับต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งทางด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (2555) ได้อธิบายคำว่า “เศรษฐกิจพอเพียง” (Sufficiency Economy) หมายถึง เศรษฐกิจพอที่สามารถอุ้มชูตัวเองได้ ให้มีความพอเพียงกับตัวเอง (Self Sufficiency) อยู่ได้โดยไม่ต้องเดือดร้อน โดยต้องสร้างพื้นฐานทางเศรษฐกิจของตนเองให้ดีเสียก่อน คือ ตั้งตัวให้มีความพอกิน พอใช้ ไม่ใช่มุ่งหวังแต่ละหุ่มเทศสร้างความเจริญยกเศรษฐกิจให้รวดเร็วแต่เพียงอย่างเดียว เพราะผู้ที่มีอาชีพและฐานะเพียงพอที่จะพึ่งตนเองย่อมสามารถสร้างความเจริญก้าวหน้า และฐานะทางเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นไปตามลำดับต่อไปได้

มูลนิธิชัยพัฒนา (2556) ได้สรุปความหมาย “เศรษฐกิจพอเพียง” ว่าเป็นปรัชญาซึ่งถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ เป็นแนวทางในการดำเนินไปในทางสายกลางเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควร ต่อการกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในภายนอก ทั้งนี้ จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ ให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสมดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และรอบคอบ

หลักการที่สำคัญของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีหลักการที่สำคัญ 3 ประการ คือ

- 1) ความพอประมาณ หมายถึง การปฏิบัติตามทางสายกลาง มีความพอดีไม่น้อยเกินไป และไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนคนอื่น และผู้อื่น
- 2) ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ
- 3) การมีภูมิคุ้มกันที่ดี หมายถึง การมีคุณธรรมเป็นเรื่องยึดเหนี่ยว เตรียมตัวให้พร้อม กับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีหลักพิจารณาอยู่ 5 ส่วน (คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2549 : 12 - 14)

- 1) กรอบแนวคิด เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็นโดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดเวลา และเป็นกรมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัย และวิกฤตเพื่อความมั่นคง และความยั่งยืนของการพัฒนา

2) คุณลักษณะ เศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติคนได้มันทุกระดับ โดยเน้นการปฏิบัติบนทางสายกลาง และการพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน

3) คำนิยาม ความพอเพียงจะต้องประกอบด้วย 3 คุณลักษณะ พร้อม ๆ กัน ดังนี้

3.1) ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ

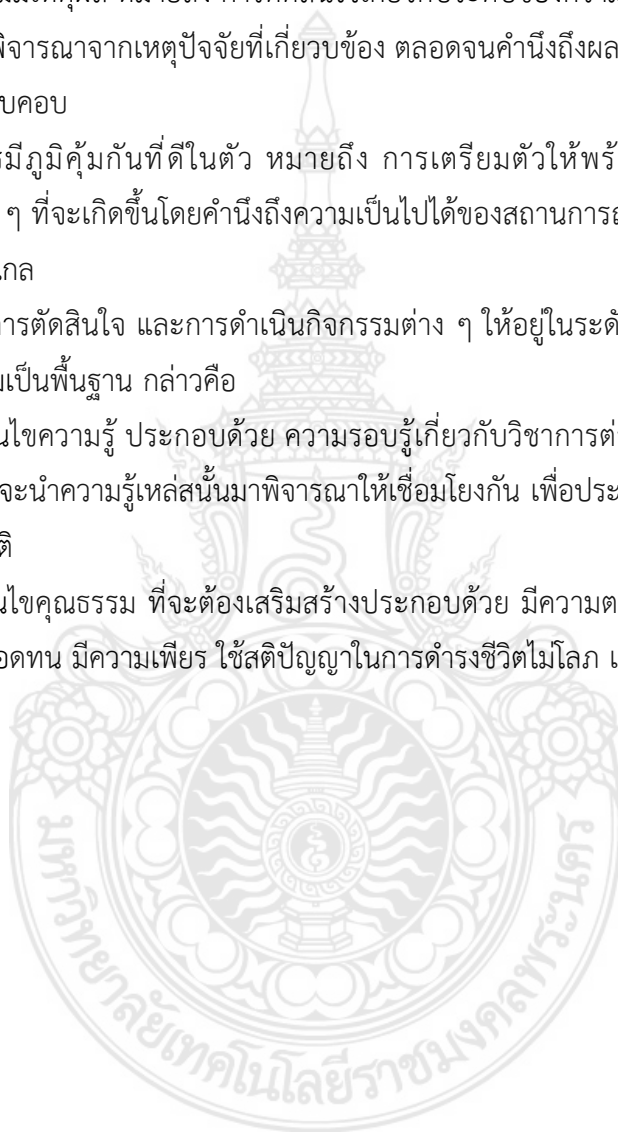
3.2) ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุมีผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ

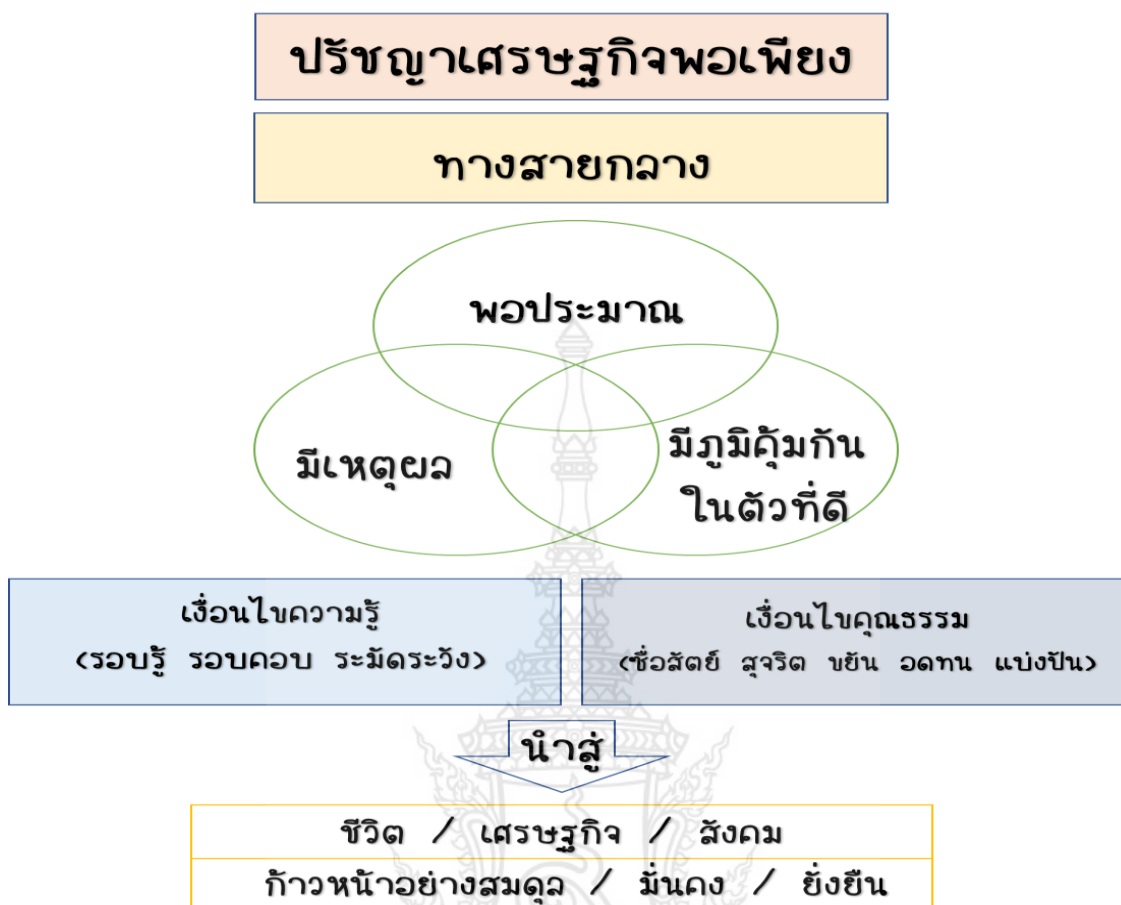
3.3) การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

4) เงื่อนไข การตัดสินใจ และการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้นต้องอาศัยทั้งความรู้ และคุณธรรมเป็นพื้นฐาน กล่าวคือ

4.1) เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

4.2) เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้างประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำรงชีวิตไม่โลภ และไม่ตระหนี่





ภาพที่ 2.1 ภาพจำลองการแสดงความสัมพันธ์ดำรงอยู่และปฏิบัติตนตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
ที่มา: ปวีณา จารุศิริ

การประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

กัณฑ์ มานะกุล (2550:46) ได้กล่าวว่า การที่จะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ให้ได้ผลในการดำเนินชีวิต จำเป็นต้องเริ่มจากความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องว่า เศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง ไร มีหลักการสำคัญอะไรบ้างที่จะนำไปใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติ ตลอดจนเห็นถึงประโยชน์จากการที่จะนำเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ จึงจะเกิดความสนใจที่จะทดลองนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต ซึ่งสามารถทดลองนำมาประยุกต์ใช้กับตนเอง ทั้งในชีวิตประจำวันและการดำเนินชีวิตต่าง ๆ ร่วมกับผู้อื่นโดยคำนึงถึงการพึ่งพาตนเองเบื้องต้น การทำอะไรที่ไม่สุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง การใช้เหตุผลเป็นพื้นฐานในการตัดสินใจ และการกระทำต่าง ๆ การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในด้านต่าง ๆ เพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงและไม่ทำอะไรที่เสี่ยงจนเกินไป จนทำให้ตนเองหรือคนรอบข้างเดือดร้อนในภายหลัง

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2550: 12-17) ได้แบ่งการประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียง เป็น 3 ระดับ คือ ระดับบุคคลและครอบครัว ชุมชน และประเทศ โดยการประยุกต์ใช้ระดับบุคคลและครอบครัว ควรเริ่มต้นจากการเสริมสร้างตนให้มีการเรียนรู้วิชาการและทักษะ

ต่าง ๆ ที่จำเป็น เพื่อให้สามารถรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ส่วนการประยุกต์ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงระดับชุมชน โดยชุมชนพอเพียง ประกอบด้วย บุคคลแบบครอบครัวต่าง ๆ ที่เฝ้าหาความก้าวหน้าบนพื้นฐานของปรัชญาแห่งความพอเพียง คือ มีความรู้และคุณธรรมเป็นกรอบในการดำเนินชีวิตจนสามารถพึ่งพาตนเองได้ บุคคลเหล่านี้มารวมกลุ่มทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่สอดคล้องเหมาะสมกับสถานการณ์ภูมิสังคม ของแต่ละชุมชน โดยพยายามใช้ทรัพยากรต่าง ๆ ที่มีอยู่ในชุมชนให้เกิดประโยชน์สูงสุด ผ่านความร่วมมือเพื่อความก้าวหน้าของชุมชน ส่วนด้านการประยุกต์ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงระดับประเทศ เริ่มจากการวางรากฐานของประเทศให้มีความพอเพียง โดยส่งเสริมให้ประชาชนส่วนใหญ่สามารถอยู่อย่างพอมี พอกิน พัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีพ และส่งเสริมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อสร้างความเข้าใจของคนภายในประเทศ

สุเมธ ตันติเวชกุล (2549: 117-128) กล่าวถึง เศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับสังคมทุกระดับ คือ ระดับบุคคลในครอบครัว สามารถพึ่งพาตนเอง 5 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเทคโนโลยี ด้านเศรษฐกิจ และด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ในระดับชุมชน ควรมีการทำประโยชน์เพื่อส่วนร่วมมีการสร้างเครือข่ายระหว่างชุมชน และในระดับประเทศ ควรวางรากฐานของประเทศให้พอเพียงก่อน แล้วพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมตามลำดับ

ข้อมูลทั่วไปของอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ขนาดและที่ตั้ง

อำเภอหนองแค มีพื้นที่ประมาณ 262,867 ตารางกิโลเมตร หรือ 164,291.87 ไร่ ตั้งอยู่ที่ทิศใต้ของจังหวัดสระบุรี ระยะห่างจากจังหวัดสระบุรี ประมาณ 21 กิโลเมตร ห่างจากกรุงเทพมหานคร ตามถนนพหลโยธินประมาณ 87 กิโลเมตร

อาณาเขต

อำเภอหนองแค มีอาณาเขตติดต่อกับอำเภอต่าง ๆ ดังนี้

ทิศเหนือ	ติดต่อกับพื้นที่	อำเภอเมืองสระบุรี จังหวัดสระบุรี
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับพื้นที่	อำเภอเมืองสระบุรี และอำเภอวิหารแดง จังหวัดสระบุรี
ทิศใต้	ติดต่อกับพื้นที่	อำเภอหนองเสือ จังหวัดปทุมธานี อำเภอวังน้อยและอำเภอกุทัย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับพื้นที่	อำเภอภาชี จังหวัดพระนครศรีอยุธยา อำเภอหนองแซง จังหวัดสระบุรี

ลักษณะภูมิประเทศ

ลักษณะภูมิประเทศเป็นที่ราบลุ่ม แต่บริเวณทิศตะวันออกเฉียงเหนือจะมีลักษณะเป็นภูเขา และเนินเขาเตี้ย ๆ มีลำน้ำธรรมชาติที่สำคัญ ได้แก่ คลองระพีพัฒน์ คลองหนองแค คลองหนองรู คลองนาเรียง คลองห้วยขมิ้น เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีคลองชลประทานต่าง ๆ อีกหลายสาย

ลักษณะภูมิอากาศ

อำเภอหนองแค มีสภาพดินฟ้าอากาศเหมือนท้องที่ทั่วไป ในภาคกลางของประเทศ คือมี 3 ฤดู ได้แก่ ฤดูฝน ฤดูหนาว และฤดูร้อน โดยเฉพาะในฤดูฝน ฝนจะตกชุก ในระหว่างเดือนมิถุนายน - เดือนกันยายน และจะแล้งมากในเดือนกุมภาพันธ์ - เดือนพฤษภาคม โดยทั่วไปลักษณะอบอุ่น อุณหภูมิโดยเฉลี่ยตลอดปีประมาณ 34 องศาเซลเซียส

การคมนาคม

อำเภอหนองแค สามารถเดินทางโดยทางบก เนื่องจากมีถนนหลวงหมายเลข 1 พหลโยธิน ฝัวจราจร 10 ช่องทาง ตัดผ่านกลางอำเภอ โดยอาคารที่ว่าการอำเภอหนองแค ตั้งอยู่บนถนนเลียบบคลองระพีพัฒน์ฝั่งซ้าย ซึ่งแยกจากถนนพหลโยธิน ระยะทางประมาณ 100 เมตร

ประชากร

เขตการปกครอง

อำเภอหนองแค แบ่งเขตการปกครองเป็น 18 ตำบล 181 หมู่บ้าน 22 ชุมชน เทศบาล 4 แห่ง เมืองการบริหารส่วนตำบล 15 ตำบล



ภาพที่ 2.2 แผนที่แสดงขอบเขตตำบล ในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี
ที่มา: กรมพัฒนาที่ดิน, ออนไลน์

จำนวนผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ตำบล	ประชากรทั้งหมด (คน)	จำนวนผู้สูงอายุ (คน)	คิดเป็นร้อยละ (%)
หนองแค	9,048	1,769	19.55
กุ่มหัก	2,873	614	21.37
คชสิทธิ์	3,970	708	17.83
โคกตูม	1,426	364	25.53
โคกแย้	6,307	1,273	20.18
บัวลอย	2,329	602	25.85
ไผ่ต่า	3,343	327	9.78
โพนทอง	1,483	308	20.77
ห้วยขมิ้น	4,625	1,334	28.84
ห้วยทราย	6,975	1,249	17.91
หนองไข่น้ำ	3,099	581	18.75
หนองแวม	2,516	494	19.63
หนองจิก	2,318	533	22.99
หนองจระเข้	4,670	841	18.01
หนองนก	3,444	644	18.70
หนองปลาหมอ	2,243	915	40.79
หนองปลิง	3,302	526	15.93
หนองโรง	3,579	747	20.87
รวม	67,550	13,829	20.47

ตารางที่ 2.1 จำนวนผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ที่มา: <https://3doctor.hss.moph.go.th>

จำนวนผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ทั้ง 18 ตำบล มีจำนวนทั้งสิ้น 13,829 คน คิดเป็นร้อยละ 20.47 ของจำนวนประชากรทั้งหมดในอำเภอหนองแค ซึ่งนับว่าค่อนข้างสูง อีกทั้งจำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ในปีต่อ ๆ ไป

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ยุภาพร ยุภาศ และอาภากร ประจันตะเสน (2562) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน ผลการศึกษาพบว่า แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยชุมชนในจังหวัดมหาสารคาม มีดังนี้ ด้านร่างกาย ชุมชนควรจัดกิจกรรมแบบเชิงรุก โดยทุกภาคส่วนต้องร่วมมือกันแบบบูรณาการใน ด้านการให้ความรู้ คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุและประชาชน เพื่อให้เข้าใจเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุอย่างถูกต้อง ด้านจิตใจ ชุมชนควรส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการมีงานทำหรือมีกิจกรรมร่วมกัน ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ควรมีการสร้าง ความเข้าใจให้บุตรหลานและสมาชิกในครอบครัวให้เข้าใจธรรมชาติและการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ชุมชนควรจัดกิจกรรมผู้สูงอายุมีโอกาสได้สนทนาพูดคุย พบปะสังสรรค์และทำกิจกรรมร่วมกับคนในชุมชน ด้านสภาพแวดล้อม ชุมชนควรจัดสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสมและปลอดภัยในพื้นที่สาธารณะ ด้านการมีอิสรภาพ ชุมชนควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้โอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง มีงานทำและมีรายได้

กัญญาณัฐ ใฝ่คำ (2561) ได้ทำการศึกษา เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในประเทศไทย ผลการศึกษา พบว่า อิทธิพลของนโยบายสวัสดิการผู้สูงอายุที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในประเทศไทยมี 4 ประการ ได้แก่ 1) การจัดตั้งหน่วยงานที่ทำหน้าที่ดูแลงานด้านผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบ 2) การสนับสนุนให้มีชมรมผู้สูงอายุในชุมชนที่เข้มแข็ง 3) การสร้างเครือข่ายการทำงานด้านผู้สูงอายุการใช้ทรัพยากรและข้อมูลด้านผู้สูงอายุร่วมกันอย่างบูรณาการระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และ 4) การพัฒนาบุคลากรของท้องถิ่นให้มีความรู้ ความเข้าใจ การดูแลผู้สูงอายุเพื่อให้ทำงานด้านผู้สูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการให้ความรู้เกี่ยวกับสิทธิและผลประโยชน์ที่ผู้สูงอายุได้รับตามกฎหมาย

พระชนพล กนต์ลีโล (เรือนเพ็ชร) (2561) ได้ทำการศึกษา เรื่อง การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลเทพกระษัตรี อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ผลการศึกษา พบว่า 1) ระดับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลเทพกระษัตรี อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง 2) ผลการเปรียบเทียบการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลเทพกระษัตรี อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ที่มีข้อมูลทั่วไปแตกต่างกัน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้ ต่อเดือนต่างกัน เทศบาลตำบลเทพกระษัตรีมีการส่งเสริมคุณภาพชีวิต แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลเทพกระษัตรี อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต พบว่า เทศบาลตำบลควรจัดให้มีเจ้าหน้าที่หน่วยแพทย์เคลื่อนที่มาตรวจร่างกาย วัดความดัน อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและกายภาพบำบัดให้ที่บ้านทุกอาทิตย์ ควรมีการสนับสนุนประเพณีท้องถิ่น และการละเล่นต่าง ๆ ในวันสำคัญ ๆ ควรมีศูนย์อเนกประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุได้พบปะสังสรรค์กันในชุมชน ควรมีหน่วยงานซ่อมแซมที่พักผู้สูงอายุ ควรจัดให้มีกองทุนสำรองเลี้ยงชีพสำหรับผู้สูงอายุ

อาชญญา รัตนอุบล และคณะ (2561) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ข้อเสนอการพัฒนากิจการดำเนินงาน ส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ ผลการศึกษา พบว่า แนวทางการดำเนินตามนโยบายส่วนใหญ่สะท้อนให้เห็นว่า “ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่อยู่ในวันที่ควรได้รับการสงเคราะห์และดูแลเพื่อไม่ให้เป็นการภาระของสังคม” กล่าวคือ มุ่งเน้นที่การให้บริการของหน่วยงานมากกว่าจะเป็นการเสริมพลังอำนาจผู้สูงอายุและครอบครัว ให้ผู้สูงอายุและครอบครัวสามารถตัดสินใจกำหนดทางเลือกในการดำเนินชีวิตที่มีคุณภาพเหมาะสมกับบริบท และศักยภาพของตนเอง ตลอดจนสามารถเข้าถึงและรักษาสิทธิประโยชน์ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ โรงเรียนผู้สูงอายุมุ่งเน้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสุขภาพและการดูแลตัวเองโดยให้ผู้สูงอายุและชุมชนมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการ ส่วนจุดอ่อน คือ กลไกหลักประกันไม่สอดคล้องกับนโยบายและมาตรการและยังเน้นการรวมกลุ่มเฉพาะผู้สูงอายุ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับสมาชิกชุมชนยังมีไม่มาก ในด้านของจุดร่วมการดำเนินงานพัฒนาศักยภาพ นโยบายร่วม ได้แก่ การมองเห็นคุณค่าในตนเอง ผ่านกิจกรรม สุขภาพ และการมีปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคม มาตรการร่วม คือ กิจกรรมกับการมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการ และกลไกร่วม 3 ด้าน คือ กลไกร่วมด้านสุขภาพ การส่งเสริมให้เข้าใจตนเอง ดูแลตนเอง กลไกร่วมในด้านการมีส่วนร่วม คือ การให้ความสำคัญกับความสะดวกในการเข้าร่วมกิจกรรมและความหลากหลายของกิจกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการ และกลไกร่วมด้านมั่นคงและการมีหลักประกันในชีวิต คือ การส่งเสริมอาชีพ ความเชื่อพื้นฐานของนโยบายการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ คือ ผู้สูงอายุมีศักยภาพ แต่อาจมีไม่เท่ากัน การพัฒนาต้องต่อยอดจากศักยภาพที่ผู้สูงอายุมีอยู่จุดมุ่งหมายของการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ คือ การเสริมแรงให้ผู้สูงอายุรับรู้ถึงศักยภาพที่ตนเองมีอยู่ และสามารถใช้ศักยภาพนั้นเพื่อการมีชีวิตที่เป็นปกติสุขตามอัตภาพในสังคม การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุต้องคำนึงถึงตัวผู้สูงอายุเป็นหลัก บุคคลและหน่วยงานภายนอกเป็นตัวเสริม

รุ่งทิวา ปินใจ (2558) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แนวทางการพัฒนาการปฏิบัติงานด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดลำปาง ผลการศึกษา พบว่า ประชากรที่ศึกษามีการปฏิบัติงานส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีการปฏิบัติงานในภารกิจด้านนันทนาการมากที่สุด ปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติงานด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดลำปางอยู่ในระดับปานกลาง ในด้านงบประมาณมากที่สุด ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความคิดเห็นต่อปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติงาน พบว่า ตำแหน่งที่ต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อปัญหาและอุปสรรคด้านการกำหนดนโยบายและแผนแตกต่างกัน และเพศ อายุและตำแหน่งที่ต่างกันมีระดับความคิดเห็นต่อปัญหาและอุปสรรคด้านบุคคลแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตจังหวัดแพร่ ผลการวิจัย พบว่า 1) ภาพรวมของปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านสังคม ด้านครอบครัว และด้านการเงินและการงาน พบว่า อยู่ในระดับมาก 2) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า ด้านสุขภาพอนามัย ควรมีการนำแผนยุทธศาสตร์

ไปปฏิบัติได้จริง ที่สอดคล้องและตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ควรมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งมีบริการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างจริงจังควรมีการตั้งศูนย์พัฒนาผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม หรือศูนย์ออกกำลังกาย ควรมีกลุ่มอาสาสมัครออกเยี่ยมที่บ้านพร้อมรับฟังปัญหาและแนะนำแนวทาง พร้อมทั้งตั้งงบประมาณไว้รองรับผู้สูงอายุในอนาคต ด้านสังคม ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลและให้เกิดความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ และควรจัดสวัสดิการแจก สิ่งของที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ และเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมทางศาสนาและได้บำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม ควรมีรถรับ-ส่ง ไปโรงพยาบาลเมื่อเจ็บป่วยควรมีการแจ้งข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุอย่างทั่วถึง ด้านครอบครัว ควรจัดการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและตั้งศูนย์ที่พักพิงชั่วคราวของผู้สูงอายุอย่างเหมาะสมและปลอดภัย และควรสนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมให้เพียงพอต่อความต้องการในวันสำคัญของครอบครัวเพื่อสร้างสายใยครอบครัวและสนับสนุนให้อยู่กับครอบครัว และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุอยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุขจนวาระสุดท้าย และควรจัดอบรมให้ความรู้แก่สมาชิกในครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุอย่างถูกต้องตามหลักเกณฑ์ ด้านการเงินและการงาน ควรสนับสนุนในด้านอาชีพการหารายได้ที่เหมาะสมตาม ความถนัดของผู้สูงอายุ และให้มีส่วนร่วมปฏิบัติทุกขั้นตอน พร้อมทั้งสนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดอบรมเพิ่มความรู้และทักษะด้านอาชีพ และมีการบริหารจัดการนำผลิตภัณฑ์กลุ่มออกจำหน่าย และจัดตั้งกองทุนและสวัสดิการกลุ่ม

จตุพล ยะจอม (2552) ศึกษาเรื่อง การประยุกต์ใช้แนวคิดของเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในเขตเทศบาลตำบลปลาย อำเภอบางยี่สิบ จังหวัดแม่ฮ่องสอน ผลการศึกษาพบว่า ระดับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด เศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในเขตเทศบาลปลายอยู่ในระดับมากโดยเฉพาะในประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมากที่สุด คือ ประเด็นความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกันในตัวเอง รองลงมาคือประเด็นการดำเนินชีวิตทางสายกลาง ถือเป็นเศรษฐกิจพอเพียง นอกจากนี้ยังได้แสดงความคิดเห็นอีกว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 ทรงมีพระราชดำรัสไว้เพื่อชี้แนะแนวทางในการดำเนินชีวิตให้ประชาชนชาวไทย ระดับการดำเนินชีวิตตามแนวของเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชน อยู่ในระดับมาก โดยส่วนใหญ่จะเป็นการลดรายจ่ายเพิ่มรายได้ ในส่วนของการปลูกพืชสวนครัวไว้กินเองในครัวเรือนอีกประการหนึ่งก็นำไปใช้ในการดำเนินชีวิต คือ การประหยัดอดออม ใช้จ่ายอย่างประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย ระดับการมีส่วนร่วมกับชุมชนตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงนั้นอยู่ในระดับปานกลาง โดยเข้าร่วมกลุ่มเป็นสมาชิกกลุ่มออมทรัพย์ สหกรณ์ออมทรัพย์ กองทุนหมู่บ้าน เป็นต้น มีระดับการมีส่วนร่วมมากที่สุด การดำเนินการของชุมชนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับปานกลาง โดยภาพรวมกลุ่มต่าง ๆ เพื่อดำเนินกิจกรรมร่วมกัน เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับชุมชน เช่น การรวมกลุ่มเป็นกลุ่มอาชีพต่าง ๆ การรวมกันตั้งกลุ่มออมทรัพย์ กลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด และประเมินความสามัคคี การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ไม่ทอดทิ้งกันอยู่ในระดับมากเช่นกัน

โรโมพอลเลา และคณะ (2010) ได้ศึกษาและวิจัยเกี่ยวกับความแตกต่างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และความโดดเดี่ยวหรือความว้าเหวของผู้สูงอายุ จากการศึกษาพบว่า 1) ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย 120 คน และเป็นเพศหญิง 60 คนสามารถจำแนกเป็นช่วงอายุผู้สูงอายุได้เป็นอายุ 60 - 74 ปี จำนวน 100 คน และช่วงอายุตั้งแต่ 75 ปี ขึ้นไป จำนวน 80 คน สถานภาพสมรสจำนวน 118 คน หย่าร้าง 9 คน และเป็นหม้าย 53 คน 2) ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเพศชายสูงกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง 3) ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 - 74 ปี สูงกว่าผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 75 ปีขึ้นไป 4) ระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีสมรสสูงกว่าผู้สูงอายุที่หย่าร้าง แต่ผู้สูงอายุที่หย่าร้างมีระดับคุณภาพชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่เป็นสถานภาพเป็นม่าย 5) ระดับความโดดเดี่ยวหรือความว้าเหวของผู้สูงอายุเพศหญิงสูงกว่าผู้สูงอายุเพศชาย 6) ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสซึ่งมีการติดต่อลูกหลานจะมีความโดดเดี่ยวหรือความว้าเหวน้อยกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพหย่าร้างและผู้สูงอายุที่มีสถานภาพเป็นหม้าย นอกจากนี้ยังพบอีกว่า ผู้สูงอายุเพศหญิงที่มีสถานภาพเป็นม่ายจะมีเจ็บปวดทางจิตใจในเรื่องความโดดเดี่ยวหรือว้าเหวจากการสูญเสียคนที่รักอย่างเห็นได้ชัด

เซนและคณะ (2010) ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ของคนจีนที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 356 คน จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจผู้สูงอายุเพศชาย ได้แก่ อายุ การไม่เจ็บไข้ได้ป่วย การมีสถานะทางการเงินที่ดี การไม่ขัดแย้งกับผู้อื่น การมีลูกหลานเป็นเพื่อน และประสิทธิภาพของตนเอง ในขณะที่ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเพศหญิง ได้แก่ การไม่เจ็บไข้ได้ป่วย การไม่ขัดแย้งกับผู้อื่น การมีบทบาทในสังคม การทำกิจกรรมส่วนตัว และกิจกรรมกลุ่ม



บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่นำแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี และเพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนารูปแบบการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

- 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- 3.3 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ
- 3.4 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.5 วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี จำนวน 8,414 คน (ศูนย์ข้อมูลประเทศไทย, 2563)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี จำนวน 382 คน โดยใช้สูตรสูตรทาโรยามาเน่ (Yamane, 1973, pp. 727 – 728) ซึ่งกำหนดความคลาดเคลื่อนของกลุ่มตัวอย่างที่ยอมรับได้ที่ระดับ 0.05 ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 381.84 คน ตามสูตร ดังนี้

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N = ขนาดของประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้มีค่าเท่ากับ 0.05

แทนค่าในสูตรได้ดังนี้

$$n = \frac{8,414}{1 + 8,414 (0.05)^2}$$

$$= 381.84 \text{ คน} \approx 382 \text{ คน}$$

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือมาจากการศึกษาและวิเคราะห์เอกสาร บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบบสอบถามมีรายละเอียดแบ่งเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก (อาชีพที่มั่นคงและมีรายได้มากที่สุด) และรายได้ต่อเดือน

ส่วนที่ 2 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ส่วนที่ 3 การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถาม

ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดระดับมาตราส่วนที่เป็นข้อความให้เป็นค่าน้ำหนักตัวเลข แบ่งเป็น 5 ระดับ

เห็นด้วยมากที่สุด	ให้น้ำหนักคะแนนเท่ากับ 5
เห็นด้วยมาก	ให้น้ำหนักคะแนนเท่ากับ 4
เห็นด้วยปานกลาง	ให้น้ำหนักคะแนนเท่ากับ 3
เห็นด้วยน้อย	ให้น้ำหนักคะแนนเท่ากับ 2
เห็นด้วยน้อยที่สุด	ให้น้ำหนักคะแนนเท่ากับ 1

$$\begin{aligned} \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{ค่ามากที่สุด} - \text{ค่าน้อยที่สุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{5 - 1}{5} = 0.80 \end{aligned}$$

ผลที่ได้จากการหาอันตรภาคชั้นนี้ สามารถแบ่งค่าเฉลี่ยของผลลัพธ์คะแนนในระดับต่าง ๆ ตามตารางที่ 3.1 ได้ดังนี้

ตารางที่ 3.1 เกณฑ์ในการประเมินจากค่าเฉลี่ยของผลลัพธ์ในแบบสอบถามแบบ Likert Scale 5 ระดับ

ช่วงของคะแนนค่าเฉลี่ยจากผลลัพธ์	ระดับความคิดเห็น
4.21 - 5.00	มากที่สุด
3.41 - 4.20	มาก
2.61 - 3.40	ปานกลาง
1.81 - 2.60	น้อย
1.00 - 1.80	น้อยที่สุด

3.3 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ขั้นตอนและพัฒนาการสร้างเครื่องมือแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ดำเนินงานตามลำดับต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยรวบรวมข้อมูลตัวแปรต่าง ๆ เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2. สร้างแบบสอบถามโดยพิจารณาเนื้อหาให้ครอบคลุมกับกรอบแนวคิดในการวิจัย

3. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดมาพิจารณาความเหมาะสม ความถูกต้องของการใช้ภาษาและครอบคลุมเนื้อหาของการวิจัย จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้ได้แบบสอบถามที่ได้มาตรฐานที่ดี

4. นำแบบสอบถามที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขแล้ว นำไปเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำวิจัยต่อไป

3.4 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลตามขั้นตอนต่อไปนี้ คือ

1. ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลโดยวิธีเฉพาะเจาะจงและใช้เกณฑ์การประมาณจากจำนวนประชากรของกลุ่มตัวอย่างจากผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี จำนวน 382 คน โดยใช้แบบสอบถามเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ผู้วิจัยศึกษารวบรวมข้อมูลทุติยภูมิจากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ (1) ตำรา หนังสือ (2) เอกสารที่เกี่ยวกับงานวิจัยที่ผ่านมาแต่มีความเกี่ยวข้องกับงานวิจัยในครั้งนี้ (3) วารสาร และสิ่งพิมพ์ทางวิชาการทั้งที่ใช้ระบบเอกสาร และระบบออนไลน์ มาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล และอภิปรายผล

3.5 วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงสถิติจะนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ซึ่งผู้ทำวิจัยได้กำหนดวิธีการดังนี้ คือ

3.5.1 ประเมินข้อมูลขั้นต้น

1. ทำการประเมินข้อมูลเบื้องต้น หลังจากได้แบบสอบถามกลับคืนมาโดยการตรวจสอบ (Editing) ความถูกต้อง (Legibility) ความสมบูรณ์ (Completeness) ความสอดคล้อง (Consistency) ความเที่ยงตรง (Accuracy) และได้รับคำตอบที่ชัดเจน (Response clarification) สำหรับคำถามปลายเปิดของแบบสอบถามที่ได้กลับคืนมาทั้งหมด

2. ทำการลงรหัส (Coding) จากข้อมูลที่ได้รับการตรวจสอบแล้วข้างต้นโดยการกำหนดตัวเลขให้แก่ตัวแปรต่าง ๆ ที่ใช้ในการวิจัยสำหรับคำถามปลายปิด (Closed – response question)

3.5.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล สำหรับการศึกษาคั้งนี้ คือ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่ใช้เพื่อการวิเคราะห์ทางสถิติ Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) ดังนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) ทำการวิเคราะห์โดยใช้ ค่าเฉลี่ย (mean) ค่าร้อยละ (percentage) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

2. สถิติเชิงอนุมาน (Inferential statistics) นำมาใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ทำการวิเคราะห์โดยใช้การวิเคราะห์แบบ t-test, ANOVA และใช้การเปรียบเทียบพหุคูณ (Multiple comparison test) ตามวิธีของเชฟเฟ (Scheffe's method) สำหรับเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่เมื่อพบว่ามี ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่นำแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี และเพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนารูปแบบการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ผู้วิจัยขอแนะนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

การวิจัยเรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผู้ให้ข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 382 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 จากแบบสอบถามทั้งหมด และนำไปวิเคราะห์ข้อมูล โดยจำแนกผลการวิเคราะห์ออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก (อาชีพที่มั่นคงและมีรายได้มากที่สุด) และรายได้ต่อเดือน โดยการแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ

ส่วนที่ 2 วิเคราะห์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ t-test One-Way ANOVA

ส่วนที่ 3 วิเคราะห์การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ t-test One-Way ANOVA

ส่วนที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐาน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแต่ละตอนปรากฏผลตามลำดับ ดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก (อาชีพที่มั่นคงและมีรายได้มากที่สุด) และรายได้ต่อเดือน

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม

สภาพภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	164	42.90
หญิง	218	57.10
อายุ		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20	4	1.0
21 – 30 ปี	73	19.10
31 – 40 ปี	82	21.50
41 – 50 ปี	118	30.90
51 – 60 ปี	50	13.10
มากกว่า 60 ปีขึ้นไป	55	14.40
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้เรียน	10	2.60
ประถมศึกษา	86	22.50
มัธยมศึกษาตอนต้น	63	16.50
มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.	66	17.30
อนุปริญญาตรี / ปวส.	52	13.60
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	105	27.50
อาชีพหลัก		
เกษตรกร	54	14.10
ค้าขาย / ทำธุรกิจ	80	20.90
รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	85	22.30
รับจ้าง	108	28.30

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อาชีพหลัก (ต่อ)		
ข้าราชการบำนาญ	24	6.30
อื่นๆ	31	8.10
รายได้ต่อเดือน		
ไม่มีรายได้	8	2.10
ต่ำกว่า 5,000 บาท	53	13.90
5,001 – 10,000 บาท	159	41.60
มากกว่า 10,001 บาท	162	42.40
รวม	382	100.00

จากตารางที่ 4.1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามข้อมูลตามสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้ข้อมูลดังนี้

จำแนกตามเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 57.10 ส่วนเพศชาย มีจำนวน 164 คน คิดเป็นร้อยละ 42.90

จำแนกตามอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 41 - 50 ปี จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 30.90 รองลงมาอายุ 31 - 40 ปี จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 21.50 อายุ 21 - 30 ปี จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 19.10 อายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 14.40 อายุ 51 - 60 ปี จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 13.10 และอายุต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.0 ตามลำดับ

จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 27.50 รองลงมาไม่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 22.50 ระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช. จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 17.30 ระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 16.50 ระดับการศึกษานุปริญญาตรี / ปวส. จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 13.60 และไม่ได้เรียน จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 2.60 ตามลำดับ

จำแนกตามอาชีพหลัก พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง จำนวน 108 คน คิดเป็นร้อยละ 28.30 รองลงมา คือ อาชีพรับราชการ / รัฐวิสาหกิจ จำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 22.30 อาชีพค้าขาย / ทำธุรกิจ จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 20.90 อาชีพเกษตรกร จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 14.10 อาชีพอื่น ๆ จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 8.1 และอาชีพข้าราชการบำนาญ จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 6.30 ตามลำดับ

จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนมากกว่า 10,001 บาท จำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 42.40 รองลงมา มีรายได้ 5,001 – 10,000 บาท จำนวน 159 คน คิดเป็นร้อยละ 41.60 มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาท จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 13.90 และไม่มีรายได้ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 2.1 ตามลำดับ

ส่วนที่ 2 วิเคราะห์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ t-test One-Way ANOVA สรุปได้ดังตารางที่ 4.2 – 4.6

ตารางที่ 4.2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยภาพรวม

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน อำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับ การส่งเสริม
1. ด้านร่างกาย	3.59	0.849	มาก
2. ด้านจิตใจ	3.57	0.874	มาก
3. ด้านที่อยู่อาศัย	3.45	0.950	มาก
4. ด้านสังคมและวัฒนธรรม	3.51	0.928	มาก
รวม	3.53	0.845	มาก

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ระดับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.53, S.D. = 0.845$) โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ด้านร่างกาย ($\bar{x} = 3.59, S.D. = 0.849$) ด้านจิตใจ ($\bar{x} = 3.57, S.D. = 0.874$) ด้านสังคมและวัฒนธรรม ($\bar{x} = 3.51, S.D. = 0.928$) และด้านที่อยู่อาศัย ($\bar{x} = 3.45, S.D. = 0.950$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านร่างกาย

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับ การส่งเสริม
1. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่ออกตรวจ สุขภาพผู้สูงอายุเป็นประจำ	3.59	1.013	มาก
2. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดอบรมให้ความรู้ เกี่ยวกับโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	3.62	0.961	มาก
3. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่ให้ คำแนะนำด้านการออกกำลังกายที่เหมาะสม	3.56	1.012	มาก
4. ทางหน่วยราชการมีการจัดกิจกรรมสนับสนุนฟื้นฟู สมรรถภาพผู้สูงอายุ	3.54	0.989	มาก
5. ทางหน่วยราชการมีการจัดสวัสดิการแจกสิ่งของที่ จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ	3.62	0.878	มาก
รวม	3.59	0.849	มาก

จากตารางที่ 4.3 พบว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านร่างกายโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.59, S.D. = 0.849$) พิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ ทางหน่วยราชการมีการจัดสวัสดิการแจกสิ่งของที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.62, S.D. = 0.878$) และ ทางหน่วยงานราชการมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.62, S.D. = 0.961$) มากที่สุด รองลงมา คือ ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่ออกตรวจสุขภาพผู้สูงอายุเป็นประจำ ($\bar{x} = 3.59, S.D. = 1.013$) ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่ให้คำแนะนำด้านการออกกำลังกายที่เหมาะสม ($\bar{x} = 3.56, S.D. = 1.012$) ทางหน่วยราชการมีการจัดกิจกรรมสนับสนุนฟื้นฟูสมรรถภาพผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.54, S.D. = 0.989$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านจิตใจ

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	\bar{x}	$S.D.$	ระดับการส่งเสริม
1. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมพบปะสังสรรค์ระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันเพียงใด	3.57	0.961	มาก
2. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลผู้สูงอายุภายในชุมชนเพียงใด	3.62	0.941	มาก
3. ทางหน่วยงานราชการมีการสนับสนุนกิจกรรมการท่องเที่ยวนอกพื้นที่แก่ผู้สูงอายุเพียงใด	3.52	0.949	มาก
4. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุเพียงใด	3.64	1.043	มาก
5. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่คอยให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุเพียงใด	3.49	1.016	มาก
รวม	3.57	0.874	มาก

จากตารางที่ 4.3 พบว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านจิตใจ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.57, S.D. = 0.874$) พิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุเพียงใด ($\bar{x} = 3.64, S.D. = 1.043$) มากที่สุด รองลงมา คือ ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลผู้สูงอายุภายในชุมชนเพียงใด ($\bar{x} = 3.62, S.D. = 0.941$) ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมพบปะสังสรรค์ระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันเพียงใด ($\bar{x} = 3.57, S.D. = 0.961$) ทางหน่วยงานราชการมีการสนับสนุนกิจกรรมการท่องเที่ยวนอกพื้นที่แก่ผู้สูงอายุเพียงใด ($\bar{x} = 3.52, S.D. = 0.949$) ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่คอยให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุเพียงใด ($\bar{x} = 3.49, S.D. = 1.016$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านที่อยู่อาศัย

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับ การส่งเสริม
1. ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยให้ความช่วยเหลือในการปรับสภาพแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	3.46	0.995	มาก
2. ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยอำนวยความสะดวกในการเข้าถึงของสาธารณูปโภค เช่น ไฟฟ้า ประปา แก่ผู้สูงอายุ	3.50	1.032	มาก
3. ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยให้คำแนะนำในการปรับปรุงห้องนอน ที่นอนให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	3.42	1.076	มาก
4. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดหาอุปกรณ์และสถานที่สำหรับการฝึกการทำกิจกรรมในเวลาว่างให้กับผู้สูงอายุ	3.41	1.012	มาก
5. ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่ในการปรับปรุงซ่อมแซม ห้องน้ำห้องสุขาแก่ผู้สูงอายุ	3.45	1.123	มาก
รวม	3.45	0.950	มาก

จากตารางที่ 4.5 พบว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านที่อยู่อาศัย โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.45$, *S.D.* = 0.950) พิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยอำนวยความสะดวกในการเข้าถึงของสาธารณูปโภค เช่น ไฟฟ้า ประปา แก่ผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.50$, *S.D.* = 1.032)มากที่สุด รองลงมา คือ ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยให้ความช่วยเหลือในการปรับสภาพแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.46$, *S.D.* = 0.995) ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่ในการปรับปรุงซ่อมแซม ห้องน้ำ ห้องสุขาแก่ผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.45$, *S.D.* = 1.123) ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยให้คำแนะนำในการปรับปรุงห้องนอน ที่นอนให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.42$, *S.D.* = 1.076) ทางหน่วยงานราชการมีการจัดหาอุปกรณ์และสถานที่สำหรับการฝึกการทำกิจกรรมในเวลาว่างให้กับผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.41$, *S.D.* = 1.012) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านสังคมและวัฒนธรรม

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	\bar{x}	$S.D.$	ระดับ การส่งเสริม
1. ทางหน่วยงานราชการมีการสนับสนุนประเพณี วัฒนธรรม เช่น ประเพณีรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุ ภายในชุมชน เป็นต้น	3.59	1.017	มาก
2. ทางหน่วยงานราชการให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุที่ เป็นปราชญ์ชาวบ้าน	3.42	1.049	มาก
3. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมพบปะ ผู้สูงอายุในชุมชนเป็นประจำ	3.48	1.003	มาก
4. ทางหน่วยงานราชการมีส่วนร่วมให้บุคคลรวมกลุ่ม เพื่อออกเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุ	3.53	1.021	มาก
5. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดตั้งชมรมเพื่อการ สันตนาการแก่ผู้สูงอายุ เช่น ชมรมแอโรบิค ชม ผู้สูงอายุ ชมรมปฏิบัติธรรม เป็นต้น	3.54	1.023	มาก
รวม	3.51	0.928	มาก

จากตารางที่ 4.6 พบว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้านสังคมและวัฒนธรรม โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.51, S.D. = 0.928$) พิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ ทางหน่วยงานราชการมีการสนับสนุนประเพณีวัฒนธรรม เช่น ประเพณีรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุภายในชุมชน เป็นต้น ($\bar{x} = 3.59, S.D. = 1.017$) มากที่สุด รองลงมา คือ ทางหน่วยงานราชการมีการจัดตั้งชมรมเพื่อการสันตนาการแก่ผู้สูงอายุ เช่น ชมรมแอโรบิค ชมผู้สูงอายุ ชมรมปฏิบัติธรรม เป็นต้น ($\bar{x} = 3.54, S.D. = 1.023$) ทางหน่วยงานราชการมีส่วนร่วมให้บุคคลรวมกลุ่มเพื่อออกเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุ ($\bar{x} = 3.53, S.D. = 1.021$) ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมพบปะผู้สูงอายุในชุมชนเป็นประจำ ($\bar{x} = 3.48, S.D. = 1.003$) ทางหน่วยงานราชการให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุที่เป็นปราชญ์ชาวบ้าน ($\bar{x} = 3.42, S.D. = 1.049$) ตามลำดับ

ส่วนที่ 3 วิเคราะห์การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ t-test One-Way ANOVA สรุปได้ดังตารางที่ 4.7 – 4.12

ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยภาพรวม

การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับการปฏิบัติ
1. ด้านความพอประมาณ	3.73	0.775	มาก
2. ด้านความมีเหตุผล	3.67	0.885	มาก
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	3.41	0.990	มาก
4. ด้านคุณธรรม	3.88	0.712	มาก
5. ด้านความรู้	3.81	0.817	มาก
รวม	3.70	0.710	มาก

จากตารางที่ 4.7 พบว่า ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.70, S.D. = 0.710$) โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ด้านคุณธรรม ($\bar{x} = 3.88, S.D. = 0.712$) ด้านความรู้ ($\bar{x} = 3.81, S.D. = 0.817$) ด้านความพอประมาณ ($\bar{x} = 3.73, S.D. = 0.775$) ด้านความมีเหตุผล ($\bar{x} = 3.67, S.D. = 0.885$) และด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ($\bar{x} = 3.67, S.D. = 0.885$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี ด้านความพอประมาณ

การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับ การปฏิบัติ
1. ไม่ใช่เงินกู้ เงินนอกระบบ เพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่าย ในครอบครัว	3.56	1.162	มาก
2. เลือกใช้สินค้าที่เหมาะสมมาใช้ในชีวิตประจำวัน	3.70	0.894	มาก
3. รับประทานอาหารที่บ้านเป็นประจำ	3.89	0.900	มาก
4. ซื้อสินค้าที่ไม่เกินความจำเป็น	3.76	0.988	มาก
รวม	3.73	0.775	มาก

จากตารางที่ 4.8 พบว่า การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี ด้านความพอประมาณ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.73, S.D. = 0.775$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ รับประทานอาหารที่บ้านเป็นประจำ ($\bar{x} = 3.89, S.D. = 0.900$) มากที่สุด รองลงมา คือ ซื้อสินค้าที่ไม่เกินความจำเป็น ($\bar{x} = 3.76, S.D. = 0.988$) เลือกใช้สินค้าที่เหมาะสมมาใช้ในชีวิตประจำวัน ($\bar{x} = 3.70, S.D. = 0.894$) และไม่ใช่เงินกู้ เงินนอกระบบ เพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่ายในครอบครัว ($\bar{x} = 3.56, S.D. = 1.162$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านความมีเหตุผล

การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับการปฏิบัติ
1. มีการพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจในการใช้จ่ายเงิน	3.70	1.002	มาก
2. วางแผนเรื่องรายรับ รายจ่ายของครอบครัว	3.65	1.054	มาก
3. พิจารณาปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างมีเหตุผลก่อนการตัดสินใจ	3.62	0.948	มาก
4. ยอมรับผลที่เกิดจากการตัดสินใจของตนทุกครั้ง	3.73	0.943	มาก
รวม	3.67	0.886	มาก

จากตารางที่ 4.9 พบว่า การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านความมีเหตุผล โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.67, S.D. = 0.886$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ ยอมรับผลที่เกิดจากการตัดสินใจของตนทุกครั้ง ($\bar{x} = 3.73, S.D. = 0.943$) มากที่สุด รองลงมา คือ มีการพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจในการใช้จ่ายเงิน ($\bar{x} = 3.70, S.D. = 1.002$) วางแผนเรื่องรายรับ รายจ่ายของครอบครัว ($\bar{x} = 3.65, S.D. = 1.054$) และพิจารณาปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างมีเหตุผลก่อนการตัดสินใจ ($\bar{x} = 3.52, S.D. = 0.949$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคว จังหวัดสระบุรี ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี

การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคว จังหวัดสระบุรี	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับการปฏิบัติ
1. จัดทำบัญชีรายรับ - รายจ่ายหรือวางแผนการใช้จ่ายเงินทุกครั้ง	3.25	1.203	ปานกลาง
2. ลด ละ เลิก เหล้า บุหรี่ และอบายมุข ทุกชนิด	3.60	1.122	มาก
3. ออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อให้ตนเองมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง	3.51	1.115	มาก
4. สร้างรายได้เสริมที่นอกเหนือจากรายได้ประจำ	3.27	1.103	ปานกลาง
รวม	3.41	0.990	มาก

จากตารางที่ 4.10 พบว่า การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคว จังหวัดสระบุรี ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.41, S.D. = 0.990$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ ลด ละ เลิก เหล้า บุหรี่ และอบายมุขทุกชนิด ($\bar{x} = 3.60, S.D. = 1.112$) มากที่สุด รองลงมา คือ ออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อให้ตนเองมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ($\bar{x} = 3.51, S.D. = 1.115$) สร้างรายได้เสริมที่นอกเหนือจากรายได้ประจำ ($\bar{x} = 3.27, S.D. = 1.103$) และจัดทำบัญชีรายรับ - รายจ่ายหรือวางแผนการใช้จ่ายเงินทุกครั้ง ($\bar{x} = 3.25, S.D. = 1.203$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านคุณธรรม

การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับการปฏิบัติ
1. มีจิตใจเอื้ออาทร และขอความช่วยเหลือเกื้อกูล	3.99	0.860	มาก
2. ส่งเสริม รู้รักสามัคคี ร่วมพลังทำกิจกรรมในครอบครัว และสังคม	3.91	0.897	มาก
3. ขยันหมั่นเพียรในการทำงาน	3.95	0.770	มาก
4. เข้าร่วมกิจกรรมของสังคมอย่างสม่ำเสมอ	3.66	0.929	มาก
รวม	3.88	0.712	มาก

จากตารางที่ 4.11 พบว่า การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านคุณธรรม โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.88, S.D. = 0.712$) พิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ มีจิตใจเอื้ออาทร และขอความช่วยเหลือเกื้อกูล ($\bar{x} = 3.99, S.D. = 0.860$) มากที่สุด รองลงมา คือ ขยันหมั่นเพียรในการทำงาน ($\bar{x} = 3.95, S.D. = 0.770$) ส่งเสริม รู้รักสามัคคี ร่วมพลังทำกิจกรรมในครอบครัว ($\bar{x} = 3.91, S.D. = 0.897$) และเข้าร่วมกิจกรรมของสังคมอย่างสม่ำเสมอ ($\bar{x} = 3.66, S.D. = 0.929$) ตามลำดับ

ตารางที่ 4.12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านความรู้

การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	\bar{x}	<i>S.D.</i>	ระดับการปฏิบัติ
1. มีความรู้ในการปฏิบัติตนเพื่อเป็นพลเมืองที่ดี	3.87	0.908	มาก
2. ศึกษาหาความรู้เพื่อนำมาพัฒนาอาชีพอยู่เสมอ	3.82	0.923	มาก
3. มีการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอยู่ตลอดเวลา	3.76	0.878	มาก
4. คำนคว้า หาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพและการดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่อง	3.77	0.917	มาก
รวม	3.81	0.817	มาก

จากตารางที่ 4.12 พบว่า การดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ด้านความรู้ โดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.81, S.D. = 0.817$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ดังนี้ มีความรู้ในการปฏิบัติตนเพื่อเป็นพลเมืองที่ดี ($\bar{x} = 3.87, S.D. = 0.908$) มากที่สุด รองลงมา คือ ศึกษาหาความรู้เพื่อนำมาพัฒนาอาชีพอยู่เสมอ ($\bar{x} = 3.82, S.D. = 0.923$) คำนคว้า หาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพและการดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่อง ($\bar{x} = 3.77, S.D. = 0.917$) และมีการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอยู่ตลอดเวลา ($\bar{x} = 3.76, S.D. = 0.878$) ตามลำดับ

ส่วนที่ 4 ผลการทดสอบสมมติฐาน

วิเคราะห์การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม จำแนกตามข้อมูลด้านประชากรศาสตร์

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม จำแนกตามข้อมูลด้านประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก และรายได้ต่อเดือน โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบ t-test One-Way ANOVA ผลการวิเคราะห์ ดังตารางที่ 4.13 - 4.30

ตารางที่ 4.13 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม จำแนกตามเพศ

การดำรงชีวิตโดยใช้หลัก ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของ ผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี	ชาย		หญิง		t	Sig.
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.		
1. ด้านความพอประมาณ	3.80	0.785	3.67	0.764	0.084	0.772
2. ด้านความมีเหตุผล	3.70	0.971	3.66	0.817	7.391	0.007*
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	3.38	1.115	3.42	0.886	5.583	0.019*
4. ด้านคุณธรรม	3.92	0.749	3.84	0.682	3.350	0.068
5. ด้านความรู้	3.88	0.899	3.75	0.747	15.724	0.001*
รวม	3.74	0.769	3.70	0.663	8.621	0.004*

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.13 ผลการวิเคราะห์ เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม จำแนกตามเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีระดับการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.14 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามอายุ

การดำรงชีวิตโดยใช้หลัก ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของผู้สูงอายุในอำเภอ หนองแค จังหวัดสระบุรี	แหล่งความ แปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ด้านความพอประมาณ	ระหว่างกลุ่ม	7.935	5	1.587	2.702	0.020*
	ภายในกลุ่ม	220.802	376	0.587		
	รวม	228.737	381			
ด้านความมีเหตุผล	ระหว่างกลุ่ม	11.076	5	2.215	2.893	0.014*
	ภายในกลุ่ม	287.872	376	0.766		
	รวม	298.948	381			
ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	ระหว่างกลุ่ม	12.928	5	2.586	2.699	0.021*
	ภายในกลุ่ม	360.256	376	0.958		
	รวม	373.185	381			
ด้านคุณธรรม	ระหว่างกลุ่ม	10.834	5	2.167	4.473	0.001*
	ภายในกลุ่ม	182.132	376	0.484		
	รวม	192.966	381			
ด้านความรู้	ระหว่างกลุ่ม	15.641	5	3.128	4.923	0.001*
	ภายในกลุ่ม	238.933	376	0.635		
	รวม	254.574	381			
ภาพรวม	ระหว่างกลุ่ม	9.245	5	1.849	3.801	0.002
	ภายในกลุ่ม	182.926	376	0.487		
	รวม	192.172	381			

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.14 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกัน มีระดับพฤติกรรมกรนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้แตกต่างกัน

กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้ง 5 ด้าน ดังนั้น จึงต้องทดสอบเป็นรายคู่ตามวิธีของ เชฟเฟ (Scheffe Method) ดังตารางที่ 4.16 - 4.20

ตารางที่ 4.15 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความพอประมาณ

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ		ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	21 – 30 ปี	31 – 40 ปี	41 – 50 ปี	51 – 60 ปี	มากกว่า 60 ปีขึ้นไป
\bar{x}	3.31	3.31	3.47	3.80	3.77	3.74	3.90
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	3.31	-	1.000	0.909	0.928	0.949	0.822
21 – 30 ปี	3.47	1.000	-	0.203	0.226	0.579	0.076
31 – 40 ปี	3.80	0.909	0.203	-	1.000	0.999	0.989
41 – 50 ปี	3.77	0.928	0.226	1.000	-	1.000	0.951
51 – 60 ปี	3.74	0.949	0.579	0.999	1.000	-	0.950
มากกว่า 60 ปีขึ้นไป	3.90	0.822	0.076	0.989	0.951	0.950	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.15 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความพอประมาณ ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.16 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ		ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	21 – 30 ปี	31 – 40 ปี	41 – 50 ปี	51 – 60 ปี	มากกว่า 60 ปีขึ้นไป
\bar{x}	2.75	2.75	3.45	3.73	3.83	3.55	3.74
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	2.75	-	0.78	0.450	0.321	0.679	0.450
21 – 30 ปี	3.45	0.789	-	0.569	0.134	0.994	0.640
31 – 40 ปี	3.73	0.450	0.569	-	0.985	0.946	1.000
41 – 50 ปี	3.83	0.321	0.134	0.985	-	0.635	0.995
51 – 60 ปี	3.55	0.679	0.994	0.946	0.635	-	0.952
มากกว่า 60 ปีขึ้นไป	3.74	0.450	0.640	1.000	0.995	0.952	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.16 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.17 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	\bar{x}	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	21 – 30 ปี	31 – 40 ปี	41 – 50 ปี	51 – 60 ปี	มากกว่า 60 ปีขึ้นไป
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	2.44	-	0.703	0.434	0.394	0.834	0.744
21 – 30 ปี	3.30	0.703	-	0.809	0.645	0.991	1.000
31 – 40 ปี	3.54	0.434	0.809	-	1.000	0.497	0.776
41 – 50 ปี	3.57	0.394	0.645	1.000	-	0.331	0.623
51 – 60 ปี	3.17	0.834	0.991	0.497	0.331	-	0.998
มากกว่า 60 ปีขึ้นไป	3.27	0.744	1.000	0.776	0.623	0.998	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.17 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 4.18 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	\bar{x}	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	21 – 30 ปี	31 – 40 ปี	41 – 50 ปี	51 – 60 ปี	มากกว่า 60 ปีขึ้นไป
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	3.50	-	1.000	0.906	0.858	0.965	0.854
21 – 30 ปี	3.56	1.000	-	0.038*	0.004*	0.371	0.026*
31 – 40 ปี	3.94	0.906	0.038*	-	0.999	0.991	0.999
41 – 50 ปี	3.99	0.858	0.004*	0.999	-	0.929	1.000
51 – 60 ปี	3.86	0.965	0.371	0.991	0.929	-	0.944
มากกว่า 60 ปีขึ้นไป	4.00	0.854	0.026*	0.999	1.000	0.944	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.18 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 3 คู่ คือ

คู่ที่ 1 การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 31 - 40 ปี ($\bar{x} = 3.94$) สูงกว่า การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 21 - 30 ปี ($\bar{x} = 3.56$)

คู่ที่ 2 การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 41 - 50 ปี ($\bar{x} = 3.99$) สูงกว่า การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 21 - 30 ปี ($\bar{x} = 3.56$)

คู่ที่ 3 การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป ($\bar{x} = 4.00$) สูงกว่า การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 21 - 30 ปี ($\bar{x} = 3.56$)

ตารางที่ 4.19 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความรู้

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	\bar{x}	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	21 - 30 ปี	31 - 40 ปี	41 - 50 ปี	51 - 60 ปี	มากกว่า 60 ปีขึ้นไป
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี	3.69	-	0.997	0.999	0.987	1.000	0.997
21 - 30 ปี	3.45	0.997	-	0.084	0.001*	0.818	0.060
31 - 40 ปี	3.85	0.999	0.084	-	0.885	0.895	0.999
41 - 50 ปี	4.00	0.987	0.001*	0.885	-	0.292	0.994
51 - 60 ปี	3.67	1.000	0.818	0.895	0.292	-	0.770
มากกว่า 60 ปีขึ้นไป	3.92	0.997	0.060	0.999	0.994	0.770	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.19 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความรู้ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 1 คู่ คือ

คู่ที่ 1 การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 41 - 50 ปี ($\bar{x} = 4.00$) สูงกว่า การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 21 - 30 ปี ($\bar{x} = 3.45$)

ตารางที่ 4.20 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามระดับการศึกษา

พฤติกรรมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ด้านความพอประมาณ	ระหว่างกลุ่ม	5.121	5	1.024	1.722	0.128
	ภายในกลุ่ม	223.616	376	0.595		
	รวม	228.737	381			
ด้านความมีเหตุผล	ระหว่างกลุ่ม	9.046	5	1.809	2.346	0.041*
	ภายในกลุ่ม	289.902	376	0.771		
	รวม	298.948	381			
ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	ระหว่างกลุ่ม	10.033	5	2.007	2.078	0.067
	ภายในกลุ่ม	363.152	376	0.966		
	รวม	373.185	381			
ด้านเงื่อนไขความรู้	ระหว่างกลุ่ม	2.512	5	0.502	0.992	0.422
	ภายในกลุ่ม	190.454	376	0.507		
	รวม	192.966	381			
ด้านเงื่อนไขคุณธรรม	ระหว่างกลุ่ม	6.190	5	1.238	1.874	0.098
	ภายในกลุ่ม	248.384	376	0.661		
	รวม	254.574	381			
ภาพรวม	ระหว่างกลุ่ม	4.030	5	0.806	1.611	0.156
	ภายในกลุ่ม	188.142	376	0.500		
	รวม	192.172	381			

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.20 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีระดับพฤติกรรมกรนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 1 ด้าน คือ ด้านความมีเหตุผล ดังนั้น จึงต้องทดสอบเป็นรายคู่ตามวิธีของ เชฟเฟ (Scheffe Method) ดังตารางที่ 4.22

ตารางที่ 4.21 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	ไม่ได้เรียน	ไม่ได้	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษาตอนต้น	มัธยมศึกษาตอนปลาย	อนุปริญาตรี / ปวส.	ปริญาตรี / สูงกว่า
\bar{x}	3.05	3.05	3.72	3.87	3.67	3.78	3.53
ไม่ได้เรียน	3.05	-	0.401	0.193	0.510	0.323	0.736
ประถมศึกษา	3.72	0.401	-	0.957	1.000	0.999	0.845
มัธยมศึกษาตอนต้น	3.87	0.193	0.957	-	0.895	0.999	0.347
มัธยมศึกษาตอนปลาย	3.67	0.510	1.000	0.895	-	0.999	0.347
อนุปริญาตรี / ปวส.	3.78	0.323	0.999	0.999	0.991	-	0.727
ปริญาตรี / สูงกว่า	3.53	0.736	0.845	0.347	0.967	0.727	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.21 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.22 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามอาชีพหลัก

พฤติกรรมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ด้านความพอประมาณ	ระหว่างกลุ่ม	16.721	5	3.344	5.931	0.001*
	ภายในกลุ่ม	212.016	376	0.564		
	รวม	228.737	381			
ด้านความมีเหตุผล	ระหว่างกลุ่ม	13.201	5	2.640	3.474	0.004*
	ภายในกลุ่ม	285.747	376	0.760		
	รวม	298.948	381			
ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	ระหว่างกลุ่ม	14.412	5	2.882	3.021	0.011*
	ภายในกลุ่ม	358.773	376	0.954		
	รวม	373.185	381			
ด้านเงื่อนไขความรู้	ระหว่างกลุ่ม	11.132	5	2.226	4.604	0.001*
	ภายในกลุ่ม	181.834	376	0.484		
	รวม	192.966	381			
ด้านเงื่อนไขคุณธรรม	ระหว่างกลุ่ม	8.776	5	1.755	2.685	0.021*
	ภายในกลุ่ม	245.798	376	0.654		
	รวม	254.574	381			
ภาพรวม	ระหว่างกลุ่ม	10.960	5	2.192	4.548	0.001*
	ภายในกลุ่ม	181.212	376	0.482		
	รวม	192.172	381			

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.22 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามอาชีพหลัก พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีระดับพฤติกรรมการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้ง 5 ด้าน ดังนั้น จึงต้องทดสอบเป็นรายคู่ตามวิธีของ เชฟเฟ่ (Scheffe Method) ดังตารางที่ 4.24 – 4.28

ตารางที่ 4.23 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความพอประมาณ

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ		เกษตรกร	ค้าขาย / ทำธุรกิจ	รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	รับจ้าง	ข้าราชการบำนาญ	อื่น ๆ
	\bar{x}	3.93	3.67	3.83	3.48	4.26	3.71
เกษตรกร	3.93	-	0.582	0.989	0.028*	0.655	0.897
ค้าขาย / ทำธุรกิจ	3.67	0.582	-	0.873	0.711	0.045*	1.000
รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	3.83	0.989	0.873	-	0.073	0.285	0.990
รับจ้าง	3.48	0.028*	0.711	0.073	-	0.001*	0.810
ข้าราชการบำนาญ	4.26	0.655	0.045*	0.285	0.001*	-	0.204
อื่น ๆ	3.71	0.897	1.000	0.990	0.810	0.204	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.23 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความพอประมาณ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.24 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ		เกษตรกร	ค้าขาย / ทำธุรกิจ	รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	รับจ้าง	ข้าราชการบำนาญ	อื่น ๆ
	\bar{x}	3.78	3.69	3.82	3.46	4.09	3.44
เกษตรกร	3.78	-	0.997	1.000	0.465	0.823	0.694
ค้าขาย / ทำธุรกิจ	3.69	0.997	-	0.966	0.689	0.558	0.861
รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	3.82	1.000	0.966	-	0.157	0.876	0.481
รับจ้าง	3.46	0.465	0.689	0.157	-	0.072	1.000
ข้าราชการบำนาญ	4.09	0.823	0.558	0.876	0.072	-	0.176
อื่น ๆ	3.44	0.694	0.861	0.481	1.000	0.176	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.24 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมีเหตุผล ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.25 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	\bar{x}	เกษตรกร	ค้าขาย / ทำธุรกิจ	รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	รับจ้าง	ข้าราชการบำนาญ	อื่น ๆ
การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	\bar{x}	3.41	3.53	3.63	3.12	3.50	3.43
เกษตรกร	3.41	-	0.993	0.888	0.683	1.000	1.000
ค้าขาย / ทำธุรกิจ	3.53	0.993	-	0.993	0.166	1.000	0.999
รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	3.63	0.888	0.993	-	0.026*	0.997	0.965
รับจ้าง	3.12	0.683	0.166	0.026*	-	0.705	0.794
ข้าราชการบำนาญ	3.50	1.000	1.000	0.997	0.705	-	1.000
อื่น ๆ	3.43	1.000	0.999	0.965	0.764	1.000	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.25 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 1 คู่ คือ

คู่ที่ 1 การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพรับราชการ / รัฐวิสาหกิจ ($\bar{x} = 3.63$) สูงกว่า การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพรับจ้าง ($\bar{x} = 3.12$)

ตารางที่ 4.26 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	เกษตกร	ค้าขาย / ทำธุรกิจ	รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	รับจ้าง	ข้าราชการบำนาญ	อื่น ๆ	
\bar{x}	3.95	3.76	4.04	3.70	4.28	3.90	
เกษตกร	3.95	-	0.761	0.990	0.450	0.596	1.000
ค้าขาย / ทำธุรกิจ	3.76	0.761	-	0.219	0.998	0.064	0.963
รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	4.04	0.990	0.219	-	0.044*	0.824	0.968
รับจ้าง	3.70	0.450	0.998	0.044*	-	0.019*	0.845
ข้าราชการบำนาญ	4.28	0.596	0.064	0.824	0.019*	-	0.551
อื่น ๆ	3.90	1.000	0.963	0.968	0.845	-	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.26 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 2 คู่ คือ

คู่ที่ 1 การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพรับราชการ / รัฐวิสาหกิจ ($\bar{x} = 4.04$) สูงกว่า การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพรับจ้าง ($\bar{x} = 3.70$)

คู่ที่ 2 การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพข้าราชการบำนาญ ($\bar{x} = 4.28$) สูงกว่า การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณธรรม ของกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพรับจ้าง ($\bar{x} = 3.70$)

ตารางที่ 4.27 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความรู้

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ		เกษตรกร	ค้าขาย / ทำธุรกิจ	รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	รับจ้าง	ข้าราชการบำนาญ	อื่น ๆ
	\bar{x}	3.94	3.79	3.91	3.60	4.13	3.80
เกษตรกร	3.94	-	0.956	1.000	0.305	0.969	0.990
ค้าขาย / ทำธุรกิจ	3.79	0.956	-	0.961	0.797	0.667	1.000
รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ	3.91	1.000	0.961	-	0.222	0.938	0.993
รับจ้าง	3.60	0.305	0.797	0.222	-	0.151	0.925
ข้าราชการบำนาญ	4.13	0.969	0.667	0.938	0.151	-	0.819
อื่น ๆ	3.80	0.990	1.000	0.993	0.928	0.819	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.27 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านเงื่อนไข ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ตารางที่ 4.28 ผลการศึกษา เปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามรายได้ต่อเดือน

พฤติกรรมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ด้านความพอประมาณ	ระหว่างกลุ่ม	0.897	3	0.299	0.496	0.685
	ภายในกลุ่ม	227.840	378	0.603		
	รวม	228.737	381			
ด้านความมีเหตุผล	ระหว่างกลุ่ม	5.666	3	1.889	2.434	0.065
	ภายในกลุ่ม	293.282	378	0.776		
	รวม	298.948	381			
ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี	ระหว่างกลุ่ม	9.146	3	3.049	3.166	0.025*
	ภายในกลุ่ม	364.038	378	0.963		
	รวม	373.185	381			
ด้านเงื่อนไขความรู้	ระหว่างกลุ่ม	1.370	3	0.457	0.901	0.441
	ภายในกลุ่ม	191.5963	378	0.507		
	รวม	192.966	381			
ด้านเงื่อนไขคุณธรรม	ระหว่างกลุ่ม	0.979	3	0.326	0.486	0.692
	ภายในกลุ่ม	253.595	378	0.671		
	รวม	254.574	381			
ภาพรวม	ระหว่างกลุ่ม	1.627	3	0.542	1.076	0.359
	ภายในกลุ่ม	190.545	378	0.504		
	รวม	192.172	381			

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.28 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านคุณธรรม และด้านความรู้ จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีระดับพฤติกรรมการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่มีด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดีแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนั้น จึงต้องทดสอบเป็นรายคู่ตามวิธีของ เชฟเฟ (Scheffe Method) ดังตารางที่ 4.30

ตารางที่ 4.29 ทดสอบความแตกต่างของการเปรียบเทียบการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความรู้

การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ	\bar{x}	ไม่มีรายได้	ต่ำกว่า 5,000 บาท	5,001 – 10,000 บาท	มากกว่า 10,001 บาท
ไม่มีรายได้	3.63	-	0.993	0.948	0.903
ต่ำกว่า 5,000 บาท	3.72	0.993	-	0.931	0.793
5,001 – 10,000 บาท	3.80	0.948	0.937	-	0.970
มากกว่า 10,001 บาท	3.85	0.903	0.793	0.970	-

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

จากตารางที่ 4.29 พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความรู้ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การศึกษา เรื่อง “แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่นำแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี และเพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนารูปแบบการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยช่วงระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ ช่วงเดือนตุลาคม พ.ศ. 2564 - เดือนกันยายน พ.ศ. 2565 กับผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ที่ผ่านการทดสอบความเชื่อมั่น (Reliability) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล จำนวน 382 ชุด จากนั้นจึงนำแบบสอบถามที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for the Social Sciences)

การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยการหาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ผลการวิเคราะห์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และผลการวิเคราะห์การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยการหาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และสถิติการทดสอบสมมติฐานเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างหนึ่งกลุ่มกับ ประชากร หรือเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่อาจมีความสัมพันธ์กันหรือเป็นอิสระต่อกัน (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA)

5.1 สรุปผลการศึกษา

การศึกษา เรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 41 – 50 ปี ระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือสูงกว่า ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง และมีรายได้ต่อเดือนมากกว่า 10,001 บาท

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ผลการวิเคราะห์ พบว่า ระดับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคมและวัฒนธรรม และด้านที่อยู่อาศัย ตามลำดับ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ผลการวิเคราะห์ พบว่า ระดับการปฏิบัติการดำรงชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ด้านคุณธรรม ด้านความรู้ ด้านความพอประมาณ ด้านความมีเหตุผล และด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ตามลำดับ

ตอนที่ 4 วิเคราะห์การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม จำแนกตามข้อมูลด้านประชากรศาสตร์

ผลการวิเคราะห์ พบว่า การนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม จำแนกตามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม แสดงให้เห็นว่า

1) กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกัน ในด้านความมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี และด้านความรู้

2) กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกัน ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม

3) กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกันในด้านการมีเหตุผล

4) กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพหลักต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกัน ประกอบด้วย ด้านความพอประมาณ ด้านการมีเหตุผล ด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี ด้านเงื่อนไขความรู้ และเงื่อนไขด้านคุณธรรม

5) กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีการนำแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ แตกต่างกันในด้านการมีภูมิคุ้มกันที่ดี

5.2 อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาวิจัย เรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พบประเด็นสำคัญที่สามารถนำมาอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ได้ศึกษา ดังนี้

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ผลการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

สภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี ส่วนใหญ่จะมีอาชีพรับจ้าง และใช้เวลาอยู่บ้านมากกว่าการออกไปข้างนอก เนื่องจากสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ทำให้ไม่อยากออกจากบ้าน และไม่อยากนำเชื้อโรคมานอนที่บ้าน หรือคนในบ้าน จึงได้มีการน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น การปลูกพืชผักสวนครัวไว้รับประทานเองในครอบครัว การแยกขยะ การงดใช้ถ้วยโพน การทำกับข้าวรับประทานกันเองโดยลดการใช้ถุงพลาสติก อีกทั้งภายในชุมชนเองยังมีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุให้ออกมามีส่วนร่วมในสังคมโดยพร้อมกัน เช่น การออกกำลังกายตอนเย็นภายในชุมชน มีการจัดตั้งหน่วยดูแลผู้สูงอายุจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และยังสอนให้ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ ให้กลับมาช่วยเหลือตัวเองมากขึ้น โดยไม่ต้องพึ่งพาบุตรหลาน หากไม่จำเป็น ซึ่งสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ ยุทธศาสตร์ และอากาศ ประจันตะเสน (2562) ได้ทำการศึกษาเรื่องแนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน ผลการศึกษาพบว่า แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยชุมชนในจังหวัดมหาสารคาม มีดังนี้ ด้านร่างกาย ชุมชนควรจัดกิจกรรมแบบเชิงรุก โดยทุกภาคส่วนต้องร่วมมือกันแบบบูรณาการใน ด้านการให้ความรู้ คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุและประชาชน เพื่อให้เข้าใจเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุอย่างถูกต้อง ด้านจิตใจ ชุมชนควรส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการมีงานทำหรือมีกิจกรรมร่วมกัน ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ควรมีการสร้างความเข้าใจให้บุตรหลานและสมาชิกในครอบครัวให้เข้าใจธรรมชาติและการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม ชุมชนควรจัดกิจกรรมผู้สูงอายุมีโอกาสได้สนทนาพูดคุย พบปะสังสรรค์และทำกิจกรรมร่วมกับคนในชุมชน ด้านสภาพแวดล้อม ชุมชนควรจัดสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสมและปลอดภัยในพื้นที่สาธารณะ

ด้านการมีอิสรภาพ ชุมชนควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้โอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง มีงานทำและมีรายได้

การใช้ชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของในหลวงรัชกาลที่ 9 นั้นทำให้ผู้สูงอายุภายในชุมชนมีการประยุกต์แนวคิด ใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ประหยัดอดออม ไม่ฟุ่มเฟือย มีการรวมกลุ่มทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันเพื่อหารายได้ ซึ่งสอดคล้องกับจุดพลุ ยะจอม (2552) ศึกษาเรื่อง การประยุกต์ใช้แนวคิดของเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในเขตเทศบาลตำบลปลาย อำเภอลำปาง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ผลการศึกษาพบว่า ระดับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด เศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในเขตเทศบาลปลายอยู่ในระดับมากโดยเฉพาะในประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมากที่สุด คือ ประเด็นความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกันในตัว รongลงมา คือ ประเด็นการดำเนินชีวิตทางสายกลาง ถือเป็นเศรษฐกิจพอเพียง นอกจากนั้นยังได้แสดงความคิดเห็นอีกว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 ทรงมีพระราชดำรัสไว้เพื่อชี้แนะแนวทางในการดำเนินชีวิตให้ประชาชนชาวไทย ระดับการดำเนินชีวิตตามแนวของเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนอยู่ในระดับมาก โดยส่วนใหญ่จะเป็นการลดรายจ่ายเพิ่มรายได้ ในส่วนของการปลูกพืชสวนครัวไว้กินเองในครัวเรือนอีกประการหนึ่งนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต คือ การประหยัดอดออม ใช้จ่ายอย่างประหยัด ไม่ฟุ่มเฟือย ระดับการมีส่วนร่วมกับชุมชนตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงนั้นอยู่ในระดับปานกลาง โดยเข้าร่วมกลุ่มเป็นสมาชิกกลุ่มออมทรัพย์ สหกรณ์ออมทรัพย์ กองทุนหมู่บ้าน เป็นต้น มีระดับการมีส่วนร่วมมากที่สุด การดำเนินการของชุมชนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับปานกลาง โดยภาพรวมกลุ่มต่าง ๆ เพื่อดำเนินกิจกรรมร่วมกัน เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับชุมชน เช่น การรวมกลุ่มเป็นกลุ่มอาชีพต่าง ๆ การรวมกันตั้งกลุ่มออมทรัพย์ กลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด และประเมินความสามัคคี การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่ทอดทิ้งกันอยู่ในระดับมากเช่นกัน

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่นำแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี

ผลการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี ส่วนใหญ่เกือบทุกครัวเรือนได้มีการเข้ารับการอบรม หรือเข้าร่วมกิจกรรม การน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวันเป็นประจำ ไม่ว่าจะเป็นการปลูกผักสวนครัวไว้ใช้ในครัวเรือน ทำให้ประหยัดค่าใช้จ่าย และได้สุขภาพที่ดี อีกทั้งยังเป็นการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว และสามารถหารายได้จากพืชผักที่เราปลูกได้ด้วย และยังมีหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเข้ามาให้ความรู้ สร้างเครือข่าย และคอยเข้ามาดูแลผู้สูงอายุในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับกัญญาณัฐ ไพคำ (2561) ได้ทำการศึกษา เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในประเทศไทย ผลการศึกษา พบว่า อิทธิพลของนโยบายสวัสดิการผู้สูงอายุที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในประเทศไทยมี 4 ประการ ได้แก่ 1) การจัดตั้งหน่วยงานที่ทำหน้าที่ดูแลงานด้านผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบ 2) การสนับสนุนให้มีชมรมผู้สูงอายุในชุมชนที่เข้มแข็ง 3) การสร้างเครือข่ายการทำงานด้านผู้สูงอายุการใช้

ทรัพยากรและข้อมูลด้านผู้สูงอายุร่วมกันอย่างบูรณาการระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และ 4) การพัฒนาบุคลากรของท้องถิ่นให้ความรู้ ความเข้าใจ การดูแลผู้สูงอายุเพื่อให้ทำงานด้านผู้สูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงการให้ความรู้เกี่ยวกับสิทธิและผลประโยชน์ที่ผู้สูงอายุได้รับตามกฎหมาย

นอกจากนี้ผู้สูงอายุในชุมชนยังมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ภายในครอบครัว มีการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน และยังมีหน่วยงานภายนอกเข้ามาประสานงานในเรื่องต่าง ๆ เช่น การดูแลผู้สูงอายุ การออกกำลังกายของผู้สูงอายุ การให้ความรู้ในเรื่องของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุให้กับทุกคนในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตจังหวัดแพร่ ผลการวิจัย พบว่า 1) ภาพรวมของปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านสังคม ด้านครอบครัว และด้านการเงินและการงาน พบว่า อยู่ในระดับมาก 2) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า ด้านสุขภาพอนามัย ควรมีการนำแผนยุทธศาสตร์ไปปฏิบัติได้จริง ที่สอดคล้องและตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ควรมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งมีบริการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างจริงจัง ควรมีการตั้งศูนย์พัฒนาผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม หรือศูนย์ออกกำลังกาย ควรมีกลุ่มอาสาสมัครออกเยี่ยมที่บ้านพร้อมรับฟังปัญหาและแนะนำแนวทาง พร้อมทั้งตั้งงบประมาณไว้รองรับผู้สูงอายุในอนาคต ด้านสังคม ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลและให้เกิดความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ และควรจัดสวัสดิการแจก สิ่งของที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ และเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมทางศาสนาและได้บำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม ควรมีรถรับ-ส่ง ไปโรงพยาบาลเมื่อเจ็บป่วยควรมีการแจ้งข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุอย่างทั่วถึง ด้านครอบครัว ควรจัดการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและตั้งศูนย์ที่พักพิงชั่วคราวของผู้สูงอายุอย่างเหมาะสมและปลอดภัย และควรสนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมให้เพียงพอต่อความต้องการในวันสำคัญของครอบครัวเพื่อสร้างสายใยครอบครัวและสนับสนุนให้อยู่กับครอบครัว และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุอยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุขจนวาระสุดท้าย และควรจัดอบรมให้ความรู้แก่สมาชิกในครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุอย่างถูกต้องตามหลักเกณฑ์ ด้านการเงินและการงาน ควรสนับสนุนในด้านอาชีพการหารายได้อย่างเหมาะสมตาม ความถนัดของผู้สูงอายุ และให้มีส่วนร่วมปฏิบัติทุกขั้นตอน พร้อมทั้งสนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดอบรมเพิ่มความรู้และทักษะด้านอาชีพ และมีการบริการจัดการ นำผลิตภัณฑ์กลุ่มออกจำหน่าย และจัดตั้งกองทุนและสวัสดิการกลุ่ม

ทั้งนี้การประยุกต์ใช้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรียังสอดคล้องกับจุดพล ยะจอม (2552) ศึกษาเรื่อง การประยุกต์ใช้แนวคิดของเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชนในเขตเทศบาลตำบลปลาย อำเภอลำปาง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ผลการศึกษาพบว่า ระดับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด เศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนในเขตเทศบาลปลายอยู่ในระดับมากโดยเฉพาะในประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจในปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมากที่สุด คือประเด็นความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล ความมีภูมิคุ้มกันในตัวเอง รองลงมาคือประเด็นการดำเนินชีวิตทางสายกลาง ถือเป็นเศรษฐกิจพอเพียง นอกจากนี้ยังได้แสดงความคิดเห็นอีกว่า เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 ทรงมีพระราชดำรัสไว้เพื่อชี้แนะแนวทาง

ในการดำเนินชีวิตให้ประชาชนชาวไทย ระดับการดำเนินชีวิตตามแนวของเศรษฐกิจพอเพียงของประชาชนอยู่ในระดับมาก โดยส่วนใหญ่จะเป็นการลดรายจ่ายเพิ่มรายได้ ในส่วนของการปลูกพืชสวนครัวไว้กินเองในครัวเรือนอีกประการหนึ่งนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต คือ การประหยัดคอตอม ใช้จ่ายอย่างประหยัดไม่ฟุ่มเฟือย ระดับการมีส่วนร่วมกับชุมชนตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงนั้นอยู่ในระดับปานกลาง โดยเข้าร่วมกลุ่มเป็นสมาชิกกลุ่มออมทรัพย์ สหกรณ์ออมทรัพย์ กองทุนหมู่บ้าน เป็นต้น มีระดับการมีส่วนร่วมมากที่สุด การดำเนินการของชุมชนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับปานกลาง โดยภาพรวมกลุ่มต่าง ๆ เพื่อดำเนินกิจกรรมร่วมกัน เพื่อเพิ่มรายได้ให้กับชุมชน เช่น การรวมกลุ่มเป็นกลุ่มอาชีพต่าง ๆ การรวมกันตั้งกลุ่มออมทรัพย์ กลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด และประเมินความสามัคคี การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่ทอดทิ้งกันอยู่ในระดับมากเช่นกัน

วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนารูปแบบการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

ผลการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

แนวทางการพัฒนารูปแบบการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี โดยส่วนใหญ่จะเลือกใช้สินค้าที่เหมาะสม ราคาไม่แพง ไม่ใช่จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ไม่กู้เงินนอกระบบ มีการวางแผนการใช้จ่ายเงินอย่างรอบคอบ อด ละเอียด เล็ก เหล้า บุหรี่ และอบายมุขทุกชนิด เพื่อสุขภาพของตนเองและคนในครอบครัว ออกกำลังกายเป็นประจำ สร้างรายได้เสริม มีการรวมกลุ่มจัดตั้งวิสาหกิจชุมชน ขยันหมั่นเพียรในการทำงาน เข้าร่วมกิจกรรมทั้งที่หน่วยงานภาครัฐ หน่วยงานภาคเอกชน หรือของคนในชุมชนเป็นประจำ ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม และรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงของสังคมตลอดเวลา และสามารถปรับตัวได้ทันทุกสถานการณ์ ซึ่งสอดคล้องกับอาชญาวิธานอุบล และคณะ (2561) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ข้อเสนอการพัฒนากิจการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ ผลการศึกษา พบว่า แนวทางการดำเนินตามนโยบายส่วนใหญ่สะท้อนให้เห็นว่า “ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่อยู่ในวันที่ควรได้รับการสงเคราะห์และดูแลเพื่อไม่ให้เป็นการละเลยของสังคม” กล่าวคือ มุ่งเน้นที่การให้บริการของหน่วยงานมากกว่าจะเป็นการเสริมพลังอำนาจผู้สูงอายุและครอบครัว ให้ผู้สูงอายุและครอบครัวสามารถตัดสินใจกำหนดทางเลือกในการดำเนินชีวิตที่มีคุณภาพเหมาะสมกับบริบทและศักยภาพของตนเอง ตลอดจนสามารถเข้าถึงและรักษาสิทธิประโยชน์ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ โรงเรียนผู้สูงอายุมุ่งเน้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านสุขภาพและการดูแลตัวเองโดยให้ผู้สูงอายุและชุมชนมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการ ส่วนจุดอ่อน คือ กลไกหลักประกันไม่สอดคล้องกับนโยบายและมาตรการและยังเน้นการรวมกลุ่มเฉพาะผู้สูงอายุ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับสมาชิกชุมชนยังมีไม่มาก ในด้านของ จุดร่วมการดำเนินงานพัฒนาศักยภาพ นโยบายร่วม ได้แก่ การมองเห็นคุณค่าในตนเองผ่านกิจกรรม สุขภาพ และการมีปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคม มาตรการร่วม คือ กิจกรรมกับการมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการ และกลไกร่วม 3 ด้าน คือ กลไกร่วมด้านสุขภาพ การส่งเสริมให้เข้าใจตนเอง ดูแลตนเอง กลไกร่วมในด้านการมีส่วนร่วม คือ การให้ความสำคัญกับความสะดวกในการเข้าร่วมกิจกรรมและความหลากหลายของ

กิจกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการ และกลไกร่วมด้านมั่นคงและการมีหลักประกันในชีวิต คือ การส่งเสริมอาชีพ ความเชื่อพื้นฐานของนโยบายการดำเนินงานส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ คือ ผู้สูงอายุมีศักยภาพ แต่อาจมีไม่เท่ากัน การพัฒนาต้องต่อยอดจากศักยภาพที่ผู้สูงอายุนำอยู่จุดมุ่งหมายของการพัฒนา ศักยภาพผู้สูงอายุ คือ การเสริมแรงให้ผู้สูงอายุรับรู้ถึงศักยภาพที่ตนเองมีอยู่ และสามารถใช้ศักยภาพนั้น เพื่อการมีชีวิตที่เป็นปกติสุขตามอัตภาพในสังคม การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุต้องคำนึงถึงตัวผู้สูงอายุเป็นหลัก บุคคลและหน่วยงานภายนอกเป็นตัวเสริม

5.3 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

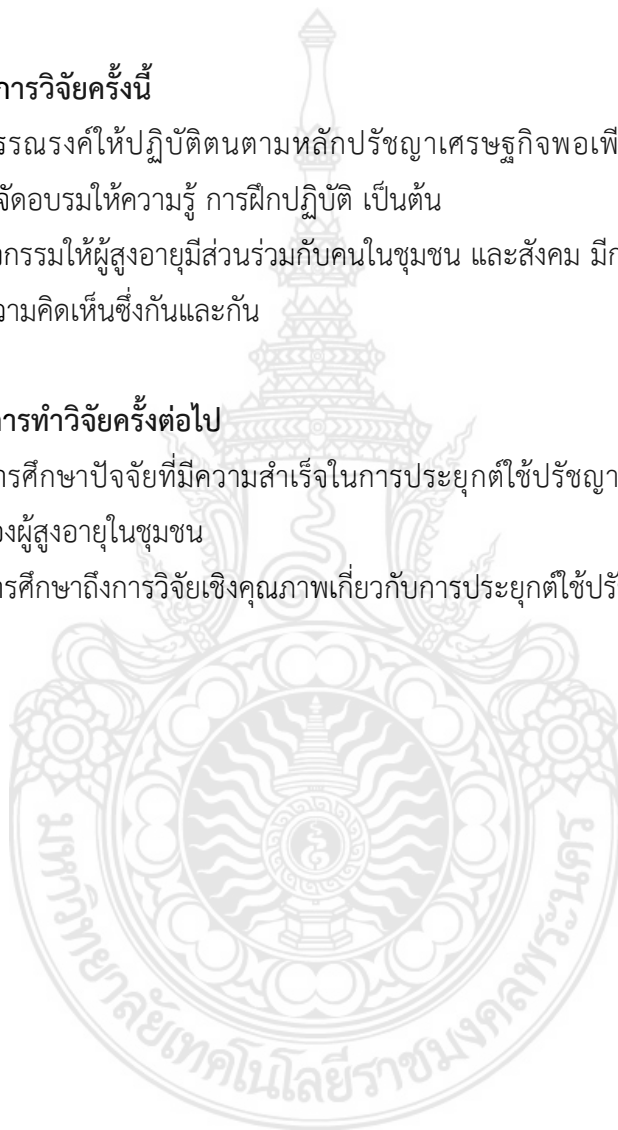
5.3.1 ควรมีการรณรงค์ให้ปฏิบัติตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ด้วยการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การจัดอบรมให้ความรู้ การฝึกปฏิบัติ เป็นต้น

5.3.2 ควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุมีสวนร่วมกับคนในชุมชน และสังคม มีการช่วยเหลือเกื้อกูล และยังเป็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

5.4 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

5.4.1 ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีความสำเร็จในการประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน

5.4.2 ควรมีการศึกษาถึงการวิจัยเชิงคุณภาพเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง



บรรณานุกรม

- กรรณิการ์ ภิรมย์รัตน์. (2553). **พฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร**. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา. กรุงเทพฯ.
- กลุ่มพัฒนากรอบแนวคิดทางเศรษฐกิจของปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง. (2547). **กรอบแนวคิดทางทฤษฎี เศรษฐศาสตร์ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง**. กรุงเทพฯ: สำนักงานสำนักงานคณะกรรมการพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- กันย์ลีณี ปัญญาภิวังศ์. (2557). **ทักษะชีวิตเพื่อการจัดการตนเองตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักศึกษา ศิลปากร**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา ภาควิชาพื้นฐานทางการศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- กัลยา วานิชย์บัญชา และฐิตา วานิชย์บัญชา. (2560). **การใช้ SPSS for Windows ในการวิเคราะห์ข้อมูล**. (พิมพ์ครั้งที่ 29). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สามลดา.
- กานดา เตชะขันทมา. (2556). **ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา**. คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.
- เกษม วัฒนชัย. (2549). **การเรียนรู้ที่แท้และพอเพียงในหลักคิด “พอเพียง”**. กรุงเทพฯ: มติชน.
- _____. (2550). **เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ**. วารสารผู้ตรวจการแผ่นดินของรัฐสภา, ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 ตุลาคม 2549 – มีนาคม 2550: 155-156.
- คณะอนุกรรมการการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคม แห่งชาติ. (2547). **นานาคำถามเกี่ยวกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง**. ม.ป.ป.: ม.ป.ท.
- คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนเศรษฐกิจพอเพียง สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2556). **เศรษฐกิจพอเพียง**. ค้นเมื่อ พฤศจิกายน 2563, จาก <http://www.sufficiencyeconomy.org/imabes/suff/suff-econ-pdf>.
- จิราพร เกียรติวุฒิมร และศุภานัน ภพตระกูล. (2555). **ทัศนะของนักศึกษาต่อการนำปรัชญาเศรษฐกิจ พอเพียงไปสู่การแก้ปัญหาความฟุ่มเฟือย : กรณีศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล รัตนโกสินทร์**. นครปฐม.
- ธัญญา ธีระกนิษฐ์. (2555). **พฤติกรรมมนุษย์เพื่อการพัฒนาตน**. อุดรธานี: สำนักวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัย ราชภัฏอุดรธานี.
- ประเวศ วะสี. (2542). **เศรษฐกิจพอเพียงและประชาสังคม: แนวพลิกฟื้น เศรษฐกิจ สังคม**. กรุงเทพฯ: หมอ ชาวบ้าน.

บรรณานุกรม (ต่อ)

- ปวริศ เมตตา. (2560). ความรู้และพฤติกรรมในการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของข้าราชการกรมการคำภายใน กระทรวงพาณิชย์. สารนิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขา รัฐประศาสนศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสยาม. กรุงเทพมหานคร.
- พจนานุกรม. ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, กรุงเทพมหานคร: นามมีบุคส์พับลิเคชั่นส์, 2542.
- พระชนพล กนต์โล (เรื่อนเพ็ชร์). 2561. การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลเทพกระษัตรี อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต. วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ.
- ภูมิวัฒน์ พรวนสุข. 2558. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในเขตจังหวัดแพร่, วารสารบัณฑิตวิทยาลัยพิษณุพนธ์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์.
- รัฐพงศ์ บุญญานวัตร. 2554. การนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของประชาชนในชุมชนเขตดุสิต กรุงเทพมหานคร. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- วารี คลังศิริ. (2558). การรับรู้เพื่อพัฒนาตนเองตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏกาญจนบุรี. การค้นคว้าอิสระ บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏกาญจนบุรี. กาญจนบุรี.
- วัลลภา เขยบัวแก้ว, กรอบแนวคิดคุณภาพชีวิต RN., DSN [DOC], [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: www.2.tsu.ac.th/org/lic/uploads/images/life.docx, [22 มีนาคม 2561]
- ศศิพรรณ บัวทรัพย์. (2547). ความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงต่อปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง. ภาคนิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- สุเมธ ตันติเวชกุล. (2540). แนวคิดและทฤษฎีการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ.
- _____. (2544). เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำรินใต้เบื้องพระยุคลบาท. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มติชน.
- _____. (2549). ใต้เบื้องพระยุคลบาท. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: มติชน.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). คุณภาพชีวิตการทำงานและความสุข, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมดาเพลส จำกัด, 2556.
- หทัยรัตน์ อยู่รอด (2550). ทักษะของพนักงานต่อการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต กรณีศึกษา บริษัท โจนส์ แลง ลาซาลส์ (ประเทศไทย) จำกัด. ภาคนิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์

บรรณานุกรม (ต่อ)

- หัสติน แก้ววิชิต. (2559). เอกสารประกอบการสอน รายวิชา พฤติกรรมมนุษย์เพื่อการพัฒนาตน. สำนักวิชา
ศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี. อุดรธานี.
- King, L. A. (2011). **The Science of Psychology**. (2nd ed.). New York: McGraw Hill.
- Lefton, L. A., & Brannon, L. (2008). **Psychology**. New York: Pearson Education.
- Yamane, Taro. (1970). **Statistical an Introductory Analysis**. 2nd ed Tokyo: John Weatherhill, inc.



ภาคผนวก





แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง แนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี

โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุที่นำแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี และเพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนารูปแบบการนำแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดกรุณาให้สัมภาษณ์ เพื่อผู้วิจัยจักนำข้อมูลสำคัญที่ได้ไปเป็นประโยชน์ในการเสนอแนะหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรีต่อไป

คำชี้แจง แบบสอบถามมีทั้งหมด 5 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรีโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอนองแคะ จังหวัดสระบุรี

ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถาม

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านและขอขอบพระคุณในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง

คณะผู้วิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ หน้า คำตอบที่ตรงกับความจริงท่าน

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. อายุ

ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 20 ปี

21-30 ปี

31-40 ปี

41-50 ปี

51-60 ปี

มากกว่า 60 ปี ขึ้นไป

3. ระดับการศึกษา

ไม่ได้เรียน

ประถมศึกษา

มัธยมศึกษาตอนต้น / ปวช.

มัธยมศึกษาตอนปลาย

อนุปริญญาตรี / ปวส.

ปริญญาตรี / สูงกว่า

4. อาชีพหลัก (อาชีพที่มั่นคงและมีรายได้มากที่สุด)

เกษตรกร

ค้าขาย/ทำธุรกิจ

รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ

รับจ้าง

ข้าราชการบำนาญ

อื่น ๆ ระบุ.....

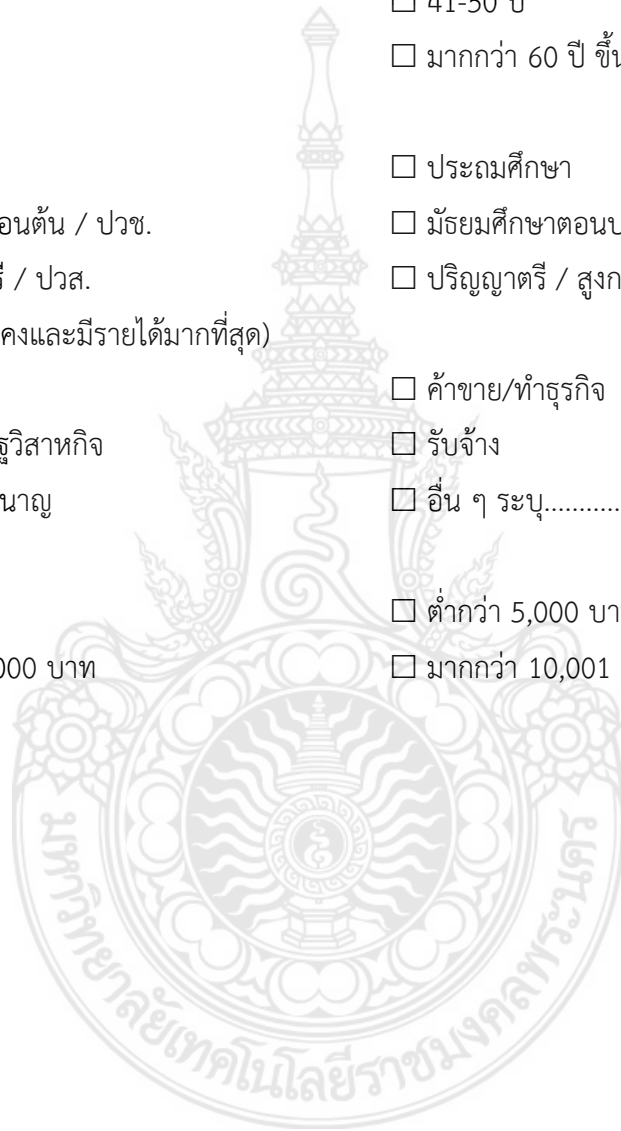
5. รายได้ต่อเดือน

ไม่มีรายได้

ต่ำกว่า 5,000 บาท

5,001 – 10,000 บาท

มากกว่า 10,001 บาท



ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรีโดยใช้
หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ	ระดับการส่งเสริม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านร่างกาย					
1. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่ออกตรวจสอบสุขภาพผู้สูงอายุเป็นประจำ					
2. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ					
3. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่ให้คำแนะนำด้านการออกกำลังกายที่เหมาะสม					
4. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมสนับสนุนฟื้นฟูสมรรถภาพผู้สูงอายุ					
5. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดสวัสดิการแจกสิ่งของที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ					
ด้านจิตใจ					
1. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมพบปะสังสรรค์ระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันเพียงใด					
2. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลผู้สูงอายุภายในชุมชนเพียงใด					
3. ทางหน่วยงานราชการมีการสนับสนุนกิจกรรมการท่องเที่ยวในพื้นที่แก่ผู้สูงอายุเพียงใด					
4. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุเพียงใด					
5. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดเจ้าหน้าที่คอยให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุเพียงใด					
ด้านที่อยู่อาศัย					
1. ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยให้ความช่วยเหลือในการปรับสภาพแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ					
2. ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยอำนวยความสะดวกในการเข้าถึงของสาธารณูปโภค เช่น ไฟฟ้า ประปา แก่ผู้สูงอายุ					

คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ	ระดับการส่งเสริม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
3. ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่คอยให้คำแนะนำในการปรับปรุงห้องนอน ที่นอนให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ					
4. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดหาอุปกรณ์และสถานที่สำหรับการฝึกการทำกิจกรรมในเวลาว่างให้กับผู้สูงอายุ					
5. ทางหน่วยงานราชการมีเจ้าหน้าที่ในการปรับปรุงซ่อมแซม ห้องน้ำห้องสุขาแก่ผู้สูงอายุ					
ด้านสังคมและวัฒนธรรม					
1. ทางหน่วยงานราชการมีการสนับสนุนประเพณีวัฒนธรรม เช่น ประเพณีรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุภายในชุมชน เป็นต้น					
2. ทางหน่วยงานราชการให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุที่เป็นปราชญ์ชาวบ้าน					
3. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดกิจกรรมพบปะผู้สูงอายุในชุมชนเป็นประจำ					
4. ทางหน่วยงานราชการมีส่วนร่วมให้บุคคลในชุมชนรวมกลุ่มเพื่อออกเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุ					
5. ทางหน่วยงานราชการมีการจัดตั้งชมรมเพื่อการสันถนาการแก่ผู้สูงอายุ เช่น ชมรมแอโรบิก ชมรมผู้สูงอายุ ชมรมปฏิบัติธรรม เป็นต้น					

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุในอำเภอหนองแค จังหวัดสระบุรี

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

การดำเนินชีวิตโดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	ระดับการปฏิบัติ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ความพอประมาณ					
1. ไม่ใช่เงินกู้ เงินนอกระบบ เพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่ายในครอบครัว					
2. เลือกใช้สินค้าที่เหมาะสมมาใช้ในชีวิตประจำวัน					
3. รับประทานอาหารที่บ้านเป็นประจำ					
4. ซื้อสินค้าที่ไม่เกินความจำเป็น					
ความมีเหตุผล					
1. มีการพิจารณาอย่างรอบคอบก่อนที่จะตัดสินใจในการใช้จ่ายเงิน					
2. วางแผนเรื่องรายรับ รายจ่ายของครอบครัว					
3. พิจารณาปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างมีเหตุผลก่อนการตัดสินใจ					
4. ยอมรับผลที่เกิดจากการตัดสินใจของตนทุกครั้ง					
ด้านกรมีภูมิคุ้มกันที่ดี					
1. จัดทำบัญชีรายรับ - รายจ่ายหรือวางแผนการใช้จ่ายเงินทุกครั้ง					
2. ลด ละ เลิก เหล้า บุหรี่ และอบายมุข ทุกชนิด					
3. ออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อให้ตนเองมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง					
4. สร้างรายได้เสริมที่นอกเหนือจากรายได้ประจำ					
ด้านคุณธรรม					
1. มีจิตใจเอื้ออาทร และชอบช่วยเหลือเกื้อกูล					
2. ส่งเสริม รู้รักสามัคคี ร่วมพลังทำกิจกรรมในครอบครัวและสังคม					
3. ขยันหมั่นเพียรในการทำงาน					
4. เข้าร่วมกิจกรรมของสังคมอย่างสม่ำเสมอ					
ด้านความรู้					
1. มีความรู้ในการปฏิบัติตนเพื่อเป็นพลเมืองที่ดี					
2. ศึกษาหาความรู้เพื่อนำมาพัฒนาอาชีพอยู่เสมอ					
3. มีการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอยู่ตลอด					
4. ค้นคว้า หาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับอาชีพและการดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่อง					

ส่วนที่ 4 ข้อมูลเกี่ยวกับข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. คุณภาพชีวิตที่ท่านคาดหวัง / ต้องการเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ท่านสามารถนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการชีวิตประจำวันให้ดีขึ้นได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณอย่างสูงที่ท่านเสียสละเวลาในการตอบแบบสอบถาม



ประวัติผู้วิจัย



ชื่อ - นามสกุล นางสาวปวีณา จารุศิริ

1. ประวัติส่วนตัว

วัน/เดือน/ปี เกิด

6 ธันวาคม 2514

สถานที่ติดต่อ

กลุ่มมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ หมวดสาขาวิชาศึกษาทั่วไป
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
86 ถนนพิษณุโลก แขวงสวนจิตรลดา
เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร 10300

เบอร์โทรศัพท์

0 2665 3555 ต่อ 8330

เบอร์โทรศัพท์มือถือ

08 9448 0017

อีเมลล์

paween.a@rmutp.ac.th

2. ประวัติการศึกษา

ปี พ.ศ. ที่จบ	คุณวุฒิ	สาขาวิชา	สถานศึกษา
2552	รัฐประศาสนศาสตร์ มหาบัณฑิต	รัฐศาสตร์	มหาวิทยาลัยรามคำแหง
2540	ครุศาสตรบัณฑิต	สังคมศึกษา	สถาบันราชภัฏอุบลราชธานี

3. ตำแหน่งปัจจุบัน

- หัวหน้าเจ้าหน้าที่พัสดุ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
- อาจารย์ประจำกลุ่มมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ หมวดสาขาวิชาศึกษาทั่วไป

4. ผลงานวิจัย

1. แนวทางการพัฒนาการบริหารงานพัสดุของผู้ปฏิบัติงานพัสดุ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ราชมงคลพระนคร
2. การพัฒนาระบบบริหารงานพัสดุ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
2. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
3. รูปแบบการเรียนการสอน และระบบการบริหารจัดการเรียนการสอนแบบ New Normal คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ประวัติผู้วิจัย



ชื่อ - นามสกุล นางสาวศุภวรรณ กุศลธรรมรัตน์

1. ประวัติส่วนตัว

วัน/เดือน/ปี เกิด 19 มีนาคม 2530
สถานที่ติดต่อ งานพัสดุ ฝ่ายบริหาร
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
86 ถนนพิษณุโลก แขวงสวนจิตรลดา
เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร 10300
เบอร์โทรศัพท์ 0 2665 3555 ต่อ 8330
เบอร์โทรศัพท์มือถือ 06 3229 4249, 09 7298 9149
อีเมล supawan.k@rmutp.ac.th

2. ประวัติการศึกษา

ปี พ.ศ. ที่จบ	คุณวุฒิ	สาขาวิชา	สถานศึกษา
2552	บริหารธุรกิจบัณฑิต	การจัดการโรงแรม และการท่องเที่ยว	มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย

3. ตำแหน่งปัจจุบัน

- นักวิชาการพัสดุ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

4. ผลงานวิจัย

1. แนวทางการพัฒนาการบริหารงานพัสดุของผู้ปฏิบัติงานพัสดุ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ราชมงคลพระนคร
2. การพัฒนาระบบบริหารงานพัสดุ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
4. รูปแบบการเรียนการสอน และระบบการบริหารจัดการเรียนการสอนแบบ New Normal คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร