



รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว*

MODEL FOR IMPROVING THE QUALITY OF LIFE OF STUDENTS AT ELDERLY SCHOOLS IN SA KAEO PROVINCE

ณัฐธรรณ ใหญ่นิติคุณ

Natthanaphon Yainititkun

คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Faculty of Social Science Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Email: krooyai1@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัย เรื่อง “รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว สำรวจและวิเคราะห์ความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว และพัฒนารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว ใช้เทคนิควิธีการวิจัยแบบผสานวิธี แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 การวิจัยเชิงปริมาณในรูปแบบสำรวจ ระยะที่ 2 การวิจัยเชิงคุณภาพ และระยะที่ 3 การวิจัยและพัฒนา

ผลการวิจัย พบว่า

คุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว อยู่ในระดับที่ดี โดยเฉพาะด้านจิตใจ ผู้สูงอายุมีความต้องการหลากหลาย ทั้งสุขภาพกาย ใจ เศรษฐกิจและสังคม โรงเรียนผู้สูงอายุมิบทบาทสำคัญในการตอบสนองความต้องการ โดยเปิดโอกาสให้เรียนรู้หลักสูตรต่างๆ ทั้งด้านเกษตร การใช้สมาร์ทโฟน ทักษะการสื่อสาร ส่งเสริมพฤติกรรมด้านสุขภาพ สร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม พัฒนาจิตใจและการจัดการความเครียด เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างรอบด้าน

การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว มีแนวทางการพัฒนาตามหลักภavana 4 ประการ ได้แก่ กายภavana (ส่งเสริมสุขภาพร่างกาย) จิตภavana (ส่งเสริมสุขภาพจิตใจ) ศิลภavana (ปฏิบัติตนตามศีลธรรม) และปัญญาภavana (พัฒนาปัญญาและการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง) ทั้งหมดนี้ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงในสังคมและเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: รูปแบบการพัฒนา, คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ, โรงเรียนผู้สูงอายุ

* Received: July 4, 2024; Revised August 14, 2024; Accepted October 24, 2024



ABSTRACT

The research on “Model for improving the quality of life of students at elderly schools in Sa Kaeo Province” aims to study the quality of life of elderly students in schools in Sa Kaeo province, explore and analyze the needs related to the development of quality of life of elderly students in schools in Sa Kaeo province, and develop a model for improving the quality of life of elderly students in schools in Sa Kaeo province. The research uses a mixed methods approach and is divided into three stages: Stage 1 is quantitative research in the form of a survey, Stage 2 is qualitative research, and Stage 3 is research and development.

The research found that

the quality of life of elderly students in schools in Sa Kaeo province is good, especially in terms of mental health. The elderly have various needs, including physical health, mental health, economic, and social. Elderly schools play a crucial role in responding to these needs by providing opportunities to learn various curricula, including agriculture, smartphone usage, communication skills, promoting health behaviors, building social relationships, developing mental health, and stress management, to improve the overall quality of life of the elderly.

The integration of Buddhist principles in improving the quality of life of elderly students in schools in Sa Kaeo province has a development approach based on the four aspects of aspiration: body aspiration (promoting physical health), mind aspiration (promoting mental health), moral aspiration (practicing morality), and wisdom aspiration (developing wisdom and continuous learning). All of these help the elderly to respond effectively to changes in society and technology

Keywords; Development model, Quality of life for the elderly, Elderly school

บทนำ

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมาตั้งแต่ปี 2548 โดยมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด และคาดว่าในอีกไม่เกิน 10 ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะกลายเป็น "สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์" ที่มีผู้สูงอายุสูงถึงร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศ การเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุทำให้ภาครัฐต้องเผชิญกับความท้าทายหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นการดูแลสุขภาพ การจ่ายสวัสดิการ และปัญหาอื่นๆ ที่อาจเกิดขึ้น นอกจากนี้ รูปแบบครอบครัวไทยได้เปลี่ยนแปลงไปจากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยว ทำ



ให้ผู้สูงอายุไม่สามารถแสดงบทบาทต่างๆ ได้ดังเช่นในอดีต ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง ก่อให้เกิดปัญหาในกลุ่มผู้สูงอายุ ภาครัฐจึงให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยมุ่งเน้นด้านสุขภาพเป็นหลัก

คุณภาพชีวิตหมายถึงความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล ซึ่งต้องได้รับการตอบสนองความต้องการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม การปรับตัวของผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะช่วยทำให้มีความสุขในชีวิต แม้ว่าสวัสดิการจากรัฐจะเป็นปัจจัยสนับสนุน แต่สิ่งที่ผู้สูงอายุต้องการมากที่สุดคือการได้อยู่ร่วมกับครอบครัวที่อบอุ่น ทำกิจกรรมร่วมกับบุตรหลาน และใช้ชีวิตท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่ดี ครอบครัวจึงมีบทบาทสำคัญยิ่งในการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งแสดงถึงความเคารพ ความรัก และความกตัญญูทวาทิต การได้รับความห่วงใยจากสมาชิกในครอบครัวอย่างสม่ำเสมอ นำมาซึ่งคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ นอกจากนี้ การมีเพื่อนบ้านในวัยเดียวกันก็มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุด้วยเช่นกัน การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีและมีคุณค่า มีความสุข สามารถพึ่งตนเองได้ โดยไม่เป็นภาระต่อลูกหลาน ปัจจัยสำคัญคือการได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวอย่างอบอุ่น มีกิจกรรมร่วมกับบุตรหลาน และอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี นอกจากนี้ การนำหลักพุทธธรรม โดยเฉพาะหลักภavana 4 ได้แก่ กายภavana สीलภavana จิตตภavana และปัญญาภavana มาประยุกต์ใช้ก็เป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ดียิ่งขึ้น การเตรียมรับมือกับสังคมผู้สูงอายุอย่างเหมาะสมจึงเป็นสิ่งจำเป็นทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน และนโยบายจากภาครัฐ เพื่อให้ผู้สูงอายุไทยได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณค่า

ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มประชากรที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องและต้องเผชิญกับความท้าทายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ดียิ่งขึ้น เนื่องจากผู้สูงอายุมักประสบกับการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ส่งผลให้คุณภาพชีวิตลดลง ปัญหาสำคัญที่พบในผู้สูงอายุ ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย การสูญเสียคู่สมรสหรือเพื่อนฝูง ทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้ หดหวน น้อยใจ วิตกกังวล ขาดความมั่นคงปลอดภัย ต้องพึ่งพาผู้อื่นมากขึ้น นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและการเกษียณอายุราชการ ยังส่งผลให้ผู้สูงอายุมีบทบาทและการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมลดน้อยลง เกิดการพึ่งพิงในการดำเนินชีวิต ดังนั้น แนวทางในการดูแลและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องมุ่งเน้นไปที่การช่วยเหลือให้ผู้สูงอายุมีความสุข พึ่งพาตนเองได้ ไม่เป็นภาระแก่ผู้อื่น และมีคุณค่าในตนเอง การนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะหลักภavana 4 ซึ่งประกอบด้วย กายภavana การพัฒนาและฝึกอบรมด้านร่างกาย สीलภavana การพัฒนาและฝึกอบรมด้านความประพฤติ จิตตภavana การพัฒนาและฝึกอบรมด้านจิตใจ และปัญญาภavana การพัฒนาและฝึกอบรมด้านปัญญา การนำหลักพุทธธรรมเหล่านี้มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกายและจิตที่ดี มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีสติปัญญาในการดำเนินชีวิต สามารถพึ่งพาตนเองได้ และมีคุณค่าต่อสังคม ซึ่งจะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้น

งานวิจัยเรื่อง "รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว" มุ่งศึกษาการนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ เพื่อนำข้อมูลไปส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดสระแก้ว ให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในครอบครัวและสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรีและมีคุณค่า



นอกจากนี้ ผลการศึกษายังสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในพื้นที่อื่นๆ ต่อไปอีกด้วย

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว
2. เพื่อสำรวจและวิเคราะห์ความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว
3. เพื่อพัฒนารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว

ขอบเขตของการวิจัย

ผู้ศึกษาวิจัย ได้กำหนดขอบเขตของการวิจัย เรื่อง รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว

4.1 ขอบเขตทางด้านเนื้อหา

- (1) สภาพคุณภาพชีวิตและวิเคราะห์องค์ประกอบของผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว
- (2) ความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว
- (3) รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยการบูรณาการหลักพุทธธรรม

4.2 ขอบเขตด้านประชากร และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว จำนวน 540 ราย จากโรงเรียนผู้สูงอายุ 8 แห่ง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) เพื่อใช้สำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interviews) โดยกำหนดให้มีผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 16 ราย ประกอบด้วย คณะกรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุจำนวน 8 แห่ง แห่งละ 2 ราย

4.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ระยะที่ 1 การวิจัยเชิงปริมาณในรูปแบบสำรวจ (Survey Research) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับสภาพคุณภาพชีวิต และความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบบสอบถามที่มีลักษณะคำถามทั้งแบบปลายปิด และแบบปลายเปิด

ระยะที่ 2 การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับ สภาพคุณภาพชีวิต ความต้องการ และแนวทางเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์

ระยะที่ 3 การวิจัยและพัฒนา (Research and Development) เป็นการศึกษาวิเคราะห์ สังเคราะห์ สร้าง และประเมินรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยการบูรณาการหลักพุทธธรรม เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการใช้การสนทนากลุ่ม (Focus group)

4.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ผู้วิจัยนำมาใช้เพื่ออธิบายถึงคุณลักษณะของการแจกแจงข้อมูลของตัวแปร ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation: S.D.) ค่าต่ำสุด (minimum) ค่าสูงสุด (maximum) วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยการจัดกลุ่มเนื้อหาหลักที่มีความหมายสอดคล้องใกล้เคียงกัน และตัดข้อมูลที่ซ้ำซ้อนออก

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เป็นเพศชาย มีอายุเฉลี่ย 62.20 ปี มีระดับการศึกษาสูงสุดระดับปริญญาตรี ในปัจจุบันนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุอาศัยอยู่มีลักษณะครอบครัวเป็นครอบครัวเดี่ยว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สมรสและอยู่ด้วยกัน จำนวนสมาชิกในครัวเรือนเฉลี่ย 3.87 ราย สมาชิกในครัวเรือนเป็นชายเฉลี่ย 1.73 คน เป็นหญิงเฉลี่ย 2.14 คน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นข้าราชการบำนาญ ที่มาของรายได้ต่อเดือนจึงได้มาจากเงินบำนาญ เฉลี่ย 44,546.59 บาทต่อเดือน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นสมาชิกโรงเรียนผู้สูงอายุ แต่เข้าร่วมกิจกรรมไม่สม่ำเสมอ (น้อยกว่า 8 ครั้งต่อปี) โดยส่วนใหญ่ที่บ้านของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุมีผู้ดูแลผู้สูงอายุจะไม่มีผู้ดูแล

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นเกี่ยวกับองค์ประกอบ และสภาพคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว

ผลการวิเคราะห์สภาพคุณภาพชีวิตและวิเคราะห์องค์ประกอบของผู้สูงอายุ พบว่า สภาพคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว ด้านร่างกายอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย = 3.40) โดยสามารถไปไหนมาไหนด้วยตัวเองได้ดีที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 3.99) ด้านจิตใจอยู่ในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 3.75) โดยรู้สึกกว่าชีวิตมีความหมายมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 4.30) ด้านสัมพันธภาพทางสังคมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = 3.88) โดยสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดีที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 4.08) ด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = 3.78) โดยพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้มากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 4.08) ด้านสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย = 3.74) โดยคิดว่าตนเองเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับบุตรหลานและคนอื่นๆ มากที่สุด (ค่าเฉลี่ย = 4.01) ซึ่งโดยสรุปแล้ว นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้วมีคุณภาพชีวิตในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีคุณภาพชีวิตด้านจิตใจดีที่สุด

5.3 ผลการวิเคราะห์ความต้องการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว

ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว ในด้านร่างกาย (ค่าเฉลี่ย = 3.68): ผู้สูงอายุต้องการเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารที่จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุมากที่สุด รองลงมาคือ ความรู้เกี่ยวกับวิธีดูแลสุขภาพ, วิธีออกกำลังกาย และสมุนไพร/ยาพื้นบ้าน ด้านจิตใจ (ค่าเฉลี่ย = 4.50): ผู้สูงอายุต้องการพัฒนาให้มีสมาธิ จิตใจเบิกบานมากที่สุด รองลงมาคือ



เจริญสติ, แนะนำทำจิตใจให้สุขสดชื่น และมีที่ปรึกษา ด้านสัมพันธภาพทางสังคม (ค่าเฉลี่ย = 3.87): ผู้สูงอายุต้องการแนวคิดในการทำประโยชน์เพื่อสังคมและพัฒนาความรู้มากที่สุด รองลงมาคือ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันระหว่างผู้สูงอายุ และพัฒนากิจกรรมผู้สูงอายุ ด้านสิ่งแวดล้อม (ค่าเฉลี่ย = 3.54): ผู้สูงอายุต้องการกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับคนรุ่นใหม่มากที่สุด รองลงมาคือ ศึกษาดูงาน ความรู้เพิ่มรายได้ และศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้าน

การศึกษาความต้องการด้านคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว พบว่าผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้วมีความต้องการหลากหลาย ตั้งแต่ความต้องการด้านสุขภาพกาย จิตใจ ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ไปจนถึงการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีกับครอบครัวและชุมชน ซึ่งความต้องการด้านสุขภาพกาย-จิตใจ ผู้สูงอายุต้องการออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ผักสดผลไม้ อ่านหนังสือ และตรวจสุขภาพประจำปี ด้านเศรษฐกิจและการดำรงชีวิต ต้องการมีอุปกรณ์ช่วยเหลือ เช่น เครื่องช่วยฟัง ไม้เท้า รวมถึงสิ่งอำนวยความสะดวกในบ้าน ด้านสังคมและปฏิสัมพันธ์ ต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวและชุมชน สามารถเข้าถึงบริการสุขภาพ และได้รับการพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพ โรงเรียนผู้สูงอายุมีบทบาทสำคัญในการตอบสนองความต้องการเหล่านี้ โดยเปิดโอกาสให้เรียนรู้หลักสูตรต่างๆ ทั้งด้านเกษตร การใช้สมาร์ทโฟน ทักษะการสื่อสาร ส่งเสริมพฤติกรรมด้านสุขภาพ สร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม พัฒนาจิตใจและการจัดการความเครียด เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างรอบด้าน

5.4 ผลการวิเคราะห์ สังเคราะห์ สร้าง และประเมินรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุโดยการบูรณาการหลักพุทธธรรม

การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว มีแนวทางการพัฒนา ตามหลักภavana 4 โดยกายภavanaเป็นการส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงและมีสมดุล เริ่มต้นด้วยการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมตามความสามารถของแต่ละบุคคล ร่วมกับการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และพักผ่อนเพียงพอ เพื่อสร้างพื้นฐานสำคัญในการดูแลสุขภาพให้ดีในช่วงวัยที่สูงขึ้น จิตภavanaเป็นการส่งเสริมสุขภาพจิตใจผ่านกิจกรรมทางจิต เช่น การทำสมาธิและการฝึกให้จิตใจสงบนิ่ง ช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสามารถในการจัดการกับความเครียดและความกังวลในชีวิตประจำวันได้ดียิ่งขึ้น ศิลภavanaเป็นการปฏิบัติตนตามศีลธรรมและคุณค่าทางจริยธรรม เพื่อสร้างความสุขและความสงบในชีวิตร่วมกับผู้อื่น การรักษาศีลธรรมช่วยสร้างสังคมที่มีความสัมพันธ์ที่ดีและเต็มไปด้วยความเข้าใจและความร่วมมือ ปัญญาภavanaเป็นการพัฒนาปัญญาและการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง เช่น การศึกษาและการฝึกทักษะใหม่ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงในสังคมและเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อภิปรายผลการวิจัย

6.1 แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นในสังคมของเรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศไทยที่มีสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุจึงต้องคำนึงถึงความเหมาะสมและความต้องการของผู้สูงอายุเป็นสำคัญ และมีการส่งเสริมให้



ผู้สูงอายุมีส่วนร่วม และมีการสนับสนุนจากครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานภาครัฐในด้านสุขภาพและการรักษา ควรการจัดตั้งหน่วยงานเฉพาะดูแลทางด้านผู้สูงอายุ เช่น การสนับสนุนให้มีชมรมผู้สูงอายุในชุมชน การจัดการบริการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างจริงจัง การจัดอบรมให้ความรู้การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ และการนำแผนยุทธศาสตร์ด้านสุขภาพผู้สูงอายุไปปฏิบัติให้ตอบสนองความต้องการ สอดคล้องกับ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข กล่าวว่า ด้านสุขภาพอนามัย ควรมีการนำแผนยุทธศาสตร์ไปปฏิบัติได้จริงที่สอดคล้องและตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ควรมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งมีบริการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างจริงจัง ควรมีการตั้งศูนย์พัฒนาผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม หรือศูนย์ออกกำลังกาย ควรมีกลุ่มอาสาสมัครออกเยี่ยมที่บ้านพร้อมรับฟังปัญหาและแนะนำแนวทาง พร้อมทั้งตั้งงบประมาณไว้รองรับผู้สูงอายุในอนาคต สอดคล้องกับ ศิริมาศ โกศลย์พิพัฒน์ และ ไพรัช โกศลย์พิพัฒน์ (2561) กล่าวว่า มิติด้านสุขภาพ ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายให้เหมาะสมตามวัย

ด้านเศรษฐกิจและการมีรายได้ควรพัฒนาทักษะอาชีพและการทำงานเหมาะสมกับผู้สูงอายุ และสนับสนุนอาชีพและการหารายได้ตามความถนัด เช่น การส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาความรู้และทักษะที่จำเป็นสำหรับการทำงาน การฝึกทักษะอาชีพและสนับสนุนการประกอบอาชีพ เพื่อเพิ่มโอกาสในการสร้างรายได้ สอดคล้องกับ ศิริมาศ โกศลย์พิพัฒน์ และ ไพรัช โกศลย์พิพัฒน์ (2561) ที่กล่าวว่า มิติด้านเศรษฐกิจ/รายได้ ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ และให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาทักษะในการทำงานของตนเองให้มีความเชี่ยวชาญมากขึ้น สอดคล้องกับ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) กล่าวว่า ควรสนับสนุนในด้านอาชีพการหารายได้อย่างเหมาะสมตามความถนัดของผู้สูงอายุ และให้มีส่วนร่วมปฏิบัติทุกขั้นตอน พร้อมทั้งสนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดอบรมเพิ่มความรู้และทักษะด้านอาชีพ และมีการบริหารจัดการนำผลิตภัณฑ์กลุ่มออกจำหน่าย และจัดตั้งกองทุนและสวัสดิการกลุ่ม

ด้านที่พักอาศัยและการอยู่ร่วมกับครอบครัว ควรสนับสนุนแนวคิด “Aging in Place” ให้อยู่ที่พักอาศัยเดิมได้ การจัดสถานที่พักพิงชั่วคราวอย่างเหมาะสมและปลอดภัย การปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และการสนับสนุนผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว สอดคล้องกับ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) กล่าวว่า ควรจัดการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและตั้งศูนย์ที่พักพิงชั่วคราวของผู้สูงอายุอย่างเหมาะสมและปลอดภัย และควรสนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมให้เพียงพอต่อความต้องการในวันสำคัญของครอบครัวเพื่อสร้างสานสายใยครอบครัวและสนับสนุนให้อยู่กับครอบครัว และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุอยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุขจนวาระสุดท้าย และควรจัดอบรมให้ความรู้แก่สมาชิกในครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุอย่างถูกต้องตามหลักเกณฑ์

ด้านสังคมและนันทนาการ ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางสังคมของผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมนันทนาการเหมาะสมกับผู้สูงอายุ และการส่งเสริมให้เยาวชนมีบทบาทในการดูแลผู้สูงอายุ สอดคล้องกับ ศิริมาศ โกศลย์พิพัฒน์ และ ไพรัช โกศลย์พิพัฒน์ (2561) ที่กล่าวว่า การมีส่วนร่วมกิจกรรมในสังคม ควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้นำความสามารถพิเศษของตน มาเป็นวิทยากรให้กับนักเรียนในสถานศึกษาและคนในชุมชน สอดคล้องกับ Jianbo Hu. (2023) ผู้สูงอายุขาดความตระหนักในการมีส่วนร่วมในการศึกษาของชุมชน แก่ผู้สูงอายุอย่างอิสระ องค์กรการศึกษาชุมชนสำหรับผู้สูงอายุยังขาดหลักประกันทางกฎหมาย เนื้อหา



การศึกษาของชุมชนสำหรับผู้สูงอายุมีความซ้ำซาก จำเจ และไม่ดึงดูดความสนใจ ขาดการสนับสนุนทางการเงิน และการลงทุนด้านการศึกษแก่ผู้สูงอายุในชุมชน

ด้านการบริหารจัดการ ควรสนับสนุนคนในครอบครัวที่ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ การสร้างเครือข่าย การดูแลผู้สูงอายุอย่างบูรณาการ ใช้ทรัพยากรและข้อมูลด้านผู้สูงอายุร่วมกันระหว่างหน่วยงาน มุ่งเน้นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุพึ่งพาตนเองได้และมีส่วนร่วมในสังคม สอดคล้องกับ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) ที่กล่าวว่า ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุอยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุขจนวาระสุดท้าย และควรจัดอบรมให้ความรู้แก่สมาชิกในครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุอย่างถูกต้องตามหลักเกณฑ์

6.2 รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุโดยการบูรณาการหลักพุทธ

การนำหลักภavana 4 มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ มีแนวทางการพัฒนา ดังนี้

1) กายภavana ควรส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงและมีสมดุล เริ่มต้นด้วยการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมตามความสามารถของแต่ละบุคคล ร่วมกับการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และพักผ่อนเพียงพอ เพื่อสร้างพื้นฐานสำคัญในการดูแลสุขภาพให้ดีขึ้นในช่วงวัยที่สูงขึ้นสอดคล้องกับ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) กล่าวว่าควรมีการจัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พร้อมทั้งมีบริการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างจริงจัง ควรมีการตั้งศูนย์พัฒนาผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม หรือศูนย์ออกกำลังกาย

2) จิตภavana ควรส่งเสริมสุขภาพจิตใจผ่านกิจกรรมทางจิต เช่น การทำสมาธิและการฝึกให้จิตใจสงบนิ่ง ช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสามารถในการจัดการกับความเครียดและความกังวลในชีวิตประจำวันได้ดียิ่งขึ้น สอดคล้องกับบัณฑิต บุตรีวิเศษ และอุปรีภรรยา อินทรสอาด (2564) กล่าวว่าปัจจัยที่ส่งต่อคุณภาพชีวิตด้านจิตใจมากที่สุด คือ การมีสมาธิในการทำงาน

3) ศิลภavana ควรปฏิบัติตนตามศีลธรรมและคุณค่าทางจริยธรรม เพื่อสร้างความสุขและความสงบในชีวิตร่วมกับผู้อื่น การรักษาศีลธรรมช่วยสร้างสังคมที่มีความสัมพันธ์ที่ดีและเต็มไปด้วยความเข้าใจและความร่วมมือ สอดคล้องกับ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) กล่าวว่า ควรจัดกิจกรรมส่งเสริมให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลและให้เกิดความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ และควรจัดสวัสดิการแจกสิ่งของที่จำเป็นแก่ผู้สูงอายุ และเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมทางศาสนาและได้บำเพ็ญประโยชน์แก่สังคม

4) ปัญญาภavana ควรพัฒนาปัญญาและการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง เช่น การศึกษาและการฝึกทักษะใหม่ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงในสังคมและเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพ สอดคล้องกับ ภูมิวัฒน์ พรวนสุข (2558) กล่าวว่า ควรสนับสนุนในด้านอาชีพการหารายได้อย่างเหมาะสมตามความถนัดของผู้สูงอายุ และให้มีส่วนร่วมปฏิบัติทุกขั้นตอน พร้อมทั้งสนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดอบรมเพิ่มความรู้อะไรและทักษะด้านอาชีพ และมีการบริหารจัดการนำผลิตภัณฑ์กลุ่มออกจำหน่าย และจัดตั้งกองทุนและสวัสดิการกลุ่ม สอดคล้องกับ ศีลिया สุขอนันต์ และคณะ (2565) กล่าวว่าควรส่งเสริมให้ได้รับการพัฒนาทักษะความรู้เพื่อการปรับตัวได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์และผู้สูงอายุที่มีทักษะความรู้/ภูมิปัญญาที่ควรส่งเสริมบทบาทการเป็นวิทยากรหรือเป็นผู้ให้ข้อมูลเพื่อนำไปสู่การจัดการความรู้ที่สามารถเผยแพร่หรือพัฒนาต่อยอดได้



ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) หน่วยงานภาครัฐควรควรศึกษาและวิเคราะห์สถานการณ์ของผู้สูงอายุ รวมถึงความต้องการ ความสนใจ และปัญหาที่พบ พร้อมพัฒนาระบบการให้บริการผู้สูงอายุให้เป็นไปอย่างสะดวก รวดเร็ว และมี ประสิทธิภาพ

2) หน่วยงานภาครัฐควรมีการประสานความร่วมมือกับหน่วยงานภาคเอกชนในลักษณะของการ ทำ CSR หรือ MOU ร่วมกับหน่วยงานภาคเอกชนในการพัฒนาให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีมากยิ่งขึ้น

7.2 ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1) นำแนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัยใน ครอบครัวและชุมชนไปทดลองปฏิบัติจริงในพื้นที่

2) ผู้ปฏิบัติงานด้านผู้สูงอายุต้องมีทักษะความรู้ในการช่วยเหลือ/แก้ไขปัญหา/ส่งเสริมและ พัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

7.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัยในครอบครัวและชุมชน

2) ควรจัดทำฐานข้อมูลผู้สูงอายุที่มีข้อมูลของผู้สูงอายุโดยจำแนกตามคุณลักษณะและสภาพ ปัญหา เพื่อวางแนวทางการช่วยเหลืออย่างเหมาะสม

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากการวิเคราะห์จากผลการวิจัยเชิงปริมาณในรูปแบบการสำรวจ และผลการวิจัยเชิงคุณภาพโดย การสัมภาษณ์เชิงลึก และนำมาสังเคราะห์เป็นร่างรูปแบบ ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้ว



จากภาพที่ 1 แสดงให้เห็นว่า รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดสระแก้วนี้เป็นแนวทางที่น่าสนใจ โดยได้นำหลักทฤษฎี 4 ประการในวิถีชีวิตไทยพุทธมาบูรณาการเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างครบวงจร ซึ่งประกอบด้วย ภาวะสุขภาพหรือการพัฒนาด้านกายภาพ โดยมุ่งเน้นการดูแลสุขภาพ ที่อยู่อาศัย และเศรษฐกิจให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น จัดตั้งหน่วยงานดูแลผู้สูงอายุ ส่งเสริมการออกกำลังกาย สนับสนุนแนวคิด "Aging in Place" ให้อยู่บ้านเดิม และส่งเสริมอาชีพเสริมรายได้ จิตภavanaหรือการพัฒนาจิตใจ โดยส่งเสริมการทำสมาธิ สร้างสุนทรียภาพทางจิตใจ ช่วยลดความเครียดและสร้างสุขภาวะทางจิตที่ดีให้แก่ผู้สูงอายุ ศิลภavanaหรือการดำเนินชีวิตตามหลักศีลธรรม โดยปลูกฝังให้ผู้สูงอายุยึดมั่นในหลักธรรมคำสอนทางพุทธศาสนา มีจริยธรรมและคุณธรรมเป็นแนวทางในการดำรงชีวิต รวมถึงสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีในสังคม และปัญหาภavanaหรือการพัฒนาปัญญา โดยจัดกิจกรรมกระตุ้นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง เปิดโอกาสให้เข้าถึงการศึกษาและแหล่งข้อมูล รวมถึงพัฒนารูปแบบการทำงานให้เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ

โดยสรุป รูปแบบนี้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกาย จิตใจ คุณธรรม และปัญญา อย่างครอบคลุมและสอดคล้องกับวิถีชีวิตไทย ถือเป็นแนวทางที่น่าสนใจในการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้มีความสุขและอยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่า

บรรณานุกรม

- นัสมล บุตรวิเศษ และอุปริญฐา อินทรสาด (2564). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาอำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา* (รายงานผลการวิจัย). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ศูนย์พระนครศรีอยุธยา
- ปิยะนุช แก้วเรือง และอันพามร์ศิริโต. (2550). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุในชมรมดอกคำดวน ตำบลคูบัว อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี*. นครปฐม: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- ภูมิวัฒน์ พรวนสุข. (2558). *แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในเขตจังหวัดแพร่*. *วารสารบัณฑิตวิทยาลัย พิษณุพนธ์*, 10(1), 77-87.
- ศิริมาศ โกศลย์พิพัฒน์ และไพรัช โกศลย์พิพัฒน์ (2561) *รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชนบทภาคเหนือ โดยการมีส่วนร่วมขององค์กรท้องถิ่น* (รายงานผลการวิจัย) เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- ศीलียา สุขอนันต์ และคณะ (2565). *การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมของคนทุกช่วงวัยในครอบครัวและชุมชน* (รายงานผลการวิจัย). กรุงเทพฯ: สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- สุชาดา ทวีสิทธิ์ และสวรัย บุญमानนท์. (2553). *ประชากรและสังคม คุณค่าผู้สูงอายุในสายตาสังคมไทย*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล



- สุทธิพงษ์ บุญผดุง. (2554). *การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในท้องถิ่นโดยใช้โรงเรียนเป็นฐานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ระยะที่ 1)*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา สถาบันวิจัยและพัฒนา, น. 7-11.
- พระมหาพรพิรุณภัทร บุญก้อน (จิตเมโธ) และจิรัชศักดิ์ โปกาวิน. (2564) การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่าขอนยาง อำเภอกันทรวิชัยจังหวัดมหาสารคาม. *วารสารสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม*. 5(3) กรกฎาคม-กันยายน 2564 น. 195-202
- สุปรียา นุ่นเกลี้ยง และศิริลักษณ์ คัมภีรานนท์. (2564). ศักยภาพขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มผู้สูงอายุบนพื้นฐานทุนทางวัฒนธรรมในพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้:กรณีศึกษาเทศบาลตำบลยุโป จังหวัดยะลา. *Journal of Politics and Governance*, 11(3), 198–213. Retrieved from <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/jopag/article/view/256594>
- พระครูปริยัติวารักริม,พระครูภาวนาโพธิคุณ, จรัส ลีกา, และหอมหวล บัวระภา. (2564). การวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักพุทธจริยศาสตร์ขององค์การบริหารส่วนตำบลสระนกแก้ว อำเภอบึงนาราง จังหวัดพิจิตร. *วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์*, 8(3), 354–366. Retrieved from <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/jg-mcukk/article/view/248643> (Original work published September 30, 2021)
- สุทิน อ่อนอุบล. (2022). รูปแบบการมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลหนองโรง อำเภอนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี. *Journal of Humanities and Social Sciences Uttaradit Rajabhat University*, 8(2), 68–87. Retrieved from <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/johuru/article/view/251793> (Original work published December 30, 2021)
- อัฐฉญา แพทย์ศาสตร์ และ พัชรินทร์ รุจิรานุกูล. (2561). แนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตด้านจิตใจและด้านความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุในตำบลห้วยน้ำขาว จังหวัดตราด. รายงานการวิจัย. คณะครุศาสตร์. มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี
- ยุพิน เกื่อนศรี. (2564). การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุแบบมีส่วนร่วมขององค์กรบริหารส่วนตำบลอำเภอฟิชัย จังหวัดอุดรดิตรัตต์คอรุม. *MCU Haripunchai Review*, 4(2), 17–33. Retrieved from <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/JMHR/article/view/247176>
- Jianbo Hu. (2023). *Research on the Innovative Development of Smart Community Elderly Education*. The Educational Review, USA, 7(1), 45-49. Online: <http://dx.doi.org/10.26855/er.2023.01.011>