

**รูปแบบการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณ
ในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา
ของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น***

**The Model of Learning Promotion for the Elderly Person
after Retirement be Alive as Happiness According to Buddhist
Way in Muang District, KhonKean Province**

เรียงดาว ทวะชาลี, ธีรดนัย กัปโก และภูษิต ปุลันรัมย์

Riangdow Tavachalee, Teedanai Kapko and Phusit Pulanram

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, KhonKaen Campus, Thailand

Corresponding Author, E-mail: Riangdow@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพนี้มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น 2) เพื่อศึกษาการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา และ 3) เพื่อเสนอรูปแบบการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนาของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นสมาชิกสมาคมข้าราชการบำนาญและผู้อยู่อาศัยในจังหวัดขอนแก่น โดยการเลือกแบบเจาะจง ประกอบด้วย 1) สมาชิกสมาคมข้าราชการบำนาญและผู้อยู่อาศัยในจังหวัดขอนแก่น จำนวน 10 คน 2) ครอบครัวผู้สูงอายุ จำนวน 10 คน 3) เจ้าหน้าที่ภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ จำนวน 5 คน และ 4) พระสงฆ์ จำนวน 5 รูป รวมทั้งสิ้น จำนวน 30 รูป/คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง การสนทนากลุ่ม (Focus Group) ระดมความคิดร่วมกับการสัมภาษณ์ การวิเคราะห์ข้อมูลบรรยายเชิงพรรณนา

*ได้รับบทความ: 7 พฤษภาคม 2561; ตอรับตีพิมพ์: 3 สิงหาคม 2561

Received: May 7, 2018; Accepted: August 3, 2018



ผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพทั่วไปของการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น พบว่า มีการส่งเสริมกิจกรรมด้านการดูแลสุขภาพ การออกกำลังกาย การเดินรำ การขับร้องเพลง การส่งเสริมการแต่งกายตามนโยบายของจังหวัด กิจกรรมการกุศล การสนับสนุน ส่งเสริมและเปิดโอกาสให้สมาชิกประกอบอาชีพหารายได้เสริม รวมถึงกิจกรรมการท่องเที่ยว ทัศนศึกษาดูงานแหล่งเรียนรู้ต่างๆ เพื่อส่งเสริมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากสถานที่จริง

2. การดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา พบว่า หลักภavana 4 สามารถนำมาปรับใช้กับการพัฒนาชีวิตให้มีความสุของงาม อันประกอบด้วย 4 ประการ คือ 1) กายภavana 2) สीलภavana 3) จิตตภavana และ 4) ปัญญาภavana

3. รูปแบบการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนาของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น พบว่า KSCP AGING MODEL ประกอบด้วย กิจกรรม 4 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 กายภavana (K: Kaya) คือ จัดกระทำฐานข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับสมาชิกสมาคมฯ ขั้นตอนที่ 2 สीलภavana (S: Sila) คือ รวบรวม และจัดทำองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ขั้นตอนที่ 3 จิตตภavana (C: Citta) คือ จัดพื้นที่สนับสนุนการเรียนรู้ในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา ขั้นตอนที่ 4 ปัญญาภavana (P: Panna) คือ สร้างความต่อเนื่องทางกิจกรรม โดยการกระตุ้นให้สมาชิกค้นหาความรู้เพิ่มเติม จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสพการณ์ และองค์ความรู้ที่ได้จากการสืบค้น

คำสำคัญ: รูปแบบ; การเรียนรู้; ผู้สูงอายุ; การดำรงชีวิตอย่างมีความสุข; แนวทางพระพุทธศาสนา

Abstract

This qualitative research aims: 1) to study the general condition of promoting of learning for the elderly after retirement in Mueang district, KhonKaen province, 2) to study the happy living according to Buddhist principles and 3) to propose the promoting of learning for the elderly after retirement in the happy living according to Buddhist principles in Mueang district, KhonKaen province. The target group who provides the important information are: the elderly who are members of the Government Pensioned Association (GPA) and the elderly in KhonKaen province by specific choosing: 1) members of the GPA and elderly in KhonKaen: 10 persons, 2) elderly families: 10persons, 3) government officials related to the elderly: 5 persons and 4) the monks: 5 monks,



totally, 30 persons. The tools are used the structured interviews, group discussion (Focus Group), brainstorming together and descriptive analysis of interviews.

The research found that:

1. The general condition of promoting of learning for the elderly after retirement in Mueang district, KhonKaen province was found that the promotion of activities for health care such as: doing exercise, dancing, singing, promotion of dressing due to the policy' s province, charity events for supporting and encouraging the members to earn extra income including tourism activities, field trips and learning resources to promote the exchange of learning from the real place.

2. The happy living according to the Buddhist principle was found that: the 4Bhāvanā can be applied to the development of life to thrive by 4 principles: 1. Kāya-bhāvanā: physical development, 2. Sīla-bhāvanā: moral development, 3. Citta-bhāvanā: emotional development and 4. Paññā-bhāvanā: wisdom development.

3. The model of promoting of learning for the elderly after retirement in happy living according to the Buddhist principles in Meaung district, KhonKaen province was found that: KSCP AGING MODEL are the activities of four steps:1. Kāya-bhāvanā: physical development (K: Kāya) is the management of doing databases related to the Association's members, 2. Sīla-bhāvanā: moral development (S:Sila) is gathering and knowledge development for benefits of the elderly, 3. Citta-bhāvanā: emotional development (C:Citta) is the arrangement of supported place of learning in happy living according to the Buddhist principles and 4. Paññā-bhāvanā: wisdom development (P:Paññā) is creation of continued activities by encouraging of members to find out more exchange of the forum, experience and knowledge gained from the search.

Keywords: Model; Learning; Elderly; Happy Living; Buddhist Principles

1. บทนำ

เมื่อโลกมีการพัฒนาทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โดยเฉพาะสาขาการแพทย์และสาธารณสุขที่มีความเจริญก้าวหน้าอย่างมาก จึงส่งผลให้อัตราการเกิดลดลง ประชากรมีอายุ

ยืนยาวขึ้น และสัดส่วนของผู้สูงอายุมีมากขึ้นตามไปด้วย อีกทั้งสถานการณ์ของประเทศไทยดำเนินไปเช่นเดียวกับนานาประเทศ กล่าวคือ การดำเนินนโยบายด้านประชากร และการวางแผนครอบครัวที่ประสบผลสำเร็จ ตลอดจนความ



ก้าวหน้าในการพัฒนาประเทศ ทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคม ส่งผลให้คนไทยมีสุขภาพดี มีอายุยืนยาวขึ้น และมีโอกาสได้รับการศึกษาที่สูงขึ้น มีความรู้และทักษะในการป้องกัน และดูแลสุขภาพตลอดจนการวางแผนครอบครัวที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งผลสำเร็จดังกล่าวทำให้ภาวะเจริญพันธุ์ และอัตราการเกิดมีแนวโน้มลดลง จนเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านโครงสร้างประชากร กล่าวคือ ประชากรที่อยู่ในวัยสูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ในขณะที่ประชากรวัยเด็กและวัยแรงงานมีแนวโน้มลดลง ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2542-2559 ของคณะทำงานคาดประมาณประชากร สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรีที่คาดว่า ประชากรในวัยสูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี (Ministry of Public Health, 2008) องค์การสหประชาชาติ (UN) ได้นิยามว่า ประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นสัดส่วนเกิน 10% หรืออายุ 65 ปีขึ้นไป เกิน 7% ของประชากรทั้งประเทศ ถือว่าประเทศนั้นได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) และจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) เมื่อสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป เพิ่มขึ้นเป็น 20% และอายุ 65 ปีขึ้นไป เพิ่มขึ้นเป็น 14% โดยประเทศไทยได้นิยามคำว่า “ผู้สูงอายุ” ไว้ในพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ว่า หมายถึง “ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป”

ข้อมูลสถิติประชากรของศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัด

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ซึ่งประมวลผลจากฐานข้อมูล “ทะเบียนราษฎร์” ของสำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง พบเช่นเดียวกันว่า จำนวนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มีอัตราการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในทุกปี และมีความสอดคล้องกับข้อมูลการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย กล่าวคือ ประเทศไทยได้เริ่มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ตั้งแต่ พ.ศ. 2547 โดยข้อมูลการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย คาดว่า พ.ศ. 2547 จะมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ต่อประชากรทั้งหมดทุกช่วงอายุ คิดเป็นร้อยละ 10.20 ส่วนข้อมูลสถิติประชากร พบว่า พ.ศ. 2547 ประเทศไทยมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปต่อประชากรทั้งหมดทุกช่วงอายุ คิดเป็นร้อยละ 10.18 ทั้งนี้ ได้มีการคาดประมาณกันไว้ว่า ประเทศไทยจะกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) ในปี พ.ศ. 2570 (Pattanaavong and Prasartkul, 2006)

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจกันเป็นอย่างมาก ทั้งในระดับชาติและในระดับโลก เนื่องจากมีผลกระทบอย่างกว้างขวางในระดับมหภาค ได้แก่ ผลต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (GDP) รายได้ต่อหัวของประชากร การออม และการลงทุนงบประมาณของรัฐบาล การจ้างงาน และผลิตภาพของแรงงาน และระดับจุลภาค ได้แก่ ผลต่อตลาดผลิตภัณฑ์และบริการต่างๆ โดยเฉพาะในด้านการเงิน และด้านสุขภาพ การเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลง



ดังกล่าวจึงเป็นเรื่องเร่งด่วนสำคัญที่ต้องการในการวางแผนอย่างเป็นระบบ และเริ่มดำเนินการล่วงหน้าเนื่องจากมาตรการต่างๆ หลายประการล่วงแล้วแต่ต้องใช้เวลาในการดำเนินการกว่าจะเห็นผลเป็นรูปธรรม การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรยังส่งผลให้อัตราส่วนภาระพึ่งพิงหรือภาระโดยรวมที่ประชากรวัยทำงานจะต้องเลี้ยงดูประชากรวัยเด็ก และวัยสูงอายุเปลี่ยนแปลงไป โดยการพึ่งพิงของเด็กมีแนวโน้มลดลง ขณะที่ภาระพึ่งพิงของผู้สูงอายุมีแนวโน้มสูงขึ้น อย่างไรก็ตาม ภาระพึ่งพิงโดยรวมของทั้งสองกลุ่มมีแนวโน้มลดลง (TesKhanmak, 1998 : 51)

นโยบายในเรื่องผู้สูงอายุ หลังจากที่ย่างห่างจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติไปนาน เมื่อเดือนตุลาคม 2555 รัฐบาลได้เริ่มหันมาให้ความสนใจอีกครั้ง โดยได้มีการจัดทำแผนประชากรในแผน พัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 ซึ่งมีวิสัยทัศน์คือ ประชากรไทยทุกคนเกิดมามีคุณภาพ ได้รับการพัฒนาทุกช่วงวัยให้สามารถเป็นพลังในการขับเคลื่อนการเจริญเติบโตของประเทศและมีหลักประกันที่มั่นคงพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีสวัสดิการทางสังคมอย่างยั่งยืน และกระทรวงสาธารณสุขได้มีการผลักดันนโยบายและยุทธศาสตร์ การพัฒนาอนามัยการเจริญพันธุ์แห่งชาติ ฉบับที่ 1 (พ.ศ. 2553-2557) การส่งเสริมให้คนทุกเพศวัยมีอนามัยการเจริญพันธุ์ที่ดี โดยยึดหลักความสมัครใจ เสมอภาคและทั่วถึง เพื่อเป็นพลังประชากรสร้างประเทศให้รุ่งเรือง มั่งคั่ง และมั่นคงสืบไป

รวมถึงแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ได้มีการปรับปรุงเป็นแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552 โดยมีวิสัยทัศน์คือ ผู้สูงวัยเป็นหลักชัยของสังคม และ “ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ด้วยการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรีพึ่งตนเองได้ และมีหลักประกันที่มั่นคง”

โครงสร้างของประชากรไทย อยู่ในระยะที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยประชากรสูงอายุ (60 ปี ขึ้นไป) มีสัดส่วนเพิ่มขึ้นในอัตราที่เพิ่มขึ้น จาก 1.21 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2503 เป็น 4.5-5.7 ล้านคน ปี พ.ศ. 2543 เพิ่มขึ้นเป็น 6.8-7.6 ล้านคน และ 11 ล้านคนในปี พ.ศ. 2553 ตามลำดับ และปี พ.ศ. 2563 การเปลี่ยนแปลงนี้ประเทศไทยกำลังไปสู่ภาวะที่เรียกว่า “ภาวะประชากรสูงอายุ” ทั้งนี้ประชากรในปี พ.ศ. 2503 สัดส่วนของประชากรสูงอายุไทยต่อประชากรทั้งหมดเท่ากับร้อยละ 4.6 และได้เพิ่มเป็นร้อยละ 9 ในปี พ.ศ. 2543 โดยในปี พ.ศ. 2553 และ 2563 สัดส่วนประชากรสูงอายุได้รับการคาดการณ์ว่าจะเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 11 และ 15 ตามลำดับ ตามเกณฑ์ของสหประชาชาติ ได้กำหนดว่าเป็นภาวะประชากรสูงอายุ เมื่อประชากรที่มีอายุ 65 ปี ขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 7 ของประชากรทั้งหมด (National Committee for the Promotion and Coordination of the Elderly, 2017 : 32)

นอกจากนั้น จากการสังเคราะห์ของกรอบยุทธศาสตร์ชาติ ระดับ 20 ปี (พ.ศ. 2560-2579) ยังระบุว่า ประเทศไทยยังขาดระบบข้อมูลที่มีประสิทธิภาพเพื่อติดตามการเปลี่ยนแปลง



และความต้องการที่จะเกิดขึ้นในสังคมที่กำลัง
สูงวัยขึ้นอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งยังขาดการสังเคราะห์
องค์ความรู้เชิงวิชาการหรือปรับข้อมูลความรู้จาก
การวิจัยให้สามารถสื่อสารต่อสาธารณชนทั่วไป
ให้เข้าใจได้อย่างกว้างขวาง และอาจกล่าวได้ว่า
ในทศวรรษต่อไป ประเด็น “สังคมสูงวัย” จะกลายเป็น
ประเด็นสำคัญที่มีผลกระทบต่อการพัฒนา
เศรษฐกิจสังคมและคุณภาพชีวิตของประชากรไทย
(Research Institute for Social Development,
2017 : 1)

จากแนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุไทย ผู้ศึกษา
เห็นว่า อัตราภาวะประชากรสูงอายุมีอัตราที่สูงขึ้น
โดยเฉพาะตั้งแต่ปี พ.ศ. 2553 และปี พ.ศ. 2563
คาดว่าจะเพิ่มขึ้น อัตราร้อยละ 11 และ 15
เนื่องจากปัจจุบันสังคมไทย มีการเปลี่ยนแปลง
จากครอบครัวขนาดใหญ่มาเป็นครอบครัวเดี่ยว
มีอัตราการย้ายถิ่น มีการผสมผสานระหว่าง
เผ่าพันธุ์ เกิดเป็นพันธุ์ใหม่ วัฒนธรรมต่างชาติ
ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุและลูกหลาน
ไม่แน่นแฟ้นเหมือนเดิม ทำให้ผู้สูงอายุบางคน
ขาดการเหลียวแล ขาดการดูแลจากครอบครัว
และรัฐบาลที่ต้องจัดสวัสดิการยังไม่ทั่วถึงเท่าที่ควร
ปัจจุบันยังมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่ใกล้ชิด
ประชาชนได้มีอำนาจหน้าที่ในการตั้งงบประมาณ
และจัดทำแผนพัฒนาท้องถิ่น ทั้งด้านการเงิน จิตใจ
และร่วมกิจกรรมทางสังคม ซึ่งผู้บริหารท้องถิ่น
ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจะมีนโยบาย
ในการขับเคลื่อน และให้ความสำคัญมากขึ้น
เพียงใด นอกจากนี้ยังมีกระทรวงพัฒนาสังคมและ
ความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงสาธารณสุข

กระทรวงมหาดไทย มีหน้าที่ดูแลในเรื่องสวัสดิการ
ของผู้สูงอายุในด้านต่างๆ ซึ่งน่าจะทำให้ผู้สูงอายุ
ไทยได้รับการดูแลให้ดีขึ้นในอนาคต

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของการส่งเสริม
การเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณของอำเภอ
เมือง จังหวัดขอนแก่น
2. เพื่อศึกษาการดำรงชีวิตอย่างมี
ความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา
3. เพื่อเสนอรูปแบบการส่งเสริมการ
เรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณในการดำรงชีวิต
อย่างมีความสุข ตามแนวทางพระพุทธศาสนา
ของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

3. วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง รูปแบบการส่งเสริมการ
เรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณในการดำรงชีวิต
อย่างมีความสุข ตามแนวทางพระพุทธศาสนา
ของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น เป็นการวิจัย
เชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยการ
เก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร และงานวิจัย
ที่เกี่ยวข้อง และเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก
(In-depth Interview) (Phramaha Yothin
Yodiko, 2017 : 25-36) จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ
(Key Informants) เพื่อนำมาสรุปให้เห็นถึงสภาพ
ทั่วไปของการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัย
เกษียณ ก่อนที่จะนำผลการวิเคราะห์ที่ได้ นำเข้าสู่
การสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion)
จากผู้เชี่ยวชาญรวมถึงผู้แทนจากหน่วยงานภาครัฐ



และผู้สูงอายุ แล้วเอาผลสรุปวิเคราะห์มาสังเคราะห์เป็นรูปแบบการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา

พื้นที่ศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาในพื้นที่จังหวัดขอนแก่น คือ สมาคมข้าราชการบำเน็จบำนาญ และผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่น

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นสมาชิกสมาคมข้าราชการบำเน็จบำนาญและผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่น โดยการเลือกแบบเจาะจง ประกอบด้วย 1) สมาชิกสมาคมข้าราชการบำเน็จบำนาญและผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่น จำนวน 10 คน 2) ครอบครัวผู้สูงอายุ จำนวน 10 คน 3) เจ้าหน้าที่ภาครัฐผู้เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ จำนวน 5 คน และ 4) พระสงฆ์ จำนวน 5 รูป รวมทั้งสิ้น จำนวน 30 รูป/คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง และไม่มีโครงสร้าง ประกอบกับการสนทนากลุ่ม (Focus Group) ระดมความคิดร่วมกัน โดยมีแบบบันทึกข้อมูลเป็นสมุดบันทึกที่ผู้วิจัยใช้สำหรับการบันทึกข้อมูลที่ได้จากการสังเกต สัมภาษณ์ ประเด็นข้อคิดเห็นต่างๆ ที่ได้จากผู้ให้ข้อมูล รวมทั้งบันทึกข้อสังเกตและการวิเคราะห์ข้อมูลของผู้วิจัยเองในแต่ละช่วงของการลงพื้นที่เก็บข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล นักวิจัยลงพื้นที่ภาคสนาม และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาคมข้าราชการบำเน็จบำนาญ และผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่น ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จากการพบเห็น จากการสังเกต

แบบมีส่วนร่วม และข้อมูลที่เป็นข้อสรุปจากการที่ได้จัดการสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) ตลอดจนนำไปสู่การสังเคราะห์ข้อมูลโดยนักวิจัยสังเคราะห์ข้อมูลจากที่รวบรวมและจัดเก็บจากกลุ่มเป้าหมายทั้งจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) การสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) และสังเคราะห์จากเครื่องมือแบบสัมภาษณ์

การวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยเชิงการพรรณนาพร้อมอธิบายปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในการวิจัย โดยอาศัยข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับบริบทสมาคมข้าราชการบำเน็จบำนาญและผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่น ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลแล้วนำมาปรับแก้ให้มีความเข้าใจได้ง่ายในประเด็นการตั้งคำถามเพื่อให้ได้คำตอบที่ชัดเจนตามความจริง สำหรับข้อมูลที่ได้จากการสังเกตการณ์เกี่ยวกับสมาคมข้าราชการบำเน็จบำนาญและผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่น เกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาคมข้าราชการบำเน็จบำนาญและผู้สูงอายุจังหวัดขอนแก่น ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จากการพบเห็นจากการสังเกตแบบมีส่วนร่วม และข้อมูลที่เป็นข้อสรุปจากการที่ได้จัดการสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) จนนำไปสู่การสังเคราะห์ข้อมูลโดยนักวิจัยสังเคราะห์ข้อมูลจากที่รวบรวมและจัดเก็บจากกลุ่มเป้าหมาย ทั้งจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) การสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) และสังเคราะห์จากเครื่องมือแบบสัมภาษณ์นำมาวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่มเฉพาะ โดยใช้การสรุปความและการ



ตีความ แล้วนำเสนอข้อมูลโดยการพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis) เพื่อเสนอรูปแบบการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนาของอำเภอเมืองจังหวัดขอนแก่น

4. สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยตามวัตถุประสงค์สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

สภาพทั่วไปของการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น พบว่า ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณ ซึ่งเป็นข้าราชการบำนาญมีสมาชิก จำนวนทั้งสิ้น 585 คน (Member of the Pension and Elderly Association of KhonKaen, 2016 : 17) ได้แก่ ข้าราชการครู ข้าราชการตำรวจ ข้าราชการทหาร และข้าราชการพยาบาล สภาพทั่วไปของการส่งเสริมการเรียนรู้ในการดำรงชีวิตส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกขึ้นอยู่กับประสบการณ์ ทักษะ และความรู้ความสามารถของสมาชิกที่เข้าร่วมทำกิจกรรมของสมาคมฯ เช่น สมาชิกที่เป็นข้าราชการพยาบาล มีการส่งเสริมกิจกรรมด้านการดูแลสุขภาพ การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความดัน เจาะเลือด แต่อย่างไรก็ตามกิจกรรมดังกล่าว ทางสมาคมฯ มิได้มีการจัดทำเป็นฐานข้อมูลอย่างเป็นระบบ เพื่อนำผลของกิจกรรมมาทำให้เกิดประโยชน์แก่สมาชิกอย่างเป็นรูปธรรม ข้าราชการครู ข้าราชการตำรวจ และข้าราชการทหาร มีการส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกาย

การเต้นรำ การขับร้องเพลง อย่างไรก็ตาม ท่วงท่าของการออกกำลังกาย การเต้นรำบางท่วงท่าไม่เหมาะสม และส่อเสี่ยงต่อการได้รับการบาดเจ็บทางร่างกายของผู้สูงอายุ ซึ่งการทำกิจกรรมดังกล่าวจะทำในวันประชุมประจำเดือนของสมาคมฯ ทุกวันเสาร์แรกของเดือน โดยจะมีสมาชิกเข้าร่วมประชุมประมาณ 50-60 คน นอกจากการส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการดูแลสุขภาพแล้วสมาคมฯ ยังมีกิจกรรมการส่งเสริมการแต่งกายตามนโยบายของจังหวัด เช่น การใส่ผ้าไทย การแต่งกาย ซึ่งเป็นเอกภาพของสมาคมฯ ในการไปร่วมงาน กิจกรรมการกุศล การจัดทอดผ้าป่าในนามสมาคมฯ การสนับสนุนทุนการศึกษาแก่นักเรียน การช่วยเหลือผู้ประสบภัย การช่วยเหลือเยี่ยมเยียนสมาชิกและครอบครัว กรณีเจ็บป่วย การสนับสนุนส่งเสริมและเปิดโอกาสให้สมาชิกประกอบอาชีพหารายได้เสริม รวมถึงกิจกรรมท่องเที่ยวทัศนศึกษาดูงานแหล่งเรียนรู้ต่างๆ เพื่อส่งเสริมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากสถานที่จริง ทั้งได้พักผ่อนและได้ทำกิจกรรมกับเพื่อนในวัยเดียวกัน

การดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา พบว่า ในทางพระพุทธศาสนา ได้ให้ความหมายกับคำว่า ภาวนา หมายถึง การทำให้เจริญองกาม ซึ่งสามารถนำมาปรับใช้กับการพัฒนาชีวิตให้มีความเจริญองกามอันประกอบด้วย 4 ประการ คือ 1) กายภาวนา คือ การพัฒนากาย ซึ่งเป็นการพัฒนาความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ให้เป็นไปในทางที่เกิดประโยชน์แก่ชีวิต โดยมีความสัมพันธ์ที่ดี



กับวัตถุ สิ่งแวดล้อม เริ่มตั้งแต่ปัจจัย 4 จนถึงความสัมพันธ์กับธรรมชาติแวดล้อมโดยทั่วไป เพื่อให้มีความเกี่ยวเนื่องกันระหว่างชีวิตของเรากับธรรมชาติ

2) สิลาวานา คือ การพัฒนาศีล อันเป็นเรื่องของความสัมพันธ์ในสังคมด้านการมีชีวิตร่วมกันกับผู้อื่นในสังคม ศีลเป็นสภาพหรือคุณสมบัติของตัวบุคคลเป็นเรื่องของการที่บุคคลนั้นมีระเบียบในการดำเนินชีวิตและในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยเน้นความประพฤติเรียบร้อยดีงามทั้งทางกาย และวาจา ภายใต้อำนาจ กติกาทางสังคม

3) จิตาวานา คือ การพัฒนาคุณภาพจิต โดยเริ่มจากการมีจริยธรรมคุณธรรมต่างๆ ที่ทำให้จิตใจประณีตดีงาม เช่น มีเมตตา กรุณา มีศรัทธา มีความกตัญญูกตเวที รวมทั้งสุขภาพจิตที่มีความสุข เป็นจิตที่มีความเบิกบาน มีปีติ มีความอิ่มใจ มีความปรารถนา และ 4) ปัญญาวานา คือ การทำปัญญาให้เจริญงอกงาม รับรู้ตามความเป็นจริง ไม่บิดเบือน ไม่ปรุงแต่งและคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง เกิดการคิดการวินิจฉัยหรือวางแผนต่างๆ อย่างถูกต้องตรงตามสภาพความเป็นจริงความสามารถที่จะนำความรู้มาประยุกต์ใช้มาจัดแจง จัดทำ และดำเนินการต่างๆ ให้สำเร็จผลตามที่ต้องการ ทั้งนี้ ปัญญาจะนำมาใช้แก้ปัญหา สืบค้นเหตุปัจจัย และแยกแยะ วิเคราะห์สิ่งต่างๆ ให้สำเร็จผลได้ ที่สำคัญทำให้เกิดความรู้เท่าทันโลก และชีวิตตามเป็นจริง (เก็บและเรียงความจาก "ธรรมกับการพัฒนาชีวิต" ของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (Pongpanich, 2013 : 1-2)

รูปแบบการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุ หลังวัยเกษียณ ในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

ตามแนวทางพระพุทธศาสนาของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น KSCP AGING MODEL ประกอบด้วยกิจกรรม 4 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 ภาวนา (K: Kaya) คือ จัดกระทำฐานข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับสมาชิกสมาคมฯ เช่น เพศ อายุ สถานภาพ อาชีพ รายได้ เบอร์โทรศัพท์ต่อ โรคประจำตัว ประวัติการรักษาโรค แพทย์ประจำตัว ขั้นตอนที่ 2 สิลาวานา (S: Sila) คือ รวบรวมและจัดทำองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ เช่น ความรู้เกี่ยวกับโรค อาหาร การออกกำลังกายที่เหมาะสม อุปกรณ์อำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ และช่องทางการเรียนรู้จากเทคโนโลยีการสื่อสารสมัยใหม่ ขั้นตอนที่ 3 จิตตาวานา (C: Citta) คือ จัดพื้นที่สนับสนุนการเรียนรู้ในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา เช่น มุมหนังสือธรรมะ มุมเกร็ดความรู้และอุปกรณ์พื้นฐานทางการแพทย์ และขั้นตอนที่ 4 ปัญญาวานา (P: Panna) คือ สร้างความต่อเนื่องทางกิจกรรมโดยการกระตุ้นให้สมาชิกค้นหาความรู้เพิ่มเติม จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ องค์ความรู้ที่ได้จากการสืบค้น

5. อภิปรายผลการวิจัย

สภาพทั่วไปของการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น พบว่า มีการส่งเสริมกิจกรรมด้านการดูแลสุขภาพ กิจกรรมการออกกำลังกาย การเต้นรำ การขับร้องเพลง กิจกรรมการส่งเสริมการแต่งกายตามนโยบายของจังหวัด กิจกรรมการกุศล การสนับสนุนส่งเสริม และเปิดโอกาส



ให้สมาชิกประกอบอาชีพหารายได้เสริม รวมถึงกิจกรรมการท่องเที่ยว ทักษะศึกษาดูงานแหล่งเรียนรู้ต่างๆ เพื่อส่งเสริมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากสถานที่จริง ทั้งได้พักผ่อนและได้ทำกิจกรรมกับเพื่อนในวัยเดียวกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของณัฐฐิตตา เทวเลิศสกุล, วณิศา ศิริวรสกุล และชัชสรชัย รอดยิม (Teteewalertsakul, Sirivorasakul and Saranya, 2016 : 529-545) พบว่า ศักยภาพของผู้สูงอายุ 1) ด้านทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ คือ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความคิดที่เป็นระบบ มีประสบการณ์ มีความรู้ มีความคิดเป็นผู้นำ และมีการสื่อสารที่ชัดเจนพอสมควร 2) ด้านการทำงาน คือ ผู้สูงอายุเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ใช้ความรู้ ความเชี่ยวชาญมาช่วยทำงานพัฒนาชุมชน และ 3) ด้านการมีส่วนร่วมและการอยู่ร่วมกันในสังคม คือ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความยินดีมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมและเข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน

การดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา พบว่า ในทางพระพุทธศาสนา ได้ให้ความหมายคำว่า ภาวนา หมายถึง การทำให้เจริญองกาม ซึ่งสามารถนำมาปรับใช้กับการพัฒนาชีวิตให้มีความเจริญองกามประกอบด้วย 4 ประการ คือ 1) กายภาวนา คือ การพัฒนากาย ซึ่งเป็นการพัฒนาความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางกายภาพให้เป็นไปในทางที่เกิดประโยชน์แก่ชีวิต 2) สิลภาวนา คือ การพัฒนาศีล อันเป็นเรื่องของความสัมพันธ์ในสังคม ในด้านการมีชีวิตร่วมกันกับผู้อื่นในสังคม โดยเน้นความประพฤติเรียบร้อยดีงาม

ทั้งทางกายและวาจา ภายใต้กฎ กติกาทางสังคม 3) จิตตภาวนา คือ การพัฒนาคุณภาพจิต โดยเริ่มจากการมีจริยธรรมคุณธรรมต่างๆ ที่ทำให้จิตใจประณีตดีงาม และ 4) ปัญญาภาวนา คือ การทำปัญญาให้เจริญองกาม รับรู้ เกิดการคิดการวินิจฉัยหรือวางแผนต่างๆ อย่างถูกต้องตรงตามสภาพความเป็นจริง ทั้งนี้ปัญญายังนำมาใช้แก้ปัญหา สืบค้นเหตุปัจจัย ที่สำคัญทำให้เกิดความรู้เท่าทันโลกและชีวิตตามเป็นจริง สอดคล้องกับผลงานตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา (Phra Brahmagunabhorn (P.A. Payutto), 2016 : 70-71) ซึ่งได้แสดงทัศนะว่า ภาวนา 4 ประกอบด้วย 1) กายภาวนา คือ การเจริญกายพัฒนากาย การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรียทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมงอกงามให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ 2) สิลภาวนา คือ การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี 3) จิตตภาวนา คือ การเจริญจิต การฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญองกามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ สดชื่นเบิกบาน 4) ปัญญาภาวนา คือ การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ



ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา

รูปแบบการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข ตามแนวทางพระพุทธศาสนาของอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น KSCP AGING MODEL ประกอบด้วยกิจกรรม 4 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 กายภาวนา (K: Kaya) คือ จัดกระทำฐานข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับสมาชิกสมาคมฯ ขั้นตอนที่ 2 สีลภาวนา (S: Sila) คือ รวบรวม และจัดทำองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ขั้นตอนที่ 3 จิตตภาวนา (C: Citta) คือ จัดพื้นที่สนับสนุนการเรียนรู้ในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนา ขั้นตอนที่ 4 ปัญญาภาวนา (P: Panna) คือ สร้างความต่อเนื่องทางกิจกรรมโดยการกระตุ้นให้สมาชิกค้นหาความรู้เพิ่มเติมจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสพการณ์ และองค์ความรู้ที่ได้จากการสืบค้น สามารถเปรียบเทียบกับผลการศึกษา (Phoawchit and Tiamtan, 2016) พบว่า รูปแบบกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดนครสวรรค์ ประกอบด้วยกิจกรรม 5 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 การทดสอบสมรรถภาพทางกาย การรับรู้ประโยชน์ การรับรู้อุปสรรค การรับรู้ความสามารถตนเอง และการปฏิบัติตัวในการออกกำลังกาย ขั้นตอนที่ 2 การเสนอตัวแบบ ขั้นตอนที่ 3 การสาธิตการออกกำลังกายและการฝึกปฏิบัติในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ขั้นตอนที่ 4 การอภิปรายกลุ่ม

และสรุปผลการออกกำลังกาย และขั้นตอนที่ 5 การให้สิ่งชักนำการกระทำ โดยการกระตุ้นเตือนด้วยคำพูด การให้กำลังใจ หรือให้รางวัลกับผู้ที่มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ

6. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 สมาคมฯ ควรวางนโยบายการส่งเสริมการเรียนรู้ของสมาชิกอย่างต่อเนื่องร่วมกับหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง

1.2 สมาคมฯ ควรมีการวางแผนจัดสรรงบประมาณในการจัดซื้ออุปกรณ์พื้นฐานทางการแพทย์

2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

2.1 สมาคมฯ ควรจัดให้มีกิจกรรมพัฒนาสุขภาพจิตตามแนวทางพระพุทธศาสนา เช่น การปฏิบัติธรรม รักษาศีล ทำวัตรสวดมนต์

2.2 สมาคมฯ ควรจัดทำปฏิทินการส่งเสริมการเรียนรู้จากผู้มีความรู้ ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้เกิดความถูกต้องเหมาะสมตามหลักสุขภาวะของสมาชิก

3. ข้อเสนอแนะการทำวิจัยในครั้งต่อไป

3.1 ควรทำวิจัยเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ

3.2 ควรทำวิจัยเพื่อสร้างรูปแบบการส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุหลังวัยเกษียณในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางพระพุทธศาสนาในระดับภูมิภาค



References

- Members of the Government Pensioned Association and the Elderly in KhonKaen. (2016). *Journal KhonKaen*.
- Ministry of Public Health. (2016). *Test of Thai Happiness Index (THL15)*. <http://www.dmh.moph.go.th> (Accessed 15 November 2016).
- National Elderly Promotion and Coordinating Committee. (2017). *Elderly Promotion*. Bangkok : The Elderly Research Institute.
- Pattanavong, P. and Prasartkul, P. (2016). *Thai Populations in the Future*. <http://www.ipsr.mahidol.ac.th/IPSR/AnnualConference/ConferenceII/Article/Article02.htm> (Accessed 25 August 2016).
- Phramaha Yothin Yodiko. (2017). Role of Thai Buddhist Monks in Promoting Health of Elderly People in North-Eastern Region. *Dhammathas Academic Journal*, 17(3) Special Issue, 25-36.
- Research Institute for Social Development. (2017). *Knowledge Creation for Adolescents in the Northeast*. KhonKaen : Institute for Social Development Research.
- Taveesertakul, N., Sirivorasakul, W. and Roryim, C. (2016). The Way of Development of the Elderly from the Burden Power: A Case Study of Rangsit Municipality. *Journal of Silpakorn University. Journal of Social Sciences, Humanities and Arts*, 9(1), 529-545.
- Teskanmak, K. (1998). *Presentation of Civil Society Development Process for the Provincial Cultural Council*. Ph.D. Bangkok : Chulalongkorn University.