

บทความวิจัย (Research Article)

การพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธก สำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ

DEVELOPMENT OF CURRICULUM TO ENHANCE THE HAPPINESS WITH APPRECIATIVE INQUIRY PROCESS FOR AGING CARE-GIVERS

Received: November 18, 2020

Revised: December 25, 2020

Accepted: December 30, 2020

พรรณพิมล สุขวงศ์^{1*} และอมรรัตน์ วัฒนารัตน²
Panpimol Sukwong^{1*} and Amornrat Wattanatorn²

^{1,2}วิทยาลัยการศึกษา มหาวิทยาลัยพะเยา

^{1,2}School of Education, University of Phayao, Phayao 56000, Thailand

*Corresponding Author, E-mail: psukwong@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธกสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพพร้อมกับการวิจัยและพัฒนา 4 ขั้นตอน คือ 1) ศึกษาความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชน 2) สร้างและตรวจสอบคุณภาพหลักสูตร 3) การนำหลักสูตรไปใช้ และ 4) ประเมินผลการใช้หลักสูตร การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้สถิติ Wilcoxon-signed rank test ข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัย พบว่า

1. ความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชน มี 2 ด้าน คือ ด้านการดูแลผู้สูงอายุ และด้านคุณลักษณะผู้ดูแลผู้สูงอายุ
2. ผลการสร้างและตรวจสอบคุณภาพหลักสูตร หลักสูตรฝึกอบรม ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ ความเป็นมาและความสำคัญ หลักการและเป้าหมาย จุดประสงค์หลักสูตร โครงสร้างหลักสูตร แนวทางการจัดกิจกรรมฝึกอบรม การวัดและประเมินผล แบ่งเป็น 3 ระยะ การตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตร พบว่า มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก
3. ผลการนำหลักสูตรไปใช้ พบว่า ผู้เข้าอบรมมีค่าคะแนนความรู้ ทักษะและค่าคะแนนความสุขในการดูแลผู้สูงอายุ ภายหลังการอบรมมีค่าเพิ่มสูงขึ้น เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนก่อนการอบรม รวมถึง สามารถเลือกใช้เทคโนโลยีในการสื่อสารและการให้คำปรึกษาได้เหมาะสม
4. ผลการประเมินการใช้หลักสูตร ผู้เข้าอบรมสะท้อนว่า หลักสูตรทำให้มีความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น มีความสุขและเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเห็นว่าหลักสูตรสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงเหมาะสมกับบริบทวิถีชีวิตและชุมชน

คำสำคัญ: หลักสูตรฝึกอบรม สุนทรียสาธก การดูแลผู้สูงอายุ การเสริมสร้างความสุข

Abstract

This research aims were develop the curriculum to enhance happiness with appreciative inquiry process for aging care-givers. This study was conducted through qualitative research and research and development. The four steps were as follows: 1) studying of the basic needs of the elderly care in community, 2) constructing curriculum and verifying curriculum quality, 3) applying the curriculum with elderly care-givers, and 4) evaluating curriculums. Quantitative data analyzed using the Wilcoxon-signed rank test statistics and qualitative data analyzed using content analysis. The results were found that:

1. The community basic needs for elderly care have 2 aspects: 1) elderly care and 2) the elderly care-givers. The results led to design, create the course in Step 2.

2. Constructing curriculum and verifying curriculum quality. It is a training course consisting of 6 elements, 3 phases. The examination of curriculum quality and course documentation found that the curriculum and supplementary documents were appropriate at high level.

3. The results of the curriculum application were found that; the participants have knowledge, increased attitudes and appreciation in caring for the elderly, experienced and can apply it in real situations with happiness, and can choose to use technology for communication and counseling for appropriate elderly care practices.

4. The evaluation of the curriculum were found that the participants reflected that the curriculum increases the knowledge of elderly care, happier and more self-worth. The stakeholders saw that the curriculum was practical and appropriate to the context and lifestyle, and the community has a more caring relationship.

Keywords: Training Curriculum, Appreciative Inquiry, Elderly Care, Enhance the Happiness

บทนำ

การเปลี่ยนผ่านสู่สังคมสูงอายุเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทั่วโลก ในประเทศไทยจำนวนประชากรผู้สูงอายุได้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ในปี พ.ศ. 2562 พบว่า มีจำนวน 12.2 ล้านคน และคาดว่าจะในปี พ.ศ.2573 จะเพิ่มขึ้นเป็น 17.7 ล้านคนตามลำดับ (Foundation of Gerontology Research and Development Institute, 2019) และจากการสำรวจของ National Statistical Office (2020) พบว่า จำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 12.7 ของจำนวนประชากรทั้งประเทศ จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ พบว่า เมื่อผู้สูงอายุมีอายุเพิ่มมากขึ้น ร่างกายจะเสื่อมถอยและอ่อนแอลง จิตใจมีการแปรปรวน (Havanont & Wanthanothai, 2009; Otakanon, 2011; Klamrat, 2013) และพบว่า ผู้สูงอายุไทยเป็นโรคเรื้อรังเพิ่มมากขึ้น สามารถนำไปสู่ภาวะทุพพลภาพ ช่วยเหลือตนเองได้น้อย รวมถึงปัญหาทางด้านสุขภาพจิต ซึ่งเป็นภาวะที่บั่นทอนสุขภาพ (Foundation of Gerontology Research and Development Institute, 2019) ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า ผู้สูงอายุมีภาวะพึ่งพิงในการดำรงชีวิตและจำเป็นต้องได้รับการดูแลจากบุคคลในครอบครัว ชุมชน และสังคม โดยเฉพาะการดูแลโดยบุคคลในครอบครัว ซึ่งมีบทบาทหลักในการช่วยเหลือดูแลให้ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างปกติสุขตามศักยภาพ อย่างไรก็ตาม พบว่า ผู้ดูแลหลักในครอบครัวต้องรับบทบาทหลายด้าน ทั้งบทบาทของภรรยา แม่บ้าน และการทำงานเพื่อหารายได้ การดูแลบุตรและบุพการีพร้อมกัน ส่งผลให้ผู้ดูแลจำนวนมากมีภาวะเครียด คับข้องใจ อึดอัดใจ ท้อแท้ใจ ไม่มีความสุขและเบื่อหน่าย ดังนั้น การอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว จึงมีความจำเป็นที่จะช่วยให้ผู้ดูแลมีความรู้ สามารถปฏิบัติและบริหารจัดการการดูแลผู้สูงอายุได้เหมาะสม เกิดความสุขทั้งตัวผู้ดูแล และผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแล

ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ความภาคภูมิใจ ความพึงพอใจในชีวิต มีความคิดเชิงบวก (Department of Mental Health, 2014) เป็นดัชนีสำคัญในการดำเนินชีวิตของบุคคล และคุณภาพของความสุข (quality of happiness) ประเมินได้จากระดับของความพึงพอใจและความรู้สึกต่อประสบการณ์ และสภาพที่เป็นอยู่ของบุคคล ดังนั้น ในการดูแลผู้สูงอายุหากผู้ดูแลมีความสุขในการดูแลย่อมจะส่งผลถึงการปฏิบัติต่อผู้สูงอายุด้วยความเต็มใจ เต็มศักยภาพ เกิดความภาคภูมิใจและความพึงพอใจทั้งตัวผู้ดูแลและผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแล

จากการสังเคราะห์งานด้านการฝึกอบรมเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุในประเทศไทย พบว่า มีหลักสูตรอบรมการดูแลผู้สูงอายุ ได้แก่ หลักสูตรกระบวนการกิจกรรมพัฒนาศักยภาพเจ้าหน้าที่และแกนนำผู้สูงอายุในชุมชน หลักสูตรการอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุของกรมอนามัย หลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุของมหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อพิจารณาสาระการอบรมเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ การฝึกอบรมเน้นการบรรยาย การฝึกปฏิบัติและประเมินผล โดยทีมผู้สอน อย่างไรก็ตาม พบว่า การฝึกอบรมที่ปรากฏเน้นการจัดการและปฏิบัติการดูแลสำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครผู้ดูแลและบุคคลทั่วไป ทั้งนี้ ยังไม่พบว่ามีฝึกอบรมสำหรับผู้ดูแลในครอบครัว (Family Care Giver) โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การฝึกอบรมที่มีเนื้อหาสอดคล้องกับความต้องการและบริบทวิถีชีวิตที่เป็นจริงของผู้ดูแลผู้สูงอายุ การปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวที่เสริมสร้างความสุข ทั้งตัวผู้ดูแลและผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแล

กระบวนการสุนทรียสาธก (Appreciative Inquiry) เป็นกระบวนการที่หลายองค์กรนำมาเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติงานและนำสร้างองค์กรแห่งความสุข เนื่องจากเป็นกระบวนการที่ขับเคลื่อนให้เกิดการถามคำถามและมุมมองในเชิงบวกเกี่ยวกับด้านความสัมพันธ์ และความเป็นอยู่ร่วมกันของบุคคล แบบไม่มีเงื่อนไขผ่านขั้นตอนของกระบวนการสุนทรียสาธกเรียกว่า 4-D Cycle (Cooperrider et al., 2008) ซึ่งทุกระยะของ 4-D Cycle จะมีการสร้างสรรค์ประสบการณ์และมองเห็นความดีงามในการปฏิบัติร่วมกันของบุคคล ทำให้เกิดความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในการปฏิบัติ ปัจจุบันมีหลายองค์กรนำแนวคิดสุนทรียสาธกมาเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติงาน และนำสร้างองค์กรแห่งความสุข ได้แก่ การประยุกต์ใช้กระบวนการสุนทรียสาธกในการพัฒนาองค์กรภาครัฐด้านการศึกษา เช่น การศึกษาการขับเคลื่อนการเปลี่ยนแปลงในธุรกิจโรงเรียน และการสร้างความแตกต่างด้านผลิตภัณฑ์ของโรงเรียนกวดวิชาด้วยการใช้สุนทรียสาธก ซึ่งผลการศึกษา พบว่า กระบวนการสุนทรียสาธกส่งเสริมให้มีการสร้างคำถามเชิงบวก การสนทนา การทำงานร่วมกัน และมีการสร้างทีม สร้างอำนาจการตัดสินใจ ตลอดจนสร้างวิสัยทัศน์ผ่านกระบวนการทำซ้ำ สิ่งที่ถูกพัฒนาขึ้นในองค์กร การมุ่งเป้าหมายความสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน การส่งเสริมภาวะผู้นำและการสร้างประสบการณ์เรียนรู้ที่ดี (Teankum, 2009) นอกจากนี้ ยังมีการศึกษาการใช้กระบวนการสุนทรียสาธกในการพัฒนารูปแบบการเรียนรู้เพื่อการบริหารจัดการตนเองของผู้สูงอายุ พบว่า ช่วยเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และทักษะการบริหารจัดการตนเอง รวมถึง ช่วยสนับสนุนและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความสุข เกิดความตั้งใจในการดูแลตนเองเพิ่มมากขึ้น ดังนั้น จะเห็นได้ว่าพลังของการใช้กระบวนการสุนทรียสาธกนั้นเป็นแรงผลักดันและสนับสนุนให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่สร้างสรรค์ เป็นประโยชน์และสิ่งสำคัญ คือ ช่วยให้ผู้บุคคลเกิดความสุข ความเข้มแข็ง และเกิดการพัฒนาในการปฏิบัติงานของบุคคลได้หลากหลายรูปแบบ

ดังนั้น ผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้สอนนิสิตพยาบาลและสนใจงานด้านสาธารณสุขชุมชนจึงให้ความสำคัญกับการใช้ “หลักสูตร” มาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาหรือสร้างความเปลี่ยนแปลงให้กับบุคคลในชุมชน โดยเชื่อว่าการเรียนรู้ของบุคคลผ่านหลักสูตรฝึกอบรมที่มีการวางแผนอย่างเป็นระบบ มีเป้าหมายชัดเจนและมีกระบวนการจัดการเรียนรู้อย่างเป็นขั้นตอนจะสามารถยกระดับศักยภาพและความสุขของบุคคลได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อใช้ร่วมกับกระบวนการสุนทรียสาธก (Appreciative Inquiry) อันเป็นกระบวนการที่ก่อให้เกิดพลังด้วย 4-D Cycle (Discovery, Dream, Design, Destiny) และสำหรับหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธกสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุฉบับที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นใหม่นี้ ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้จากประสบการณ์เชิงบวกของบุคคล การสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคลซึ่งสามารถเสริมสร้างพลังใจและความสุขในการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวและก่อให้เกิดผลการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกไปยังบุคคล ครอบครัว และชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนเพื่อพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธกสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ
2. เพื่อสร้างและตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธกสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ
3. เพื่อศึกษาการนำหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธก สำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุไปใช้
4. เพื่อประเมินผลการใช้หลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธกสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยที่ดำเนินการโดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ ร่วมกับกระบวนการวิจัยและพัฒนา มีขั้นตอนการดำเนินการ 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนเพื่อพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธกสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ ผู้วิจัยดำเนินการสนทนากลุ่มกับผู้ให้ข้อมูลจำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ 1) กลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว และ 2) กลุ่มอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุในชุมชน คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลด้วยวิธีการแบบเฉพาะเจาะจง โดยเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการดูแลผู้สูงอายุ ตั้งแต่ 1 เดือนขึ้นไป จำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มๆ ละ 10 คน โดยผู้วิจัยได้กำหนดกรอบประเด็นที่ใช้ในการระดมความคิดเห็นและหาข้อสรุป (ฉันทามติ) ของกลุ่ม จากประเด็นที่ต้องการศึกษา คือ การดูแลผู้สูงอายุร่วมกับการศึกษาและทบทวนประกาศกระทรวงสาธารณสุขและระเบียบกรมกิจการผู้สูงอายุในประเด็นเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุและผู้ดูแลผู้สูงอายุ ได้ประเด็นที่ใช้ในการสนทนากลุ่มครั้งนี้ทั้งสิ้น จำนวน 2 ประเด็น ได้แก่ 1) ประเด็นด้านการดูแลผู้สูงอายุ และ 2) ประเด็นด้านคุณลักษณะของผู้ดูแลผู้สูงอายุ และนำข้อค้นพบที่ได้มาวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ด้วยการจัดระบบข้อมูลและแยกประเภทข้อมูล กำหนดรหัสเพื่อแสดงแหล่งที่มาของข้อมูล การจัดหมวดหมู่ตั้งดัชนีข้อมูล จำแนกประเภท การตีความตรวจสอบความหมาย และการสร้างข้อสรุป

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างและตรวจสอบคุณภาพหลักสูตร

1. การสร้างหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธกสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ ผู้วิจัยนำผลการศึกษาค้นคว้าความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุในขั้นตอนที่ 1 มาพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม จำนวน 6 องค์ประกอบ ได้แก่ ความเป็นมาและความสำคัญของหลักสูตร หลักการเป้าหมายของหลักสูตร จุดประสงค์ของหลักสูตร โครงสร้างหลักสูตร การจัดกระบวนการฝึกอบรม การวัดและประเมินผล รวมทั้งเอกสารประกอบหลักสูตร ได้แก่ คู่มือวิทยากรและคู่มือผู้เข้าอบรม
2. การตรวจสอบคุณภาพหลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตร โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 7 ท่าน พิจารณาความเหมาะสมและปรับปรุงแก้ไขก่อนนำหลักสูตรไปใช้

ขั้นตอนที่ 3 การศึกษาการนำหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธกสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุไปใช้ในการฝึกอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว (Family Care Giver) จำนวน 9 ครอบครัว ผู้วิจัยคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง โดยเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการดูแลผู้สูงอายุ ตั้งแต่ 1 เดือนขึ้นไป มีระยะเวลาฝึกอบรม จำนวน 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 ระยะเข้ารับการอบรม มีระยะเวลา 3 วัน เริ่มต้นด้วยการทดสอบความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุ วัดทัศนคติในการดูแลผู้สูงอายุ และประเมินความสุขของผู้เข้าอบรมก่อนเริ่มฝึกอบรมตามหลักสูตร จำนวน 3 หน่วยการเรียนรู้ ได้แก่ 1) ความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุ 2) ความรู้ในการดูแลตนเองของผู้ดูแลผู้สูงอายุ และ 3) การใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารและให้คำปรึกษา โดยเรียงลำดับเนื้อหาและกิจกรรมที่หน่วยการอบรม โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการอบรมด้วยตนเอง และเชิญวิทยากร

ภายนอกในหัวข้อเรื่องการใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารและประชาสัมพันธ์ท้องถิ่นที่มีประสบการณ์ตรงในเนื้อหาการดูแลตนเองด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่น ทำหน้าที่ในการช่วยสอนกิจกรรมการอบรมในแต่ละหน่วย

ระยะที่ 2 ระยะการเรียนรู้และติดตาม ระยะเวลา 30 วัน เป็นระยะที่ผู้เข้ารับการอบรมนำความรู้ที่ได้รับจากการอบรมไปใช้ในการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุ ในบริบทครอบครัวตนเองพร้อมบันทึกการสะท้อนคิด (ใช้การเล่าเรื่องโดยการเขียน และ/หรือใช้ภาพเล่าเรื่อง) และกิจกรรมการติดตามเยี่ยมทุกครอบครัว โดยวิทยากรและเพื่อนสมาชิกผู้เข้าอบรม มีการอภิปรายและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับสมาชิกอื่นร่วมกันทุกสัปดาห์ โดยผู้วิจัยเป็นผู้เอื้ออำนวยการจัดการสนทนาเพื่อแลกเปลี่ยนและสรุปประเด็นการเรียนรู้

ระยะที่ 3 ระยะสะท้อนผลและประเมินผล ระยะเวลา 2 วัน เป็นกิจกรรมการสะท้อนผลการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวและการประเมินผล ระยะนี้เป็นการนำเสนอภาพและกิจกรรมแห่งความสุขและประทับใจในประสบการณ์การดูแลผู้สูงอายุของตนเองที่ผ่านมา การบอกเล่าประสบการณ์และวิธีการนำใช้ความรู้ด้านเทคโนโลยีในการดูแลที่เหมาะสมในบริบทตนเอง การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การดูแลที่เหมือนและแตกต่างของแต่ละบุคคล รวมถึงการคืนข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวระหว่างสมาชิกผู้เข้าอบรมทั้งหมด

ในขั้นตอนนี้มีเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล จำนวน 6 ชิ้น เมื่อผู้วิจัยสร้างเครื่องมือแล้วนำเสนอผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมครอบคลุมของเนื้อหาการประเมิน และปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ดังนี้ 1) แบบทดสอบความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุ ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากกรอบความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข มีลักษณะเป็นข้อคำถามแบบตรวจสอบรายการ (Checklist) จำนวน 10 ข้อ เนื่องจากผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวในพื้นที่วิจัย ส่วนใหญ่มีข้อจำกัดเรื่องของการหลากหลายภูมิหลังด้านการศึกษา การสร้างและออกแบบแบบทดสอบความรู้แบบตรวจสอบรายการจะช่วยให้ผู้ตอบสามารถบันทึกได้รวดเร็ว ไม่ซับซ้อน 2) แบบวัดทัศนคติในการดูแลผู้สูงอายุ ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 12 ข้อ หลังจากนำเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญแล้ว ผู้วิจัยนำไปทดลองหาค่าความเชื่อมั่นได้ค่าความเชื่อมั่นแบบวัดทัศนคติในการดูแลผู้สูงอายุ เท่ากับ 0.81 3) แบบประเมินความสุข ผู้วิจัยใช้แบบประเมินความสุขจากกรมสุขภาพจิต จำนวน 15 ข้อ ผู้วิจัยนำไปทดลองใช้เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.89 4) แบบบันทึกการสรุปความรู้มีลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด จำนวน 2 คำถาม เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสรุปความรู้ที่ได้รับหลังการฝึกอบรมแต่ละหน่วยการฝึกอบรม 5) แบบบันทึกการสะท้อนคิด ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้สะท้อนเกี่ยวกับความคิดและความรู้สึกที่ตนเองมีเกี่ยวกับความคาดหวัง ความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับ รวมถึงการประยุกต์ไปใช้ในชีวิตจริง 6) แบบสังเกตการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อสังเกตพฤติกรรมการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของผู้เข้ารับการอบรมขณะเข้ากลุ่มทำกิจกรรมตลอดระยะเวลาการฝึกอบรม การวิเคราะห์ข้อมูลขั้นตอนนี้แบ่งเป็นเปรียบเทียบค่าคะแนนความรู้และทัศนคติของผู้ดูแลในการดูแลผู้สูงอายุก่อนและหลังการนำหลักสูตรไปใช้ ด้วยการใช้สถิตินอนพารามตริก (Wilcoxon-signed rank test) เปรียบเทียบค่าคะแนนความสุขของผู้ดูแลผู้สูงอายุก่อนและหลังการนำหลักสูตรไปใช้กับเกณฑ์ประเมินความสุขของกรมสุขภาพจิต และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ขั้นตอนที่ 4 การประเมินผลการใช้หลักสูตร ผู้วิจัยประเมินผลการใช้หลักสูตร แบ่งเป็น 1) การประเมินความคิดเห็นของผู้เข้าอบรมที่มีต่อหลักสูตร ใช้แบบสอบถามความคิดเห็นภายหลังสิ้นสุดกิจกรรมการอบรม โดยกำหนดประเด็นจำนวน 4 ประเด็นเกี่ยวกับความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาการฝึกอบรม วิทยากรและเทคนิคการฝึกอบรม ระยะเวลาและปัจจัยเกื้อหนุนในการจัดฝึกอบรม รวมถึงคำถามปลายเปิดเกี่ยวกับสรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรมและการนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ และ 2) การสนทนากลุ่ม จำนวน 2 กลุ่ม ในประเด็นความคิดเห็นของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่มีต่อหลักสูตรเกี่ยวกับข้อดี ข้อเสีย และผลกระทบ สมาชิกกลุ่มประกอบด้วย เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่รับผิดชอบงานการดูแลผู้สูงอายุ และกลุ่มผู้นำชุมชนที่เป็นแกนนำ

ผู้สูงอายุ แก่นนำอาสาสมัครสาธารณสุข และฝ่ายปกครอง ได้แก่ กำนันและผู้ใหญ่บ้าน วิเคราะห์ข้อมูลการสนทนากลุ่มด้วยวิธีวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธิตสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ ผู้วิจัยใช้การสนทนากลุ่ม จำนวน 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวและกลุ่มอาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุในชุมชน ประเด็นหลักที่ใช้ในการระดมความคิดในการสนทนากลุ่ม 2 ประเด็น ได้แก่ 1) ด้านการดูแลผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบสาระสำคัญที่สะท้อนความต้องการพื้นฐานของชุมชนในเรื่องการดูแลผู้สูงอายุ ได้แก่ การดูแลผู้สูงอายุเป็นหน้าที่ การดูแลผู้สูงอายุเป็นภาระ และการดูแลผู้สูงอายุต้องดูแลทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม และ 2) ด้านคุณลักษณะผู้ดูแลผู้สูงอายุ พบว่า ความต้องการพื้นฐานของชุมชนประเด็นเรื่องคุณลักษณะผู้ดูแลผู้สูงอายุ ได้แก่ ผู้ดูแลต้องมีความรู้ในเรื่องการดูแลผู้สูงอายุ ผู้ดูแลต้องมีความรู้ในการดูแลตนเอง ผู้ดูแลต้องมีผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุและมีช่องทางในการขอคำปรึกษา ผลการวิจัยและข้อค้นพบที่ได้นำสู่พิจารณาออกแบบสร้างหลักสูตรในขั้นตอนที่ 2 ได้แก่ การกำหนดโครงสร้างและเนื้อหาของหลักสูตร แนวทางการจัดการกระบวนการฝึกอบรมและการวัดและประเมินผล และเอกสารประกอบหลักสูตร

ตอนที่ 2 ผลการสร้างหลักสูตรและตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธิตสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ พบว่า

1. ผลการสร้างหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธิตสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ พบว่า 1) หลักสูตรประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ คือ 1.1) ความเป็นมาและความสำคัญ ผู้วิจัยกำหนดความเป็นมาและความสำคัญของหลักสูตรจากข้อมูลสภาพการณ์การดูแลผู้สูงอายุที่สะท้อนจากผู้ดูแลหลักในครอบครัวและผู้ดูแลผู้สูงอายุในชุมชน 1.2) หลักการและเป้าหมาย เป็นหลักสูตรที่เน้นให้ผู้ดูแลต้องมีทั้งความรู้ ทักษะ ทักษะการปฏิบัติและมีความสุขการดูแล รวมถึงแนวคิดของกระบวนการสุนทรียสาธิตที่เน้นการมีส่วนร่วม โดยเน้นให้ผู้เข้าอบรมได้มีการแลกเปลี่ยนและสะท้อนคิดประสบการณ์การเรียนรู้ และสร้างการเรียนรู้ร่วมกันภายในกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุ 1.3) จุดประสงค์หลักสูตร เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุสามารถดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตนเองได้อย่างมีความสุขทั้งต่อผู้ดูแลและผู้สูงอายุที่ได้รับการดูแล 1.4) โครงสร้างหลักสูตร เป็นหลักสูตรฝึกอบรมมีระยะเวลาที่ใช้ตลอดหลักสูตร รวมทั้งสิ้น 35 วัน ประกอบด้วย 3 ระยะ ได้แก่ ระยะเข้ารับการอบรม ระยะการเรียนรู้ติดตาม และระยะสะท้อนผลและประเมินผล 1.5) แนวทางการจัดกิจกรรมฝึกอบรม ผู้วิจัยใช้เลือกวิธีจัดกิจกรรมการฝึกอบรมโดยใช้กระบวนการสุนทรียสาธิต 4-D Cycle ในทุกระยะของการอบรมเพื่อให้บรรลุตามจุดประสงค์ของหลักสูตร คือ ให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ มีทัศนคติทางบวกและมีประสบการณ์การดูแลผู้สูงอายุเพื่อเสริมสร้างความสุขในการดูแลผู้สูงอายุ และ 1.6) การวัดและประเมินผล เปรียบเทียบค่าคะแนนความรู้ ทักษะและความสุขของผู้เข้าอบรม ก่อนและหลังการฝึกอบรม 2) เอกสารประกอบหลักสูตร ได้แก่ 2.1) คู่มือวิทยากร ประกอบด้วย คำชี้แจงการใช้คู่มือ แผนการจัดฝึกอบรม จำนวน 3 ระยะ แบบวัดและประเมินผล และ 2.2) คู่มือผู้เข้าอบรม ประกอบด้วย กำหนดการจัดฝึกอบรม เนื้อหาการฝึกอบรมจำนวน 3 ระยะ และเอกสารประกอบการอบรม จำนวน 3 หน่วย พร้อมใบกิจกรรมและแบบบันทึก

2. ผลการตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตร พบว่า ผลการประเมินความเหมาะสมของหลักสูตรอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.44$, $SD = 0.51$) เอกสารประกอบหลักสูตร ซึ่งประกอบด้วยคู่มือวิทยากร พบว่า มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.16$, $SD = 0.50$) คู่มือผู้เข้าอบรม พบว่า มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.36$, $SD = 0.50$)

ตอนที่ 3 ผลการศึกษานำหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธิตสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุไปใช้ พบว่า 1) ผู้เข้าอบรมมีคะแนนความรู้และทัศนคติในการดูแลผู้สูงอายุของผู้ดูแลผู้สูงอายุหลังการนำหลักสูตรไปใช้ โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความรู้ที่เพิ่มขึ้น มีค่าเท่ากับ 3.89 คะแนน โดยมีค่าเฉลี่ยของ sum of rank เท่ากับ 35 ส่วนค่าคะแนนทัศนคติเฉลี่ยก่อน

การฝึกอบรม มีค่าเท่ากับ 46.44 คะแนน โดยมีค่าคะแนนต่ำสุด เท่ากับ 40 คะแนน และค่าคะแนนสูงสุด เท่ากับ 52 คะแนน ตามลำดับ เมื่อวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้ Wilcoxon-signed rank test พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทัศนคติที่เพิ่มขึ้น มีค่าเท่ากับ 5.33 คะแนน โดยมีค่าเฉลี่ยของ sum of rank เท่ากับ 40 ซึ่งแสดงให้เห็นว่ามีค่าเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนก่อนการนำหลักสูตรไปใช้ นอกจากนี้ จากบันทึกการสะท้อนคิดของผู้เข้าอบรม พบข้อมูลเชิงคุณภาพที่แสดงให้เห็นว่า ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งสามารถนำความรู้ไปดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตนเอง รวมถึงการปรับใช้ตามบริบทของครอบครัวได้อย่างเหมาะสม และสามารถเขียนหรือบอกเล่าประสบการณ์การดูแลผู้สูงอายุได้เหมาะสมกับสถานการณ์ สะท้อนดังคำพูดและบันทึกการสะท้อนคิดของผู้เข้าอบรม ดังต่อไปนี้ “บ้านของพี่ได้ทุนสูงค่ะ ก็ต้องคอยระวังมากขึ้น..เพราะพ่อเกษียณขึ้นบันได ผลอแป๋บเดียวจะไปขึ้นบนตลอด.. นี่ก็ให้ช่างเค้ามาติดหลอดไฟเพิ่มด้วยค่ะ” “เวลายายจะออกกำลังกายหนูก็ยกเก้าอี้มาให้นั่งแกว่งขาแกว่งแขนค่ะ” และผู้เข้าอบรมมีทางบวกและเห็นคุณค่าในการดูแลผู้สูงอายุหลังการฝึกอบรมเพิ่มขึ้น เช่น “ภูมิใจในตัวเองค่ะ เราสามารถดูแลพ่อได้ ทำให้พ่อมีความสุขมากขึ้น เราก็คือใจมาก หายเหนื่อยค่ะ” “จากที่เคยคิดว่าเราดูแลพ่อแม่เหนื่อยอยู่คนเดียว เมื่อได้มาบอกเล่าและรับฟังเพื่อนๆ ในกลุ่มทำให้ได้คิดว่า เรายังมีเพื่อนนะ เราไม่ได้เหนื่อยคนเดียว ถ้ามีปัญหาสามารถบอกเล่าให้กันฟังได้ รู้สึกดีใจและภูมิใจที่ได้ดูแลพ่อแม่ค่ะ” ส่วนมุมมองทางบวกต่อตนเอง มีความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในการดูแลผู้สูงอายุที่ได้สะท้อนในบันทึกการสะท้อนคิดของผู้เข้าอบรม ว่า “การดูแลพ่อแม่เรา เพื่อนๆ พี่ๆ ชื่นชม ซึ่งเราไม่เคยรู้ ไม่เคยคิดมาก่อนทำให้มีกำลังใจว่าสิ่งที่เราทำไปนะ ทุกคนมองเห็นสิ่งที่ทำเราอยู่นะ” นอกจากนี้ ผลจากการมีทัศนคติและมุมมองทางบวกของผู้เข้าอบรมที่มีเพิ่มขึ้น ยังพบว่า ผู้เข้ารับการอบรมดูแลเอาใจใส่ตนเองและมีความสุขมากขึ้น ดังคำพูดของผู้เข้าอบรมในช่วงของกิจกรรมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ขณะฟังบรรยาย เรื่อง การผ่อนคลายความเครียดว่า “เมื่อก่อนเวลาเหนื่อยก็ได้แต่นอนพัก เครียดก็หงายท้องอะไรที่บางทีมันก็ไม่ได้พักจริงใจค่ะ พอมาตอนนี้ได้พูดได้คุยกับทุกคนก็ผ่อนคลายขึ้น ได้รู้ว่ามีวิธีการต่างๆ ที่ทำให้ตนเองแล้วคลายเครียด มีความสุขขึ้น และที่สำคัญทำให้ร่างกายเราแข็งแรงขึ้น มีแรงขึ้น” 2) ผู้เข้าอบรมมีค่าคะแนนความสุขในการดูแลผู้สูงอายุหลังการฝึกอบรมสูงกว่าก่อนการฝึกอบรม และเมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ค่าคะแนนความสุขกับคนทั่วไปของกรมสุขภาพจิต พบว่า ผู้เข้าอบรมมีค่าคะแนนความสุขมากกว่าคนทั่วไป (Good) จำนวน 6 คน และมีค่าคะแนนเท่ากับคนทั่วไป (Fair) จำนวน 3 คน และผลการวิจัยพบข้อมูลเชิงคุณภาพที่แสดงให้เห็นความหมายคำว่า “ความสุข” ที่เป็นแบบแผนซ้ำๆ ตามการรับรู้ของผู้เข้าอบรม สามารถจัดเป็นหมวดหมู่ได้ 4 ด้าน ประกอบด้วย การมีสุขภาพดี การมีครอบครัวที่ดี การมีเพื่อนบ้านดี และการอาศัยอยู่ในชุมชนที่ดี 3) ผู้เข้าอบรมสามารถเลือกใช้เทคโนโลยีในการสื่อสารและการให้คำปรึกษาผ่านเทคโนโลยี เพื่อการปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุได้เหมาะสม ได้แก่ กลุ่ม Line เป็นช่องทางในการติดต่อสื่อสารและการปรึกษาเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวสำหรับสมาชิกกลุ่ม การอาการเจ็บป่วยฉุกเฉินที่เกิดกับผู้สูงอายุในครอบครัวตนเอง การให้กำลังใจซึ่งกันและระหว่างสมาชิกกลุ่ม เป็นต้น นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงที่นอกเหนือไปจากจุดประสงค์ของหลักสูตรที่เกิดขึ้น ผู้วิจัยได้ข้อมูลจากการสังเกตทั้งการร่วมกิจกรรมการเยี่ยมครอบครัว และเข้าร่วมกิจกรรมกับชุมชน รวมถึงการแลกเปลี่ยนและคืนข้อมูลแก่ผู้เข้าอบรมในระยะการสะท้อนผล พบประเด็นการเปลี่ยนแปลงที่โดดเด่นของผู้เข้าอบรมในกลุ่มนี้ คือ ลักษณะสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นในชุมชน ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างผู้เข้ารับการอบรมด้วยตนเอง สัมพันธภาพระหว่างผู้เข้าอบรมกับสมาชิกครอบครัว และเพื่อนบ้าน รวมถึงสัมพันธภาพระหว่างผู้เข้ารับการอบรมกับชุมชนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีมากขึ้น

ตอนที่ 4 ผลการประเมินผลหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธิตสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ พบว่า

1) ผู้เข้าอบรมมีความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการอบรมของหลักสูตร โดยเห็นว่ากิจกรรมการอบรมทำให้ตนเองมีความรู้เรื่องการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น รู้สึกมีความสุขและเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น “โชคดีมากที่ได้มีโอกาสเข้าร่วมการอบรมในหลักสูตร ทำให้มีความรู้ในการดูแลและมีความมั่นใจมากขึ้น” “หนูไม่ค่อยมีใครมาชื่นชมอะไรแบบนี้หรอก แต่พอมาอบรมทุกคนชื่นชมบอกว่าให้หนูเป็นตัวอย่าง ก็ภูมิใจในตัวเองมากค่ะ มีกำลังใจที่จะดูแลแม่ให้ดีที่สุด” 2) ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องมีความเห็นว่าหลักสูตรสามารถ

นำไปปฏิบัติได้จริงและเหมาะสมกับบริบทวิถีชีวิต ส่งผลกระทบในทางบวกทั้งต่อผู้ดูแลผู้สูงอายุ ครอบครัวและชุมชน พบประเด็นที่น่าสนใจ คือ หลักสูตรส่งผลให้เกิดสัมพันธภาพแบบเอื้ออาทร เห็นใจและเข้าใจระหว่างคนในครอบครัว เพื่อนบ้าน และคนในชุมชนมากขึ้น “ผมชอบที่เวลาคนข้างๆ บ้านป่วย ญาติๆ เค้าก็ตามคนที่มาอบรมไปช่วยดู ไปเยี่ยมกัน ดีมากเลยครับ ทุกคนช่วยกันดูแลคนแก่ในชุมชน ดีมากจริงๆ ครับ”

การอภิปรายผล

จากการศึกษาผลการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสนทนายศาสตร์สำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ ผู้วิจัยนำประเด็นที่ค้นพบมาอภิปรายผล ดังนี้

1. ผลการศึกษาความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชน และนำข้อมูลกำหนดเป็นหน่วยการเรียนรู้ของหลักสูตรฝึกอบรม จำนวน 3 หน่วยการเรียนรู้ ได้แก่ 1) ความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุ 2) การดูแลตนเองของผู้ดูแลผู้สูงอายุ และ 3) การเลือกใช้เทคโนโลยีในการสื่อสาร และการให้คำปรึกษานั้นเป็นการกำหนดเนื้อหาหลักสูตรฝึกอบรม ซึ่งได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลและข้อค้นพบความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ โดยวิธีการสนทนากลุ่มกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูล 2 กลุ่ม โดยเป็นกลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีความสำคัญและมีประสบการณ์เกี่ยวข้องโดยตรงกับการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน ดังนั้น การใช้วิธีการรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสนทนากลุ่มในขั้นตอนนี้กับผู้ให้ข้อมูลที่มีความคุ้นเคยและมีประสบการณ์ตรงในประเด็นที่สนทนา และกระบวนการสนทนากลุ่มทำให้สมาชิกได้มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลที่มีความเฉพาะที่เป็นความคิดเห็น ความรู้สึกตามการรับรู้ของผู้ดูแลผู้สูงอายุในชุมชน จึงทำให้ได้ข้อสรุปที่เป็นประเด็นตรงกับความต้องการอย่างแท้จริง (Sitthitri & Sawangdee, 1993; Baral et al., 2016) ดังนั้น เนื้อหาหลักสูตรฝึกอบรมจึงมีความเหมาะสมสอดคล้องกับความต้องการเป็นประสบการณ์จริงและวิถีชีวิตของผู้ดูแลผู้สูงอายุ ช่วยให้ผู้เข้าอบรมได้รับความรู้เรื่องการดูแลผู้สูงอายุและการดูแลตนเองเพิ่มขึ้น เกิดประโยชน์โดยตรงต่อผู้ดูแลและผู้สูงอายุในครอบครัว จึงกล่าวได้ว่า การที่ผู้วิจัยศึกษาความต้องการพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชน ทำให้หลักสูตรฝึกอบรมที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกับความต้องการของชุมชนอย่างแท้จริง

2. ผลการสร้างและตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตร พบว่า หลักสูตรมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากหลักสูตรที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นผ่านกระบวนการพัฒนาอย่างเป็นลำดับขั้นตอน ได้แก่ 1) กำหนดความเป็นมาและความสำคัญ 2) กำหนดหลักการและเป้าหมายของหลักสูตร 3) กำหนดจุดประสงค์ของหลักสูตร 4) กำหนดโครงสร้างหลักสูตร 5) กำหนดแนวทางการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม และ 6) กำหนดแนวทางในการวัดและประเมินผล นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้จัดทำเอกสารประกอบหลักสูตร เพื่อให้สามารถใช้หลักสูตรได้อย่างมีประสิทธิภาพ ได้แก่ คู่มือวิทยากร ประกอบด้วย คำชี้แจงการใช้คู่มือ แผนการจัดฝึกอบรม แบบวัดและประเมินผล และคู่มือผู้เข้าอบรม ประกอบด้วย โครงสร้างหลักสูตร กำหนดการจัดฝึกอบรม เนื้อหาการจัดการฝึกอบรมและเอกสารประกอบการอบรม ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความเป็นมาและความสำคัญที่นำไปสู่การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม โดยให้ความสำคัญกับขั้นตอนที่ 1 การศึกษาความต้องการพื้นฐานซึ่งเป็นขั้นตอนที่นำข้อมูลความต้องการของชุมชนมาออกแบบสร้างและกำหนดเป็นองค์ประกอบหลักสูตร ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Taba (1962) ที่ใช้กระบวนการพัฒนาหลักสูตรโดยใช้การวินิจฉัยความต้องการจำเป็นในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และสอดคล้องกับแนวคิดของ Utharanan (1995) ที่กล่าวว่า การพัฒนาหลักสูตรนั้นจำเป็นต้องศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ เพื่อทราบความต้องการของสังคมและการมีส่วนร่วมของผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง จะทำให้ได้หลักสูตรที่สอดคล้องกับความต้องการของชุมชน ช่วยให้ผู้เรียนบรรลุตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรได้ดีขึ้น นอกจากนี้ การกำหนดเนื้อหาหลักสูตรการฝึกอบรมสอดคล้องกับ Buasri (1999) ที่ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับเกณฑ์ในการเลือกเนื้อหาว่า ควรมีประโยชน์ต่อผู้เรียนทั้งในปัจจุบันและอนาคต กล่าวคือ ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ได้ทันทีและเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียนและสังคมในระยะยาว ดังนั้น ในมุมมองของผู้วิจัยเห็นว่า กระบวนการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมขั้นตอนที่ 1 มีความสำคัญมากเพราะทำให้ได้เนื้อหาหลักสูตรที่มีความสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของชุมชน หลักสูตรฝึกอบรมที่ได้จึงมีคุณค่าสำหรับ

ผู้ดูแลผู้สูงอายุเพราะทำให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุได้เรียนรู้เนื้อหาหลักสูตรฝึกอบรมที่สอดคล้องกับความต้องการและบริบท และวิถีชีวิตจริงของตนเอง สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุได้จริงและสามารถนำไปใช้ได้ทันที

3. ผลการศึกษาการนำหลักสูตรไปใช้ พบว่า ผู้เข้าอบรมมีความรู้ในการดูแลผู้สูงอายุจากการฝึกอบรมเพิ่มขึ้นมีคะแนนทัศนคติทางบวกในการดูแลผู้สูงอายุ มีคะแนนความสุขเพิ่มขึ้น มีประสบการณ์การดูแลและสามารถบอกเล่าประสบการณ์ในแง่มุมต่างๆ ได้เหมาะสม มีการนำใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารและการปรึกษาในการดูแลผู้สูงอายุได้ ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากการออกแบบและกำหนดเนื้อหาการฝึกอบรมแต่ละหน่วยเรียงลำดับตามความต้องการของผู้ดูแลผู้สูงอายุ และการจัดกิจกรรมในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ของหลักสูตรฝึกอบรมที่เน้นให้ผู้เข้าอบรมได้แลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์การดูแลผู้สูงอายุของตนเองและเรียนรู้จากสมาชิกกลุ่ม การได้ลงมือปฏิบัติ ได้สัมผัส และมีประสบการณ์จริงในการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตนเอง และเยี่ยมชมการดูแลผู้สูงอายุของสมาชิกกลุ่ม ส่งผลทำให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ผู้วิจัยได้ออกแบบโจทย์ การกำหนดกิจกรรม การยกตัวอย่าง รวมถึงการเปิดโอกาสให้ผู้เข้าอบรมได้สะท้อนคิดอย่างมีอิสระด้วยการเขียนและการวาดภาพตามความเข้าใจของผู้เข้าอบรม ซึ่งกระบวนการดังกล่าวผู้วิจัยได้นำมาใช้ตลอดระยะเวลาการฝึกอบรม อาจส่งผลทำให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น และสามารถนำไปปฏิบัติการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวของตนเองได้จริง อย่างไรก็ตาม จากการประเมินความคิดเห็นของผู้เข้าอบรมที่มีกิจกรรมการฝึกอบรมของหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียสาธก พบว่า รายการประเมินเรื่องระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้งค่อนข้างน้อย ทั้งนี้ ผู้วิจัยตั้งข้อสังเกตว่าในช่วงการอบรมหรือกิจกรรมการร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในแต่ละครั้งและแต่ละประเด็น สมาชิกผู้เข้าอบรมได้ร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์และนำเสนอความคิดเห็นในแต่ละประเด็นมีบรรยากาศเต็มไปด้วยความอบอุ่นและเอื้ออาทร สมาชิกผู้เข้าอบรมใช้การสัมผัสกันเพื่อให้กำลังใจแก่เพื่อนสมาชิกเมื่อพูดถึงประเด็นการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตนเอง รวมทั้งมีการแสดงความรู้สึกหรืออารมณ์ในการร่วมแลกเปลี่ยนทำให้บรรยากาศเต็มไปด้วยความสนุกสนาน โดยเฉพาะการร่วมเสนอความคิดเห็นเพื่อออกแบบแลกเปลี่ยนวิธีการดูแลผู้สูงอายุซึ่งกันและกัน จึงอาจเป็นไปได้ว่า ผู้เข้าอบรมมีความคิดเห็นว่ระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้งค่อนข้างน้อยเพราะมีความสุขในการร่วมกิจกรรมดังกล่าว สอดคล้องกับข้อมูลจากการบันทึกการสะท้อนคิดแสดงให้เห็นว่าผู้เข้าร่วมอบรมอยากให้ระยะเวลาในการอบรมเพิ่มมากขึ้นด้วย

สำหรับกระบวนการสุนทรียสาธกซึ่งเป็นกระบวนการหลักในการนำหลักสูตรไปใช้ โดยผู้วิจัยใช้หลักการกระบวนการสุนทรียสาธก 4 ขั้นตอน (4-D Cycle) (Discovery, Dream, Design, Destiny) ในการออกแบบกิจกรรมทุกระยะของการฝึกอบรม พบว่า ขั้น Discovery ผู้เข้าอบรมทุกคนสะท้อนว่าเป็นขั้นตอนที่ชอบที่สุดเพราะทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีและมีความสุขมากที่สุด ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะขั้นตอนนี้เป็นการค้นหาสิ่งที่ดีที่สุดของประสบการณ์การดูแลผู้สูงอายุทำให้ผู้เข้าอบรมมีโอกาสใช้ความคิด และย้อนกลับไปทบทวนการดูแลของตนเองว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร อะไรคือปัจจัยแห่งความสำเร็จ มีส่วนเกี่ยวข้องกับสิ่งใดบ้าง ไตร่ตรองและเรียบเรียง แล้วจึงบอกเล่าประสบการณ์และร่วมแลกเปลี่ยนโดยเพื่อนสมาชิก ร่วมชื่นชมและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับหลักการสุนทรียสาธกของ Cooperider et al. (2008) ที่ว่า เมื่อบุคคลได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และทำความเข้าใจเรื่องราวทั้งหมดอย่างเป็นองค์รวมจะทำให้เห็นสิ่งที่ดีที่สุดในตัวบุคคล ซึ่งหลักการนี้จะเกิดขึ้นเมื่อสมาชิกได้รับรู้มุมมองทัศนคติ ประสบการณ์และการติดตามประสบการณ์ของผู้อื่นที่แตกต่างกันออกไปตามบริบทวิถีชีวิตของแต่ละคน ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนทำให้มีการปรับเปลี่ยนความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างบุคคล และมีความแน่นแฟ้นในลักษณะสัมพันธ์ภาพเพิ่มขึ้น จึงอาจกล่าวได้ว่าขั้นตอน Discovery ในทุกระยะของการอบรมช่วยให้ผู้เข้าอบรมเกิดความเข้าใจตนเอง มีความภาคภูมิใจ มีความมั่นใจและช่วยสร้างความสุขให้บุคคลได้ ขั้น Design ขั้นตอนนี้เป็นการแลกเปลี่ยนและช่วยกันออกแบบวิธีการและรูปแบบในการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งผู้เข้าอบรมสะท้อนว่าได้รับประสบการณ์มากที่สุดในระยะที่ 2 ของการฝึกอบรม (ระยะการเรียนรู้และติดตาม) ซึ่งในสัปดาห์แรกผู้เข้าอบรมนำความรู้ที่ได้รับไปดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตนเอง จากนั้นจะมีกิจกรรมติดตามเยี่ยมในสัปดาห์ที่ 3 และสัปดาห์ที่ 4 ซึ่งจะมีสมาชิกผู้เข้าอบรมคนอื่นติดตามไปเยี่ยมทุกครอบครัว การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ขั้นตอนนี้จะมีลักษณะ

เป็นการร่วมออกแบบวิธีการ หรือการให้คำแนะนำในการดูแลผู้สูงอายุของแต่ละครอบครัว ซึ่งพบว่ามีความหลากหลายของปัญหา และอุปสรรคในการดูแลที่มีความแตกต่างกันเป็นไปตามบริบทวิถีชีวิตจริง การได้ร่วมแบ่งปัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และให้คำปรึกษาหารือระหว่างสมาชิก ระยะเวลารวม 30 วัน ทำให้เกิดความเข้าใจและเห็นใจกัน การชื่นชมและให้กำลังใจของเพื่อนสมาชิก ก่อให้เกิดความประทับใจและสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกที่ความแน่นแฟ้นมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยพบว่า ผู้เข้าอบรมมีความมั่นใจในการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตนเองมากขึ้น นอกจากนี้ ยังสามารถดูแลให้คำแนะนำ และช่วยเหลือผู้สูงอายุที่เป็นเพื่อนบ้านด้วย

ผลการใช้กระบวนการสุนทรียสาธกในการนำหลักสูตรไปใช้ครั้งนี้ ช่วยให้ผู้เข้าอบรมมีประสบการณ์ที่ดีและเกิดมุมมองด้านบวกในการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะกระบวนการและกิจกรรมที่จัดขึ้นช่วยให้สมาชิกมีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับสมาชิกอื่นที่มองด้วยมุมมองทางบวกเช่นเดียวกัน ทำให้เกิดบรรยากาศแห่งการแบ่งปัน การชื่นชม และร่วมให้กำลังใจซึ่งกันระหว่างสมาชิกกลุ่ม ทำให้ผู้เข้าอบรมสามารถมองเห็นถึงประโยชน์ที่จะได้รับการช่วยกันร่วมแก้ไข การออกแบบวิธีการดูแลที่มีประสิทธิภาพและเหมาะสมสอดคล้องกับบริบทวิถีชีวิตของแต่ละครอบครัว รวมถึงการได้แลกเปลี่ยนปรึกษาปัญหาในการดูแลผู้สูงอายุกับสมาชิกอื่น ตลอดจนระยะเวลาการฝึกอบรม อาจทำให้ผู้เข้าอบรมมองข้ามข้อจำกัดที่เป็นอุปสรรคปัญหาในการดูแลผู้สูงอายุเช่นที่ผ่านมา ทำให้ผู้เข้าอบรมเกิดการเรียนรู้อย่างมีความสุข เกิดประสบการณ์การดูแลที่ดี ทำให้ผู้เข้าอบรมเกิดพลังใจและส่งผลต่อความมั่นใจในการดูแลผู้สูงอายุของตนเองมากยิ่งขึ้น ผลการศึกษาสอดคล้องกับ Pathum et al. (2016) ที่ศึกษาการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดสุนทรียสาธกเพื่อเสริมสร้างการบริหารจัดการตนเองของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า แนวคิดสุนทรียสาธกช่วยเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และทักษะการบริหารจัดการตนเอง และช่วยสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุตั้งใจที่จะพัฒนาเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางบวกเพิ่มมากขึ้น และสอดคล้องกับการศึกษาสุนทรียสาธกกับการรื้อถอนมายาคติบริการปฐมภูมิผ่านเรื่องเล่าหลากหลาย ซึ่งพบว่าประสบการณ์การทำงานที่ดีที่สุดของสมาชิกในองค์กรทำให้สมาชิกเข้าใจอดีตที่ผ่านมา การดำรงอยู่ของปัจจุบัน และทิศทางในอนาคตขององค์กร มองเห็นจุดแข็งต่างๆ ในองค์กรและในระบบบริการปฐมภูมิให้ผู้ปฏิบัติงานด้านสุขภาพระดับปฐมภูมิมีกำลังใจในการทำงานมากขึ้น

4. ผลการประเมินการใช้หลักสูตร ผู้เข้าอบรมมีความคิดเห็นต่อหลักสูตรว่า หลักสูตรและกิจกรรมการอบรมทำให้ตนเองมีความรู้ มีความมั่นใจในการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น รู้สึกมีความสุขและเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากการจัดเนื้อหาการเรียนรู้และการออกแบบกิจกรรมการฝึกอบรมเป็นสิ่งที่ใกล้ตัว มีประโยชน์ สามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตจริง กิจกรรมการอบรมเป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เข้าอบรมได้ลงมือปฏิบัติจริง และสิ่งสำคัญ คือกระบวนการสุนทรียสาธกช่วยให้การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของผู้เข้าอบรมในทุกหน่วยการเรียนรู้ภายใต้บรรยากาศที่เป็นไปทางบวก ทำให้ผู้เข้าอบรมกล้าเสนอความคิดเห็นและให้ข้อเสนอแนะต่อเพื่อนสมาชิก จึงช่วยให้ผู้เข้าอบรมมีความสุขในการเรียนรู้และเกิดความมั่นใจในการถ่ายทอดประสบการณ์ของตนเอง และจากการสนทนากลุ่มกับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน ได้แก่ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่รับผิดชอบงานการดูแลผู้สูงอายุ และกลุ่มผู้นำชุมชนที่เป็นแกนนำผู้สูงอายุ แกนนำอาสาสมัครสาธารณสุขและฝ่ายปกครอง ได้แก่ กำนันและผู้ใหญ่บ้าน ได้สะท้อนว่าหลักสูตรและกิจกรรมการอบรมสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงและเหมาะสมกับบริบทวิถีชีวิต ส่งผลกระทบในทางบวกทั้งต่อผู้ดูแล ผู้สูงอายุ ครอบครัวและชุมชนมากขึ้น ซึ่งได้แก่ การดูแลช่วยเหลือกันของคนในชุมชน เกิดความเห็นอกเห็นใจและเข้าใจกันมากขึ้น ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะการพัฒนาหลักสูตรในขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยได้ออกแบบและกำหนดเนื้อหาการฝึกอบรมจากความต้องการของชุมชน ดังนั้น ประสบการณ์ที่ได้จากการฝึกอบรมทำให้ผู้เข้าอบรมสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการดูแลผู้สูงอายุได้จริงและสามารถถ่ายทอดให้ผู้ดูแลคนอื่น ๆ ในชุมชนได้ นอกจากนี้ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลที่รับผิดชอบงานการดูแลผู้สูงอายุยังเห็นการเปลี่ยนแปลงของผู้เข้าอบรมที่สามารถเป็นที่ปรึกษาในการดูแลผู้สูงอายุขั้นพื้นฐานให้แก่คนในชุมชน ทำให้เกิดสัมพันธ์ภาพแบบเอื้ออาทร ระหว่างคนในครอบครัว เพื่อนบ้าน และคนในชุมชนมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับหลักการสุนทรียสาธกของ Cooperrider et al. (2008) ที่ว่า กระบวนการเปลี่ยนแปลงในบุคคลอยู่บนพื้นฐานของการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างบุคคล กลุ่มคน และปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง คือ การคิดทางบวก

ซึ่งมีความสำคัญต่อการปฏิบัติของบุคคล ดังนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า ผู้เข้าอบรมเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองและได้นำใช้ความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับจากหลักสูตรไปใช้ในการดูแลผู้สูงอายุส่งผลให้เกิดความมั่นใจ ความภูมิใจในการช่วยเหลือคนในชุมชน และเกิดความสุขในการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้เข้าอบรมได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์การดูแล ร่วมออกแบบวางแผน ร่วมเสนอแนวคิดที่เป็นประโยชน์ในการดูแลผู้สูงอายุและสามารถนำไปใช้ได้จริง ทำให้ผู้เข้าอบรมเกิดความมั่นใจ อบอุ่นใจ มีแนวทางการในการปฏิบัติ การนำไปใช้ และมีที่ปรึกษาในการดูแลผู้สูงอายุ ดังนั้น จะเห็นได้ว่าพลังของกระบวนการสุนทรียศาสตร์ที่ถูกนำมาใช้ตลอดระยะเวลา การฝึกอบรม โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้สนับสนุน เอื้ออำนวย และตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้สมาชิกผู้เข้าอบรมได้ร่วมขับเคลื่อนพลังทางบวก อันเกิดจากกระบวนการสุนทรียศาสตร์ดังกล่าว ช่วยให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุเกิดความรู้ความเข้าใจ มีทัศนคติทางบวก และเกิดความสุขในการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นและองค์กรภาครัฐควรนำหลักสูตรไปสร้างหรือผลิต และพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน

1.2 หน่วยงานด้านการศึกษาและจัดฝึกอบรมควรสร้างเครือข่ายความร่วมมือกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการจัดหลักสูตรฝึกอบรมหรือหลักสูตรระยะสั้น เพื่อพัฒนาศักยภาพในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน

2. ข้อเสนอแนะในการนำหลักสูตรไปใช้

2.1 เนื้อหาและกิจกรรมการอบรมของหลักสูตรนี้เน้นการดูแลผู้สูงอายุในชุมชนภาคเหนือ ดังนั้น ชุมชนอื่นที่มีบริบทแตกต่างจากนี้ควรนำหลักสูตรไปประยุกต์ใช้

2.2 วิทยากรและทีมควรทำความเข้าใจ พัฒนาและฝึกฝนตนเองเกี่ยวกับกิจกรรมและแนวปฏิบัติด้านการจัดฝึกอบรมด้วยกระบวนการสุนทรียศาสตร์ก่อนนำหลักสูตรไปใช้

2.3 องค์การส่วนปกครองท้องถิ่นสามารถนำไปใช้ในการออกแบบการพัฒนาศักยภาพของผู้ดูแลผู้สูงอายุ ได้แก่ การเพิ่มเติมและทบทวนความรู้และทักษะการปฏิบัติในการดูแลผู้สูงอายุ โดยปรับเนื้อหาให้สอดคล้องกับสภาพการณ์บริบทของท้องถิ่น และความต้องการของผู้ดูแลผู้สูงอายุ

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรมีการวิจัยและการพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างความสุขด้วยกระบวนการสุนทรียศาสตร์สำหรับผู้ดูแลผู้ป่วยเรื้อรังอื่นๆ ผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเวชและผู้ดูแลผู้พิการในชุมชน ในพื้นที่ที่มีเอกลักษณ์และบริบทแตกต่างกัน

3.2 ควรมีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมระหว่างหน่วยจัดการศึกษาหรือการฝึกอบรมและชุมชนเกี่ยวกับหลักสูตรเพื่อผู้ดูแลผู้ที่มีความเจ็บป่วยเรื้อรังอื่นๆ ในชุมชน เพื่อตอบสนองความต้องการของชุมชน

References

- Baral, S., Uprety, S., & Lamichhane, B. (2016). *Focus group discussion*. Retrieved October 6, 2020, from https://www.herd.org.np/uploads/frontend/Publications/PublicationsAttachments1/1485497050-Focus%20Group%20Discussion_0.pdf
- Buasri, T. (1999). *Theory of curriculum design and development* (2nd ed.). Bangkok: Pattanasueksa. [in Thai]
- Cooperider, D. L., Whitney, D., & Stavros, J. M. (2008). *Appreciative inquiry handbook for leaders of chance*. Ohio: Crown Custom.
- Department of Mental Health. (2014). *Quality of life*. Nonthaburi: Ministry of Public Health. [in Thai]
- Foundation of Gerontology Research and Development Institute. (2019). *Situation Thai Elderly 2018*. Bangkok: TQP. [in Thai]
- Havanont, N., & Wanthanothai, T. (2009). *New direction for residential development for the elderly in Thai society*. Bangkok: Faculty of Architecture, Rajamangala University of Thanyaburi. [in Thai]
- Klamrat, K. (2013). Causal factors of health behaviors of older persons in the western region of Thailand. *Journal of Humanities and Social Sciences Rajabhat MahaSarakhm University*, 7, 93-104. [in Thai]
- National Statistical Office. (2020). *Population and Housing Act 2019*. Bangkok: National Statistical Office. [in Thai]
- Otakanon, P. (2011). *Healthy life of the Thai elderly: principles, research and experience lessons*. Bangkok: Chulalongkorn University Press. [in Thai]
- Pathum, W., Na Ayutthaya, A., & Kerdpitak, P. (2016). Pattern development Learning according to the aesthetic concept to enhance self-management of the elderly in the district Bangkok. *Journal of Humanities Social Sciences and Arts, Silpakorn University*, 9(3), 857-870. [in Thai]
- Sitthitri, W., & Sawangdee, Y. (1993). *Group discussion: Qualitative research techniques from research on aging and transition in the northeast* (2nd ed.) Bangkok: Chulalongkorn University. [in Thai]
- Taba, H. (1962). *Curriculum development, theory and practice*. New York: Harcourt, Brace.
- Teankum, W. (2009). *Product differentiation for tutoring school through Appreciative Inquiry (AI): The case study of MC Tutoring School* (Master thesis). Khon Kaen: Khon Kaen University. [in Thai]
- Utharanan, S. (1995). *Fundamentals and principles of curriculum development*. Bangkok: Center Publication. [in Thai]