

**รูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของ
เทศบาลนครสมุทรปราการ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ**
**The Integration of Buddhist Principles for Improving the Quality of Life of the
Elderly in Community, Muang District, Samutprakarn**

¹พระครูปลัดจริยวัฒน์ (ยุตธนา ภทตญาโณ), ²พระธรรมวชิราจารย์
(สุชาติ กิตติปัญญา) และ³บุญชู พรพรหมพิพัฒน์

¹Phrakhru Palad Chariyawat (Yutthana Phatthanachano), ²Phra Dhamvajiracarya
(Suchart Kittipakño), and³Boonchu Pornprompipat

¹วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโธส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{2,3}มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์ราชวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

¹Palisueksabuddhaghosa Nakhon Pathom, Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

^{2,3}Mahavajiralongkornpalitheravada, Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

¹Corresponding Author's Email: Supitcha96@gmail.com

Received: August 9, 2025; **Revised:** December 12, 2025; **Accepted:** December 18, 2025

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ 3) เพื่อนำเสนอรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ เป็นงานวิจัยเชิงผสมผสานวิธี พื้นที่ชุมชนหาวงค์ เทศบาลนครสมุทรปราการ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ จำนวน 390 คน และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 25 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลคือ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์เชิงลึก และการสนทนากลุ่ม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาและการวิเคราะห์เนื้อหา นำเสนอเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า 1) สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยปัญหาด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือด้านความรู้และทักษะในการพัฒนาตนเอง รองลงมาคือด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพกายและจิต ด้านสังคมและวัฒนธรรม และด้านสิ่งแวดล้อมและที่อยู่อาศัย 2) หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุประกอบด้วย หลักภavana 4 หลักอิริยาบถ 4 หลักพรหมวิหาร 4 หลักเบญจศีล และหลักไตรลักษณ์ 3) รูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ คือ “BUDDHA Model” ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบ ได้แก่ การสร้างความรู้ด้านสุขภาพกายและจิต การสร้างความรู้และทักษะในการดำเนินชีวิต การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ การส่งเสริมสภาพแวดล้อมและความปลอดภัย

การพัฒนาด้านสังคมและวัฒนธรรมอย่างสามัคคี และการประเพณีและการพัฒนาอย่างยั่งยืน รูปแบบ “BUDDHA Model” เป็นองค์ความรู้ใหม่ที่บูรณาการหลักพุทธธรรมเข้ากับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาชุมชนผู้สูงอายุในสังคมไทยได้อย่างเป็นรูปธรรมและยั่งยืน

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ; ภาวนา 4; BUDDHA Model; เทศบาลนครสมุทรปราการ

Abstract

This research article aimed to: 1) study the problems and needs in developing quality of life for the elderly in Samut Prakan Municipality, 2) develop an appropriate model for integrating Buddhist principles to enhance the quality of life for the elderly, and 3) present a model for integrating Buddhist principles to improve the quality of life for the elderly in Samut Prakan Municipality. This was mixed-methods research conducted in Mahawong Community, Samut Prakan Municipality, Mueang Samut Prakan District, Samut Prakan Province. The sample comprised 390 elderly participants and 25 key informants. Data collection instruments included questionnaires, in-depth interviews, and focus group discussions. Data were analyzed using descriptive statistics and content analysis, presented descriptively. The research findings revealed that: 1) Overall problems in the quality of life for the elderly were at a high level, with the highest mean score in knowledge and self-development skills, followed by economic issues, physical and mental health, social and cultural aspects, and environmental and housing conditions. 2) Appropriate Buddhist principles for developing quality of life for the elderly comprised the Four Foundations of Mindfulness (Bhavana 4), Four Postures (Iriyabot 4), Four Brahmaviharas (Brahmavihar 4), Five Precepts (Pañcasīla), and Three Characteristics (Tilakkhana). 3) The integrated model of Buddhist principles for developing quality of life for the elderly is the “BUDDHA Model”, consisting of six components: Building Knowledge in Physical and Mental Health, Understanding Knowledge and Life Skills, Development of Economic Quality of Life, Development of Environment and Safety, Harmonious Social and Cultural Development, and Assessment and Sustainable Development. The “BUDDHA Model” represents new knowledge that systematically integrates Buddhist principles with quality-of-life development for the elderly. This model can be practically and sustainably applied to develop elderly communities in Thai society, providing a comprehensive framework for holistic care and support that addresses physical, mental, economic, environmental, social, and cultural dimensions of elderly well-being.

Keywords: Quality of Life for the Elderly; Four Foundations of Mindfulness; BUDDHA Model; Samut Prakan Municipality

บทนำ

ประเทศไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรครั้งสำคัญ โดยได้ก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัย (Aging Society) ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 เมื่อมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศ (รศรินทร์ เกรย์ และคณะ, 2556) การเปลี่ยนแปลงนี้เกิดจากปัจจัยหลายประการ ได้แก่ การพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคม ความก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุข ส่งผลให้อัตราการเกิดและอัตราการตายลดลง ขณะที่อายุคาดเฉลี่ยของประชากรเพิ่มสูงขึ้น คาดการณ์ว่าประเทศไทยจะกลายเป็นสังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ (Complete Aged Society) ในปี พ.ศ. 2564 เมื่อมีประชากรสูงอายุมากกว่าร้อยละ 20 และจะเป็น

สังคมสูงวัยระดับสุดยอด (Super Aged Society) ในปี พ.ศ. 2574 เมื่อมีประชากรสูงอายุมากกว่าร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด (วรเวศม์ สุวรรณระดา, 2559) การเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วนี้ส่งผลกระทบต่อการพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน จนถึงระดับประเทศ สำหรับพื้นที่เทศบาล นครสมุทรปราการ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ พบว่ามีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในชุมชนมหาวงษ์ซึ่งมีผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ 55 ของประชากรทั้งหมด (รายงาน สถานการณ์ทางสังคมจังหวัดสมุทรปราการ, 2562) จากข้อมูลสำนักงานสถิติจังหวัดพบว่าผู้สูงอายุรวมทั้งสิ้น 9,637 คน (สำนักงานสถิติจังหวัดสมุทรปราการ, 2567) เมื่อพิจารณาตามช่วงอายุแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ วัยต้น (60-69 ปี) วัยกลาง (70-79 ปี) และวัยปลาย (80 ปีขึ้นไป) พบว่าทุกช่วงวัยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

พระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม โดยมุ่งเน้นการพัฒนาที่จิตใจเป็นหลัก ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สรรพสิ่งมีใจเป็นหัวหน้า มีใจสำคัญที่สุด ล้วนเกิดจากใจ”(พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย: พุ.ธ. (ไทย); 25/1-2/1-2) ถ้าฝึกอบรมพัฒนาจิตดีแล้วย่อมก่อให้เกิดสุขภาวะทางจิตที่ดีสามารถดำเนินชีวิตอย่างปกติสุขได้ (พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย: พุ.ธ. (ไทย); 25/36/22) หลักธรรมที่สำคัญที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ได้แก่ หลักพรหมวิหาร 4 (ธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐ) ที่ช่วยให้ผู้สูงอายุมีจิตใจเบิกบานและลดความเครียด ที่ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันในครอบครัวและชุมชนอย่างสงบสุข (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) ภาวนา 4 (การฝึกฝน จิตให้เจริญ 4 ประการ) คือหลักธรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุพัฒนาจิตใจให้เข้มแข็งและมีสติอย่างต่อเนื่องช่วยให้ ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตได้อย่างมั่นคงตามวัยและกำลังความสามารถ อริยาบถ 4 (อริยาบถ 4 ประการ) ประกอบด้วย การยืน (ฐานะ) การเดิน (คณะ) การนั่ง (นิสชณะ) และ การนอน (สยณะ) โดยการปฏิบัติ อริยาบถเหล่านี้ย่อมส่งผลให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตได้อย่างมั่นคงตามวัยและกำลังความสามารถ และหลักเบญจศีล (ศีล 5 ประการ) ที่เป็นพื้นฐานการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรม

ผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลนครสมุทรปราการประสบปัญหาด้านคุณภาพชีวิตหลายประการ ปัญหาด้าน เศรษฐกิจพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน มีการออมน้อย และพึ่งพาการเกื้อหนุน จากบุตรเป็นหลักถึงร้อยละ 78.5 ของรายได้ทั้งหมด (สำนักงานสถิติจังหวัดสมุทรปราการ, 2567) ปัญหาด้าน สุขภาพพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคเรื้อรัง เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน และโรคหัวใจ ซึ่งต้องการการดูแล รักษาอย่างต่อเนื่อง ปัญหาด้านสังคมพบว่าผู้สูงอายุจำนวนมากอยู่ลำพังหรืออยู่กับหลาน เนื่องจากลูกหลาน ต้องทำงานนอกบ้าน ทำให้ขาดการดูแลเอาใจใส่ รู้สึกโดดเดี่ยวและถูกทอดทิ้ง นอกจากนี้การขยายตัวของเมือง และภาคอุตสาหกรรมยังส่งผลให้ผู้สูงอายุต้องปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมและวิถีชีวิตที่ เปลี่ยนไป

ด้วยสภาพปัญหาและความท้าทายดังกล่าว ผู้วิจัยจึงเห็นความจำเป็นในการศึกษาและพัฒนา รูปแบบ การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ อำเภอเมือง สมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ โดยมุ่งศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการ และบริบทของชุมชน รวมถึง วิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เพื่อนำไปสู่การสร้างรูปแบบที่สามารถ นำไปปฏิบัติได้จริงและยั่งยืน หลักธรรมเหล่านี้สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุพัฒนาสุขภาวะทางจิต มีความสุข

มีคุณค่า และสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรี (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2565) การศึกษาค้นคว้านี้จะช่วยตอบโจทย์ความท้าทายของสังคมสูงวัยในสามมิติสำคัญ คือ 1) การศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในบริบทเมืองที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว 2) การพัฒนารูปแบบที่บูรณาการหลักพุทธธรรมกับการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นระบบ และ 3) การนำเสนอรูปแบบที่สามารถประยุกต์ใช้ได้จริงในชุมชนและขยายผลสู่พื้นที่อื่น อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน ครอบคลุมทั้งมิติทางกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ตามหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทย

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ
2. เพื่อศึกษาการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ
3. เพื่อนำเสนอรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้แนวคิดการวิจัยแบบผสานวิธี เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมทั้งเชิงลึกและเชิงกว้าง สามารถนำไปสู่การพัฒนาแบบที่สมบูรณ์และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาด้านเนื้อหาและเอกสาร โดยรวบรวมข้อมูลจากพระไตรปิฎกและคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา หนังสือ ตำรา บทความวิชาการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักพุทธธรรม แนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เอกสารและรายงานของหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุมชนและการพัฒนาคุณภาพชีวิต รวมทั้งข้อมูล พื้นฐานของชุมชนเทศบาลนครสมุทรปราการ

ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาในภาคสนามและพื้นที่กรณีศึกษา โดยลงพื้นที่ชุมชนมหาวงษ์เทศบาลนครสมุทรปราการ สัมภาษณ์และสังเกตการณ์ สังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมของชุมชน สร้างความสัมพันธ์กับชุมชน ศึกษาบริบทและความเป็นจริงของปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่

ขั้นตอนที่ 3 การเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วยพระสงฆ์ในพื้นที่ที่มีบทบาทในการทำงานกับผู้สูงอายุ ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่เทศบาลนครสมุทรปราการ ผู้สูงอายุต้นแบบหรือผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี ผู้ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวและอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุ ตลอดจนตัวแทนหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่

เกี่ยวข้อง ส่วนการใช้เครื่องมือและวิธีการในการวิจัย ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญเพื่อศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการ และแนวทางการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรม การจัดสนทนากลุ่มเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและสร้างความเข้าใจร่วมกัน การสำรวจความคิดเห็นของประชาชนในชุมชนต่อร่างรูปแบบที่พัฒนาขึ้น และการทดลองใช้รูปแบบในชุมชนนำร่องผ่านกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ขั้นตอนที่ 4 การรวบรวมและตรวจสอบข้อมูล โดยบันทึกข้อมูลจากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่มด้วยการบันทึกเสียง ถอดเทปและจัดทำบทสัมภาษณ์ในรูปแบบเอกสาร รวบรวมแบบสอบถามและตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล บันทึกการสังเกตพฤติกรรมและการมีส่วนร่วมระหว่างการดำเนินกิจกรรม ตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของข้อมูลด้วยการตรวจสอบแบบสามเส้า

ขั้นตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูลและจัดระบบ โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาสำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพ จำแนกและจัดกลุ่มข้อมูลตามประเด็นที่ศึกษา วิเคราะห์ความเชื่อมโยงและความสัมพันธ์ของข้อมูล สำหรับข้อมูลเชิงปริมาณใช้สถิติเชิงพรรณนาและสถิติเชิงอนุมาน บุคลากรผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดเพื่อพัฒนาและปรับปรุงรูปแบบ การสรุปผลและการนำเสนอผลการวิจัย โดยสรุปผลการวิจัยในรูปแบบของรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่สมบูรณ์ นำเสนอผลการวิจัยด้วยการพรรณนาวิเคราะห์ ตาราง และแผนภาพประกอบ จัดทำคู่มือและแนวทางปฏิบัติเพื่อการนำไปใช้ เผยแพร่ผลการวิจัยสู่ชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อการขยายผลและการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

ผลการวิจัย

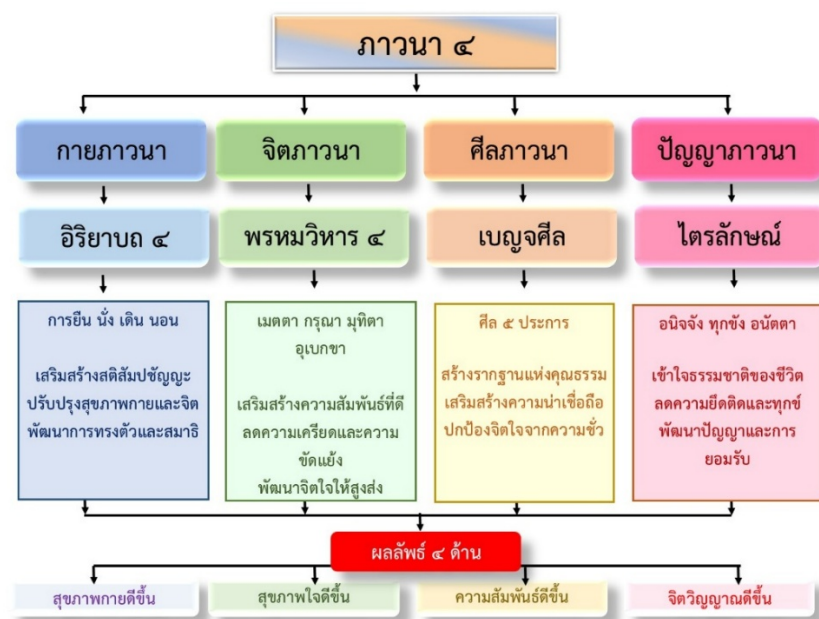
วัตถุประสงค์ที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า สภาพปัญหาและความต้องการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการมีความซับซ้อนและหลากหลายในทุกมิติ โดยภาพรวมของสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.05$, S.D. = 0.81) เรียงลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ปัญหาด้านความรู้และทักษะในการพัฒนาตนเอง ($\bar{x} = 4.13$, S.D. = 0.84) รองลงมา คือ ปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจ ($\bar{x} = 4.09$, S.D. = 0.83) ปัญหาด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ($\bar{x} = 4.05$, S.D. = 0.81) ด้านสังคมและวัฒนธรรม ($\bar{x} = 4.01$, S.D. = 0.80) และด้านสิ่งแวดล้อมและที่อยู่อาศัย ($\bar{x} = 3.98$, S.D. = 0.79) ตามลำดับ

สำหรับความต้องการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.40$, S.D. = 0.86) เรียงลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ด้านการพัฒนาความรู้และทักษะในการดำรงชีวิต ($\bar{x} = 4.43$, S.D. = 0.87) รองลงมา คือ ด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจและรายได้ ($\bar{x} = 4.41$, S.D. = 0.87) ด้านการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิต ($\bar{x} = 4.39$, S.D. = 0.86) ด้านการพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิต ($\bar{x} = 4.38$, S.D. = 0.86) และด้านส่งเสริมสภาพแวดล้อมและความปลอดภัยในชีวิต ($\bar{x} = 4.37$, S.D. = 0.85) ตามลำดับ

จากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 25 คน และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) จำนวน 2 ครั้ง พบประเด็นสำคัญสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์เชิงปริมาณ โดยเฉพาะปัญหาความโดดเดี่ยว การขาดรายได้ที่เพียงพอ การขาดทักษะด้านเทคโนโลยี และความต้องการการมีส่วนร่วมในกิจกรรมสังคม ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่า “เบี้ยยังชีพเดือนละ 800 บาท แค่นี้ยากหมดแล้ว ลูกก็มีภาระ บางครั้งก็อยากทำงานหาเงิน แต่ไม่มีใครจ้างคนแก่” และ “อยากเรียนรู้การใช้สมาร์ทโฟน ใช้แอปพลิเคชันต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน แต่อยากให้สอนแบบตัวต่อตัว ค่อยๆ สอน ไม่อายเวลาถาม”

วัตถุประสงค์ที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 5 หลักธรรมหลัก ได้แก่ 1) หลักภาวนา 4 (กายภาวนา จิตภาวนา ศีลภาวนา ปัญญาภาวนา) ที่ช่วยพัฒนาทั้งร่างกาย จิตใจ ศีลธรรม และปัญญา 2) หลักอิริยาบถ 4 (การเดิน การยืน การนั่ง การนอน) ที่ส่งเสริมสุขภาพกายและจิตผ่านการฝึกสติในทุกท่วงท่า 3) หลักพรหมวิหาร 4 (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) ที่สร้างสัมพันธภาพที่ดีและความสงบใจ 4) หลักเบญจศีล ที่เป็นพื้นฐานของการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรม และ 5) หลักไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) ที่ช่วยให้ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและลดความทุกข์ใจ

การวิเคราะห์จากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และการสัมภาษณ์พระสงฆ์และนักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา พบว่าหลักธรรมเหล่านี้มีความเชื่อมโยงและส่งเสริมซึ่งกันและกัน ดังที่พระครูประสิทธิ์จริยาภิวัฒน์กล่าวว่า “ภาวนาสำหรับผู้สูงอายุ คือ การฝึกฝนจิตใจให้เกิดความสงบ ความเข้าใจในชีวิต มีสติ มีปัญญา และสามารถถ่ายทอดประสบการณ์ดี ๆ ให้แก่คนรุ่นหลัง” และ “การปฏิบัติเบญจศีลช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ลดปัญหาสุขภาพจากการดื่มสุรา มีความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว และได้รับความเคารพจากชุมชน เป็นการสร้างสังคมที่สงบสุขจากการเริ่มต้นที่ตัวเราเอง”



ภาพที่ 1: แสดงความสัมพันธ์ของหลักธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์ที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่เรียกว่า “BUDDHA Model” ประกอบด้วย 6 องค์ประกอบหลัก คือ B - Building Knowledge in Physical and Mental Health (การสร้างความรู้ด้านสุขภาพกายและจิต), U - Understanding Knowledge and Life Skills (การสร้างความรู้และทักษะในการดำเนินชีวิต), D - Development of Economic Quality of Life (การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ), D - Development of Environment and Safety (การส่งเสริมสภาพแวดล้อมและความปลอดภัย), H - Harmonious Social and Cultural Development (การพัฒนาด้านสังคมและวัฒนธรรมอย่างสามัคคี), และ A - Assessment and Sustainable Development (การประเมินและการพัฒนาอย่างยั่งยืน)

รูปแบบนี้มีกระบวนการขับเคลื่อน 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นการสร้างความตระหนักและความเข้าใจร่วมกัน (Buddhistic Awareness Creation) 2) ขั้นการวิเคราะห์สภาพปัญหาและความต้องการ (Understanding Situation Analysis) 3) ขั้นการออกแบบและวางแผนกิจกรรม (Dhamma-integrated Design and Planning) 4) ขั้นการดำเนินกิจกรรมและการมีส่วนร่วม (Harmonious Implementation) และ 5) ขั้นการติดตาม ประเมินผล และพัฒนาต่อยอด (Advancement through Assessment)

จากการประเมินความเหมาะสมและความเป็นไปได้โดยผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่ารูปแบบ BUDDHA Model มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.68$, S.D. = 0.47) และมีความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.44$, S.D. = 0.50) โดยด้านที่ได้คะแนนสูงสุดคือด้านประโยชน์และผลกระทบ ($\bar{x} = 4.76$, S.D. = 0.43) รองลงมาคือด้านการบูรณาการหลักพุทธธรรม ($\bar{x} = 4.74$, S.D. = 0.45) ซึ่งแสดงให้เห็นว่ารูปแบบนี้มีศักยภาพในการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

อภิปรายผลการวิจัย

1. พบว่า สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการมีความรุนแรงในระดับมาก ($\bar{x} = 4.05$) โดยปัญหาที่พบมากที่สุด คือ ปัญหาด้านความรู้และทักษะในการดำรงชีวิต ($\bar{x} = 4.13$) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของเทคโนโลยีและรูปแบบการใช้ชีวิตในสังคมเมือง ประกอบกับการที่ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครมีพื้นฐานการศึกษาที่หลากหลาย แต่ขาดโอกาสในการเรียนรู้และปรับตัวกับเทคโนโลยีใหม่ ๆ อย่างเป็นระบบ รวมทั้งการที่ลูกหลานต้องทำงานนอกบ้าน ทำให้ขาดการถ่ายทอดทักษะใหม่ ๆ ภายในครอบครัว สอดคล้องกับ งานวิจัยของ พระมหาพิสิษฐ์ ธีธมโม (2563) ที่พบว่าปัญหาหลักของผู้สูงอายุในเขตเมือง คือ การขาดทักษะในการใช้เทคโนโลยีและการปรับตัวกับความเปลี่ยนแปลงของสังคม โดยพบว่าผู้สูงอายุ ร้อยละ 73.2 ต้องการเรียนรู้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อการสื่อสาร และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุปราณี พิมพ์ตรา และคณะ. (สุปราณี พิมพ์ตรา และคณะ, 2561) ที่ระบุว่าผู้สูงอายุในเขตชุมชนเมืองมีความต้องการการเรียนรู้ทักษะใหม่มากกว่าผู้สูงอายุในชนบท คิดเป็นร้อยละ 68.4 เมื่อเทียบกับร้อยละ 41.7 ในชนบท นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิด Active Aging (WHO, 2002) ขององค์การอนามัย

โลกที่เน้นความสำคัญของการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Lifelong Learning) เป็น 1 ใน 4 เสาหลักของการมีสุขภาพที่ดีในวัยสูงอายุ

2. พบว่า หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 5 หลักธรรม คือ หลักภavana 4, หลักอิริยาบถ 4, หลักพรหมวิหาร 4, หลักเบญจศีล และหลักไตรลักษณ์ ซึ่งมีความเชื่อมโยงและส่งเสริมซึ่งกันและกันอย่างเป็นระบบ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ หลักพุทธธรรมทั้ง 5 ประการมีลักษณะครอบคลุมการพัฒนาทั้งกาย วาจา ใจ อย่างสมดุล โดยหลักภavana 4 เป็นการพัฒนาศีลและปัญญา หลักอิริยาบถ 4 เป็นการดูแลสุขภาพกาย หลักพรหมวิหาร 4 เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดี หลักเบญจศีลเป็นการสร้างวินัยในตนเอง และหลักไตรลักษณ์เป็นการเข้าใจความจริงของชีวิต ซึ่งตรงกับความต้องการที่หลากหลายของผู้สูงอายุในวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงหลายด้านพร้อมกัน สอดคล้องกับ การศึกษาของ ปิ่นนเรศ กาสุดมและคณะ (2561) ที่พบว่าการบูรณาการหลักพุทธธรรมควรมีลักษณะเป็นระบบและครอบคลุมทุกมิติของการพัฒนา โดยผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าการใช้หลักพุทธธรรม 5 ประการร่วมกันให้ผลดีกว่าการใช้แยกส่วน คิดเป็นคะแนนความพึงพอใจ 4.42 เมื่อเทียบกับ 3.28 และสอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาสุพรรณ สุภทฺโท และคณะ (พระมหาสุพรรณ สุภทฺโทและคณะ, 2565) ที่ระบุว่าหลักพุทธธรรมสำหรับผู้สูงอายุต้องครอบคลุมการพัฒนาทั้งด้านกายภาพและจิตใจ โดยพบว่าผู้สูงอายุที่ปฏิบัติตามหลักธรรมครบถ้วนมีคุณภาพชีวิตดีกว่า ร้อยละ 89.3 เมื่อเทียบกับ ร้อยละ 56.7 ของกลุ่มควบคุม นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนาแบบองค์รวมเชิงพุทธ Buddhism and Holistic Health (Hansa Dhammahaso, 2559) ที่เน้นการพัฒนาอย่างสมดุลในทุกมิติของชีวิตมนุษย์

3. พบว่า รูปแบบ “BUDDHA Model” ได้รับการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิในด้านความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 4.68$) และความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ในระดับมาก ($\bar{x} = 4.44$) โดยมีประโยชน์และผลกระทบที่ได้คะแนนสูงสุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ รูปแบบ BUDDHA Model มีการออกแบบที่สอดคล้องกับบริบทสังคมไทยที่มีรากฐานทางพุทธศาสนาและวัฒนธรรมดั้งเดิมที่เข้มแข็ง ความเป็นระบบที่ชัดเจนในการดำเนินงาน และสามารถวัดผลได้อย่างเป็นรูปธรรม นอกจากนี้ รูปแบบนี้ยังคำนึงถึงการมีส่วนร่วมของชุมชนและการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่น ทำให้มีความเป็นไปได้ในการประยุกต์ใช้จริงสูง สอดคล้องกับ แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2567) ที่เน้นความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกันที่ดี โดยผลการประเมินแสดงให้เห็นว่าโครงการที่ใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีอัตราความสำเร็จ ร้อยละ 87.6 และสอดคล้องกับการศึกษาของ สุปรานี พิมพ์ตรา และคณะ (สุปรานี พิมพ์ตรา และคณะ, 2561) ที่พบว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุแบบองค์รวมควรครอบคลุม 6 มิติ คือ สุขภาพกาย สุขภาพจิต เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และจิตใจ โดยมีประสิทธิภาพในการพัฒนาคะแนนเฉลี่ย 4.35 จาก 5.00 คะแนน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการวิจัยแบบมีส่วนร่วมโดยชุมชน (Community-Based Participatory Research: CBPR) เป็นเครื่องมือสำคัญในการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนา (Wallerstein and Duran, 2016) ที่ให้ความสำคัญกับการสร้างความเป็นเจ้าของและการมีส่วนร่วมของชุมชนในกระบวนการพัฒนา โดยผลการศึกษาแสดงว่าโครงการที่มีการมีส่วนร่วมของชุมชนสูงมีอัตราความยั่งยืน ร้อยละ 94.2 เมื่อเทียบกับ ร้อยละ 67.8 ของโครงการแบบบนลงล่าง

องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ อำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ” พบว่า “BUDDHA Model” เป็นองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการบูรณาการองค์ความรู้ด้านพระพุทธศาสนาเข้ากับแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ โดยเป็นรูปแบบที่มีลักษณะเฉพาะ 4 ประการ ได้แก่

1. เป็นรูปแบบที่มีความเชื่อมโยงระหว่างมิติต่าง ๆ ของการพัฒนาคุณภาพชีวิต BUDDHA Model นำเสนอการพัฒนาสัมมาชีพในมิติที่ครอบคลุมและเชื่อมโยงกัน ทั้งมิติด้านความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพและสุขจิต มิติด้านความรู้และทักษะในการดำรงชีวิตมิติด้านการเศรษฐกิจและรายได้ มิติด้านสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัยในชีวิต มิติด้านสังคมและวัฒนธรรม และมิติด้านการประยุกต์ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน ซึ่งไม่เพียงพัฒนาด้านเศรษฐกิจเท่านั้น แต่ยังพัฒนาด้านสังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และจิตใจควบคู่กันไป

2. เป็นรูปแบบที่บูรณาการหลักพุทธธรรมอย่างเป็นระบบ (Systematic Dhamma Integration) การนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุมาก่อน แต่ “BUDDHA Model” ได้บูรณาการหลักพุทธธรรมหลายประการได้แก่ 1) หลักภavana 4 2) หลักอิริยาบถ 4 3) หลักพรหมวิหาร 4 4) หลักเบญจศีล และ 5) หลักไตรลักษณ์อย่างเป็นระบบและมีความเชื่อมโยงกัน โดยแต่ละหลักธรรมมีบทบาทที่เกื้อหนุนกันในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

3. เป็นรูปแบบที่สอดคล้องกับบริบทสังคมไทยในปัจจุบัน (Contextual Relevance) “BUDDHA Model” ได้พัฒนาขึ้นจากการศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการที่แท้จริงของชุมชนในสังคมไทยร่วมสมัย ซึ่งกำลังเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ทำให้เป็นรูปแบบที่ตอบสนองในปัจจุบัน รูปแบบนี้มีความสอดคล้องกับบริบทสังคมไทยในปัจจุบัน เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ เช่น สภาพปัญหาผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง สภาพปัญหาความยากจนของผู้สูงอายุสู่การพัฒนาอาชีพเสริมตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ปัญหาสิ่งแวดล้อม และการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมสังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ในพื้นที่ชุมชนมหาวงศ์ของเทศบาลนครสมุทรปราการซึ่งเป็นเขตเมืองมีอัตราการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุที่รวดเร็วกว่าพื้นที่ชนบท BUDDHA Model จึงเป็นรูปแบบที่ตอบสนองต่อความจำเป็นเร่งด่วนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างเป็นองค์รวมและยั่งยืน

4. เป็นรูปแบบที่มีกระบวนการขับเคลื่อนที่ชัดเจน BUDDHA Model มีการกำหนดกระบวนการขับเคลื่อนที่ชัดเจน 5 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นการสร้างความตระหนักและความเข้าใจร่วมกัน ขั้นการวิเคราะห์สภาพปัญหาและความต้องการ ขั้นการออกแบบและวางแผนกิจกรรม ขั้นการดำเนินกิจกรรมและการมีส่วนร่วม ขั้นการติดตาม ประเมินผล และพัฒนา ซึ่งทำให้สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

องค์ความรู้เชิงปฏิบัติ แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครสมุทรปราการ นอกจากองค์ความรู้เชิงทฤษฎีแล้ว งานวิจัยนี้ยังได้องค์ความรู้เชิงปฏิบัติที่เป็นแนวทางในการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมสัมมาชีพชุมชน ดังนี้

1. การบูรณาการพุทธธรรมในการสร้างความรู้ด้านสุขภาพและจิต องค์ความรู้ใหม่ในประเด็นนี้ คือ การนำหลักพรหมวิหาร 4 มาเป็นกระบวนการในการพัฒนาความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิตอย่างเป็นขั้นตอน เริ่มจากการสร้างเมตตา (ความรักความปรารถนาดีต่อตนเองและผู้อื่นในการดูแลสุขภาพ) เป็นฐาน แล้วต่อยอดด้วยกรุณา (ความเห็นใจและการให้อภัยตนเองเมื่อเจ็บป่วย) มุทิตา (ความยินดีกับความก้าวหน้าทางสุขภาพ) และอุเบกขา (ความสงบเป็นกลางต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาวะสุขภาพ) ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) และแนวคิดการดูแลสุขภาพแบบมีสติ (Mindful Healthcare) ที่เน้นการพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวมและการสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Psychological Resilience)

2. การบูรณาการพุทธธรรมในการพัฒนาความรู้และทักษะในการดำรงชีวิต องค์ความรู้ใหม่ในประเด็นนี้ คือ การนำหลักอิริยาบถ มาสร้างวัฒนธรรมพัฒนาความรู้และทักษะในการดำรงชีวิตตามหลักพรหมวิหาร 4 เพื่อพัฒนาความรู้ในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ โดยบูรณาการการปฏิบัติอิริยาบถ 4 (การยืน เดิน นั่ง นอน) ด้วยจิตพรหมวิหาร 4 (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) อย่างเป็นระบบ ทำให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตประจำวันด้วยความมีสติในทุกท่วงท่า พร้อมทั้งเสริมสร้างสุขภาวะทางกายและจิตใจผ่านการฝึกฝนจิตคุณธรรม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวม (Holistic Quality of Life) และทฤษฎีการชราภาพที่ประสบความสำเร็จ (Successful Aging Theory) ที่ให้ความสำคัญกับการรักษาสมรรถภาพทางกายและสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุพร้อมกัน

3. การบูรณาการพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ องค์ความรู้ใหม่ในประเด็นนี้ คือ การนำหลักไตรลักษณ์และหลักเบญจศีลมาบูรณาการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจสำหรับผู้สูงอายุ โดยเน้นการสร้างวินัยทางการเงินผ่านความเข้าใจในความไม่เที่ยงของสิ่งต่าง ๆ (อนิจจัง) ความไม่ยึดติดกับทรัพย์สิน (อนัตตา) และการปฏิบัติตามศีลธรรมในการใช้จ่ายและการหารายได้อย่างสุจริต ทำให้ผู้สูงอายุสามารถจัดการทรัพยากรทางการเงินได้อย่างมีสติและรู้เท่าทัน พร้อมทั้งสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจที่ยั่งยืนโดยไม่ก่อให้เกิดความทุกข์จากการยึดติดและความโลภ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงและทฤษฎีการจัดการการเงินส่วนบุคคลสำหรับผู้สูงอายุ (Personal Financial Management for Elderly) ที่เน้นความมั่นคงและความยั่งยืน

4. การบูรณาการพุทธธรรมในการพัฒนาสิ่งแวดล้อมที่ยั่งยืน องค์ความรู้ใหม่ในประเด็นนี้ คือ การนำหลักภาวนา 4 มาเป็นกรอบในการจัดการสิ่งแวดล้อมแบบองค์รวม โดยเฉพาะกายภาวนา (การดูแลสุขภาพแวดล้อมทางกายภาพ) จิตภาวนา (การสร้างจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม) ศีลภาวนา (การปฏิบัติตนอย่างมีจริยธรรมต่อสิ่งแวดล้อม) และปัญญาภาวนา (การใช้ปัญญาในการจัดการทรัพยากรอย่างรู้เท่าทัน) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน (Sustainable Development) ที่ให้ความสำคัญกับความสมดุลระหว่างการพัฒนา

5. การบูรณาการพุทธธรรมในการสร้างความเข้มแข็งทางสังคมและวัฒนธรรม องค์ความรู้ใหม่ในประเด็นนี้ คือ การนำหลักพรหมวิหาร 4 (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) มาพัฒนาเป็นกลไกการสร้างทุนทางสังคม (social capital) ผ่านการรวมกลุ่มผู้สูงอายุที่มีการแบ่งปันทรัพยากร ความรู้ และโอกาส อันนำไปสู่เครือข่ายความร่วมมือที่เข้มแข็งและยั่งยืน โดยมี "กลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน" เป็นพื้นที่กลางในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และแก้ไขปัญหาาร่วมกัน ด้วยเมตตา (ความรักใคร่เอื้อเฟื้อ) กรุณา (ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้ที่มีปัญหา) มุทิตา (ความยินดีต่อความสำเร็จของผู้อื่น) และอุเบกขา (ความเป็นกลางและยุติธรรม)

นอกจากองค์ความรู้เชิงทฤษฎีและเชิงปฏิบัติแล้ว งานวิจัยนี้ยังได้ข้อค้นพบเชิงปรากฏการณ์เกี่ยวกับปัจจัยแห่งความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุดังนี้

1. ความสอดคล้องกับบริบทและอัตลักษณ์ของชุมชน ปัจจัยสำคัญประการแรกคือ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับบริบทและอัตลักษณ์ของชุมชน ไม่ว่าจะเป็นทรัพยากรธรรมชาติ ภูมิปัญญาท้องถิ่น วัฒนธรรม และวิถีชีวิตของคนในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับหลักปัญญาวาณา (จากภาวาณา 4) โดยเฉพาะการใช้ปัญญาในการรู้เท่าทันและเข้าใจบริบทชุมชนอย่างลึกซึ้ง เพื่อนำมาพัฒนาแนวทางที่เหมาะสมกับสภาพความเป็นจริงของท้องถิ่น

2. การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในชุมชน ปัจจัยสำคัญประการที่สองคือ การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในชุมชน ทั้งวัด บ้าน โรงเรียน หน่วยงานภาครัฐ และภาคเอกชน ในการการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับหลักพรหมวิหาร 4 ที่เน้นการสงเคราะห์ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

3. การบูรณาการระหว่างภูมิปัญญาท้องถิ่นกับเทคโนโลยีสมัยใหม่ ปัจจัยสำคัญประการที่สามคือ การบูรณาการระหว่างภูมิปัญญาท้องถิ่นกับเทคโนโลยีสมัยใหม่ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับหลักสัมมาอาชีวะที่เน้นการประกอบอาชีพที่เหมาะสมกับยุคสมัย

4. การพัฒนาผู้นำชุมชนด้านคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ปัจจัยสำคัญประการที่สี่คือ การพัฒนาผู้นำชุมชนให้เป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถ และคุณธรรมจริยธรรม มีวิสัยทัศน์ในการดูแลผู้สูงอายุ มีทักษะในการบริหารจัดการ การสื่อสาร การสร้างความร่วมมือในชุมชน ตลอดจนมีความเข้าใจในบริบทของสังคมผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับหลักเบญจศีล ที่ว่าด้วยคุณสมบัติของคนดี

5. การสร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างชุมชน ปัจจัยสำคัญประการที่ห้าคือ การสร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างชุมชนในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุร่วมกัน ซึ่งสอดคล้องกับหลักพรหมวิหาร 4 ที่เน้นการสงเคราะห์ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน



ภาพที่ 2: แสดงความสัมพันธ์ขององค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัย

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ มีคุณูปการต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในสังคมไทย ทั้งในเชิงทฤษฎีและเชิงปฏิบัติ โดยนำเสนอรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่มีความชัดเจน เป็นระบบ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริงในบริบทสังคมไทยร่วมสมัย อันจะนำไปสู่การพัฒนาความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพกายและจิต การดำรงชีวิต เศรษฐกิจและรายได้ สิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย สังคมและวัฒนธรรมของผู้สูงอายุอย่างบูรณาการและยั่งยืน

สรุป

การวิจัยครั้งนี้ได้เผยให้เห็นภาพรวมที่ชัดเจนเกี่ยวกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในสังคมเมืองที่กำลังเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะในพื้นที่เทศบาลนครสมุทรปราการ ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความซับซ้อนของปัญหาที่ผู้สูงอายุกำลังเผชิญ ไม่ว่าจะเป็นการขาดทักษะในการใช้เทคโนโลยี ปัญหาเศรษฐกิจ การขาดความปลอดภัยในสภาพแวดล้อม และความรู้สึกละเลยจากการเปลี่ยนแปลงของสังคม จากการศึกษาอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับหลักพุทธธรรมและการประยุกต์ใช้ พบว่าหลักภาวนา 4 หลักอริยาบถ 4 หลักพรหมวิหาร 4 หลักเบญจศีล และหลักไตรลักษณ์ มีศักยภาพอย่างมากในการแก้ไขปัญหาเหล่านี้เมื่อนำมาบูรณาการอย่างเป็นระบบ การค้นพบนี้แสดงให้เห็นว่าภูมิปัญญาทางพระพุทธศาสนาไม่ได้เป็นเพียงเรื่องของความเชื่อหรือประเพณี แต่เป็นเครื่องมือการพัฒนาที่มีประสิทธิภาพสูงสำหรับการแก้ไขปัญหาพร้อมสมัย

ผลงานสำคัญที่สุดของการวิจัยนี้คือการสร้างสรรค์รูปแบบ BUDDHA Model ซึ่งเป็นนวัตกรรมทางสังคมที่บูรณาการหลักพุทธธรรมเข้ากับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบ รูปแบบนี้ครอบคลุมการสร้างความรู้ด้านสุขภาพกายและจิต การพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิต การสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจ การปรับปรุงสภาพแวดล้อม การพัฒนาสังคมและวัฒนธรรม และการประเมินผลเพื่อความยั่งยืน สิ่งที่น่าสนใจคือการที่รูปแบบนี้ได้รับการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิว่ามีความเหมาะสมและความเป็นไปได้ในระดับสูง แสดงให้เห็นว่าการบูรณาการดังกล่าวไม่ได้เป็นเพียงแนวคิดเชิงทฤษฎี แต่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริงในบริบทสังคมไทย การมีกระบวนการขับเคลื่อนที่ชัดเจนห้าขั้นตอน ทำให้รูปแบบนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในพื้นที่อื่นได้อย่างเป็นระบบ คุณค่าของงานวิจัยนี้อยู่ที่การเปิดมุมมองใหม่เกี่ยวกับการใช้หลักพุทธธรรมในการแก้ไขปัญหาสังคมร่วมสมัย โดยเฉพาะในยุคที่สังคมไทยกำลังเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ รูปแบบ BUDDHA Model ไม่เพียงแต่ตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ แต่ยังสร้างกลไกการพัฒนาที่ยั่งยืนโดยใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชนและสอดคล้องกับวัฒนธรรมไทย การค้นพบปัจจัยแห่งความสำเร็จต่างๆ เช่น ความสอดคล้องกับบริบทชุมชน การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน การบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นกับเทคโนโลยีสมัยใหม่ การพัฒนาผู้นำชุมชน และการสร้างเครือข่ายความร่วมมือ เป็นข้อมูลสำคัญที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาโครงการสำหรับผู้สูงอายุในพื้นที่อื่นๆ ได้

ผลกระทบของงานวิจัยนี้มีศักยภาพในการเปลี่ยนแปลงวิธีการมองและจัดการกับประเด็นผู้สูงอายุในสังคมไทย จากการมองว่าเป็นภาระสังคม เป็นการมองว่าเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าและสามารถพัฒนาได้ การใช้หลักพุทธธรรมไม่ได้ทำให้เกิดความล้าสมัย แต่กลับเป็นการสร้างสรรค์แนวทางการพัฒนาที่ทันสมัยและมีประสิทธิภาพ สำหรับผู้ปฏิบัติงานและนักวิชาการ งานวิจัยนี้เปิดโอกาสให้เห็นว่าการบูรณาการศาสตร์แขนงต่างๆ สามารถสร้างนวัตกรรมการพัฒนาสังคมที่มีคุณค่าได้ โดยเฉพาะการนำภูมิปัญญาไทยมาใช้ในการแก้ไขปัญหาสมัยใหม่ การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าวิธีการวิจัยแบบผสมผสานสามารถให้ข้อมูลที่ครอบคลุมและลึกซึ้งพอที่จะนำไปสู่การพัฒนารูปแบบการทำงานที่มีประสิทธิผลจริง ผลการวิจัยนี้ยังเปิดประตูสู่การศึกษาวิจัยในอนาคต เช่น การพัฒนาเครื่องมือวัดและประเมินผลการบูรณาการหลักพุทธธรรม การศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิผลในพื้นที่ที่มีบริบทแตกต่างกัน การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมบุคลากร และการประยุกต์ใช้หลักการเดียวกันกับกลุ่มวัยอื่นๆ งานวิจัยนี้จึงไม่เพียงแต่เป็นการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า แต่เป็นการวางรากฐานสำหรับการพัฒนาสังคมไทยในอนาคตที่ต้องรับมือกับความท้าทายของสังคมสูงวัย ด้วยการใช้ภูมิปัญญาของตนเองเป็นหลักในการสร้างสรรค์วิธีการพัฒนาที่เหมาะสม ยั่งยืน และสอดคล้องกับเอกลักษณ์ของสังคมไทย รูปแบบ BUDDHA Model จึงเป็นต้นแบบที่มีคุณค่าสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในศตวรรษที่ 21

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ผลจากการวิจัยพบว่า รูปแบบ “BUDDHA Model” มีความเหมาะสมและความเป็นไปได้ในการนำไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในระดับสูง โดยสามารถบูรณาการหลักพุทธธรรม 5 ประการ ได้แก่ หลักภavana 4, หลักอิริยาบถ 4, หลักพรหมวิหาร 4, หลักเบญจศีล และหลักไตรลักษณ์ เข้ากับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบและครอบคลุมทุกมิติ ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ควรนำรูปแบบ BUDDHA Model ไปใช้เป็นแนวทางในการกำหนดนโยบายและแผนงานการพัฒนาผู้สูงอายุระดับชาติ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น โดยเฉพาะเทศบาล และองค์การบริหารส่วนตำบล ควรนำรูปแบบนี้ไปประยุกต์ใช้ในการจัดทำแผนพัฒนาท้องถิ่นและจัดสรรงบประมาณสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ควรส่งเสริมบทบาทของวัดและพระสงฆ์ในการใช้หลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ สถาบันการศึกษา ควรพัฒนาหลักสูตรและการวิจัยที่บูรณาการหลักพุทธธรรมกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ ภาคเอกชน ควรร่วมมือในการพัฒนาผลิตภัณฑ์และบริการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุตามแนวทาง BUDDHA Model เพื่อสร้างสังคมผู้สูงอายุที่มีคุณภาพและยั่งยืน

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นหัวข้อเกี่ยวกับ

2.1 ควรศึกษาเรื่อง การพัฒนาเครื่องมือวัดและประเมินผลการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เนื่องจากงานวิจัยนี้ได้นำเสนอรูปแบบ BUDDHA Model แล้ว แต่ยังขาดเครื่องมือการวัดและประเมินผลที่มีความน่าเชื่อถือและความตรงในการวัดการเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรม การพัฒนาเครื่องมือดังกล่าวจะช่วยให้สามารถประเมินประสิทธิผลของการนำรูปแบบไปใช้จริงได้ อย่างเป็นรูปธรรม และสามารถใช้เป็นมาตรฐานในการประเมินโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวพุทธธรรมในพื้นที่อื่นๆ ได้

2.2 ควรศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบประสิทธิผลของรูปแบบ BUDDHA Model ในพื้นที่ที่มีบริบทแตกต่างกัน เพื่อทดสอบความเหมาะสมและความสามารถในการประยุกต์ใช้รูปแบบ BUDDHA Model ในพื้นที่ที่มีลักษณะทางภูมิศาสตร์ สังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน เช่น เขตชนบท เขตเมือง พื้นที่ภาคเหนือ ภาคอีสาน ภาคใต้ หรือพื้นที่ที่มีความหลากหลายทางชาติพันธุ์ การศึกษานี้จะช่วยให้ทราบถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของการนำรูปแบบไปใช้ และแนวทางในการปรับประยุกต์ให้เหมาะสมกับแต่ละบริบท

2.3 ควรศึกษาเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมบุคลากรสำหรับการนำรูปแบบ BUDDHA Model ไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เนื่องจากการนำรูปแบบ BUDDHA Model ไปใช้ให้ประสบความสำเร็จจำเป็นต้องมีบุคลากรที่มีความรู้ความเข้าใจทั้งในเรื่องหลักพุทธธรรมและการพัฒนาคุณภาพชีวิต

ผู้สูงอายุ การพัฒนาโปรแกรมการฝึกอบรมที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มเป้าหมายต่างๆ เช่น เจ้าหน้าที่เทศบาล พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์ อาสาสมัคร และพระสงฆ์ จะช่วยเสริมสร้างศักยภาพในการขับเคลื่อนรูปแบบให้เกิดผลในทางปฏิบัติและสร้างความยั่งยืนในระยะยาว

บรรณานุกรม

- กรมการปกครองส่วนท้องถิ่น. ข้อมูลองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จังหวัดสมุทรปราการ. สืบค้น 30 กรกฎาคม 2567 จาก <http://infov1.dla.go.th/travel/abtinfo.do>
- ปิ่นนเรศ กาศอุดมและคณะ. (2561). บทบาทครอบครัวในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในสถานการณ์การเปลี่ยนแปลง. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้*. 5(3). 300-310.
- พระมหาสุพรรณ สุภโท, พระมหาพจน์ สุวโจ, พระมหาณอม อานนโท. (2565). *วารสารวิชาการ มจร บุรีรัมย์*. 7(1), 234-249.
- พระมหาสุภีร์ สุภีโร. (2557). บูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุในสังคมไทย. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2559). *อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ชัยวัฒน์ ประสงค์สร้าง. (2024). การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุแบบองค์รวมตามแนววิถีพุทธ. *Journal of Administrative and Management Innovation*. 12(1), 16-26.
- รศรินทร์ เกรย์ และคณะ. (2556). *มโนทัศน์ใหม่ของนิยามผู้สูงอายุ มุมมองเชิงจิตวิทยาสังคมและสุขภาพ*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วรเวศม์ สุวรรณระดา. (2559). *ชาญชรา ก้าวสู่สังคมสูงวัยด้วยความรู้และปัญญา*. กรุงเทพฯ: ท่างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2565). *รายงานสถานการณ์สังคมไทยไตรมาสหนึ่ง ปี 2565*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- สำนักงานมูลนิธิชัยพัฒนา. (2567). *หลักการทรงงาน*. กรุงเทพฯ: Papermore.
- สุปราณี พิมพ์ตรา และคณะ. (2561). การเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหาดวอนนภา ตำบลแสนสุข อำเภอเมืองชลบุรี จังหวัดชลบุรี. *วารสารศึกษาศาสตร์*. 29(2), 176-187
- สำนักงานสถิติจังหวัดสมุทรปราการ. (2567). *จำนวนผู้เสมือนว่างงาน จำแนกตามภาคอุตสาหกรรม และเพศ ไตรมาสที่ 2 (เมษายน - มิถุนายน) พ.ศ. 2567*. สืบค้น 30 กรกฎาคม 2567 จาก https://www.nso.go.th/nsoweb/nso/statistical_system?nso_province_type1=739

Hansa Dhammhaso. (2559). Buddhism and Holistic Health. สืบค้น 30 กรกฎาคม 2567 จาก
<https://www.mcu.ac.th/article/detail/251>

World Health Organization. (2002). *Active Ageing: A Policy Framework*. Geneva: WHO.