

โรงเรียนผู้สูงอายุกับการเรียนรู้พัฒนาคุณภาพชีวิต

Elderly school and learning to improve the quality of life

พระครูสิริภุรินัทธ (ภูรินัทธ ดิษสวรรณ)¹

Phrakhrusiriphurinithat (Phurinat Dissawan)

Received: August 20, 2019

Revised: January 27, 2020

Accepted: January 28, 2020

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุกับการเรียนรู้พัฒนาคุณภาพชีวิต พบว่า ปัจจุบันสภาพแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของสังคม เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ส่งผลให้ภาระพึ่งพิงของประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้น การดูแลและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาประเทศ หากไม่มีการเตรียมความพร้อมที่เหมาะสม แม้ประชากรสูงอายุมีอายุยืนยาว แต่มิได้หมายความว่าคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเหล่านั้นดีตามไปด้วย เนื่องจากปัจจัยสภาพร่างกายที่ทรุดโทรม สภาพแวดล้อมที่แออัด สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปจากระบบครอบครัวขยาย กลายเป็นระบบครอบครัวเดี่ยว วัฒนธรรมการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวลดน้อยลง ทำให้ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งมากขึ้น ดังนั้นประเทศไทยต้องเตรียมความพร้อมในการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ควบคู่ไปกับการพัฒนาด้านอื่นของประเทศ มาตรฐานสากลซึ่งหมายความว่าประเทศไทยต้องมีการเตรียมการด้านเศรษฐกิจ สังคมและด้านการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อรับกับสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงดังกล่าว โรงเรียนผู้สูงอายุจึงเป็นอีกรูปแบบหนึ่งในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การจัดการศึกษา การพัฒนาทักษะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุจะเป็นเรื่องสำหรับผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิตที่จำเป็น ขณะเดียวกันก็เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุจะได้แสดงศักยภาพ โดยการถ่ายทอดภูมิความรู้

¹ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย; Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding author, e-mail: nbc_mcu@hotmail.co.th, Tel. 094-965-3456

ประสบการณ์ที่สั่งสมแก่บุคคลอื่น เพื่อสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าคู่กับชุมชน จะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่าสามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคม และมีความสุขในบั้นปลายของชีวิต

คำสำคัญ: โรงเรียนผู้สูงอายุ, การเรียนรู้, การพัฒนา, คุณภาพชีวิต

Abstract

The objectives of this study was to Elderly school and learning to improve the quality of life. Results of the Academic; at present, as the trend of society has changed into the elderly society it is also increasing the dependence of the elderly therefore caring and improving the quality of life of the elderly becomes an obstacle to national development. Without proper preparation for this problem even the elderly has a longer life but does not mean that the quality of their life is good as well. Due to the deteriorating physical condition, the environment is getting worse and social conditions that change from extended family systems to a single family system as the culture of caring for the elderly in the family has decreased it is causing the elderly to be more neglected. Therefore, Thailand must be prepared to step into the quality elderly society along with other developments in the country according to international standards which means that Thailand has to prepare for the socio-economic and health care for the elderly in order to cope with such changes. The elderly school is another form of promoting lifelong learning, education management, skills development to improve the quality of the elderly's life and the activities of the elderly school, it is an issue that the elderly are interested in and important to their life. It Helps to increase knowledge and necessary life skills. At the same time, it is an area where the elderly will show their potential by transferring the knowledge, experience and accumulated experience to other people in order to use their wisdom to maintain value with the community. This will make the elderly live a valuable life that can benefit society and happiness at the end of their life.

Keywords: Elderly school, Learning, Development, Quality of life

บทนำ

โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นการจัดการศึกษา อีกรูปแบบหนึ่งที่ต้องการให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตเกิดจากแนวคิดที่ตระหนักถึงคุณค่าความสำคัญและพลังของผู้สูงอายุ โดยการสร้างพื้นที่ส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุบนพื้นฐานการมีส่วนร่วมของชุมชนท้องถิ่น การเกิดขึ้นของโรงเรียนผู้สูงอายุยังสอดคล้องกับแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2542-2564) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 (พ.ศ. 2552) และพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ข้อเสนอเชิงนโยบายในเวทีการประชุมสมัชชาผู้สูงอายุระดับชาติ ปี 2533 และ 2556 และแผนระดับชาติหลายฉบับที่ให้ความสำคัญกับการศึกษาเรียนรู้ตลอดชีวิต การพัฒนาศักยภาพของบุคคลอย่างต่อเนื่องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมและการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นรูปแบบหนึ่งในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การจัดการศึกษา การพัฒนาทักษะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุจะเป็นเรื่องที่ผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิตที่จำเป็นโดยวิทยากรจิตอาสาหรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องขณะเดียวกันก็เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุจะได้แสดงศักยภาพ โดยการถ่ายทอดภูมิความรู้ประสบการณ์ ที่สั่งสมแก่บุคคลอื่น เพื่อสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าคู่กับชุมชน โรงเรียนผู้สูงอายุหลายแห่งตั้งขึ้นโดยใช้อาคารเรียนเก่าของโรงเรียนที่เลิกกิจการหรือตั้งอยู่ในชมรมผู้สูงอายุภายในวัด บางแห่งใช้บ้านของผู้ริเริ่มก่อตั้งเป็นสถานที่ดำเนินการการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในระยะแรก อาจเป็นเพียงการรวมกลุ่มพบปะพูดคุยกัน แล้วจึงค่อยๆ มีรูปแบบชัดเจนขึ้น มีกิจกรรมที่หลากหลายตามความต้องการของผู้สูงอายุ หรืออาจเป็นการขยายกิจกรรมจากที่มีการดำเนินการอยู่แล้ว เช่น ศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสว่างสุข) ศูนย์สามวัย ธนาคารความดี เป็นต้น โรงเรียนผู้สูงอายุสามารถมีรูปแบบและกิจกรรมที่หลากหลายทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับบริบทของพื้นที่ ความต้องการของผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ จะกำหนดตารางกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ไว้ชัดเจน ระยะเวลาเปิดเรียนอาจเป็นตลอดปีหรือเปิดเป็นช่วงเวลาตามหลักสูตรที่จัดอบรม ส่วนใหญ่จะจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 วัน วัตถุประสงค์ของการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมการพัฒนาตนเอง การดูแล ค้ำครอง และพิทักษ์สิทธิผู้สูงอายุ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม เพื่อเสริมสร้างศักยภาพ คุณค่าภูมิปัญญาผู้สูงอายุให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับ เพื่อส่งเสริมภูมิปัญญาและวัฒนธรรมท้องถิ่นให้ดำรงสืบทอดต่อไป (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2561)

ด้วยเหตุนี้ การวางแผนรับมือการช่วยเหลือและพัฒนาผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพจึงเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจในปัจจุบัน ทั้งนี้ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 มาตรา 11 ได้ระบุว่า “ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริมการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ เช่น การศึกษา การศาสนา ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต การประกอบอาชีพที่เหมาะสม การพัฒนาตนเอง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม เป็นต้น” ในกิจกรรมการพัฒนาผู้สูงอายุก็คือ การก่อตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นรูปแบบหนึ่งในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การจัดการศึกษา การพัฒนาทักษะ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จะเป็นเรื่องสำหรับผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ทักษะชีวิตที่จำเป็นโดยวิทยาการจิตอาสาหรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ขณะเดียวกันก็เป็นพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุที่จะได้แสดงศักยภาพโดยการถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์ที่สั่งสมแก่บุคคลเพื่อสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าแก่ชุมชน

โรงเรียนผู้สูงอายุในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ

การก่อตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุจะมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาศักยภาพให้กับผู้สูงอายุ โดยภาครัฐได้กำหนดเรื่องผู้สูงอายุไว้ในรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 มาตรา 53 ว่า “บุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์และไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพมีสิทธิได้รับสวัสดิการสิ่งอำนวยความสะดวก อันเป็นสาธารณะอย่างสมศักดิ์ศรี และความช่วยเหลือที่เหมาะสมจากรัฐ” ตามมาตรา 80 (1) ว่า “รัฐต้องสงเคราะห์และจัดสวัสดิการให้แก่ผู้สูงอายุ ผู้ยากไร้ ผู้พิการหรือทุพพลภาพและผู้อยู่ในสภาวะยากลำบากให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและพึ่งพาตนเองได้” (รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550, 2550) จากการทำงานพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุผ่านงานดำเนินงาน โรงเรียนผู้สูงอายุต่อการพัฒนาผู้สูงอายุ ดังนี้

1. เป็นแหล่งส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต: ด้วยกิจกรรมที่หลากหลาย ผู้สูงอายุมีโอกาสนในการเรียนรู้ในสิ่งที่อาจจะไม่เคยได้ทำและไม่เคยเข้าถึงทรัพยากรบางอย่างในช่วงวัยทำงาน
2. เป็นพื้นที่ของปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะเพื่อนฝูงทั้งเก่าและใหม่ จากเดิมที่ด้วยร่างกายและความไม่พร้อมด้านการเดินทาง ก็ได้มีโอกาสพูดคุยกับเพื่อน และทำให้ผู้สูงอายุได้คลายความรู้สึกในด้านลบ เช่น ความวิตกกังวล ความตึงเครียด ความเหงา เป็นต้น
3. เป็นพื้นที่ส่งเสริมคุณค่าในตัวเอง : การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็น ผู้นำในด้านต่าง ๆ ทั้งการทำกิจกรรมในโรงเรียน การเป็นวิทยากรให้กับภายนอก นอกจากเป็นการยกย่องเชิดชูผู้สูงอายุต่อสาธารณะแล้วยังเป็นการส่งเสริมคุณค่าในตัวเองให้กับผู้สูงอายุอีกด้วย เพราะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึก ว่า ตนเองมีความสามารถ “เราทำได้” ซึ่งเป็นความรู้สึกสำคัญที่นำไปสู่สุขภาพที่ดี

4. เป็นพื้นที่สุขภาวะ: การที่พื้นที่ของโรงเรียนผู้สูงอายุ กลายเป็นพื้นที่แห่งการสื่อสารทางตรงที่นำไปสู่สุขภาวะ เพราะการมีเพื่อนในวัยเดียวกัน จะนำไปสู่การกระตุ้นพฤติกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ เช่น ขวนกันไปออกกำลังกาย กิจกรรมสร้างสรรค์ในพื้นที่โรงเรียนจะเป็นทั้งพื้นที่ที่ดูแลสภาพทั้งร่างกาย จิตใจ ที่ส่งเสริมความสุขของผู้สูงอายุ การกระตุ้นความคิดจะทำให้ลดอัตราความเสี่ยงต่อโรคความจำเสื่อมได้อีกด้วย (Jake Harwood, 2007)

โรงเรียนหรือสถานศึกษาเป็นหน่วยงานทางการศึกษาที่ตั้งอยู่ในชุมชนที่สำคัญเป็นสถานที่ที่มีความพร้อมในหลาย ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นแหล่งการเรียนรู้สำหรับชุมชน ศูนย์บริการข้อมูลข่าวสารและสารสนเทศแก่ชุมชน บทบาทในการพัฒนาชุมชนให้เข้มแข็ง ดังนั้น การนำโรงเรียนมาเป็นฐานในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสำหรับผู้สูงอายุจึงเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยลดปัญหาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ กล่าวคือ โรงเรียนควรที่จะมีการร่วมมือกับชุมชน หรือหน่วยงานระดับมหาวิทยาลัยในการ พัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุ โดยจัดทำแผนพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เหมาะสมให้กับผู้สูงอายุในลักษณะเชิงรุกและนำไปสู่การปฏิบัติอย่างจริงจัง โดยเน้นการพัฒนาผู้สูงอายุอย่างมีความรู้และทักษะที่ดีพอ ให้เกิดศักยภาพของการเป็นผู้สูงอายุ สังคมไทยก็ไม่ต้องกลัวกับการรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในกายภาคหน้าของผู้สูงอายุ ย่อมเป็นการส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุประสบผลสำเร็จในการดำเนินชีวิต ซึ่งสถานศึกษาที่มีคุณลักษณะพิเศษที่จะนำแนวคิดโรงเรียนเป็นฐานมามีส่วนร่วมในการดำเนินการเพื่อให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และนำไปขยายผลได้อย่างมีประสิทธิภาพในชุมชนและสังคมต่อไป

การดำเนินการกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ

การดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นรูปแบบหนึ่งที่สามารถ ส่งเสริมสนับสนุนคนสูงวัยที่มีศักยภาพในการดำเนินชีวิตให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ภายใต้การสร้างกิจกรรมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมคิด ร่วมทำ และร่วมเรียนรู้ซึ่งเกิดขึ้นภายใต้เงื่อนไขของประชากรโลกที่มีจำนวนผู้สูงอายุที่สูงขึ้น จึงได้มีการส่งเสริมศักยภาพให้ผู้สูงอายุไม่เป็นการะให้กับลูกหลานมากจนเกินไป การดำเนินกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นการดำเนินงานในแนวทาง “ทฤษฎีกิจกรรม” ที่เชื่อว่า “กิจกรรมทางสังคม” เป็นแก่นแท้ของชีวิตและจำเป็นสำหรับคนทุกวัย ไม่ยกเว้นแม้แต่ผู้สูงอายุ เนื่องจากกิจกรรมทางสังคมมีความเกี่ยวข้องกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง โดยทฤษฎีนี้จะส่งเสริมให้ผู้สูงอายุต้องมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมากขึ้นและบ่อยขึ้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักจะเห็นด้วยว่าการทำกิจกรรมจะเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับผู้สูงอายุ (กาญจนา แก้วเทพและคณะ, 2554) ได้จัดทำคู่มือการดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุ ผ่านการถอดบทเรียนการดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุใน

หลายพื้นที่ ซึ่งได้ชี้ให้เห็นว่าการดำเนินงานภายใต้เครือข่ายความร่วมมือมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ทั้งนี้ กิจกรรมสามารถดำเนินการได้ด้วยหลักบริหารจัดการ 5 ก คือ กลุ่ม กรรมการ กติกาหรือข้อตกลง ร่วมกัน กิจกรรม และกองทุน ทั้งนี้ เห็นว่าหัวใจสำคัญของการขับเคลื่อนงานก็คือ “การทำงานด้วย จิตอาสา” โรงเรียนผู้สูงอายุหลายแห่งตั้งขึ้นโดยใช้อาคารเรียนเก่าของโรงเรียนที่เลิกกิจการหรือ ตั้งอยู่ในชมรมผู้สูงอายุภายในวัด บางแห่งใช้บ้านของผู้ริเริ่มก่อตั้งเป็นสถานที่ดำเนินการ การจัดตั้ง โรงเรียนผู้สูงอายุในระยะแรกอาจเป็นเพียงการรวมกลุ่มพบปะพูดคุยกันแล้วจึงค่อยๆ มีรูปแบบที่ ชัดเจนขึ้น มีกิจกรรมที่หลากหลายตามความต้องการของผู้สูงอายุ หรืออาจเป็นการขยายกิจกรรม จากที่มีการดำเนินการอยู่แล้ว เช่น ศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสว่างสุข) ศูนย์สาม วัย ธนาการความดี เป็นต้น โรงเรียนผู้สูงอายุ สามารถมีรูปแบบและกิจกรรมที่หลากหลาย ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับบริบทของพื้นที่ความต้องการของผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุจะกำหนด ตารางกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ไว้ชัดเจน ระยะเวลาเปิดเรียนอาจเป็นตลอดปี หรือเปิดเป็นช่วงเวลา ตามหลักสูตรที่จัดอบรม ส่วนใหญ่จะจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 วัน (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2561)

โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นการจัดการศึกษาอีกรูปแบบหนึ่งที่ต้องการให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เกิดจากแนวคิดที่ตระหนักถึงคุณค่า ความสำคัญและพลังของผู้สูงอายุโดยการสร้างพื้นที่ส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ บนพื้นฐานการมีส่วนร่วมของชุมชนท้องถิ่นและภาคเครือข่ายการเกิดขึ้นของโรงเรียนผู้สูงอายุยัง สอดคล้องกับแผนผู้สูงอายุแห่งชาติให้ความสำคัญกับการศึกษาเรียนรู้ตลอดชีวิต การพัฒนา ศักยภาพของบุคคลอย่างต่อเนื่อง การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมและการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่ เป็นประโยชน์ การดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อเป็นแนวทางสำหรับองค์กรปกครองส่วน ท้องถิ่นองค์กรผู้สูงอายุตลอดจนหน่วยงานที่สนใจ จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุให้เหมาะสมกับบริบทของ พื้นที่ ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้สูงอายุไทย

กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้

กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ของโรงเรียนผู้สูงอายุสามารถมีได้หลายรูปแบบ แต่กิจกรรม ที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจ คือ การให้ความรู้ เช่น การเรียนรู้เรื่องการลงลายมือชื่อบนกระดาษเปล่า ซึ่งเสี่ยงต่อการถูกหลอกทำธุรกรรมทางกฎหมาย เป็นต้น การให้ความรู้ในการใช้โทรศัพท์ Smart Phone ก็เป็นอีกหนึ่งช่องทางที่สามารถส่งเสริมให้กับผู้สูงอายุได้รู้จักการใช้เทคโนโลยีที่ทำให้เข้าถึง ทรัพยากร เช่น สมาร์ทโฟนราคาแพงที่มีแอปพลิเคชันเพื่อใช้งานนอกเหนือจากการใช้โทรศัพท์เพื่อ สื่อสารโดยเฉพาะ กิจกรรมที่ทำให้ความรู้ด้านเทคโนโลยี เช่น คอมพิวเตอร์ ก็เป็นสิ่งที่แปลกใหม่

สำหรับผู้สูงอายุหลายท่าน เพราะไม่เคยได้หยิบจับหรือสัมผัสคอมพิวเตอร์ พบว่า ความสุขที่ได้ร่วมเรียนรู้กับเพื่อน เนื่องจากเป็นสิ่งที่เปิดโลกทัศน์ให้กับผู้สูงอายุด้วย การเลือกโปรแกรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ควรคำนึงถึงประโยชน์ เช่น การใช้คอมพิวเตอร์เบื้องต้น การใช้อินเทอร์เน็ต เป็นต้น ส่งผลให้ผู้สูงอายุ มั่นใจและมีความต้องการเรียนรู้ กิจกรรมศึกษาดูงานก็เป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่ช่วยเปิดโลกทัศน์ของผู้สูงอายุซึ่งไม่จำเป็นจะต้องพาผู้สูงอายุไปต่างจังหวัด แต่ว่าในพื้นที่ใกล้เคียงก็มีพื้นที่หรือประเด็นที่น่าสนใจที่ผู้สูงอายุไม่เคยได้เยี่ยมชมเช่นกัน ตัวอย่างเช่น การเยี่ยมชมแปลงเกษตรก็ทำให้เข้าระลึกถึงความหลังว่ามีความผูกพันกับพื้นที่เดิมที่เคยทำกินอย่างไร และเปิดโอกาสให้เขาเห็นว่าพืชพันธุ์ชนิดใดที่สามารถปลูกในพื้นที่ของเขาได้ เป็นต้น แม้ว่าการมีกิจกรรมทำจะเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับผู้สูงอายุอย่างไรก็ตาม ในภาคปฏิบัติต้องคำนึงถึงการทำกิจกรรมประเภทใดที่จะเหมาะสมตามความต้องการของผู้สูงอายุแต่ละกลุ่ม เนื่องจากภายในกลุ่มผู้สูงอายุยังมีความแตกต่างด้วยปัจจัยต่าง ๆ เช่น ผู้สูงอายุในชนบทอาจจะสนใจกิจกรรมศาสนาแต่ไม่สนใจกิจกรรมออกกำลังกายและไม่ใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ ในขณะที่ผู้สูงอายุที่เป็นคนชั้นกลางในเมืองอาจจะสนใจการออกกำลังกายและการท่องเที่ยว เป็นต้น

การสร้างการมีส่วนร่วมและการคำนึงถึงความต้องการของผู้สูงอายุและความเหมาะสมในการทำกิจกรรม ควรมีการสำรวจความต้องการของผู้สูงอายุผ่านกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การสำรวจฐานข้อมูลประชากรประจำปี เพื่อให้เกิดการวางแผนที่ชัดเจนให้ความสำคัญกับคุณภาพของชีวิต และการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม คือ กาย จิต สังคม และปัญญา ภายใต้การสนับสนุนและความร่วมมือจากภาคีเครือข่าย หนุนเสริมการดำเนินการผ่านการจัดการระบบการพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุในชุมชน ยิ่งไปกว่านั้นควรมีการเสริมศักยภาพให้กับชมรมผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการบริหารจัดการให้มากขึ้น เพื่อให้เป็นกลไกในการสร้างการมีส่วนร่วมและสามารถระดมความคิดเห็นจากสมาชิกในลักษณะ “ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมประเมินผล และร่วมรับผลประโยชน์” และร่วมกันออกแบบและดำเนินกิจกรรมพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุให้มีความต่อเนื่อง เหมาะสม และสอดคล้องกับสถานการณ์ปัญหาผู้สูงอายุของแต่ละพื้นที่ (กุลวดี โรจน์ไพศาลกิจและวรารกร เกรียงไกรศักดิ์ดา, 2560) การสื่อสารกับผู้สูงอายุ การสื่อสารเป็นเรื่องสำคัญในการชักชวนผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมการใช้ประเด็นที่อยู่ในความสนใจหลักของผู้สูงอายุ เช่น เรื่อง “สุขภาพ” จะช่วยให้ผู้สูงอายุในชนบทให้ความสนใจเข้าร่วมกิจกรรม และเมื่อเห็นว่าเป็นประโยชน์ก็สามารถชักจูงเพื่อนเข้าร่วมกิจกรรมได้ด้วย ทั้งนี้ การสื่อสารด้วยภาษาถิ่นของผู้จัดกิจกรรมจะช่วยสร้างความคุ้นเคยและทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกเป็นกันเอง และไม่เคอะเขินในการแสดงความคิดเห็น การส่งเสริมกิจกรรมที่หลากหลาย จะเป็นทางเลือกของผู้สูงอายุที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่ตนเองสนใจ โดยไม่จำเป็นต้องเข้าร่วมกิจกรรม

ตลอดเวลา ไม่เหมือนกับการเข้าโรงเรียนประถมหรือมัธยม อย่างไรก็ตาม การได้พบปะเพื่อนในแต่ละกิจกรรม เพื่อนจะช่วยถ่ายทอดสิ่งที่เขาได้เรียนรู้จากกิจกรรมอื่นที่เขาได้เข้าร่วม เป็นการดึงความสนใจให้เพื่อนอยากเข้าร่วมกิจกรรมนั้นได้มากขึ้น โดยประยุกต์ใช้แนวทางของคู่มือโรงเรียนผู้สูงอายุได้ สิ่งหนึ่งที่ควรคำนึงถึงก็คือ “พื้นที่” สำหรับทำกิจกรรมที่หลากหลาย เป็นสิ่งที่ช่วยดึงดูดให้ผู้สูงอายุได้เปิดโลกทัศน์ การชักชวนผู้สูงอายุเปลี่ยนบรรยากาศการเรียนต่างพื้นที่ ซึ่งอาจจะเป็นภายในชุมชนหรือการศึกษาดูงานนอกชุมชนจะส่งเสริมทำให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ได้อย่างมีความสุขมากกว่าการเรียนรู้ในห้องเรียน

นอกจากนี้การส่งเสริมกิจกรรมนั้นหนาแน่นทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์และเกิดความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในชุมชนที่กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ในเชิงความคิด สร้างสรรค์ เพราะจะกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกระตือรือร้น เช่น กิจกรรมวาดรูป กิจกรรมทำท่าทางประกอบเพลง นอกจากนี้ การส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมการเรียนรู้ของคนต่างวัยก็เป็นสิ่งสำคัญเช่นกัน เนื่องจากการทำกิจกรรมสาธารณะหลายอย่างมักจะแบ่งด้วยอายุ เช่น กีฬาของผู้สูงอายุ กีฬาเด็ก และให้คนชว่ววัยอื่นเป็นผู้ดู ทำให้เกิดช่องว่างระหว่างวัย ดังนั้น ในกิจกรรมสาธารณะบางอย่างจึงควรมีการคิดกิจกรรมที่ทำให้เกิดความสนุกสนานร่วมกันระหว่างวัยจะช่วยให้ความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวและชุมชนที่มีระยะห่างลดลงได้ ตัวอย่างเช่น กิจกรรมวันเด็ก กิจกรรมวันผู้สูงอายุ อาจจะมีกิจกรรม เช่น การถาม-ตอบ ความรู้เรื่องคนสูงอายุในครอบครัวโดยให้เด็กเป็นคนตอบ เป็นต้น การส่งเสริมกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นการจัดกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุจะเป็นการสร้างการเรียนรู้และการสานสัมพันธ์ ลดช่องว่างระหว่างวัยได้เป็นอย่างดี โดยจัดกิจกรรมผู้สูงอายุผ่านกิจกรรมจิตอาสา การทำงานจิตอาสาร่วมกันในชุมชนในนามโรงเรียนผู้สูงอายุ นอกจากจะเป็นการช่วยเหลือผู้สูงอายุทางหนึ่งแล้ว ยังเป็นการสานสัมพันธ์ระหว่างคนในชุมชนให้รู้จักการเรียนรู้ชุมชนอีกด้วย ทั้งนี้ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ควรส่งเสริมสภาเด็กและเยาวชนให้มีบทบาทในการดำเนินงานเหล่านี้ ทั้งนี้ เราจะพบว่าข้อจำกัดของการเป็นสมาชิกโรงเรียนผู้สูงอายุก็คือ ผู้สูงอายุในภาวะพึ่งพิง โดยเฉพาะผู้ป่วยติดเตียงไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้การสร้างกิจกรรมจิตอาสาเพื่อสร้างกำลังใจให้ผู้สูงอายุก็เป็นหนึ่งในกิจกรรมสามารถส่งเสริมในกลุ่มสมาชิกได้

กิจกรรมส่งเสริมการเรียนรู้ ผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับบริบทชุมชน สิ่งสำคัญประการหนึ่งคือ ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมทำกิจกรรมเป็นกลุ่มที่มีศักยภาพ มีความกระตือรือร้นมีส่วนร่วมในการพัฒนาตนเองและสังคมเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการเรียนรู้ โดยใช้แนวคิดพื้นที่ชุมชน เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมแสดงบทบาททักษะต่าง ๆ ให้เกิดการยอมรับในโอกาสต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นและมีความภูมิใจ เกิดการแสวงหาความรู้อยู่เสมอ ทำให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

บทสรุป

โรงเรียนผู้สูงอายุมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนท้องถิ่น ทั้งเป็นแหล่งส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นพื้นที่ของปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ส่งเสริมคุณค่าในตัวเองให้กับผู้สูงอายุและเป็นพื้นที่สุขภาวะ เป็นรูปแบบทางออกที่จะทำให้สามารถจัดกิจกรรมผู้สูงอายุได้อย่างต่อเนื่อง โดยมีเป้าหมายสูงสุดเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตัวเองได้ โดยการสร้างค่านิยมให้ผู้สูงอายุเป็นทั้งผู้รับและผู้เรียนรู้ไปพร้อม ๆ กัน รวมถึงส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่ยังสามารถสร้างคุณประโยชน์ได้ในทุกระดับทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และชุมชน สังคม ไม่เป็นภาระแก่ครอบครัวและชุมชน ตามวิสัยทัศน์ที่ว่า “แก่ออย่างสง่า ชราอย่างมีคุณภาพ” การดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุไม่มีรูปแบบและกิจกรรมตายตัว ขึ้นอยู่กับบริบทพื้นที่ความต้องการของผู้สูงอายุ และหน่วยงานที่จัดตั้งทั้งที่เป็นหน่วยงานข้าราชการ องค์กร ผู้นำชุมชน ผู้นำศาสนา หรือผู้นำสถาบันการศึกษา ในรูปแบบการบริหารต่าง ๆ อาทิ การบริหารรูปแบบบูรณาการเครือข่ายจากทุกภาคส่วนและทุนสังคมจากทุกประเภท การบริหารแบบมีคณะกรรมการระหว่างสถาบันศาสนา และองค์การบริหารส่วนตำบล การบริหารแบบมีคณะกรรมการจากหน่วยงานจัดตั้ง เป็นต้น และแม้โรงเรียนผู้สูงอายุจะมีวิธีการดำเนินงานที่แตกต่างกัน แต่เกิดขึ้นภายใต้กระบวนการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วน ได้แก่ ภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชนร่วมกัน โดยมีกระบวนการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาผู้สูงอายุให้ครอบคลุมทั้ง 4 มิติ คือ ด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านสติปัญญา ตามกรอบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย ๓ กลุ่มวิชาหลัก คือ วิชาชีวิต วิชาชีพ และวิชาการ สำหรับแนวทางการจัดการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ เป็นการงานเชิงบูรณาการเพื่อสร้างการเรียนรู้ที่ยั่งยืน สร้างการมีส่วนร่วมและการคำนึงถึงความต้องการของผู้สูงอายุ เพื่อสร้างกิจกรรมที่เหมาะสม สร้างกลไกการสื่อสารกับผู้สูงอายุ มีการส่งเสริมกิจกรรมที่หลากหลาย ส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการที่ทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์และเกิดความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในชุมชน ส่งเสริมกิจกรรมจิตอาสาเพื่อให้เยาวชนเข้ามามีส่วนร่วมในโรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้งนี้โรงเรียนผู้สูงอายุจะประสบความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ได้นั้น จะต้องประกอบด้วย (1) มีผู้นำการเปลี่ยนแปลง ที่ทุ่มเท เสียสละ และมีความมุ่งมั่นที่จะสร้างสรรค์กิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ (2) มีเป้าหมายชัดเจนและมีการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง (3) มีส่วนร่วมของสมาชิกทุกภาคส่วน ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชน (4) มีเครือข่ายทางสังคมที่เข้มแข็งในรูปแบบคณะกรรมการเพื่อประสานพลังในการทำงานร่วมกัน (5) มีการเรียนรู้และพัฒนาการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง โดยการทบทวนตนเองและสรุปบทเรียนในการทำงานเป็นระยะ เรียนรู้จุดแข็ง จุดอ่อน ข้อที่ควรพัฒนาให้ดีขึ้นและนำมาพัฒนากระบวนการทำงานอย่างต่อเนื่อง (6)

มีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นหนุนเสริม การสนับสนุนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น งบประมาณ บุคลากร สถานที่ การประสานเครือข่ายซึ่งการดำเนินการดังกล่าว จะทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น มีความสามารถในการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น เห็นคุณค่าในชีวิตเพิ่มขึ้น รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงสังคม เกิดสัมพันธภาพที่ดีและความเอื้ออาทรระหว่างเพื่อนฝูง สามารถนำความรู้ไปช่วยเหลือผู้อื่น และยังก่อให้เกิดอาชีพ เสริมสร้างรายได้อีกด้วย

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2561). *ยุทธศาสตร์กรมกิจการผู้สูงอายุ 20 ปี ประจำปี พ.ศ. 2561-2580*. เข้าถึงได้จาก http://www.dop.go.th/download/knowledge/th1539326153-138_0.pdf.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2561). *การจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ*. เข้าถึงได้จาก <http://www.dop.go.th/th/topic/view=54>.
- กาญจนา แก้วเทพและคณะ. (2554). *ผู้คนที่หลากหลาย ในการสื่อสาร: เด็ก สตรี และผู้สูงวัย*. (รายงานวิจัย). กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- กุลวดี โรจน์ไพศาลกิจ และวรากร เกรียงไกรศักดิ์ดา. (2560). การพัฒนาแนวทางการดำเนินงานของชุมชนในการพัฒนาสุขภาวะผู้สูงอายุ. *วารสารสมาคมนักวิจัย*, 22(1).
- รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550. (2550, 24 สิงหาคม). *ราชกิจจานุเบกษา* เล่ม 124 ตอนที่ 47 ก, หน้า 11, 16, 23.
- Jake Harwood. (2007). *Understanding Communication and Aging: Developing Knowledge and Awareness*. Los Angeles: Sage Publications.