



วารสารช่วงผญา

The Journal of Thai Lanna Wisdom

ปีที่ 19 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม – ธันวาคม 2568

ISSN 2539-6706 (Print) 298-1475 (Online)

ผู้จัดพิมพ์	สำนักศิลปะและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่	
ที่ปรึกษา	รองศาสตราจารย์ ดร.ชาตรี มณีโกศล ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรพิมล วงศ์สุข	อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
บรรณาธิการ	อาจารย์ ดร.ธรรศ ศิริรัตนบัลล์	ผู้อำนวยการสำนักศิลปะและวัฒนธรรม
ผู้ช่วยบรรณาธิการ	นางสาวปนัดดา โตคำนุช นางสาววราภรณ์ โยธาราชภรณ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย
กองบรรณาธิการ	ศาสตราจารย์ อรุณรัตน์ วิเชียรเขียว ศาสตราจารย์เกียรติคุณ สรัสวดี อ๋องสกุล ศาสตราจารย์เกียรติคุณ สุรพล ดำริห์กุล รองศาสตราจารย์ ดร.วรลักษณ์ บุญยสุรัตน์ รองศาสตราจารย์ ดร.สิริวรรณ นันทจินทุล รองศาสตราจารย์ ดร.สุพจน์ แสงเงิน รองศาสตราจารย์ ดร.สืบศักดิ์ แสนยาเกียรติคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.พัชลิน จินนุ้ม รองศาสตราจารย์ ดร.วิไลศักดิ์ กิ่งคำ รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิดา แสงสิงแก้ว รองศาสตราจารย์ ดร.สัญญา สะสอง รองศาสตราจารย์ เรณู วิชาศิลป์ รองศาสตราจารย์ รังสรรค์ จันตะ รองศาสตราจารย์ วิชิต ชมทวีวิรุฒม์	มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร ประเทศไทย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยทักษิณ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยแม่โจ้ ประเทศไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา ประเทศไทย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เสาวภา ศักยพันธ์	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รุ่งรัตน์ ทองสกุล	มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต ประเทศไทย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐพล อยู่รุ่งเรืองศักดิ์	มหาวิทยาลัยศิลปากร ประเทศไทย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อารียา หุติงทะ	มหาวิทยาลัยศิลปากร ประเทศไทย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อนรรฆ จรรย์ยานนท์	มหาวิทยาลัยมหิดล ประเทศไทย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กนิษฐ์ ศิริจันทร์	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ประเทศไทย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิโลบล วิมลสิทธิชัย	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรไท ครุฑโวโซ	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา ประเทศไทย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์อุทุมพร หลอดโค	มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ประเทศไทย
อาจารย์ ดร.สุรสิงห์ แสงโสด	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย
อาจารย์สิริพร คีนมาเมือง	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย
อาจารย์กนิษฐ์ ดีหนอ	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย
อาจารย์นิชธิมา บุญเฉลียว	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ประเทศไทย

นโยบายและขอบเขตการตีพิมพ์	วารสารช่วงพญา มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอบทความวิจัยและบทความวิชาการทางด้านสหสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มีกลุ่มเป้าหมาย คือ คณาจารย์ นักศึกษา นักวิจัย และผู้สนใจทั่วไป ทั้งนี้ ทุกบทความจะต้องผ่านการพิจารณาโดยผู้ทรงคุณวุฒิที่เชี่ยวชาญในสาขาที่เกี่ยวข้องกับบทความจำนวน 3 ท่าน โดยผู้ทรงคุณวุฒิและผู้แต่ง ไม่ทราบชื่อกันและกัน (Double-blind review)
กำหนดการเผยแพร่	2 ฉบับ ต่อปี (ฉบับที่ 1 เดือนมกราคม – มิถุนายน, ฉบับที่ 2 เดือนกรกฎาคม – เดือนธันวาคม)
เว็บไซต์วารสาร	http://so06.tci_thaijo.org/index.php/khuangpaya
ข้อมูลติดต่อ	กองบรรณาธิการวารสารช่วงพญา สำนักศิลปะและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ตำบลช้างเผือก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50300 E-mail: ilaccmru@gmail.com

บทบรรณาธิการ

วารสารช่วงฝน จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่บทความวิจัยและบทความวิชาการ และเป็นสื่อกลางในการแลกเปลี่ยนความรู้ ข้อค้นพบ ข้อคิดเห็นทางวิชาการและการวิจัยแก่นักวิชาการ นักวิจัย อาจารย์ นักศึกษา ตลอดจนบุคคลทั่วไปทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ

บทความในวารสารฉบับนี้มีทั้งหมด 5 บทความ ประกอบด้วย บทความวิจัย จำนวน 4 บทความ และ บทความวิชาการ จำนวน 1 บทความ โดยบทความแรกนำเสนอผลการศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท บ้านทุ่งข้าวตอก อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ โดยภาพรวมผู้สูงอายุดูแลตนเองเป็นประจำ เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ หมั่นสังเกตอาหารผิดปกติของร่างกาย ตรวจสุขภาพประจำปี และให้ความสำคัญต่อการเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่หน่วยงานภาครัฐจัดขึ้น

บทความที่สองเป็นการศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ด้านทักษะชีวิตและสมรรถภาพทางความคิดของบุคคลทางการศึกษาที่เข้าร่วมโครงการเชิงปฏิบัติการน้อมนำของผู้นำเข้าร่วมโครงการจาก 3 ประเทศ (อินเดีย เนปาล และไทย) ซึ่งมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ด้านทักษะชีวิตในระดับสูงทุกด้าน โดยมีคะแนนหลังการเข้าร่วมโครงการสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโครงการอย่างมีนัยสำคัญ

บทความที่สามเป็นการศึกษาบทเพลงในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ โดยมาทาปรีอ เป็นบทเพลงที่ถือเป็นมรดกทางวัฒนธรรมของชาวกะเหรี่ยงที่สะท้อนถึงความเชื่อ วิถีชีวิตดั้งเดิม และ ความเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมที่เกิดจากการรับอิทธิพลจากวัฒนธรรมและศาสนาอื่น

บทความที่สี่เป็นการศึกษาพฤติกรรมของผู้ใช้บริการนวดแพทย์แผนไทย กรณีศึกษาศูนย์แพทย์แผนไทย เทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ส่วนใหญ่เข้ารับบริการเมื่อมีอาการปวดเมื่อยร่างกายอันเนื่องมาจากออฟฟิศซินโดรม โดยรักษาทั้งทางกายภาพและการแพทย์แผนปัจจุบันควบคู่กันไป

บทความสุดท้ายเป็นการศึกษาความเปลี่ยนแปลงในวิถีชีวิตของชาติพันธุ์ไทอาหม รัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย ที่แสดงให้เห็นถึงศักยภาพของภูมิปัญญาและอัตลักษณ์ท้องถิ่นในการสร้างสมดุลระหว่างการอนุรักษ์และการปรับตัว

วารสารช่วงฝนฉบับนี้นำเสนอบทความที่น่าสนใจเกี่ยวกับองค์ความรู้ของท้องถิ่นที่ยังคงได้รับการอนุรักษ์ สืบสาน และสืบทอดโดยคนในชุมชน ตลอดจนการสร้างสรรค์เพื่อสร้างมูลค่าให้กับองค์ความรู้ดังกล่าวด้วยแนวคิดภูมิปัญญาสร้างสรรค์ ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์พิจารณาบทความ รวมถึงการให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งกับผู้แต่ง พร้อมขอขอบคุณผู้เขียนที่นำเสนอผลงานที่มีคุณค่าและเป็นประโยชน์กับผู้อ่าน อันจะนำไปสู่การสร้างสรรค์ต่อยอดองค์ความรู้ต่อไป และขอเชิญผู้สนใจทุกท่านร่วมส่งบทความวิจัยหรือ บทความวิชาการที่เกี่ยวข้องกับด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ เพื่อตีพิมพ์เผยแพร่องค์ความรู้ในการพัฒนาศาสตร์ด้านมนุษยและสังคมต่อไป

อาจารย์ ดร.ธรรศ ศรีรัตนบัลล์

บรรณาธิการ

สารบัญ

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่	1
Health - Promoting Behavior of the Elderly in Semi - Communities Semi-Rural Town Ban Thung Khao Tok Nong Yaeng Sub-district, San Sai District,Chiang Mai Province	
ปยุตฉวรรณั้ รึมาไชย ออย นายมล จักรพล ไชยลอม	
A Study of Learning Achievement in Life Skills and Brain Competency of Educational Personnel in the University: A Meditation Practice Project in the Buddhist Holy Land of Thailand, India, and Nepal	18
Ntapat Worapongpat	
มาทาบรึอ: บทเพลงในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอรั้	36
Mathapru: A Song in the Funeral Ritual of the Karen-Sakor	
ปึยประภา เลาะเหลางาม	
พฤติกรรมของผู้ใช้บริการนวดแพทย์แผนไทย กรณั้ศึษาศุูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงหมั้ ตำบลพระลึงห์ อำเภอเมือง จังหวัตเชียงหมั้	59
Massage Recipient Behavior: A Case study of Thai Traditional Medicine Center, Thai Traditional Medicine Center, Chiang Mai Municipality, Phra Singh Subdistrict, Mueang District, Province of Chiang Mai	
พึมผกา ทาธึ วรกรณั้ แก้วตาคำ กาญจนภา คำบุญเรือง และ วาธึนึ คຸ້มแสง	

มุมมองที่เปลี่ยนไปของชาติพันธุ์ไทอาหม	72
The Changing Perspectives of the Tai Ahom People	
พระก้องเกียรติ สุธุฒนปณโณ	
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	91
การเสนอบทความเพื่อตีพิมพ์	

พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท
บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่
Health-Promoting Behavior of the Elderly in Semi-Communities
Semi-Rural Town Ban Thung Khao Tok
Nong Yaeng Sub-district, San Sai District, Chiang Mai Province

ปุณณวรรณ ธิมาไชย ออย นายมล จักรพล ไชยลอม
Poonnawat Timachai Oil Naymon Jakkaphon Chailom

นักวิชาการอิสระ
Independent Scholar

วันที่รับบทความ : วันที่ 3 มกราคม 2568

วันที่ส่งบทความที่แก้ไข : วันที่ 9 มีนาคม 2568

วันที่ตอบรับบทความเพื่อตีพิมพ์ : วันที่ 29 พฤษภาคม 2568

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ 2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ และ 3) เพื่อกำหนดรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 3 อ. โดยมีกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุในหมู่ที่ 4 บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 159 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา เพื่อหาค่าเฉลี่ยร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการกระจายตัวของข้อมูล

ผลการวิจัยพบว่า 1) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับ เป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.64 โดยผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช้า 3 มื้อ และจัดที่อยู่อาศัยภายในบ้านให้มีการระบายถ่ายเทอากาศที่ดี 2) พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่มีลานออกกำลังกายหรือเครื่องออกกำลังกายเพียงพอ สามารถเดินทางไปโรงพยาบาลสะดวก ภายในชุมชนมีการจัดกิจกรรมด้านสุขภาพ ประเด็นพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ในภาพรวมอยู่ในระดับ เป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.73 โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) มีการเฝ้าระวังการแพร่ระบาดในชุมชน อยู่ในระดับ เป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.94 และ 3) รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 3 อ. พบว่า ด้านอาหาร ในภาพรวมอยู่ในระดับ บ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.56 โดยผู้สูงอายุ และสมาชิกในครอบครัวรับประทานผัก และผลไม้ปลอดสารพิษ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.84 ด้านอารมณ์จิตใจ พบว่า ในภาพรวมอยู่ในระดับ บ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.46 โดยผู้สูงอายุได้ร่วมทำกิจกรรมพิธีกรรมทางศาสนาของหมู่บ้าน เช่น การสวดมนต์ เข้าวัดทำบุญ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.74 และด้านการออกกำลังกาย พบว่า ในภาพรวม อยู่ในระดับ ไม่เคยเลย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.75 โดยในยามว่างผู้สูงอายุทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว เป็นกิจกรรมยามว่าง เช่น เดินเร็ว รำวง ปั่นจักรยาน โดยมีค่าเฉลี่ยสูงสุด 2.19

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ, พฤติกรรมสุขภาพ, ชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท

ABSTRACT

The objectives of this research were: 1) to study health promotion behaviors among the elderly, (2) to examine self-care behaviors among the elderly, and (3) to propose a model for organizing health promotion activities for the elderly based on the “3อ” principle (food, emotion, and exercise). The sample consisted of 159 elderly individuals from Village 4, Ban Thung Khao Tok, Nong Yaeng Subdistrict, San Sai District, Chiang Mai Province. Data were analyzed using descriptive statistics to determine mean, percentage, standard deviation, and data distribution.

The findings revealed that: 1) the overall self-care behavior of the elderly was at the “regular” level, with a mean score of 2.64. The elderly typically ate three meals a day and arranged their houses for good ventilation, 2) Regarding health promotion behaviors, most elderly participants had access to exercise areas or equipment, convenient transportation to hospitals, and community health activities. Overall, health promotion behavior was at the “regular” level, with a mean score of 2.73. The highest score was for disease surveillance in the community conducted by village health volunteers, at the “regular” level, with a mean score of 2.94, and 3) The model for health promotion activities based on the “3อ” principle showed that in terms of food, behaviors were at the “often” level, with a mean score of 2.56. The elderly and their families often consumed pesticide-free vegetables and fruits, with a mean score of 2.84. In terms of emotional well-being, behaviors were also at the “often” level, with a mean score of 2.46. The elderly frequently participated in religious rituals in the community, such as chanting and making merit at temples, with a mean score of 2.74. However, in terms of exercise, behaviors were at the “never” level, with a mean score of 1.75. During their free time, the elderly engaged in leisure activities with family members, such as brisk walking, traditional dancing, and cycling, with the highest mean score of 2.19.

Keywords: Elderly, Health Behavior, Semi-Urban Community

บทนำ

ในสังคมโลกปัจจุบันเริ่มเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ควรตระหนักถึงเรื่องสุขภาพ และการดูแลดูแลสุขภาพ เนื่องจากเป็นวัยที่มีข้อจำกัดในด้านสภาพร่างกายที่เสื่อมลงตามวัยและช่วงเวลา สังคมผู้สูงอายุเป็นแนวโน้มที่ทุกชาติทั่วโลกหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยองค์การสหประชาชาติคาดการณ์ไว้ว่า ในปี พ.ศ. 2568 ทั่วโลกจะมีประชากรที่มีอายุมากกว่า 60 ปี ถึง 1,200 ล้านคน และ ในปี พ.ศ. 2593 จำนวน 2,000 ล้านคน เพิ่มขึ้นคิดเป็นร้อยละ 20 ของประชากรโลกทั้งหมด สำหรับประเทศไทยในปี พ.ศ. 2563 มีประชากรผู้สูงอายุ สูงถึงร้อยละ 18.24 ของประชากรทั้งประเทศ และมีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุร้อยละ 3.6 ต่อปี (คิดเป็น 400,000 คนต่อปี) ดังที่ สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) คาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. 2566 ประเทศไทยจะมีประชากรผู้สูงอายุสูงถึงร้อยละ 20.66 ของประชากรทั้งประเทศ (อัมรินทร์ พันธรา, สุระเชษฐ์ หาญรบ, และกรวิญญ์ คล้ายเพ็ง, 2566)

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ แสดงให้เห็นว่า เมื่อผู้สูงอายุมีอายุเพิ่มมากขึ้น ร่างกาย จะเสื่อมถอย อ่อนแอลงและจิตใจแปรปรวน ด้านสถานการณ์สุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุไทย เป็นโรคเรื้อรังเพิ่มมากขึ้น เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิต และไตวาย ซึ่งโรคดังกล่าวสามารถนำไปสู่ภาวะทุพพลภาพและการเสียชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นภาวะที่บั่นทอนสุขภาพ (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2554) ดังนั้น สิ่งที่ผู้สูงอายุต้องการมากที่สุดในช่วงบั้นปลายชีวิต คือ สุขุขอันเกิดจากการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ได้แก่ การมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งการมีสุขภาพที่ดีย่อมเกิดจากการที่บุคคลทำกิจกรรมที่เป็น ประโยชน์และส่งเสริมสุขภาพของตนเอง ในทางกลับกันการที่บุคคลมีสุขภาพไม่ดีย่อมเกิดจากการมีพฤติกรรม ในการดูแลสุขภาพที่ไม่ดีหรือไม่เหมาะสม นอกจากนี้การที่ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพของตนเองแล้วยังสามารถ รับการดูแลจากบุคคลอื่นได้ด้วย หรือที่เรียกว่าการสนับสนุนทางสังคม อันเป็นการกระทำที่ส่งผลในทางบวก มากกว่าทางลบ ซึ่งมีผลทำให้สุขภาพและความเป็นอยู่ของบุคคลดีขึ้น ดังนั้นสถาบันครอบครัวจึงเป็นสถาบันหลัก ในการทำหน้าที่สนองความต้องการทั้งทางด้านร่างกายอารมณ์และสังคมแก่ผู้สูงอายุ (พิมพ์สิทธิ์ บัวแก้ว, 2559)

การศึกษาการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในประเทศไทย พบว่า มีการศึกษาในเรื่องปัจจัยที่มีผล ต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุค่อนข้างมาก ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริม สุขภาพในกลุ่มผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม คือ กลุ่มติดสังคม กลุ่มติดบ้าน และกลุ่มติดเตียง ทั้งบริบทเมือง ชนบท และชุมชน การศึกษาจึงเป็นการเปรียบเทียบปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในผู้สูงอายุ ครอบคลุมทุกกลุ่ม และมีการศึกษาเพื่อหาปัจจัยที่มีผลต่อการสร้างเสริมสุขภาพเฉพาะกลุ่ม ซึ่งจะทำให้ได้แนวทาง หรือทราบปัจจัยที่เฉพาะ และนำมาแก้ปัญหาอย่างตรงประเด็น กลุ่มผู้สูงอายุติดสังคมเป็นกลุ่มผู้สูงอายุ ที่ยังมีความสามารถในการเคลื่อนไหวทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง หากส่งเสริมให้ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ดูแลสร้างเสริม สุขภาพที่ดีจะทำให้มีชีวิตที่เป็นสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดี ไม่เป็นผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้านและติดเตียง (วาสนา สิทธิกัน, 2560) จากการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ ในปี พ.ศ. 2552 – 2559 พบว่า มีการศึกษาปัจจัย

ที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพในผู้สูงอายุค่อนข้างมากแต่ไม่ได้มีการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โดยมีการศึกษาวิจัยจำนวนจำกัดที่ทำการศึกษาวิจัยเพื่อหาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ซึ่งจะทำให้ได้แนวทางการป้องกันการเกิดโรคหรือทราบปัจจัยเฉพาะที่มีผลต่อการดูแลสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่สามารถนำมาแก้ไขปัญหาย่างตรงประเด็น และเกิดการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตที่เป็นสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี และห่างไกลจากการเกิดโรค (ธัชณัฏ พันธ์รา, สุรเชษฐ์ หาญรบ, และ กรวิชัย คล้ายเพ็ง, 2566)

บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ มีผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 159 คน ปัจจุบันมีประชากรหนาแน่นขึ้นจากการขยายตัวของเมือง เช่น การเกิดขึ้นของหมู่บ้านจัดสรร ร้านสะดวกซื้อ คนในชุมชนประกอบอาชีพค้าขายและใช้ชีวิตแบบคนเมือง (ต่างคนต่างอยู่และไม่รวมกลุ่ม) แต่ยังคงมีความเป็นชนบทอยู่ในชุมชนหนองแห้ง คือ คนในหมู่บ้านส่วนใหญ่มีอาชีพการทำเกษตร ทำไร่ ทำสวน และทำปศุสัตว์ ใช้ชีวิตความเป็นอยู่แบบเอื้ออาทรช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อยู่ร่วมกับในชุมชนแบบเครือญาติ และเป็นตำบลที่อยู่ห่างจากอำเภอสันทราย ประมาณ 12 กิโลเมตร ผู้สูงอายุในชุมชนส่วนใหญ่มีปัญหาด้านสุขภาพ เช่น โรคประจำตัว หรือผู้สูงอายุที่ป่วยติดเตียง จึงต้องการส่งเสริมการมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งพฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย การจัดการความเครียด นอกจากนี้ควรมีการส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายตามหลัก 3 อ. (อาหาร อารมณ์ และออกกำลังกาย) เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีสามารถดูแลตนเองได้และมีคุณภาพชีวิตที่ดี (ธนวิชัย แสนสองแคว, 2559)

จากเหตุผลดังกล่าวคณะผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ โดยคาดหวังว่าการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อทั้งผู้สูงอายุ ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพและการส่งเสริมพฤติกรรมของผู้สูงอายุ และการใช้ข้อมูลในการวางแผนในการส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น อีกทั้งจะทำให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถกำหนดนโยบายเพื่อยกระดับการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ
3. เพื่อกำหนดรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 3 อ.
(อาหาร อารมณ์ และ ออกกำลังกาย)

วิธีดำเนินการวิจัย

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในพื้นที่กิ่งเมืองกิ่งชนบท บ้านทุ่งข้าวตอก หมู่ที่ 4 ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ใน 3 ประเด็น ได้แก่ 1) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ 2) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ และ 3) รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ บ้านทุ่งข้าวตอก หมู่ที่ 4 ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ประชากรในการศึกษา คือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านทุ่งข้าวตอก หมู่ที่ 4 ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ มีจำนวน 159 คน

รูปแบบการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้กำหนดรูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยผสมผสาน (Mixed-methods) เพื่อศึกษาคำตอบเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนกิ่งเมืองกิ่งชนบท โดยการศึกษาบริบทชุมชนและศักยภาพของชุมชน โดยมีแบบสอบถาม (Questionnaire) และแบบสังเกต (Observation) เป็นเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยการสนทนอย่างมีจุดมุ่งหมายและกำหนดวัตถุประสงค์ไว้ล่วงหน้า ในการตอบคำถามบริบทชุมชน และศักยภาพของชุมชนบ้านทุ่งข้าวตอก โดยผู้วิจัยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือเพื่อสอบถามความคิดเห็น และศึกษาพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนกิ่งเมืองกิ่งชนบท เพื่อนำผลที่ได้ไปเสนอแนะแนวทางการพัฒนาชุมชนเข้มแข็งอย่างยั่งยืนของบ้านทุ่งข้าวตอก โดยสมาชิกในทีมวิจัยทำหน้าที่แจกแบบสอบถามให้แก่ผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยในบ้านทุ่งข้าวตอก จากนั้นวิเคราะห์ผลด้วยสถิติเชิงพรรณนาวิเคราะห์ ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากนั้นสังเคราะห์ผลเพื่อหาปัจจัยที่สร้างความเข้มแข็งในชุมชน และเสนอแนะแนวทางการพัฒนาชุมชนเข้มแข็งอย่างยั่งยืนของบ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในพื้นที่หมู่ที่ 4 บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 159 คน (ข้อมูลความจำเป็นพื้นฐานระดับหมู่บ้าน พ.ศ. 2565)

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลวิจัยในครั้งนี้คือ แบบสอบถาม และแบบสังเกต โดยแบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนกิ่งเมืองกิ่งชนบท กรณีศึกษา บ้านทุ่งข้าวตอกหมู่ที่ 4 ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ แบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ รายได้ และรายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือน โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคกระดูกและข้อ โรคไขมันในเส้นเลือดสูง และไม่มีโรคประจำตัว

ตอนที่ 2 การศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ จำนวน 15 ข้อ ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอ ปฏิบัติเกือบทุกครั้ง ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง และไม่ปฏิบัติเลย การแปรค่าคะแนนเฉลี่ยแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ 1) คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.50 พฤติกรรมอยู่ในระดับต้องแก้ไข 2) คะแนนเฉลี่ย 1.51 – 2.50 พฤติกรรมอยู่ในระดับควรปรับปรุง 3) คะแนนเฉลี่ย 2.51 – 3.50 พฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้ 4) คะแนนเฉลี่ย 3.51 – 4.50 พฤติกรรมอยู่ในระดับดี 5) คะแนนเฉลี่ย 4.51 – 5.00 พฤติกรรมอยู่ในระดับดีมาก

ตอนที่ 3 การศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน 13 ข้อ

ตอนที่ 4 รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ตามหลัก 3 อ. ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ ปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอ ปฏิบัติเกือบทุกครั้ง ปฏิบัติเป็นบางครั้งปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง และไม่ปฏิบัติเลย การแปรค่าคะแนนเฉลี่ยแบ่งเป็น 5 ระดับคือ 1) คะแนนเฉลี่ย 1.00 – 1.50 พฤติกรรมอยู่ในระดับต้องแก้ไข 2) คะแนนเฉลี่ย 1.51 – 2.50 พฤติกรรมอยู่ในระดับควรปรับปรุง 3) คะแนนเฉลี่ย 2.51 – 3.50 พฤติกรรมอยู่ในระดับพอใช้ 4) คะแนนเฉลี่ย 3.51 – 4.50 พฤติกรรมอยู่ในระดับดี 5) คะแนนเฉลี่ย 4.51 – 5.00 พฤติกรรมอยู่ในระดับดีมาก

ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือโดยศึกษาแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัย เอกสาร และตำราที่เกี่ยวข้อง แล้วกำหนดเป็นข้อคำถาม เพื่อให้ครอบคลุมและตรงตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดโดยเสนอแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาชุมชน จำนวน 3 คน ตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะของข้อมูล จะใช้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS นำมาทำการลงรหัสข้อมูล (Coding) จากนั้นจึงนำข้อมูลไปประมวลผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ SPSS ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอผลการวิเคราะห์สถิติเชิงปริมาณโดยหาค่าแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และนำมาพิจารณาวิเคราะห์ตามกรอบแนวคิดการวิจัยเพื่อตอบวัตถุประสงค์การวิจัยที่ตั้งไว้และการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ” สามารถสรุปผลการศึกษา ดังต่อไปนี้

ก) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

1) จำแนกตามเพศ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 42.14 และเพศชาย จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 57.86

2) จำแนกตามช่วงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีช่วงอายุ 66-70 ปี จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 44.65 ช่วงอายุตั้งแต่ 70 ปี ขึ้นไป จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 32.08 และช่วงอายุ 60-65 ปี จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 23.27 ตามลำดับ

3) จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่มีการศึกษาชั้นประถมศึกษา จำนวน 114 คน คิดเป็นร้อยละ 71.20 ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 12.58 และไม่ได้ศึกษา จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 8.81 ตามลำดับ

4) จำแนกตามสถานภาพ พบว่า ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 62.89 หม้าย จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 32.70 และโสด จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 4.40 ตามลำดับ

5) จำแนกตามรายได้สุทธิ (ต่อเดือน) พบว่า ส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่า 1,000 บาท จำนวน 91 คน คิดเป็นร้อยละ 57.23 รายได้ระหว่าง 1,000 – 3,000 บาท จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 15.09 และรายได้มากกว่า 5,001 บาท ขึ้นไป จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 14.17 ตามลำดับ

6) จำแนกตามรายจ่ายสุทธิ (ต่อเดือน) พบว่า ส่วนใหญ่มีรายจ่ายต่ำกว่า 1,000 บาท จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 29.56 รายจ่ายระหว่าง 3,001-5,000 บาท จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 27.67 และรายจ่ายระหว่าง 1,001-3,000 บาท จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 27.04 ตามลำดับ

7) จำแนกตามโรคความดันโลหิตสูง พบว่า ผู้เป็นโรคความดันโลหิตสูงส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 85 คน คิดเป็นร้อยละ 53.46 และเพศชาย จำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 46.54

8) จำแนกตามโรคเบาหวาน พบว่า ผู้เป็นโรคเบาหวานส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 73.58 และเพศหญิง จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 26.42

9) จำแนกตามโรคหัวใจ พบว่า ผู้เป็นโรคหัวใจส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 98.74 และเพศหญิง จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.26

10) โรคกระดูกและข้อ พบว่า ผู้เป็นโรคกระดูกและข้อส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 74.21 และเพศหญิง จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 25.79

11) โรคไขมันในเส้นเลือดสูง พบว่า ผู้เป็นโรคไขมันในเส้นเลือดสูงส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 90.57 และเพศหญิง จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 9.43

12) ไม่มีโรคประจำตัว พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศชายที่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 132 คน คิดเป็นร้อยละ 83.02 และเพศหญิง จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 16.98 ตามลำดับ

ข) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ พบว่า โดยภาพรวมของการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ อยู่ในระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.64 โดยมีรายละเอียดดังนี้

- 1) รับประทานอาหารครบ 3 มื้อ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.94
- 2) จัดที่อยู่อาศัยภายในบ้านให้มีการระบายถ่ายเทอากาศที่ดี ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.94
- 3) รับประทานอาหารผักและผลไม้เป็นประจำ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.92
- 4) มีการทำความสะอาดบ้านและเก็บสิ่งของให้เป็นระเบียบเรียบร้อยเป็นประจำ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.91
- 5) ดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว ทุกวัน ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.89
- 6) ขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะเป็นปกติทุกวัน ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.89
- 7) ได้ตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.81
- 8) การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.80
- 9) หลีกเลี่ยงการดื่มสุราและเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.75
- 10) หมั่นสังเกตอาการผิดปกติของร่างกายตนเอง ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.62
- 11) ฝึกสมาธิสม่ำเสมอ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.43
- 12) ออกกำลังกาย เช่น บันจี้กระโดด เดิน วิ่งเหยาะ ๆ หรืออื่น ๆ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.43
- 13) หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันเป็นส่วนประกอบ เช่น กะทิ น้ำมันพืช ระดับเป็นบางครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.27
- 14) มีการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการออกกำลังกายก่อนปฏิบัติตาม ระดับเป็นบางครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.19
- 15) รับประทานอาหารเสริมสุขภาพเป็นประจำ ระดับเป็นบางครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.18

ค) พฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ พบว่า 1) ในชุมชนมีลานออกกำลังกายหรือเครื่องออกกำลังกายที่เพียงพอต่อคนในชุมชน ระดับเพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 93.71 2) ความสะดวกในการเดินทางไปสถานพยาบาล ระดับสะดวก คิดเป็นร้อยละ 86.16 และ 3) การจัดกิจกรรมด้านสุขภาพ เช่น การตรวจวัดความดัน การให้ความรู้เรื่องสุขภาพทั่วไป ระดับเพียงพอ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 96.86

ชุมชนมีการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.74 โดยมีรายละเอียดดังนี้

1) อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) มีการเฝ้าระวังการแพร่ระบาดในชุมชน ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.94

2) อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) มีการประเมินความเสี่ยงของการเกิดโรคร้ายในผู้สูงอายุ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.92

3) เทศบาลส่งเสริมให้มีการจัดสุขภิบาลด้านสิ่งแวดล้อมในชุมชน ให้มีความสะอาด ปลอดภัย ห่างไกลจากโรค ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.91

4) กระทรวงสาธารณสุขมีการจัดอบรมในการช่วยเหลือตนเองเบื้องต้นในยามฉุกเฉิน ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.77

5) กระทรวงสาธารณสุขมีการให้ความรู้เพื่อให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมที่ถูกต้องด้านการดูแลสุขภาพร่างกาย เพื่อลดปัญหาโรคร้ายไข้เจ็บ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.77

6) เทศบาลมีบริการรับส่งผู้สูงอายุไปโรงพยาบาล ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.71

7) ในแต่ละปีมีหน่วยงานสาธารณสุขเข้ามาตรวจสุขภาพของผู้สูงอายุ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.69

8) เทศบาลมีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรวมตัวกันทำกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ เช่น เล่นโยคะ เต้นแอโรบิค ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.67

9) มีผู้เชี่ยวชาญทางโภชนาการมาให้ความรู้เรื่อง โภชนาการผู้สูงอายุ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.53

10) ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมการอบรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพที่จัดโดยเทศบาล / องค์กรส่งเสริมสุขภาพ ระดับเป็นประจำ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.39

ง) รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ. โดยแบ่งออกเป็นด้านอาหาร ด้านอารมณ์ จิตใจ และ ด้านออกกำลังกาย ดังต่อไปนี้

1) รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ. ด้านอาหาร พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.56 โดยมีรายละเอียดดังนี้

1.1) สมาชิกในครอบครัวรับประทานผักและผลไม้ปลอดสารพิษ ระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.84

1.2) สมาชิกในครอบครัวร่วมกันรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.77

1.3) การร่วมทำอาหารกับสมาชิกในครอบครัวอย่างถูกหลักโภชนาการ ระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.71

1.4) สมาชิกในครอบครัวมีการควบคุมแคลอรีในอาหาร ระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.30

1.5) การเข้าร่วมโครงการหรือกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการรับประทานอาหารของวัยผู้สูงอายุ ระดับนาน ๆ ครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.16

2) รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ. ด้านอารมณ์ จิตใจ พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.46 โดยมีรายละเอียดดังนี้

2.1) ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมพิธีกรรมทางศาสนาของชุมชน เช่น การสวดมนต์ การเข้าวัดทำบุญ ระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.74

2.2) ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมทำกิจกรรมนันทนาการร่วมกับผู้อื่น เช่น พุดคุยในยามว่าง สังสรรค์ ระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.62

2.3) ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการบำเพ็ญประโยชน์ให้แก่ชุมชน ระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.52

2.4) ผู้สูงอายุมีการพุดคุยกับสมาชิกในครอบครัวเมื่อรู้สึกทุกข์ใจ ระดับบ่อยครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.42

2.5) ผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัวได้ไปเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจ ระดับนาน ๆ ครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.99

3) รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ. ด้านออกกำลังกาย พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับไม่เคยเลย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.75 โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1) ในยามว่างผู้สูงอายุทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัวเป็นกิจกรรมยามว่าง เช่น เดินเร็ว รำวง ปั่นจักรยาน ระดับนาน ๆ ครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.19

3.2) ผู้สูงอายุและคนในชุมชนมีการรวมกลุ่มเพื่อออกกำลังกายในสวนสาธารณะของชุมชน ระดับนาน ๆ ครั้ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.84

3.3) ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมแข่งขันกีฬาในชุมชน ระดับไม่เคยเลย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.80

3.4) ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมเต้นแอโรบิกภายในชุมชนร่วมกับคนในชุมชน ระดับไม่เคยเลย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.63

3.5) ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมวิ่งมินิมาราธอนร่วมกับผู้อื่น ระดับไม่เคยเลย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.29

หัวข้อ	ผลการศึกษา
ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	- ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ช่วงอายุ 66–70 ปี - การศึกษาระดับประถมศึกษา - สถานภาพสมรส - รายได้และรายจ่ายส่วนใหญ่อยู่ในระดับต่ำกว่า 1,000 บาท - ส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว คือ โรคความดันโลหิตสูง
พฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ	- ในภาพรวม อยู่ในระดับเป็นประจำ (ค่าเฉลี่ย 2.64) โดยมีการรับประทานรับประทานอาหารครบ 3 มื้อ จัดที่อยู่อาศัยให้มีการระบายอากาศที่ดี รับประทานผักและผลไม้เป็นประจำ และทำความสะอาดบ้าน เก็บสิ่งของให้เรียบร้อยเป็นประจำ
พฤติกรรม การส่งเสริมสุขภาพ	- ในภาพรวม อยู่ในระดับเป็นประจำ (ค่าเฉลี่ย 2.74) โดยมีการเฝ้าระวังการแพร่ระบาดในชุมชนและมีการประเมินความเสี่ยงของการเกิดโรคร้ายในผู้สูงอายุ โดยอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน (อสม.) เทศบาลส่งเสริมให้มีการจัดสุขภาพด้านสิ่งแวดล้อมในชุมชนให้มีความสะอาด ปลอดภัย และห่างไกลจากโรค และกระทรวงสาธารณสุขมีการจัดอบรมในการช่วยเหลือตนเองเบื้องต้นในยามฉุกเฉิน นอกจากนี้ ชุมชนยังมีลานออกกำลังกายและเครื่องออกกำลังกายที่เพียงพอต่อคนในชุมชน การเดินทางไปสถานพยาบาลมีความสะดวก และมีการจัดกิจกรรมด้านสุขภาพ เช่น การตรวจวัดความดัน การให้ความรู้เรื่องสุขภาพทั่วไป
รูปแบบกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ.	1) ด้านอาหาร ในภาพรวม อยู่ในระดับบ่อยครั้ง (ค่าเฉลี่ย 2.56) โดยสมาชิกในครอบครัวรับประทานผักและผลไม้ปลอดสารพิษ ร่วมกันรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ร่วมทำอาหารกับสมาชิกในครอบครัวอย่างถูกหลักโภชนาการ และสมาชิกในครอบครัวมีการควบคุมแคลอรีในอาหาร

หัวข้อ	ผลการศึกษา
รูปแบบกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ตามหลัก 3 อ.	2) ด้านอารมณ์ จิตใจ ในภาพรวม อยู่ในระดับบ่อยครั้ง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.46) โดยผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมพิธีกรรมทางศาสนาของชุมชน มีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการร่วมกับผู้อื่น มีส่วนร่วมในการบำเพ็ญประโยชน์ให้แก่ชุมชน และมีการพูดคุยกับสมาชิกในครอบครัวเมื่อรู้สึกทุกข์ใจ 3) ด้านออกกำลังกาย ในภาพรวม อยู่ในระดับไม่เคยเลย (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.75) โดยนาน ๆ ครั้ง เมื่อยามว่างผู้สูงอายุทำกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัวเป็นกิจกรรมยามว่าง ผู้สูงอายุและคนในชุมชนมีการรวมกลุ่มเพื่อออกกำลังกาย ในสวนสาธารณะของชุมชน ไม่เคยมีส่วนร่วมในกิจกรรมแข่งขันกีฬาในชุมชน และไม่เคยได้เข้าร่วมกิจกรรมเต้นแอโรบิกภายในชุมชนร่วมกับคนในชุมชน

อภิปรายผล

การศึกษา “พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่” สามารถอภิปรายผลวิจัยตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1) ผู้สูงอายุในชุมชนบ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ มีพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพของคล้าย ๆ กัน และดูแลสุขภาพของตนเองเป็นประจำ ได้แก่ การรับประทานอาหารเช้า 3 มื้อ รับประทานผักและผลไม้เป็นประจำ เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ จัดที่อยู่อาศัยภายในบ้านให้มีอากาศถ่ายเทที่ดี หมั่นสังเกตอาการผิดปกติของร่างกาย ตรวจสุขภาพประจำปี งดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และออกกำลังกายสม่ำเสมอ เป็นต้น สอดคล้องกับการศึกษาลักษณะของพฤติกรรมสุขภาพของเบญจมาศ กลิ่นบำรุง (2544) โดยแบ่งพฤติกรรมสุขภาพออกเป็น 2 ประการ ได้แก่ 1) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การออกกำลังกายสม่ำเสมอ การพักผ่อนนอนหลับอย่างเพียงพอ (6 – 8 ชั่วโมง) การงดดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การงดสูบบุหรี่และสารเสพติดให้โทษ การนั่งสมาธิสม่ำเสมอ การรับประทานอาหารเช้าที่ถูกต้องลักษณะมีประโยชน์อย่างเพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย และ 2) พฤติกรรมป้องกันโรค ได้แก่ การตรวจสุขภาพร่างกายประจำปี การได้รับภูมิคุ้มกันโรค การใช้เข็มขัดนิรภัยหรือสวมหมวกนิรภัยขณะขับขี่ยานพาหนะเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ สอดคล้องกับการศึกษาของ ธนวิษณุ แสนสองแคว (2559) เรื่องพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลม่วงน้อย อำเภอบำรุง จังหวัดลำพูน พบว่า พฤติกรรมดูแลสุขภาพ

ที่เหมาะสมในผู้สูงอายุมีความสำคัญและจำเป็น โดยเฉพาะอย่างยิ่งพฤติกรรมด้านการจัดการความเครียด และควรมีการส่งเสริมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุที่สามารถสร้างรายได้ และกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพเพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีและสามารถดูแลตนเองได้ ส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยาวนาน และสอดคล้องกับการศึกษา การส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุของชุมชนต้นแบบในจังหวัดเชียงใหม่ของ เมธี วงศ์วีระพันธุ์ (2560) ที่กล่าวว่า การดูแลสุขภาพตนเองแบบองค์รวมและวิถีชีวิตของผู้สูงอายุที่นำไปสู่การมีสุขภาพที่ดีจากการดูแลตนเองตามแบบแผนการดำเนินชีวิต ประกอบด้วย ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ การออกกำลังกาย โภชนาการ การสนับสนุนระหว่างบุคคล การจัดการกับความเครียด และการพัฒนาทางจิตวิญญาณ

2) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุบ้านทุ่งข้าวตอก พบว่า ผู้สูงอายุให้ความสนใจในการดูแลสุขภาพของตนเอง โดยให้ความสำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุตามที่สาธารณสุขประจำหมู่บ้านได้จัดขึ้น เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพของตนเอง โดยมีปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ เช่น พฤติกรรมในการใช้ชีวิต การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การดูแลภายในครอบครัวสภาพแวดล้อมของชุมชน ส่งผลต่อพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับรูปแบบของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ จากการศึกษาของ สายฤดี วรกิจโกครธร และคณะ (2550) กล่าวว่า การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุแบ่งออกเป็น 4 รูปแบบ ได้แก่ 1) การดูแลภายในครอบครัว การให้ความดูแลเอาใจใส่แก่ผู้สูงอายุ ในเรื่องการรับประทานอาหาร การดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจ 2) การดูแลในสถานพยาบาลหรือสถานที่รับดูแลเฉพาะผู้สูงอายุ 3) การดูแลโดยชุมชน สร้างจิตสำนึกให้คนในชุมชนเกิดการแก้ไขปัญหา และพัฒนาบริการต่าง ๆ ให้แก่สมาชิกในชุมชน ซึ่งมีรูปแบบ และลักษณะบริการแตกต่างกัน และ 4) การดูแลในสถานการณ์พิเศษ สอดคล้องกับการศึกษาของ ทวีพร ยืนยง (2564) เรื่องพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน เขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบึงเขี้ยว อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดอำนาจเจริญ พบว่า ระดับพฤติกรรมของผู้สูงอายุ และแนวทางในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ มีสุขภาพที่ดีทั้งด้านการป้องกันโรคการส่งเสริมสุขภาพและการฟื้นฟูสุขภาพ รวมถึงการส่งเสริมให้ครอบครัวและสังคมมีส่วนร่วมในการพัฒนาการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุต่อไป สอดคล้องกับการศึกษาของ ปิยลักษณ์ โพธิวรรณ และ ทักษวัฒน์ เหล่าสุวรรณ (2557) เรื่องการพัฒนาเครือข่ายระหว่างภาครัฐ และภาคชุมชน เพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองมหาสารคาม พบว่า การส่งเสริมให้ครอบครัวมีบทบาทหลักในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุควบคู่ไปกับการเร่งรัดพัฒนาศักยภาพองค์กรภาครัฐให้ตระหนักเห็นความสำคัญ มีความพร้อมในการจัดการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุพัฒนาศักยภาพบุคคลกรด้านสุขภาพและสังคมที่เกี่ยวข้องกับดูแลผู้สูงอายุให้เพียงพอ

3) รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ. คือ ด้านอาหาร ด้านอารมณ์จิตใจ และด้านการออกกำลังกาย โดยด้านที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจมาก คือ ด้านอาหาร พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่วมกับครอบครัวและคนในพื้นที่เป็นประจำ เช่น การทานอาหารปรุงสุกสะอาดเสมอ ไม่ทานอาหารดิบร่วมกับสมาชิกในครอบครัว รับประทานอาหารผักและผลไม้ปลอดสารพิษ เลือกรับประทานอาหารอย่างถูกหลักอนามัย โดยเลือกรับประทานอาหารที่สดใหม่อยู่เสมอ ทำอาหารรับประทานร่วมกันกับครอบครัว

เพื่อความสะอาด สอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของ เกษม ตันติผลาชีวะ และ กุลยา ตันติผลาชีวะ (2528, อ้างถึงใน ธนวิญญู แสนสองแคว, 2559) ที่กล่าวถึงพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านอาหาร คือ กินเป็น หมายถึง การรับประทานอาหารที่ถูกต้องเหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีผลเสียต่อสุขภาพ การประเมินสภาพการกิน โดยประเมินได้จากความสมดุลของการกินกับน้ำหนักมาตรฐานทางอายุและส่วนสูงของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 3 อ. ในโรงเรียนผู้สูงอายุของ นวรัตน์ ไชยมภู และคณะ (2563) ที่ได้ศึกษารูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 3 อ. ในโรงเรียนผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลยุโป อำเภอเมือง จังหวัดยะลา มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ. ในด้านอาหารเป็นกิจกรรมที่เน้นความรู้เกี่ยวกับอาหาร อาหารเฉพาะโรค อาหารที่ช่วยขับถ่าย อาหารปลอดภัย อาหารที่ดีต่อสุขภาพของตนเอง และอาหารที่เหมาะสมกับแต่ละเพศและวัย ตลอดจนการแนะนำการเลือกรับประทานอาหารให้ปลอดภัยและสะอาด และทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของเมธี วงศ์วีระพันธุ์ (2560) ในการศึกษาการส่งเสริมสุขภาพจิตเกี่ยวข้องกับด้านอาหารสำหรับผู้สูงอายุของชุมชนต้นแบบในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า การดูแลตนเองแบบองค์รวมและวิถีชีวิตของผู้สูงอายุที่นำไปสู่การมีสุขภาพที่ดีมาจากการดูแลตนเองตามแบบแผนการดำเนินชีวิต และการรับประทานอาหารที่ประกอบด้วยความรับผิดชอบต่อสุขภาพ การจัดการกับความเครียดโดยการรับประทานอาหารที่ตนเองชอบ เป็นต้น และสอดคล้องกับการศึกษาของ จุรีพร เพ็ชรอ่อน และคณะ (2548) เรื่องพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในตำบลวังงาม อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก พบว่า ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับสูง ได้แก่ ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ ด้านโภชนาการอาหาร ด้านการมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ด้านการจัดการกับความเครียด พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูง



ภาพที่ 1 การประชุมโครงการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุ ณ ลานกิจกรรมเทศบาลตำบลหนองแห้ว



ภาพที่ 2 การเก็บแบบสอบถามและพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาภายในชุมชนของผู้สูงอายุ ณ ลานกิจกรรม เทศบาลตำบลหนองแห่

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่อง “ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนกิ่งเมืองกิ่งชนบท บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ” แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุมีการตระหนักถึงการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุในระดับที่ดี จึงสามารถนำผลการศึกษาไปใช้ประโยชน์ในการเป็นแนวทางการปฏิบัติงานของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ทำให้เกิดการพัฒนาผู้สูงอายุให้มีสุขภาพที่แข็งแรงทั้งร่างกาย จิตใจ และอารมณ์

ข้อเสนอแนะในการใช้ประโยชน์

1. ชุมชนควรได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเข้ามาส่งเสริมรูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุมากขึ้น
2. ผู้สูงอายุ หมู่ที่ 4 บ้านทุ่งข้าวตอก ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ส่วนใหญ่มีความตระหนักเห็นถึงความสำคัญด้านสุขภาพอยู่ในระดับที่ดี ดังนั้นชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรให้ความสนใจเกี่ยวกับการดูแลหรือการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เพื่อป้องกันและส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ผู้วิจัยควรมีการศึกษาเพิ่มเติม ในเรื่องปัญหาและการส่งเสริมในเรื่องพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เพื่อเป็นแนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหา ที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
2. ผู้วิจัยควรทำการศึกษาพฤติกรรมสุขภาพในด้านอื่น ๆ ของผู้สูงอายุให้ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น เช่น การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ และการเกิดโรคต่าง ๆ

เอกสารอ้างอิง

- จรีพร เพ็ชรอ่อน และคนอื่น ๆ. (2548) พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในตำบลจี่วังาม อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวร
- ทวีพร ยืนยง. (2564). การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ กรณีศึกษาเขตรับผิดชอบโรงพยาบาล ตำบลบุงเขี้ยว อำเภอนานูมาน จังหวัดอำนาจเจริญ. อำนาจเจริญ: โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบุงเขี้ยว.
- ธนวิชัย แสนสองแคว. (2559). พฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลม่วงน้อย อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน. ลำพูน: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นวรรตน์ ไชยมภู, สุนีย์ เครานวล, รัตติภรณ์ บุญทัศน์, และเตียรนา แม้ง. (2563). รูปแบบการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามหลัก 3 อ ในโรงเรียนผู้สูงอายุ. วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้, 7(2), 1-12.
- เบญจมาศ กลิ่นบำรุง (2544). การศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ในวิทยาลัยสังกัดกรมอาชีวศึกษาในภาคใต้. (วิทยานิพนธ์ ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปิยลักษณ์ โพธิวรรณ และ ทักษวัฒน์ เหล่าสุวรรณ. (2557). การพัฒนาเครือข่ายระหว่างภาครัฐ และภาคชุมชนเพื่อการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองมหาสารคาม. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- เมธี วงศ์วีระพันธุ์. (2560). การส่งเสริมสุขภาพจิตสำหรับผู้สูงอายุของชุมชนต้นแบบในจังหวัดเชียงใหม่_เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- สายฤดี วรกิจโกศาทร และคณะ. (2550). ระบบการดูแลของผู้สูงอายุ ปรับแนวคิดร่วมชีวิตผู้สูงอายุ : การทบทวนแนวคิดและองค์ความรู้เบื้องต้นเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของกลุ่มประชากรผู้สูงอายุ. นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล.

A Study of Learning Achievement in Life Skills and Brain
Competency of Educational Personnel in the University:
A Meditation Practice Project in the Buddhist Holy Land of
Thailand, India, and Nepal

Ntapat Worapongpat

Eastern Institute of Technology Suvarnabhumi (EIT) and
Doctor of Philosophy Program in Social Administration and
Development, Rajabhat Maha Sarakham University (RMU)

วันที่รับบทความ : วันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2568

วันที่ส่งบทความที่แก้ไข : วันที่ 8 มิถุนายน 2568

วันที่ตอบรับบทความเพื่อตีพิมพ์ : วันที่ 9 มิถุนายน 2568

ABSTRACT

This research aims to 1) examine the learning achievement in life skills of educational personnel participating in the Meditation Practice Project in the Buddhist Holy Lands of India, Nepal, and Thailand; 2) evaluate cognitive competence development; and 3) explore the relationship between meditation practice, life skills learning, and cognitive competence among the project participants. This study is a mixed-methods research, integrating both qualitative and quantitative approaches. The research instruments included questionnaires and in-depth interviews. The sample group consisted of 120 educational personnel selected through purposive sampling. Quantitative data from the questionnaires were analyzed using descriptive statistics, including percentages, means, standard deviations, and inferential statistics such as paired-samples t-test, Pearson's correlation coefficient, and multiple regression analysis. Qualitative data collected from in-depth interviews were analyzed using content analysis. The findings revealed that learning achievement in life skills was at a high level across all dimensions, with post-program scores significantly higher than pre-program scores (Effectiveness Index = 71.88%). Cognitive competence was also found to be high in all studied areas. A strong positive correlation was identified between overall life skills learning and overall cognitive competence ($r = 0.743$, $p < .01$). Multiple regression analysis further indicated that adaptability to change, self-awareness, interpersonal relationships, and virtue and ethics in daily life were significant positive predictors of cognitive competence.

KEYWORDS: Life Skills, Cognitive Competence, Meditation Practice Project, Buddhism

Introduction

In the contemporary educational landscape, university personnel face unprecedented challenges stemming from increased workloads, rapid technological advancements, and evolving demands for interdisciplinary collaboration. These pressures can significantly impact their well-being, leading to heightened stress levels and potentially diminishing their life skills and cognitive performance, which are crucial for effective teaching, research, and administration. Addressing these challenges is paramount for the advancement of the country's education system. (Worapongpat, 2024a).

This study explores the profound role of meditation practices in enhancing the life skills and brain competency of educational personnel in public universities. Numerous studies have consistently demonstrated that meditation contributes positively to the development of essential life skills, including emotional regulation, enhanced focus, and effective decision-making, alongside improvements in brain competencies vital for work, learning, and adaptability in diverse situations (Worapongpat, 2024b). Furthermore, meditation has been shown to be effective in stress reduction and improving the ability to perform efficiently under pressure. These findings suggest that engaging in focused meditation practices, particularly in culturally significant locations, can significantly bolster both life skills and cognitive abilities (Worapongpat & Xiaoling, 2024).



Figure 1: Participants of meditation practice projects in the holy lands of Buddhism, Thailand, India, and Nepal.

Despite the growing body of evidence, there remains a notable research gap concerning the specific outcomes of systematic meditation practice among educational personnel in public universities (Worapongpat, Khamcharoen, Nipaporn, & Cong, 2024). This research endeavors to bridge this gap by providing empirical insights into how such practices can foster personal resilience, professional growth, and ultimately contribute to a more sustainable and high-performing academic environment (Worapongpat, Purisuttamo, Phrakhuudombodhivides (Narong Uttamavangso Sendaranath), Arunyakanon, & Dookarn, 2024). The findings will not only advance the academic understanding of contemplative practices in educational settings but also offer practical strategies for institutional well-being programs within the higher education sector, particularly within the framework of Buddhist teachings (Worapongpat, 2023).

This study focuses on educational personnel from public universities in Thailand who participated in a structured Meditation Practice Project across the significant Buddhist Holy Lands of Thailand, India, and Nepal (Bannarat, Chanpradit, Worapongpat, Thanadol, & Wongsan, 2024). These locations were chosen for their deep spiritual heritage, which facilitates the integration of profound spiritual development with the enhancement of professional competencies (Worapongpat, 2022). The target group comprises educational personnel actively seeking to develop their life skills and brain competency to improve work efficiency and effectively manage stress. By adopting a comprehensive and participatory mixed-methods approach integrating both quantitative and qualitative methodologies through questionnaires and interviews this research aims to gain a deeper understanding of the intricate relationship between dedicated meditation practice and the holistic development of life skills and brain competency. The data will be analyzed using descriptive statistical methods to derive robust conclusions.

The key outcome of this study is to establish evidence-based, effective strategies for promoting life skills and brain competency among educational personnel in public universities. These strategies are anticipated to contribute significantly to their personal well-being, professional growth, and the overall enhancement of institutional effectiveness, serving as a model for future initiatives in contemplative education.

Objectives

1. To assess the development of life skills among educational personnel in public universities participating in the Meditation Practice Project in the Buddhist Holy Lands.
2. To evaluate the brain competency of educational personnel following their participation in the Meditation Practice Project in the Buddhist Holy Lands.
3. To explore the relationship between meditation practice and the enhancement of both life skills and brain competency among educational personnel in public universities.

Literature Review and Conceptual Framework

1. Development of Life Skills through Meditation Practices

Meditation practices conducted in sacred Buddhist lands, including Thailand, India, and Nepal, are recognized as an effective approach for enhancing crucial life skills. These practices particularly benefit emotional management, stress handling, and overall adaptability in daily life. Research by Smith et al. (2023) highlights that meditation cultivates emotional stability and refines problem-solving capabilities by improving focus and emotional regulation. Similarly, studies have shown that mindfulness training can significantly enhance decision-making and problem-solving skills in both work and personal life contexts (Budd et al., 2020). While Budd et al. (2020) specifically noted the role of interaction with nature alongside mindfulness, the core principle of focused mental training remains consistently linked to improved cognitive and emotional functioning.

3.2 Cognitive Competencies and Capability Development in Educational Personnel

Research consistently indicates that meditation can stimulate various cognitive functions essential for academic and professional roles, such as memory, critical thinking, and decision-making abilities. revealed that meditation practices among educational personnel not only lead to improved cognitive performance but also foster long-term skill development. While Thompson's work also touched upon moral development, within the scope of this study, the primary focus remains on the measurable enhancements in cognitive functions and life skills directly relevant to professional effectiveness.

3.3 Knowledge Gaps and Application in Educational Institutions

Despite extensive studies on the general impact of meditation on life skills and cognitive competencies, there remains a significant gap in research specifically connecting systematic meditation practices to the unique context of educational personnel in public universities. underscored the necessity for in-depth investigations in specific cultural and spiritual contexts, such as the Buddhist sacred lands, where the influence of profound meditation practices on professional capabilities largely remains underexplored. This gap highlights the potential for this research to contribute novel insights by focusing on a specific demographic and a particular mode of intervention.

Conceptual Framework

Based on the foregoing literature review, this research adopts a conceptual framework that posits a direct relationship between meditation practices and the enhancement of life skills and brain competency among educational personnel. This framework is visually represented as follows:

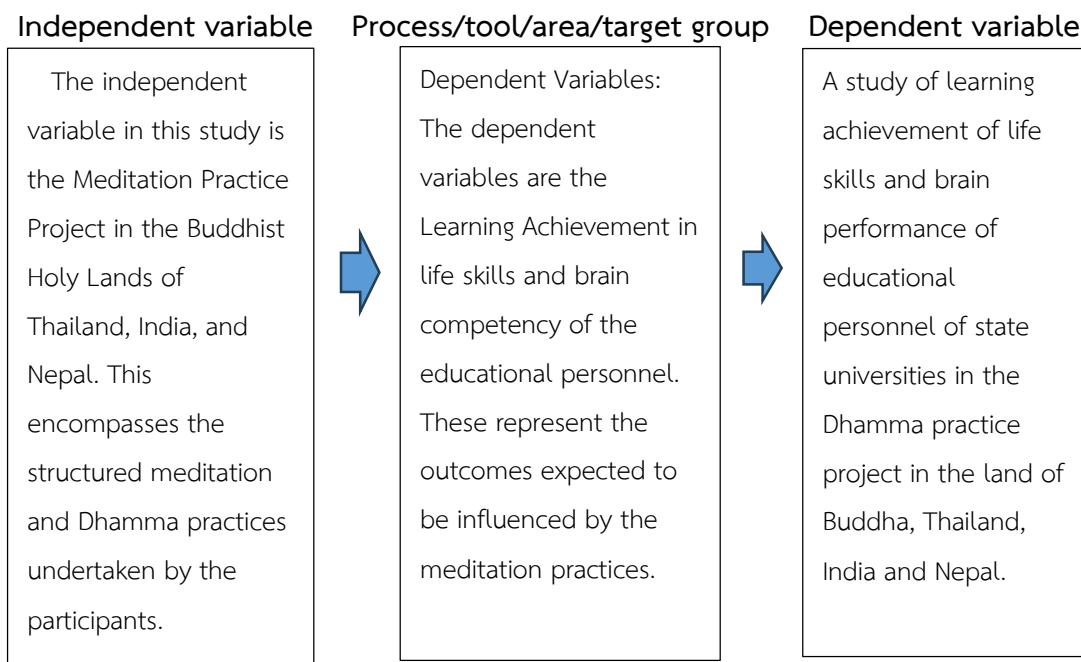


Figure 2: Conceptual framework of the research

Research Methodology

This study employs a mixed methods approach, integrating both quantitative and qualitative research methodologies for comprehensive data collection and analysis.

Research Area and Participants

The research was conducted within the spiritual contexts of Buddhist Sacred Lands across three countries, serving as the setting for the meditation practice project:

Thailand: Wat Thai Buddhagaya, Suwannaphum Buddhayani Temple

India: Varanasi, Kushinagar, Rajgir-Nalanda

Nepal: Lumbini

The target population for this study comprised educational personnel from public universities in Thailand. According to data from the Ministry of Higher Education, Science, Research, and Innovation of Thailand, this population totals 69,443 individuals (Ministry of Higher Education, Science, Research, and Innovation [MHESI], 2024).

A purposive sample of 120 educational personnel, who actively participated in the meditation program, was selected from the university database. This sampling method was chosen to ensure that participants had direct experience with the intervention, allowing for an in-depth examination of its effects.



Figure 3: Focus Group Discussion

Data Collection Duration and Tools

Data collection for this study was conducted from December 25, 2024, to January 3, 2025, using a combination of questionnaires, semi-structured interviews, and focus group discussions.

Questionnaire: A comprehensive questionnaire was developed to assess participants' life skills and cognitive competency. The design of the questionnaire was grounded in two key theoretical frameworks: 1) Life Skills Development Theory (World Health Organization - WHO): Focusing on core life skills such as decision-making, stress management, and general adaptability, and 2) Cognitive Competence Theory: Addressing cognitive skills, including problem-solving and critical thinking.

The quality of the questionnaire was verified using the Index of Item Objective Congruence (IOC) to ensure alignment between survey questions and specific theoretical definitions. The reliability of the questionnaire was further rigorously tested using Cronbach's Alpha coefficient (Cronbach, 1990), which yielded a value of 0.85, indicating good internal consistency and reliability.

Semi-structured Interview: Semi-structured interviews were conducted to gain deeper insights into the participants' experiences and perceptions regarding the meditation program. The interview questions were formulated based on: 1) Behavioral Change Theory: To explore mental and behavioral transformations experienced by participants, and 2) Organizational Development Theory: To assess changes in organizational and personal development aspects. The reliability of the interview tool was established through Inter-rater Reliability, achieving a value of 0.90, signifying high consistency among evaluators.

Focus Group Discussion (FGD): Focus group discussions were facilitated to gather rich, in-depth qualitative data from participants. Discussions were structured around the development of life skills and cognitive competence as a direct result of the meditation practice. The FGD guide was designed referencing.

Experiential Learning Theory (Kolb): To explore how participants adapted to and perceived behavioral changes in their daily lives after the program. Key discussion topics included adaptation strategies, enhanced self-awareness, and the practical application of new behaviors in personal and professional contexts.

Data Analysis and Statistics

Data analysis proceeded in two phases corresponding to the mixed-methods approach:

Quantitative Data Analysis were analyzed using both descriptive statistics and inferential statistical tests. Descriptive statistics included measures such as frequency distribution, percentage, arithmetic mean, and standard deviation. Inferential statistical tests included paired t-tests to examine significant changes in life skills and cognitive competence before and after participation in the meditation program, and Pearson's Product Moment Coefficient to analyze correlations between variables. Additionally, Multiple Regression Analysis (Enter Method) was applied for testing the hypotheses and evaluating the predictive relationships between multiple variables.

Qualitative Data Analysis derived from interviews and focus group discussions. Thematic analysis was employed to identify key themes and insights regarding participants' experiences and perceptions. Furthermore, documentary research principles were utilized for systematically analyzing, synthesizing, and presenting the qualitative data through a descriptive narrative, providing a deeper understanding of the processes and impacts of meditation on the development of life skills and cognitive competence.

The integration of both quantitative and qualitative methodologies in this study provides a robust and comprehensive understanding of the transformative impact of Buddhist meditation on the life skills and cognitive competence of educational personnel.

Ethical Considerations

Prior to data collection, ethical approval for this study was obtained from All participants were fully informed about the study's purpose, procedures, and their right to withdraw at any time. Written informed consent was obtained from all participants. Confidentiality and anonymity of participants' data were strictly maintained throughout the research process.

Findings

The study on the effectiveness of life skills learning among educational staff at public universities participating in the meditation program in sacred Buddhist sites shows that life skills in all areas were learned at a "high" level. The average scores and standard deviations are as follows:

Table 1: Mean, Standard Deviation, and Levels of Life Skills Learning among Educational Staff at Public Universities Participating in the Meditation Program in Sacred Buddhist Sites

No.	Life Skill Learning	$\bar{x}$	SD	Level
1	Morality and Ethics in Daily Life	3.98	0.51	High
2	Stress Management Skills	3.95	0.96	High
3	Interpersonal Relationships	3.81	0.75	High
4	Adaptation to Change	3.88	0.66	High
5	Self-Awareness	3.93	0.86	High
Total		3.91	0.45	High

From Table 1, the overall mean score for life skills learning among the educational staff is 3.91 (SD = 0.45), consistently falling under the "High" level. This finding positively indicates the impact of the meditation program in sacred Buddhist sites on the development of life skills across all studied areas. Specifically, participants demonstrated notable proficiency in morality and ethics in daily life (mean = 3.98) and stress management skills (mean = 3.95).

Table 2: Mean, Standard Deviation, and Levels of Cognitive Competence of Educational Staff After Participating in the Meditation Program in Sacred Buddhist Sites

No.	Cognitive Competence	$\bar{x}$	SD	Level
1	Creativity and Innovation	3.93	0.78	High
2	Decision Making and Problem Solving	3.89	0.88	High
3	Memory and Information Management	3.75	0.63	High

No.	Cognitive Competence	$\bar{x}$	SD	Level
4	Emotional Intelligence	3.82	0.62	High
5	Concentration Ability	3.91	0.71	High
Total		3.86	0.73	High

From Table 2, the overall mean score of cognitive competence among the educational staff after participating in the meditation program is 3.86 (SD = 0.73), which is categorized as "High." This finding indicates that participation in the program has had a positive impact on the development of cognitive competence across all studied areas. Specifically, participants demonstrated notable proficiency in creativity and innovation (mean = 3.93) and concentration ability (mean = 3.91).

Table 3: Summary of Total Scores for Effectiveness Index Calculation

Data Point	Total Score
Total Pre-Test Score	1,965
Total Post-Test Score	4,003
Number of Participants	120
Full Score (maximum possible)	40

From this analysis, the effectiveness index of life skills learning outcomes is 0.7188. This indicates that the life skills learning program for educational staff from public universities who participated in the meditation program resulted in an increase in knowledge or learning by 71.88%

Table 4: Comparison of Pre- and Post-Test Learning Outcomes for Life Skills of Educational Staff from Public Universities Participating in the Meditation Program in Sacred Buddhist Sites

Test	n	Mean ($\bar{x}$)	Standard Deviation (S.D.)	t-test
Pre-Test	120	35.73	1.69	53.22
Post-Test	120	72.78	1.71	-

From Table 4, a paired-samples t-test was conducted to compare the life skills learning outcomes before and after participation in the meditation program. The mean scores for life skills before the program were 35.73 (S.D. = 1.69), while after participating in the program, the mean score significantly increased to 72.78 (S.D. = 1.71). The t-test value of 53.22 ($p < 0.05$) indicates that the post-test scores were statistically significantly higher than the pre-test scores at the 0.05 significance level. This finding strongly suggests that the meditation program had a statistically significant positive impact on the life skills learning outcomes of the educational staff who participated in the program.

Table 5: Analysis of the Relationship Between Life Skills Learning and Cognitive Competence of Educational Staff from Public Universities in the Meditation Program at Sacred Buddhist Sites in Thailand, India, and Nepal

Life Skills Learning (X)	Cognitive Competence (Y)
X1: Self-awareness	Y1: Creativity and Innovation
X1 Self-awareness	1.00
X2: Stress Management	0.39
X3: Interpersonal Relationships	0.36
X4: Adaptability	0.31
X5: Self-awareness	0.39
Overall (X)	0.529

From Table 5, it is evident that life skills learning has a positive correlation with cognitive competence across all sub-variables and the overall score. This supports the finding that participation in the meditation program significantly enhances both life skills and cognitive competence among the educational staff, particularly in their ability to adapt to change and develop greater self-awareness.

Table 6: Standardized Regression Coefficients Analysis of the Relationship Between Life Skills Learning and Cognitive Competence of Educational Staff in the Meditation Program at Sacred Buddhist Sites in Thailand, India, and Nepal

Variable	b	β	SE_b	t	P-value
(Constant)	1.317		0.181	8.250	.000
Virtue and Ethics in Daily Life	0.176	0.165	0.037	3.763**	.000
Stress Management Skills	0.081	0.153	0.044	1.581	.092
Interpersonal Relationships	0.118	0.304	0.063	3.009**	.002
Adaptability to Change	0.246	0.779	0.041	4.000**	.000
Self-awareness	0.189	0.534	0.048	3.011**	.001
R	.685				
SE_est	.328				
F	118.44				
R ²	.506				

The analysis from the Multiple Regression model demonstrates that Adaptability to Change, Self-awareness, Interpersonal Relationships, and Virtue and Ethics in daily life are key factors that significantly contribute to the development of cognitive competence among educational staff in the meditation program. Stress management, however, does not have a significant impact. The overall model explains 50.6% of the variance in cognitive competence ($R^2=0.506$), with a strong model fit ($F=118.44$, $p<0.01$).

Discussion

The findings of this study provide valuable insights into the impact of the meditation program in sacred Buddhist sites on the life skills learning and cognitive competence of educational staff from public universities. These results are discussed in relation to each research objective as follows:

Objective 1: Life Skills Learning Achievement

The findings indicate that the life skills learning achievements of educational personnel participating in the Dharma practice project were at a "high" level across all areas (as detailed in Table 1). More significantly, the comparative analysis revealed a statistically significant increase in life skills from pre-program to post-program (t-test value of 53.22, $p < 0.05$, as shown in Table 4). This substantial improvement is further supported by the Effectiveness Index of 0.7188, signifying that the program led to a remarkable 71.88% increase in life skills learning outcomes. This result strongly suggests that participation in the Dharma practice project had a profound positive impact on the development of life skills. This aligns with previous research and theories, such as Xue and Worapongpat (2022), which highlight the benefits of spiritual practices and personal development in enhancing various life skills, including self-awareness, stress management, interpersonal relationships, adaptability, and morality and ethics.

Objective 2: Cognitive Competence Development

Cognitive competence development in all studied areas was at a "high" level following participation in the program (as presented in Table 2). The consistently high mean scores for cognitive competence across aspects such as creativity and innovation, decision-making, memory, emotional intelligence, and concentration ability, suggest that the project had a beneficial effect on cognitive competence development. This result supports existing studies and theories, such as Worapongpat (2022), which emphasize the role of spiritual practices and immersive learning environments in enhancing various cognitive capabilities and overall brain performance.

Objective 3: Relationship between Life Skills Learning and Cognitive Competence

The study found a significant positive correlation between life skills learning and cognitive competence. The overall correlation coefficient of $r = 0.743$ ($p < .01$) indicates a strong statistically significant relationship. Furthermore, the detailed correlation analysis showed particular strengths, such as Adaptability to Change (X4) having the highest correlation with Overall Cognitive Competence (Y) at $r = 0.857$ ($p < .01$), and Self-awareness (X5) correlating positively with Creativity and Innovation (Y1) at $r = 0.604$ ($p < .01$). The findings from this study highlight the positive effects of the Dharma practice project on both life skills learning and cognitive competence of educational personnel. The development of adaptability to change and self-awareness proved

to be particularly impactful in improving cognitive competence. However, further research is recommended to explore other factors, such as stress management, and their potential effects in different contexts.

New knowledge from research

New knowledge from research can be summarized into a diagram as follow:

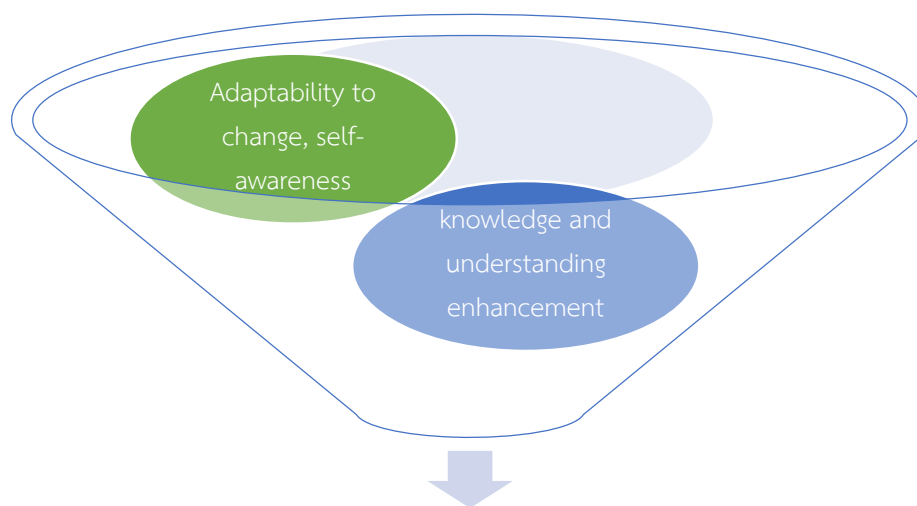


Figure 4: Model of the relationship between learning life skills and intellectual competence

From Figure 4, it can be seen that the meditation practice project in the Buddhist Holy Land can effectively promote the systematic development of life skills and intellectual competence among educational personnel. Mindfulness and meditation are the core of this process, which are the main mechanisms that drive all dimensions of self-development. This model illustrates that the integration of learning life skills, especially adaptability to change and self-awareness, significantly contributes to the enhancement of intellectual competence, thus promoting the overall professional and personal growth of the participants.

Recommendations

Based on the findings of this research, the following recommendations are proposed for future practice and further study:

1. Promotion of Continuous Mindfulness and Meditation Practice in Educational Institutions

Educational institutions should actively promote and integrate the continuous practice of mindfulness and meditation through various structured activities. This initiative is crucial for fostering the holistic development of life skills and brain competencies in educational personnel, with a particular emphasis on enhancing adaptability to change and self-awareness, which were identified as key areas of impact.

2. Development of Life Skills Curriculum and Learning Activities

A comprehensive curriculum focused on life skills should be developed and implemented in diverse and systematic formats. This curriculum should be tailored to meet the evolving needs of educational personnel development, effectively addressing both their academic and spiritual competencies, thereby promoting well-rounded growth.

3. Analysis and Development of Brain Competency Measurement Tools

It is recommended that existing tools for measuring brain competencies among educational personnel be critically analyzed, and new, more comprehensive instruments be developed. Such tools should aim to cover all relevant dimensions of cognitive competence, ensuring accurate, reliable, and useful assessments for guiding future development programs and evaluating their effectiveness.

4. Further Study and Research on Stress Management Skills

This research found no statistically significant effect of stress management skills on cognitive competence, further in-depth studies are highly recommended. These studies should aim to identify specific factors or alternative approaches that can effectively enhance stress management skills and thoroughly investigate their potential impact on cognitive competence across various contexts and populations.

5. Expanding the Project to Other Educational Personnel Groups

The successful implementation and positive outcomes of this meditation program suggest its potential applicability to a broader audience. Therefore, it is recommended that the project be expanded to include other groups of educational personnel, such as teachers, students, and administrative staff across the entire education system, to ensure holistic and sustainable development across the educational sector.

References

- Budd, J., Miller, B. S., Manning, E. M., Lampos, V., Zhuang, M., Edelstein, M., & McKendry, R. A. (2020). Digital technologies in the public-health response to COVID-19. *Nature medicine*, 26(8), 1183-1192.
- Chanpradit, B., Worapongpat, N., Sombun, T., & Wongsan, V. (2024). Evaluation of the Integrated curriculum for research-based projects for grade 9 students at Manang Kindergarten School, Satun Primary Educational Service Area Office 1. *Journal of Educational Innovation and Research*, 8(1), 372-392.
- Dongling, Z., & Worapongpat, N. (2023). Academic leadership of administrator influence learning organization: Case study of the University, Hong Kong. *International Journal of Multidisciplinary in Educational & Cultural Studies*, 1(2), 12-20.
- Ministry of Higher Education, Science, Research, and Innovation. (2024). Statistics of higher education personnel, academic staff, academic year 2024 [Data set]. https://www.info.mhesi.go.th/homestat_stf
- Smith, B. W., deCruz-Dixon, N., Erickson, K., Guzman, A., Phan, A., & Schodt, K. (2023). The effects of an online positive psychology course on happiness, health, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 24(3), 1145-1167.
- Uopasai, S., Bunterm, T., Tang, K. N., & Saksangawong, C. (2022). The effect of meditation on metacognitive ability, working memory ability, academic achievement, and stress levels. *Humanities, Arts and Social Sciences Studies*, 22(1), 217-226.
- Worapongpat, N. (2022). Educational innovation and technology: Developing learning achievement in biology for grade 10 students on food chain using video media (VDO) through an application for learning with interactive videos. *Journal of Arts and Science Research in the Mekong River Basin, Khon Kaen University*, 30(2), 25-38.
- Worapongpat, N. (2023). Technology in learning management by teachers in the social studies field: Virtue and ethics for lower secondary students at Ban Songaw School, Loei Primary Educational Service Area Office 1. *Chaiyaphum Philosophy Review, Chaiyaphum College*, 6(2), 19-34.

- Worapongpat, N. (2024a). Innovative leadership that influences becoming an innovative learning organization in private universities in Bangkok. *UBRU International Journal Ubon Ratchathani Rajabhat University*, 4(2), 29-44.
- Worapongpat, N. (2024b). Education of Factors Affecting the Decision to Purchase Handwoven Plastic Products as Community Souvenirs for Long Life Learning by the Na Prong Ma Duea Weaving Housewives Group to Promote Community Enterprises. *Journal of Education and Learning Reviews (JELR)*, 1(1), 1-16.
- Worapongpat, N., & Xiaoling, H. (2024). Philosophical analysis of the establishment of university public relations at Guangdong Open University. *Journal of Public and Private Issues*, 1(3), 185–196.
- Worapongpat, N., Khamcharoen, N., & Cong, W. (2024). Developing management guidelines for constructing curriculum of Chinese history subject for vocational college at Shangrao City Xinzhou Secondary Professional School, China. *Journal of Public and Private Issues*, 1(3), 219–229.
- Worapongpat, N., Purisuttamo, P., Phrakhrudombodhivides (Narong Uttamavangso Sendaranath), Arunyakanon, P., Dookarn, S. (2024). Guidelines for the development of innovative buddhist leadership in the context of sudden change at Bangkok Rajabhat University. *The Journal of International Buddhist Studies College (JIBSC)*, 10(3), 127-144.

มาทาปรีอ: บทเพลงในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ
Mathapru: A Song in the Funeral Ritual of the Karen-Sakor

ปิยประภา เลาะเหลางาม
Piyapraphalohlaongam

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

วันที่รับบทความ : วันที่ 19 ธันวาคม 2567

วันที่ส่งบทความที่แก้ไข : วันที่ 16 พฤษภาคม 2568

วันที่ตอบรับบทความเพื่อตีพิมพ์ : วันที่ 30 มิถุนายน 2568

บทคัดย่อ

บทความวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งจากงานศิลปะนิพนธ์หลักสูตรศิลปการแสดง ภาควิชาศิลปะไทย คณะวิจิตรศิลป์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปี 2567 เรื่อง มาทาปรีอ: บทเพลงในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ บ้านห้วยไร่ จังหวัดลำพูน มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์การเคลื่อนที่ทำนองและความหมายของเนื้อเพลงในบทเพลงมาทาปรีอที่เกี่ยวข้องกับพิธีกรรมงานศพ และวิเคราะห์ความสำคัญของบทเพลงมาทาปรีอในบริบททางสังคม และวัฒนธรรมของชุมชนกะเหรี่ยงสะกอ บ้านห้วยไร่ ตำบลตะเคียนปม อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน

บทความวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยในรูปแบบคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้ข้อมูลจากภาคเอกสาร และภาคสนาม ซึ่งมุ่งเน้นข้อมูลจากภาคสนามเป็นหลัก และใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ รวมทั้งการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม เข้าไปศึกษาบทเพลงมาทาปรีอผ่านคำบอกเล่า และการสาธิตจากบุคคล ข้อมูลหลัก คือ นางปู้ด ห่อนปุเฒอ และบุคคลข้อมูลรอง คือ นางนงคราญ ไทยใหม่ นางณัฐชญา ธิสม และนางศิตานัน ตะละนะ และใช้การบันทึกชาติพันธุ์วรรณา (Field Note) ร่วมกับการบันทึกเสียงสัมภาษณ์ เพื่อป้องกันการตกหล่นของข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และเพื่อเก็บตัวอย่างการขับร้องบทเพลงมาทาปรีอในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ บ้านห้วยไร่ ตำบลตะเคียนปม อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน

ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะการเคลื่อนที่ทำนองในบทเพลงมาทาปรีอมีการเคลื่อนที่ขึ้นสูงและตกลงสลับกันเป็นผลมาจากสำเนียงและเสียงวรรณยุกต์ในภาษาปกากะญอ นอกจากนี้ยังพบว่าบทเพลงมาทาปรีอมีความหมายที่เกี่ยวข้องกับการเกี่ยวพาราสีมากกว่าความหมายที่เกี่ยวข้องกับพิธีกรรม ดังนั้นบทเพลงมาทาปรีอจึงมีบริบททางสังคมทั้งด้านการสวดส่งดวงวิญญาณ และการเกี่ยวพาราสี ปัจจุบันบทเพลงมาทาปรีอถูกแทนที่ด้วยพิธีกรรมของศาสนาอื่น รวมทั้งการพัฒนาทางสังคม เทคโนโลยี หรือค่านิยมที่เปลี่ยนไปตามยุคสมัย บริบทการเกี่ยวพาราสีในพิธีกรรม และการใช้งานบทเพลงมาทาปรีอจึงลดลงตามการเปลี่ยนแปลง บทเพลงมาทาปรีอจึงเกิดความเสี่ยงที่จะสูญหายไปตามยุคสมัยใหม่

คำสำคัญ: กะเหรี่ยงสะกอ, พิธีกรรมงานศพ, บทเพลงในพิธีกรรม, มาทาปรีอ

ABSTRACT

This research article is part of the thesis of the Performing Arts Program, Department of Thai Arts, Faculty of Fine Arts, Chiang Mai University, 2024, titled Mathapru: A Song in the Funeral Ritual of the Karen-Sakor, Ban Huai Rai, Lamphun Province. The purpose of this study is to analyze the movement, melody, and meaning of the lyrics in the Mathapru song related to the funeral ritual, and to analyze the significance of the Mathapru song in the social and cultural context of the Karen-Sakor community, Ban Huai Rai, Ta khian Pom, Thung Hua Chang, Lamphun Province.

This research employed qualitative research methodology by using documentary and field data, focusing mainly on field data and using informal interviews and non-participant observation to study the Mathapru song through statements and demonstrations from primary data sources, namely Ms. Pud Norpuche, and secondary data sources, Ms. Nongkran Thaimai, Ms. Natchaya Thisom, and Ms. Sitanan Talana. Ethnographic recordings (Field Note) and audio recordings were used to prevent missing data from the interviews and to collect samples of Mathapru singing in funeral ceremonies of the Karen-Sakor in Ban Huai Rai, Ta khian Pom, Thung Hua Chang, Lamphun Province.

The research found that the movement of the melody in the Mathapru song has a rapid upward and downward movement, which is a result of the melody and tone in the Karen-Sakor language. In addition, it was found that the Mathapru song has a meaning related to courtship more than a meaning related to rituals. Therefore, the Mathapru song has a social context in terms of sending off spirits and courtship. Currently, the Mathapru song has been replaced by rituals of other religions, including social developments, technology, or values that change with the times. The context of courtship in rituals and the use of the Mathapru song have decreased according to the changes. The Mathapru song is therefore at risk of disappearing with the modern era.

KEYWORDS: Karen-Sakor, Funeral Ceremonies, Songs in Rituals, Mathapru

บทนำ

กะเหรี่ยง เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ที่อยู่ในตระกูลทิเบต-เมียนมา เดิมอาศัยอยู่ในดินแดนด้านตะวันออกของทิเบต แล้วจึงเข้ามาตั้งอาณาจักรในประเทศจีน ชาวจีนเรียกชาวกะเหรี่ยงว่า ชนชาติโจว ภายหลังเมื่อถูกกษัตริย์จากราชวงศ์จีนเข้ามารุกรานจึงอพยพหนีลงมาอยู่ตามแม่น้ำแยงซีเกียง เกิดการปะทะกับชนชาติไทยและถอยลงมาอยู่ตามลำแม่น้ำโขงกับแม่น้ำสาละวินในเขตประเทศเมียนมาร์ ด้วยเหตุจากการอยู่ตามพื้นราบมักถูกรบกวนเสมอ ชาวกะเหรี่ยงจึงอพยพไปอยู่บนพื้นที่สูง ชาวกะเหรี่ยงสามารถแบ่งเผ่าได้เป็น 4 เผ่า ได้แก่ กะเหรี่ยงสะกอ กะเหรี่ยงโปว์ กะเหรี่ยงตองสุ และกะเหรี่ยงบเว โดยกะเหรี่ยงสะกอเป็นเผ่ากะเหรี่ยงที่มีประชากรมากที่สุด จากทั้ง 4 เผ่า รองลงมา คือ กะเหรี่ยงโปว์ บเว และตองสุมีจำนวนประชากรน้อยที่สุด ส่วนใหญ่กะเหรี่ยงสะกอ กะเหรี่ยงโปว์ ตั้งถิ่นฐานอยู่ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน เชียงใหม่ ตาก ลำปาง ลำพูน และเชียงราย ส่วน บเว และตองสุ เป็นกลุ่มที่เพิ่งอพยพเข้ามาตั้งถิ่นฐานในทิศตะวันตกของจังหวัดแม่ฮ่องสอน (สำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการปฏิบัติการจิตวิทยาแห่งชาติ, 2518) เมื่อเกิดการรวมกลุ่มของสังคม ความเชื่อในสังคมจึงเกิดขึ้นตามมา ชาวกะเหรี่ยงก็มีการนับถือศาสนาและความเชื่อของตนเช่นกัน

การนับถือศาสนาของชาวกะเหรี่ยงมีความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับภูติผีและวิญญาณของบรรพบุรุษ ซึ่งเป็นความเชื่อดั้งเดิม ก่อนที่ภายหลังประเทศไทยจะส่งพระธรรมทูตไปเผยแผ่พระพุทธศาสนา และหมอสอนศาสนาได้มาเผยแผ่ศาสนากับชาวเขาเผ่าต่าง ๆ ทำให้ชาวกะเหรี่ยงเปลี่ยนมานับถือพุทธศาสนา และคริสต์ศาสนามากขึ้น จึงก่อให้เกิดการผสมผสานระหว่างศาสนาอื่น กลายเป็นการประกอบพิธีกรรมโดยมีดนตรีและการแสดงร่วมด้วย (สำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการปฏิบัติการจิตวิทยาแห่งชาติ, 2518) ดนตรีมีความหลากหลายในเชิงความหมาย เพื่อตอบสนองอารมณ์ของมนุษย์ ทั้งความสุข ความเศร้า สิ่งที่เกิดขึ้นย่อมส่งผลต่อการแสดงอารมณ์ที่ส่งผ่านตัวดนตรี (Expression) หรือการสื่อสารความหมายผ่านเนื้อร้อง และอารมณ์ของบทเพลง (Communication) ตลอดจนการใช้ดนตรีในพิธีกรรมถือเป็นส่วนสำคัญในการจูงใจ (Suggestion) เพื่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ และพิธีกรรม หรืออำนาจเหนือธรรมชาติ (สงกรานต์ สมจันทร์, 2565) โดยดนตรีในพิธีกรรมเป็นสิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้นเพื่อรับใช้อำนาจเหนือธรรมชาติ มนุษย์เชื่อว่าเสียงดนตรีเป็นสิ่งที่มีความหมาย และสามารถลดบรรเทาความต้องการของตน หรือสื่อสารบอกกล่าวกับสิ่งเหนือธรรมชาติได้ (สงกรานต์ สมจันทร์, 2565) การประกอบพิธีกรรมตามความเชื่อจึงมีการใช้เสียงดนตรี เพื่อสร้างความศักดิ์สิทธิ์ให้กับพิธีกรรม เช่นเดียวกับพิธีศพของชาวกะเหรี่ยงที่ใช้บทเพลงมาทาปรี้อในการประกอบพิธีกรรม

มาทาปรีอ เป็นบทเพลงร้องประเภทหนึ่งของชาวกะเหรี่ยง โดยคำว่า มา (ทำ) ทา (เพลง) และ ปรีอ มีความหมายว่า คนตาย ผี หรือคนที่ล่วงลับ (นงคราญ ไทยใหม่, สัมภาษณ์, 2566) มาทาปรีอที่ใช้ขับร้องถูกแบ่งออกเป็น 7 เพลง เรียงตามลำดับ ดังนี้ ทาปรีอโพ ทาโคเส ดอทอ กะเมทอ กะเมทออะสา มูเดะ-ปามะ และ กเว-กะลา (ปู้ด หน่อปู้เฒอ, สัมภาษณ์, 2566)

บทเพลงมาทาปรีอในอดีตเป็นบทเพลงสวดส่งวิญญาณก่อนชาวกะเหรี่ยงจะรับเอาพิธีกรรมศาสนาอื่นเข้ามาแทนที่ และเป็นบทเพลงต้องห้าม ชาวกะเหรี่ยงมองว่าไม่ควรขับร้องในเวลาปกติที่ไม่มีคนเสียชีวิต เนื่องจากเชื่อว่า หากขับร้องบทเพลงมาทาปรีอในช่วงเวลาปกติจะเป็นการนำเอาสิ่งไม่ดีมาสู่หมู่บ้าน การขับร้องบทเพลงมาทาปรีอเป็นการขับร้องกลุ่ม และแบ่งได้เป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้ขับร้องชาย และกลุ่มผู้ขับร้องหญิง แต่ละกลุ่มจะมีผู้นำขับร้อง 1 คน และมีผู้ขับร้องร่วมประมาณ 5-6 คน โดยกำหนดให้ร้องกลุ่มหญิงเป็นหญิงสาวบริสุทธิ์เท่านั้น ผู้ขับร้องจะเดินวนขับร้องบริเวณรอบโลงศพของคนตาย โดยเริ่มร้องตั้งแต่วเวลา 4 ทุ่ม ถึงช่วงเวลาประมาณตี 4 ทุกวัน ที่มีการทำพิธีศพ เพื่อเป็นการบอกกล่าวผู้ตายว่าผู้ตายได้เสียชีวิตไปแล้ว และให้ผู้ตายได้ไปใช้ชีวิตใหม่ในภพภูมิที่ดี ส่วนคนที่ยังมีชีวิตอยู่จะคอยระลึกถึง และไว้อาลัยให้แก่ผู้ตาย (ปู้ด หน่อปู้เฒอ, สัมภาษณ์, 2566) โดยการเก็บข้อมูลครั้งนี้เป็นการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และคำบอกเล่าของบุคคลข้อมูลหลัก และเก็บบทเพลงมาทาปรีอผ่านการสาธิตการขับร้องในช่วงเวลาที่ไม่มีการพิธีกรรม โดยได้รับอนุญาตในการเผยแพร่ และเก็บบันทึกข้อมูลจากบุคคลข้อมูล การเก็บข้อมูลครั้งนี้ดำเนินการในหมู่บ้านห้วยไร่ ตำบลตะเคียนปม อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน

บ้านห้วยไร่ เป็นหมู่บ้านของชาวกะเหรี่ยงสะกอในตำบลตะเคียนปม อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน สมาชิกในหมู่บ้าน มีจำนวน 321 หลังคาเรือน และมีจำนวนประชากรรวมทั้งเด็กและผู้ใหญ่ จำนวน 963 คน (นงคราญ ไทยใหม่, สัมภาษณ์, 2566) สมาชิกของหมู่บ้านมีความเชื่อที่ผสมผสานความเชื่อดั้งเดิมที่มีความเกี่ยวข้องกับผี รวมเข้ากับพุทธศาสนาและคริสต์ศาสนา อีกทั้งยังมีบุคคลข้อมูลผู้สูงอายุของหมู่บ้านที่สามารถให้ข้อมูลได้ คือ แม่ปู้ด หน่อปู้เฒอ (แม่ปู้ด ตะละนะ ในภาษาไทย) บุคคลข้อมูลที่ยังคงสามารถร้องเพลงมาทาปรีอในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงได้ ซึ่งเป็นวัฒนธรรมเก่าตามความเชื่อเดิมที่หลงเหลือ ก่อนเกิดการผสมผสานรวมกันของศาสนาอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นใหม่ ปู้ด หน่อปู้เฒอ มีเทคนิควิธีการร้องที่มีเอกลักษณ์โดดเด่น ใช้วิธีขับร้องแบบดั้งเดิมก่อนเกิดการปรับเปลี่ยนให้เป็นการขับร้องที่มีลักษณะแบบร่วมสมัยในปัจจุบัน

ปัจจุบันพิธีศพของชาวกะเหรี่ยงได้เปลี่ยนแปลงการใช้เพลงมาทาปรีอในพิธีกรรมดั้งเดิมไปใช้พิธีการสวดศพแบบพุทธศาสนาหรือคริสต์ศาสนา ส่งผลให้องค์ความรู้และวัฒนธรรมดั้งเดิมที่เคยผูกพันกับบทเพลงมาทาปรีอหายไป ผู้ขับร้องบทเพลงมาทาปรีอมีอายุมากและเสียชีวิตแล้ว นอกจากนี้บางหมู่บ้านส่วนใหญ่ยังคงมีความเชื่อดั้งเดิม ห้ามไม่ให้บุคคลภายนอกเข้าไปในหมู่บ้านทำให้ขาดผู้สืบทอดเรียนรู้ การนำวัฒนธรรมและความเชื่อภายนอกเข้ามาในหมู่บ้านทำให้พิธีกรรมและความเชื่อที่มีความเกี่ยวข้องกับเพลงมาทาปรีอ ซึ่งเคยมีบทบาทสำคัญในอดีตถูกแทนที่ด้วยพิธีกรรมและความเชื่อใหม่ ทำให้บทบาทของเพลงมาทาปรีอมีแนวโน้มการใช้งานลดลง และเสี่ยงที่จะสูญหายจากชุมชนชาวกะเหรี่ยงในอนาคต กล่าวได้ว่า บทเพลงมาทาปรีอเป็นวัฒนธรรมที่สะท้อนความเชื่อและ วิถีชีวิตของชาวกะเหรี่ยง ในพิธีศพที่มีขนบธรรมเนียมที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะแตกต่างไปจากกลุ่มชาติพันธุ์อื่น อันเนื่องมาจากสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ มาทาปรีอจึงเป็นวัฒนธรรมสำคัญที่แสดงออกถึงบริบททางสังคมของชาวกะเหรี่ยงได้อย่างชัดเจน และเป็นศิลปะการแสดงที่มีลักษณะการขับร้องเฉพาะทั้งการเอื้อน และทำนอง รวมทั้งการใช้ภาษาปกากะญอที่มีความหมายแฝงเชื่อมโยงกับพิธีกรรมและคนในสังคม ส่งผลให้เกิดความงามในด้านของภาษาศาสตร์และด้านศิลปะการแสดงที่เกี่ยวข้องกับดนตรี

การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการวิจัยแบบคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้ข้อมูลจากภาคเอกสาร และภาคสนาม ซึ่งมุ่งเน้นข้อมูลจากภาคสนามเป็นหลัก โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ รวมทั้งใช้การสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม โดยเก็บข้อมูลผ่านคำบอกเล่า และการสาธิตการขับร้องบทเพลงมาทาปรีอในกรณีที่ไม่มีพิธีศพกับนางปู้ด หน่อปุ้เฒอ เพื่อศึกษาวิเคราะห์ทำนอง ความหมายของเพลงมาทาปรีอที่เกี่ยวข้องกับพิธีศพ และศึกษาความเชื่อมโยงระหว่างบทเพลงมาทาปรีอ และบริบททางสังคมของชาวกะเหรี่ยงสะกอ บ้านห้วยไร่ ตำบลตะเคียนปม อำเภอกู่หว้า จังหวัดลำพูน

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์ทำนองและความหมายของเนื้อเพลงมาทาปรีอที่เกี่ยวข้องกับพิธีกรรม
2. เพื่อวิเคราะห์ความสำคัญของเพลงมาทาปรีอในบริบททางสังคม และวัฒนธรรม ของชุมชนกะเหรี่ยงสะกอ บ้านห้วยไร่ ตำบลตะเคียนปม อำเภอกู่หว้า จังหวัดลำพูน

วิธีดำเนินการวิจัย

บทความนี้เป็นการวิจัยเป็นเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยจะใช้ข้อมูลจากทั้งภาคเอกสาร และภาคสนาม ซึ่งมุ่งเน้นข้อมูลจากภาคสนามเป็นหลัก โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ รวมทั้งการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม เข้าไปศึกษาบทเพลงมาทาปรี้อผ่านคำบอกเล่า และการสาธิตจากนางปู้ด หน่อปุ้เเมอ เพื่อศึกษาวิเคราะห์ทำนองและความหมายของเพลงมาทาปรี้อที่เกี่ยวข้องกับพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงบ้านห้วยไร่ ตำบลตะเคียนปม อำเภอทุ่งห้วยช้างจังหวัดลำพูน โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. สืบค้นภาคเอกสาร ผู้วิจัยสืบค้นข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากหนังสือ วารสาร บทความวิชาการ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัย เพื่อใช้อ้างอิงและทำความเข้าใจในประเด็นที่ต้องการศึกษา
2. รวบรวมข้อมูลภาคสนาม ผู้วิจัยลงพื้นที่เก็บข้อมูลและสัมภาษณ์บุคคลข้อมูล
3. บันทึกเสียงเพื่อนำมาวิเคราะห์ลักษณะทำนอง วิธีการขับร้อง และความหมายของเนื้อเพลงของบทเพลงมาทาปรี้อ ใช้การบันทึก (Field Note) และใช้การถอดเสียงสัทอักษรสากล (IPA : International Phonetic Alphabet) ควบคู่กับภาษาไทย เพื่อนำมาตรวจทานข้อมูลและป้องกันไม่ให้เกิดการตกหล่นของข้อมูล
4. สรุบบันทึกข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์และสรุปเพื่อตอบประเด็นปัญหาการวิจัยโดยอ้างอิงจากข้อมูลภาคเอกสาร
5. ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อความถูกต้อง ก่อนนำมาสรุปผลและนำเสนอ

บุคคลข้อมูล

การศึกษาครั้งนี้ใช้วิธีการสัมภาษณ์บุคคลข้อมูล คือ นางปู้ด หน่อปุ้เเมอ เป็นบุคคลข้อมูลหลัก โดยมีนางนงคราญ ไทยใหม่ นางสาวณัฐชญา ธิสม และนางศิตานัน ตะละนะ เป็นล่ามภาษาปกากะญอ และให้ข้อมูลเพิ่มเติมแก่ผู้วิจัย

คำอธิบายการออกเสียงสัทศาสตร์ (Phonetic)

คำศัพท์ทั้งหมดที่ถูกใช้ในงานวิจัยฉบับนี้ใช้สัทศาสตร์สากล (International Phonetic Alphabet) เพื่อวิเคราะห์ บันทึก และอ่านออกเสียงบทเพลงมาทาปรี้อในภาษากะเหรี่ยงสะกอ (ภาษาปกากะญอ) เนื่องจากเป็นภาษาที่ไม่มีภาษาเขียน อีกทั้งการออกเสียงของภาษาถิ่นในแต่ละภูมิภาคสังคมย่อมมีความแตกต่างกันไป การใช้สัทศาสตร์จึงช่วยให้สามารถอ่านออกเสียงภาษาถิ่นของภูมิภาคสังคมนั้น ๆ ได้ใกล้เคียงมากที่สุด โดยวิธีการอ่านออกเสียงสัทศาสตร์สากลเทียบกับภาษาไทยได้ ดังนี้

พยัญชนะ

พยัญชนะภาษาไทย	IPA	การอ่านออกเสียง
ก	kɔ:	กอ
ข / ค / ศ / ฌ	kʰɔ:	ขอ / คอ
ง	ŋɔ:	งอ
จ	cɔ:	จอ
ฉ / ช / ฌ	cʰɔ:	ฉอ / ชอ
ญ / ย	jɔ:	โย
ด / ฎ	dɔ:	ดอ
ต / ฏ	tɔ:	ตอ
ท / ธ / ฑ / ฒ / ฐ / ถ	tʰɔ:	ทอ / ถอ
น / ณ	nɔ:	นอ
บ	bɔ:	บอ
ป	pɔ:	ปอ
พ / ภ / ผ	pʰɔ:	พอ / ผอ
ฟ / ฝ	fɔ:	ฟอ / ฝอ
ม	mɔ:	มอ
ร	rɔ:	รอ
ล / ฬ	lɔ:	ลอ
ว	wɔ:	วอ
ศ / ษ / ส / ซ	sɔ:	สอ / ซอ
ห / ฮ	hɔ:	หอ / ฮอ

พยัญชนะควบกล้ำ

พยัญชนะควบกล้ำภาษาไทย	IPA	การอ่านออกเสียง
กร / กล	krɔ:	กรอ / กลอ
กว	kʰɔ:	กวอ
ขร / คร	kʰrɔ:	ขร่อ / คร่อ
ขล / คล	kʰlɔ:	ขล่อ / คล่อ
ขว / คว	kʰwɔ:	ขว่อ / คว่อ
ตร	trɔ:	ตรอ
ปร	prɔ:	ปรอ
พร	pʰrɔ:	พรอ
ฟล	fʰɔ:	ฟล่อ
พล / ผล	pʰlɔ:	พล่อ / ผล่อ

ตัวสะกด

ตัวสะกดภาษาไทย	IPA	การอ่านออกเสียง
ก / ข / ค / ฃ	kòk	กก
ง	konɯ	กง
ด / ต / ฏ / ฏ / ท / ถ / ส	kòt	กต
น / ณ / ร / ล / พ	kon	กน
บ / ป / พ / ภ	kop	กบ
ม	kom	กม
ย	kəj	เกย
ว	kəw	เกอว

สระ

สระภาษาไทย	IPA	การอ่านออกเสียง
อิ	ʔi	อิ
อี	ʔi:	อี
อึ	ʔɨ	อึ
อือ	ʔɨ:	อือ
อุ	ʔu	อุ
อู	ʔu:	อู
เอะ	ʔe	เอะ
เอ	ʔe:	เอ
เออะ	ʔə	เออะ
เออ	ʔə:	เออ
โอะ	ʔo	โอะ
โอ	ʔo:	โอ
แอะ	ʔɛ	แอะ
แอ	ʔɛ:	แอ

ระดับเสียง

ระดับเสียง	IPA	การอ่านออกเสียง
เสียงกลาง	ʔa:	อา
เสียงต่ำ	ʔa:	อ่า
เสียงสูงตก	ʔa:	อ๊า
เสียงสูง	ʔá:	อ๊า
เสียงต่ำขึ้น	ʔǎ:	อ๊า

ผลการวิจัย

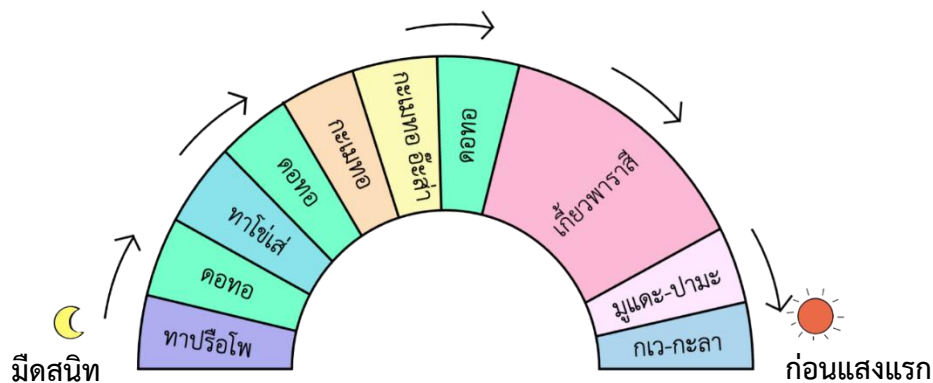
การวิเคราะห์ข้อมูลในบทความวิจัยนี้เป็นวิเคราะห์จากข้อมูลภาคสนาม ณ หมู่บ้านห้วยไร่ ตำบลตะเคียนปม อำเภอทุ่งหัวช้าง จังหวัดลำพูน โดยนำเสนอข้อมูลตามประเด็นหัวข้อ ได้แก่ เนื้อร้อง และทำนองของบทเพลงในพิธีกรรมเป็นสิ่งที่มีความเชื่อและอารมณ์ของผู้ฟังและสมาชิกในชุมชน ผ่านการศึกษาและวิเคราะห์ร่วมกับแนวคิดดนตรีในพิธีกรรมและพลวัตทางสังคมของอัมรินทร์ แร่งเพชร (2561) ซึ่งกล่าวว่า “ประวัติศาสตร์และความเชื่อที่มีต่อรูปแบบการบรรเลงเพลงมีความหมาย และนัยสำคัญที่มีต่อพิธีกรรมและวิถีชีวิตของชาวบ้านป่าแดง ปัจจุบันเมื่อสังคมเกิดการเปลี่ยนแปลง ความเจริญทางด้านเทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทในการใช้ชีวิตของชาวบ้าน ทำให้การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้ส่งผลกระทบต่อการทำอยู่ของดนตรีในพิธีกรรมต่อไปในอนาคต” เป็นแนวคิดหลักของการวิจัยครั้งนี้ เพื่อตอบวัตถุประสงค์ในงานวิจัย ทั้งการวิเคราะห์ทำนองและความหมายของบทเพลงมาทาปรีอ บริบททางสังคม และวัฒนธรรมการขับร้องบทเพลงมาทาปรีอในสังคมชาวกะเหรี่ยงสะกอ โดยวิเคราะห์บทเพลงมาทาในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ องค์ประกอบทางดนตรี บริบททางสังคมและวัฒนธรรมการขับร้องเพลงมาทาปรีอในสังคมชาวกะเหรี่ยงสะกอ เพื่อให้เห็นถึงเอกลักษณ์ บริบทการใช้งานบทเพลง วิเคราะห์ผ่านการบันทึกโน้ตดนตรีในรูปแบบบรรทัดห้าเส้น และศึกษาวิเคราะห์บริบทของบทเพลงผ่านบทสัมภาษณ์จากบุคคลข้อมูล ซึ่งทำให้เห็นถึงลักษณะเฉพาะ และความสำคัญต่อบริบททางสังคมของบทเพลงมาทาปรีอ การวิจัยครั้งนี้แบ่งผลการวิจัยออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

1) บทเพลงมาทาปรีอในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ

บทเพลงมาทาปรีอในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ เป็นบทเพลงที่ถูกใช้ในการสวดส่งดวงวิญญาณ และปลอบประโลมจิตใจญาติผู้เสียชีวิต นอกจากนั้นแล้วยังมีส่วนในการส่งเสริมการรวมกลุ่มของคนในสังคม เพื่อเกิดการพบปะพูดคุย รวมถึงการเกี่ยวพาราสี โดยบทเพลงมาทาปรีอเป็นบทเพลง

ที่มีรายละเอียด ความสำคัญ และการปฏิบัติตามตามขั้นตอนพิธีกรรม ซึ่งบทเพลงมาทาปรีอมีลักษณะเฉพาะที่บ่งบอกถึงตัวบทเพลง ดังนี้

ก) ลำดับการขับร้องบทเพลงมาทาปรีอ ที่มีการกำหนดลำดับการขับร้องของแต่ละบทเพลงในพิธีกรรมอย่างชัดเจน เพื่อเรียงลำดับก่อนหลัง เป็นบทเพลงที่มีความเกี่ยวข้องกับพิธีกรรมงานศพ ในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ มีการขับร้องบทเพลงมาทาปรีอ เป็นส่วนประกอบหนึ่งของพิธีกรรม ซึ่งการขับร้องบทเพลงมาทาปรีอจะถูกขับร้องตั้งแต่ในช่วงเวลาประมาณ 4 ทุ่ม จนถึงช่วงเวลาเช้ามีดของอีกวันหรือประมาณตี 4 ก่อนพระอาทิตย์ขึ้น เป็นลักษณะการขับร้องแบบกลุ่ม ประมาณ 5-6 คน และมีผู้นำในการขับร้อง 1 คน โดยการขับร้องแบ่งระหว่างชายหญิง ผลัดกันขับร้องจนถึงเพลงสุดท้าย



ภาพที่ 1 ลำดับการขับร้องบทเพลงมาทาปรีอ

การขับร้องบทเพลงมาทาปรีอมีลำดับการขับร้องที่ถูกกำหนดไว้ โดยมีทั้งหมด 7 เพลงหลัก โดย *ทาปรีอโพ* เป็นบทเพลงแรกที่ใช้ขับร้อง เพลงสำหรับการสวดส่งดวงวิญญาณ เนื้อหากล่าวถึงสังขารของชีวิต แสดงความโศกเศร้าเสียใจกับผู้ที่เสียชีวิต ต่อมาจึงเป็นเพลง *ดอหอ* เนื้อหาชักชวนให้กลุ่มชายขึ้นมาผลัดเปลี่ยนในระหว่างรอเวลาขับร้องของกลุ่มตน นิยมดื่มน้ำ เคี้ยวหมาก และเมี่ยง ต่อมาขับร้องเพลง *ทาโฮไส่* กล่าวถึงสังขารชีวิต การเกิด แก่ เจ็บ และตาย อันเป็นสังขารของมนุษย์ เพื่อเป็นการปลอบโยนญาติผู้เสียชีวิต *กะเมหอ* เป็นบทเพลงเนื้อหาเกี่ยวกับการเกี่ยวพาราสี กล่าวถึงการเริ่มต้นของความสัมพันธ์ โดยเปรียบต้นไม้มที่กำลังเติบโตและแตกหน่อ *กะเมหอฮะสา* มีเนื้อหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์หนุ่มสาวที่เกิดขึ้นแล้วไม่ยากแยกจากกันไป *มุแตะ-ปามะ* เป็นบทเพลงเดียวที่มีการขับร้องร่วมกันระหว่างกลุ่มชายและหญิง ไม่มีการแบ่งกลุ่มขับร้อง และ *กะเว-กะลา* คือ บทเพลงสุดท้ายที่ถูกใช้ในพิธีกรรมงานศพ เพื่อเรียกขวัญกลับมาอยู่กับเจ้าของ เนื่องจากความเชื่อของชาวกะเหรี่ยงมองว่า ขวัญเปรียบเสมือนวิญญาณของมนุษย์ เมื่อขวัญออกจากร่างกายไปอยู่กับผู้ตาย อาจทำให้เจ้าของขวัญต้องตายตามผู้ตายไปด้วย

จากลำดับการขับร้องบทเพลงมาทาในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอจะเห็นได้ว่าการจัดกลุ่ม ประเภทของบทเพลง โดยบทเพลงที่มีความเกี่ยวข้องกับความรัก ความตาย และพิธีกรรมงานศพ จะถูกจัดเอาไว้ในกลุ่มแรก คือ ทาปรีโอโพ และ ทาโซ่เส่ ก่อนจะเปลี่ยนประเภทของบทเพลง เป็นบทเพลงที่มีความเกี่ยวข้องกับการเกี่ยวพาราสี ได้แก่ กะเมทอ และกะเมทอ อะสะ เมื่อขับร้องทั้ง 2 เพลงจบ จะเป็นการขับร้องในลักษณะต้นสด หรือการคิดเนื้อร้องขึ้นมาใหม่ ในสถานการณ์นั้นเพื่อเป็นการขับร้องตอบโต้ระหว่างกลุ่มชาย และกลุ่มหญิง เพื่อเป็นการประวิงเวลา จนกว่าจะถึงช่วงเช้าวันใหม่ เนื่องจากชาวกะเหรี่ยงสะกอเชื่อว่าช่วงเวลากลางคืนเป็นช่วงเวลาของคนตาย



ภาพที่ 1 ตัวอย่างบทเพลงมาทาปรีโอ

ข) ลักษณะทำนองของบทเพลงมาทาปรีโอ มีรูปแบบทำนองคล้ายคลึงหรือแตกต่างกันไป แต่ละบทเพลง ส่งผลต่อความรู้สึกของผู้ฟัง ซึ่งความหมายของบทเพลงมาทาปรีโอ มีความหมายทั้งที่เกี่ยวเนื่องกับพิธีกรรมและไม่เกี่ยวข้องกับพิธีกรรม ทำให้สามารถจำแนกบทเพลงมาทาปรีโอในพิธีกรรมงานศพออกจากบทเพลงมาทาประเภทอื่นได้ จากการวิเคราะห์ลักษณะทำนองของบทเพลงหลักทั้ง 7 เพลง พบว่า บทเพลงที่มีลักษณะทำนองที่คล้ายคลึงกันอย่างเห็นได้ชัด คือ บทเพลงทาปรีโอโพ และบทเพลงทาโซ่เส่ โดยทั้ง 2 บทเพลงเป็นบทเพลงที่มีความเกี่ยวข้องกับการสวดส่งดวงวิญญาณ โดยมีลักษณะการเคลื่อนที่ของทำนองที่คล้ายคลึงกัน

55

ภาพที่ 3 ลักษณะทำนองในบทเพลงทาปรีโอพและทาโชเส

ทาบรีโอโพ และทาโชเล่ เป็นบทเพลงที่ใช้สวดส่งดวงวิญญาณ รวมทั้งมีความสำคัญในพิธีกรรม งานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ มีลักษณะการเคลื่อนที่ของทำนองค่อย ๆ ขึ้นสูง และตกลงเล็กน้อย ซ้ำไปมา ในลักษณะเดียวกัน

28

ทำนองเพลงกะเมทอง

ว้: se: — ไร่: p'á: — ไร่: ไร่: ไร่: ไร่: ba: — c'w: k'á: ไร่: ไร่: ไร่: tu: — ไร่:
 อ๋อ เซ่ เอ เพล่อ เอ๋ เอ๋ เอ๋ เอ๋ บอ ช้อ ก้อ เอ๋ เอ๋ เอ๋ เอ๋ ทุ๋ อ๋อ

ทำนองเพลงกะเมทอง-ฮัะล่า

ไร่: ไร่: ไร่: ไร่: ไร่: t'u: t'u: ไร่: ไร่: k'w'e: ไร่: ไร่: ไร่: ไร่: ไร่: ไร่: ไร่: to:
 เอ๋ เอ๋ เอ๋ เอ๋ เอ๋ ทุ๋ ทุ๋ อู๋ อู๋ แคว แอ แอ แอ แอ แอ แอ แอ แอ

ทำนองเพลงดอทอง

ห้: t'h'á: li: h'e: t'h'á: li: li: h'e: t'h'á: li: co:we:ไร่: h'e: t'h'á: p'e: h'e: t'h'á: p'e: no: lo: lu: ไร่:
 แท้ ท้อ ลี แท้ ท้อ ลี ลี แท้ ท้อ ลี จอ แว เออ แท้ ท้อ แบล แท้ ท้อ แบล นอ ลอ ลู อี

ภาพที่ 4 ทำนองเพลงกะเมทอง กะเมทอง-อะสา และดอทอ

ทั้ง 3 เพลงเป็นบทเพลงที่มีความเกี่ยวข้องกับการเกี่ยวพาราสิ ซึ่งมีลักษณะการเคลื่อนที่ของทำนองที่ค่อนข้างสั้นและถี่มากกว่า 2 บทเพลงก่อนหน้านี้ และมีรูปแบบการเคลื่อนที่ทำนองขึ้น-ลง เวียนกลับไปกลับมา

ส่วนบทเพลงที่เหลืออีก 2 บทเพลง คือ บทเพลงกเว-กะลา และบทเพลงมุแตะ-ปามะ เป็นบทเพลงที่มีทำนองค่อนข้างสั้น มีการเคลื่อนที่ทำนองวนซ้ำ และมีการเคลื่อนที่แบบไล่ระดับ

ทำนองเพลงมุแตะ-ปามะ

ทำนองเพลงกเว-กะลา

ภาพที่ 5 ทำนองเพลงมุแตะ-ปามะ และกเว-กะลา

จากบทเพลงทั้ง 7 บทเพลงจะพบว่ามีบทเพลงที่มีทำนองที่คล้ายคลึงกันทั้งหมด 5 เพลงด้วยกัน และมีบทเพลงที่มีทำนองแตกต่างไปจากบทเพลงอื่นทั้งหมด 2 เพลง คือ มุแตะ-ปามะ และกเว-กะลา ซึ่งบทเพลงที่มีทำนองคล้ายคลึงกัน เป็นบทเพลงที่มีความเกี่ยวข้องกับการพิธีกรรมงานศพ หรือการเกี่ยวพาราสิเป็นหลัก ส่วนอีก 2 เพลงที่เหลือ มีลักษณะการเคลื่อนที่ของทำนองที่เป็นรูปแบบซิกแซกชัดเจนกว่าบทเพลงทั้ง 5 เนื่องจากมีการเคลื่อนตัวของโน้ตที่กระชับ และมีการเปลี่ยนโน้ตในระยะสั้น ๆ ซึ่งทั้ง 2 บทเพลง เป็นบทเพลงที่ถูกจัดลำดับให้อยู่ในลำดับท้ายสุดของพิธีกรรม เพื่อเป็นบทเพลงสำหรับการจบพิธีกรรมงานศพ

ค) ความหมายของบทเพลงมาทาปรี้อ การขับร้องบทเพลงมาทาปรี้อในพิธีกรรมงานศพ เป็นการขับร้องโดยมีจุดประสงค์เพื่อการประกอบพิธีกรรม ตามความเชื่อของชาวกะเหรี่ยง อีกทั้งยังมีส่วนในการเชื่อมโยงกับความรู้สึกของผู้ฟังร่วมกับบทเพลงที่ขับร้อง ด้วยการขับร้องในภาษากะเหรี่ยงสะกอหรือภาษาปกาเกอะญอ ซึ่งทำให้สามารถสื่อถึงเอกลักษณ์ตัวตนของชาวกะเหรี่ยงสะกอ รวมทั้งเอกลักษณ์ของการออกเสียงคำต่าง ๆ ในเนื้อเพลง โดยการแปลความหมายของบทเพลงมาทาปรี้อ ใช้การอ้างอิงจากการสาธิตการขับร้องของบุคคลข้อมูลเป็นหลัก บทเพลงทั้ง 7 เพลง มีความหมายของเพลง ดังนี้

บทเพลง	ตัวอย่างเนื้อเพลง	ความหมาย
ทาปรีโอโพ	ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: si: ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: ʔi: อือ อือ อือ อือ ออ ออ อือ ชี อี อี อี อี อี ออ	ไอ้ ตายเสียแล้ว น่าใจหาย
ทาโซ่เส	kʰò: ʔo ʔò: sè:ʔe: ʔè: ʔé: ʔe: ʔa: ʔa: ʔà: ʔá: ʔa: โซ่ โอะ โอะ เซ่ เอ เอ เอ เอ อา อา อ่า อ้า อา bi: ʔi: ปือ อือ	ตอนนี้ตายแล้ว เราอยู่ กันคนละภพ ขอให้ต่าง คนต่างอยู่
กะเมทอ	cə: tú: pu: ʔu ʔu: ʔu: ki: ʔi: ʔi: เจ่อ ตู๊ พู อุ อุ อุ กี อี อี	มาร่วมกัน ขับร้อง เพลงทาไปด้วยกัน
กะเมทอฮือสำ	do: ʔo ʔò: ʔó: ʔo: lo: ko: ʔo: ʔò: ʔó: sé: ʔə: ʔə: ดอ เอาะ อ้อ ฮือ ออ ลอ กอ ออ อ้อ ฮือ เซ่ เออ เออ ʔə: tə: เออ เตอ	พี่ชายเอ๋ย ถ้าขึ้นมาขับ ร้องบทเพลงทาเป็นคู่ กัน เราจะได้เป็นผู้นำ ขับร้องด้วยกัน
ดอทอ	hè: tʰǎ: li: hè: tʰǎ: li: li: hè: tʰǎ: li: cə: wə: ʔə: แห่ ท้อ ลี แห่ ท้อ ลี ลี แห่ ท้อ ลี จอ แว เออ hè: thǎ:pʰe: hè: tʰǎ: pʰe: nɔ: lə: lu: ʔi: cə: แห่ ท้อ แพล แห่ ท้อ แพล นอ ลอ ลู อี จอ	พี่ชายเอ๋ย รีบขึ้นมาขับ ร้องเพลงทาแทน น้องสาว พี่ชายเอ๋ย น้องคอแห้งหมดแล้ว
มุตะ-ปามะ	mu: ʔa: ma: mu: ʔa: ma: ha: pî: le: ta: ʔi: มุ อา มา มุ อา มา หา พี้ แล ตา อี	ขึ้นมาขับร้องบทเพลง ทาด้วยกันสิ เธออาจจะได้เป็น ลูกเขยก็ได้
กเว-กะลา	prî: la: ʔò: la: le: kə: la: ʔó: ha: ke: ha: ke: ปรีอ ลา อ้อ ลา เล เกอ ลา เอือ หา เก หา เก	ขวัญเอ๋ย ขวัญมา กลับมาอยู่กับเนื้อกับ ตัว

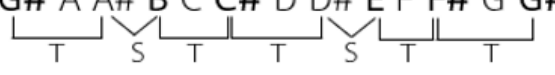
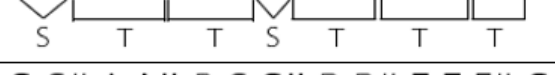
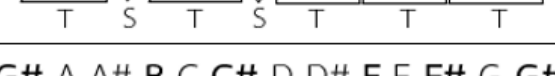
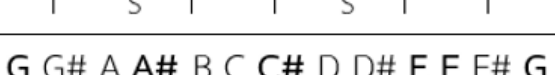
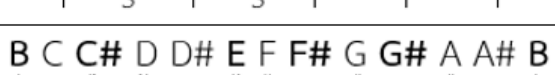
บทเพลงทาปรีโอโพเป็นบทเพลงที่มีความหมายถึง การด่วนจากไปของผู้เสียชีวิต และแสดงความโศกเศร้า อาลัยถึงผู้เสียชีวิต ภาษาที่ถูกใช้ในบทเพลงทาปรีโอโพ ส่วนมากแล้วเป็นคำที่ไม่มีความหมายตายตัว เป็นลักษณะของการเอื้อน คล้ายกับการพรรณนาถึงความโศกเศร้า การเอื้อนในช่วงเริ่มต้นของบทเพลงที่ขับร้องว่า อ้อ อ้อ อ้อ อ้อ อ้อ อ้อ อ้อ ซี ล้วนเป็นการเอื้อนทั้งหมด ยกเว้นเพียงคำว่า ซี ที่มีความหมายว่า ตาย และการใช้คำในตอนจบของวรรค นิยมใช้คำที่มีสระ อา ออ หรือ โอ เป็นหลัก บทเพลงทาโซเส เป็นบทเพลงที่มีความหมายคล้ายคลึงกับบทเพลงมาทาปรีโอ โดยเป็นการพรรณนา ด้วยการขับร้องในลักษณะการเอื้อน กล่าวถึงสังขารของชีวิต การตาย ที่เป็นธรรมดาของมนุษย์ และบอกผู้ตายให้รับรู้ว่าคุณตายได้สิ้นอายุขัยไปจากภพนี้แล้ว บทเพลงกะเมทอ และบทเพลงกะเมทอ-อะสำ มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับการเกี่ยวพาราสิ กะเมทอเป็นการกล่าวถึงการเริ่มต้นของความสัมพันธ์เปรียบเหมือนต้นไม้ที่กำลังผลิดอก เริ่มเติบโต เนื้อเพลงในส่วนนี้สามารถปรับเปลี่ยนตามสถานการณ์ได้อย่างอิสระ ส่วนกะเมทอ-อะสำ หมายถึง ผลของต้นไม้ เป็นการกล่าวถึงความสัมพันธ์ของหนุ่มสาวที่ได้เริ่มต้นขึ้นแล้ว และจะดำเนินต่อไปจนจบพิธีกรรม บทเพลงดอทอ เป็นบทเพลงที่ใช้เพื่อผลิตเปลี่ยนกลุ่มในการร้องเพลง โดยขับร้องกันระหว่างบทเพลงทุกบทเพลง ระหว่างกลุ่มหญิงและกลุ่มชาย โดยขับร้องวนซ้ำ จนกว่าฝ่ายชายจะขึ้นมาเปลี่ยนบทเพลงมูแตะ-ปามะ เป็นบทเพลงที่กล่าวถึงลูกเขย และเป็นบทเพลงสุดท้ายของการเกี่ยวพาราสิ บทเพลงกเว-กะลา เป็นเพลงสุดท้าย ซึ่งมีความหมายในการเรียกขวัญกลับมาให้อยู่กับตนเอง ซึ่งกล่าวว่า ขวัญเอ๋ยจงกลับมาอยู่กับตน อย่าไปอยู่กับผู้ตาย

จากการวิเคราะห์ความหมายของบทเพลงทั้ง 7 เพลง พบว่า การขับร้องในลักษณะเชิงเกี่ยวพาราสิมากกว่าในลักษณะการสวดส่งดวงวิญญาณ ชาวกะเหรี่ยงสกอร์ อาจถือว่าพิธีกรรมงานศพเป็นหนึ่งในพิธีกรรมการพบปะสังสรรค์ เพื่อปลอบโยนจิตใจความเสียใจจากญาติของผู้เสียชีวิต และถือเป็นโอกาสให้คนหนุ่มสาวในยุคสมัยนั้นได้พบปะพูดคุย และเกี่ยวพาราสิกัน เนื่องจากการพบกันของคนหนุ่มสาวในสมัยนั้นค่อนข้างเป็นไปได้ยากด้วยกฎระเบียบที่เคร่งครัดของชาวกะเหรี่ยงสกอร์ที่ไม่ให้หนุ่มสาวพบกันโดยลำพัง ดังนั้นพิธีกรรมงานศพจึงเป็นพิธีกรรมที่หนุ่มสาวสามารถเกี่ยวพาราสิกันต่อหน้าญาติผู้ใหญ่อย่างถูกต้องและเปิดเผย

2) องค์ประกอบทางดนตรี

บทเพลงมาทาปรีโอในพิธีศพของชาวกะเหรี่ยงสกอร์ มีองค์ประกอบสำคัญด้านองค์ประกอบทางดนตรีทั้งในแง่ของกลุ่มเสียง กระสวนจังหวะ และรูปแบบโครงสร้างบทเพลง

ก) กลุ่มเสียง (Mode) เป็นสิ่งหนึ่งที่สามารถบ่งบอกถึงลักษณะการใช้เสียงแต่ละบทเพลงได้เป็นอย่างดี ในแต่ละเพลงจะมีการเคลื่อนที่ของกลุ่มเสียง เริ่มตั้งแต่เสียงแรกจนถึงเสียงสุดท้าย เป็นโน้ตที่มีระดับเสียงในลักษณะใดบ้าง โดยในแต่ละเพลงย่อมมีกลุ่มเสียงแตกต่างกันไป กลุ่มเสียงในแต่ละเพลงของบทเพลงมาทาปรีโอ มีระยะห่างระหว่างเสียงแต่ละเสียงที่คล้ายคลึงกัน

บทเพลง	กลุ่มเสียง (Mode)
ทาปรีโอ	
ทาโซเส	
กะเมทอ	
กะเมทอฮะสา	
ดอทอ	
มูแดะ-ปามะ	
กเว-กะลา	

จากการวิเคราะห์กลุ่มเสียงทางดนตรีทั้งหมด 7 บทเพลง มีบทเพลงที่มีกลุ่มเสียงซ้ำกัน และมีกลุ่มที่แตกต่างกันจากบทเพลงอื่น โดยเพลงที่มีกลุ่มเสียงเดียวกัน คือ ทาโซเส และดอทอ กะเมทอ-ฮะสา และมูแดะ-ปามะ ส่วนเพลงอื่นมีกลุ่มเสียงที่แตกต่างออกไป ในกรณีของกลุ่มเสียง บางบทเพลงไม่มีบริบทในพิธีกรรมเหมือนกัน แต่กลับมีกลุ่มเสียงที่มีลักษณะเดียวกัน ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าลักษณะของกลุ่มเสียงไม่ได้มีการกำหนดตายตัว สามารถปรับใช้กลุ่มเสียงตามสถานการณ์ในพิธีกรรมตามที่คุณผู้รับรองต้องการได้

บทเพลงมาทาปรีโอแม้จะมีกลุ่มเสียงที่ต่างกันไป แต่ทุกบทเพลงมีจำนวนของระยะห่างของกลุ่มเสียงที่เท่ากัน โดยมีระยะห่างของเสียง 5 โทน และเซมิโทนทั้งหมด 2 เซมิโทน ในช่วง 1 ช่องเสียงทุก ๆ บทเพลงของมาทาปรีโอ และมีบางบทเพลงที่มีระยะห่างของกลุ่มเสียงที่เป็นลักษณะเดียวกัน โดยไม่มีความเกี่ยวข้องกันในด้านของเนื้อหา บริบทที่ใช้ในพิธีกรรม ดังนั้นกลุ่มเสียงของบทเพลงมาทาปรีโอจึงเป็นส่วนที่ไม่มีกฎเกณฑ์การแบ่งตามบริบทการใช้งาน แต่ทำให้พิธีกรรมเกิดความศักดิ์สิทธิ์ตามความเชื่อที่ต้องติดต่อสื่อสารกับดวงวิญญาณของผู้เสียชีวิต

ข) กระสวนจังหวะ (Rhythmic Pattern) จากการวิเคราะห์กระสวนจังหวะในบทเพลงทุกเพลง ย่อมมีจังหวะ เพื่อเป็นการกำหนดจังหวะการขับร้องที่ทำให้บทเพลงสม่ำเสมอ โดยบทเพลงมาทาปรีโอเป็นบทเพลง ที่ถูกใช้ในพิธีกรรมที่มีจังหวะเพื่อกำหนดความเร็วของบทเพลงแต่ละบทเพลง บทเพลงแต่ละบทเพลงมีจังหวะ ที่ค่อนข้างใกล้เคียงกัน ทาปรีโอโพ ทาโซเส และมุแดะ-ปามะ มีจังหวะ 60 bpm เท่ากัน ส่งผลให้บทเพลง ทั้ง 3 บทเพลงนี้ มีลักษณะความเร็วค่อนข้างช้า เนื่องจากในแต่ละบทเพลงใช้การเอื้อนเข้ามาเป็นส่วนผสม ในการขับร้องทำให้จังหวะมีความเร็วค่อนข้างช้า และทำให้สามารถใช้การเอื้อนภายในบทเพลงได้มาก ส่วนบทเพลงที่เหลือเป็นบทเพลงที่ไม่ได้นับการร้องแบบเอื้อน จึงมีจังหวะที่เร็ว ฟังแล้วคล้ายกับการพูดประโยค บอกล่า บทสนทนาในชีวิตประจำวัน

บทเพลง	จังหวะ (bpm) ¹
ทาปรีโอโพ	60
ทาโซเส	60
กะเมทอ	70
กะเมอะสะ	70
ดอทอ	70
มะแดะ-ปามะ	60
กเว-กะลา	75

ภาพที่ 6 กระสวนจังหวะของเพลงมาทาปรีโอ

นอกจากนี้จังหวะของบทเพลงมีส่วนทำให้ผู้ฟังนั้นเกิดอารมณ์ความรู้สึกร่วมไปกับบทเพลง จากตารางข้างต้น จะเห็นได้ว่าบทเพลงส่วนใหญ่แล้วจะใช้จังหวะไม่เกิน 75 bpm และไม่ต่ำกว่า 60 bpm เนื่องจากบทเพลงที่ใช้จังหวะ 60 bpm นั้น เป็นบทเพลงที่ต้องการสื่อสารอารมณ์ความรู้สึกโศกเศร้าเสียใจ และ อาลัยถึงผู้ที่เสียชีวิต ส่วนบทเพลงที่มีจังหวะ 70 bpm ล้วนเป็นบทเพลงที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับการเกี่ยวพาราสี จึงมีจังหวะที่เร็วขึ้น เพื่อไม่ให้บทเพลงนั้นมีความโศกเศร้า แต่เป็นการเกี่ยวกันระหว่าง ผีหนุ่มสาว ส่วน กเว-กะลา มีจังหวะ 75 bpm เพียงบทเพลงเดียว เป็นบทเพลงที่ขับร้องในช่วงเวลาใกล้เช้า เพื่อเรียกขวัญกลับมาในระยะ เวลาสั้น ๆ ก่อนที่พระอาทิตย์จะขึ้น ซึ่งมีความสอดคล้องกับลำดับการขับร้อง โดยบทเพลงที่มีการใช้จังหวะ คล้ายคลึงกันจะถูกขับร้องในช่วงเวลาใกล้เคียงกัน อาจเป็นการจัดกลุ่มการขับร้อง

ค) รูปแบบโครงสร้างบทเพลง (Musical Form) รูปแบบโครงสร้างบทเพลงของบทเพลงมาหาปรีมีลักษณะที่ค่อนข้างจะคล้ายคลึงกัน เนื่องจากถูกจัดหมวดหมู่ภายใต้รูปแบบของบทเพลงในพิธีกรรมงานศพ โดยลักษณะของทำนองและเนื้อร้องจะเป็นลักษณะของการร้องวนซ้ำ ตัวทำนองเพลงจะมีลักษณะที่ค่อนข้างซ้ำกันและเปลี่ยนเนื้อร้องแต่ละวรรคแทน ในการวิเคราะห์บทนี้ใช้ตัวอักษรภาษาอังกฤษ A B C เป็นสัญลักษณ์แทนลักษณะทำนอง และใช้เลขอารบิก 1 2 3 เป็นสัญลักษณ์แทนเนื้อเพลงแต่ละวรรค โดยใช้ทฤษฎีสังคีตลักษณ์รอนโด ของ ฌ็อง-ฌัก โซคตียานูริกซ์ (2542) สังคีตลักษณ์รอนโด คือ บทเพลงที่ประกอบด้วยทำนองหลัก และทำนองขัดแย้งที่แตกต่างจากทำนองหลัก 2 ทำนอง ซึ่งมี 2 ลักษณะ คือ 1) สังคีตลักษณ์รอนโดเจ็ดเสียง มีโครงสร้างประกอบเป็น 7 ตอน ดังนี้ A B A C A B A โดย A จะต้องถูกคั่นก่อนและหลังบทเพลง และ 2) สังคีตลักษณ์รอนโดแบบธรรมดา คือ สังคีตลักษณ์ที่มีโครงสร้างแตกต่างจากสังคีตลักษณ์รอนโดเจ็ดเสียง

บทเพลง	โครงสร้าง	คีตลักษณ์
หาปรีโอโพ	A B C A B C A	รอนโดแบบธรรมดา
หาไซ่เส่	A B A C A	รอนโดแบบธรรมดา
กะเมทอง	A B C	รอนโดแบบธรรมดา
กะเมทอง๊ะสำ	A B C A	รอนโดแบบธรรมดา
ดอทอง	A A A	รูปแบบสไตรฟิค
มุเตะ-ปามะ	A A A	รูปแบบสไตรฟิค
กเว-กะลา	A B	รูปแบบไบนารี

จากบทเพลงทั้ง 7 บทเพลง พบว่า ทั้ง 7 บทเพลงมีสังคีตลักษณ์รอนโดแบบธรรมดาทั้งหมด 4 บทเพลง ซึ่งทั้ง 4 บทเพลงเป็นบทเพลงที่มีความยาวมากกว่าอีก 3 เพลงที่เหลือ ซึ่งเป็นเพลงสั้นๆ โดยทั้ง 4 บทเพลง เป็นบทเพลงที่มีลักษณะการเอื้อนผสมกับการขับร้อง ทำให้บทเพลงเกิดการเคลื่อนที่ของทำนองมีจำนวนทำนองที่ซับซ้อนซ้ำ สลับเปลี่ยนได้หลากหลายกว่าอีก 3 เพลงที่เหลือ ที่เป็นบทเพลงสั้น ๆ และไม่มีการเอื้อนมากเท่ากับ 4 บทเพลงข้างต้น มีลักษณะทำนองที่มุ่งเน้นการใช้งานรูปแบบวนซ้ำเพียงทำนองเดียว และปรับเปลี่ยนเพียงแค่เนื้อเพลงบางส่วน

อย่างไรก็ตามทฤษฎีสังคีตลักษณ์แบบรอนโด เป็นส่วนที่ช่วยให้สามารถมองเห็นภาพของโครงสร้างบทเพลงได้ชัดเจนมากขึ้น แต่บทเพลงในพิธีกรรมไม่ใช่บทเพลงตะวันตก และมีลักษณะรูปแบบที่ไม่มีการกำหนดลักษณะอย่างแน่ชัด อาจปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ ตัวผู้ขับร้อง และอาจปรากฏรูปแบบเฉพาะของแต่ละวัฒนธรรม ดังนั้นดนตรีที่ไม่ใช่ดนตรีตะวันตกจึงมีรูปแบบที่หลากหลายกว่าดนตรีตะวันตกที่ถูกวางโครงสร้าง

ไว้อย่างมีระบบ ทฤษฎีตะวันตกจึงไม่สามารถตัดสินบทเพลงที่ไม่ใช่บทเพลงตะวันตกได้ ด้วยรูปแบบที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้อยู่ตลอด

3) บริบททางสังคมของบทเพลงมาทาปรีอ

บทเพลงมาทาปรีอเป็นบทเพลงที่มีความเกี่ยวข้องกับทางบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของชาวกะเหรี่ยงสะกอ เนื่องจากบทเพลงมาทาปรีอเป็นบทเพลงที่ถูกใช้ในพิธีกรรมงานศพ ซึ่งพิธีกรรมงานศพเป็นพิธีกรรมที่มีการรวมตัวกันของคนในชุมชน ทำให้เกิดการพบปะสังสรรค์ เกิดการรวมกลุ่มทำกิจกรรมเพื่อสานความสัมพันธ์ของคนในชุมชนและหนุ่มสาวที่เข้าร่วมพิธีเพื่อการเกี้ยวพาราสีภายในพิธีกรรมงานศพ บทความวิจัยฉบับนี้มีข้อมูลในส่วนของบริบททางสังคมจากการสัมภาษณ์เพียงเท่านั้น เนื่องจากผู้เขียนไม่ได้มีโอกาสเก็บข้อมูลจากพิธีกรรมจริง เนื่องจากพิธีกรรมงานศพแบบดั้งเดิมปัจจุบันในหมู่บ้านห้วยไร่ถูกแทนที่ด้วยพิธีกรรมของศาสนาอื่นแล้ว รวมทั้งการเก็บข้อมูลอวมงคลเป็นงานที่จำเป็นต้องมีผู้เสียชีวิตจึงจะเกิดขึ้นได้ โดยข้อมูลในบทนี้ถูกอ้างอิงจากบทสัมภาษณ์ของบุคคลข้อมูลหลัก คือ ปู่ด หน่อปู่เฒ่า และบุคคลข้อมูลรอง นางคราย ไทยใหม่ และศิตานัน ทะละนะ บทเพลงมาทาปรีอในพิธีกรรมงานศพมีความสำคัญเป็นอย่างมาก ในการสวดส่งดวงวิญญาณของผู้ตาย บทเพลงมาทาปรีอโพและทาโซ่ ซึ่งกล่าวถึงความอาลัยถึงผู้เสียชีวิต และเนื้อเพลงบางส่วนยังเป็นการอวรณ์ถึงผู้ตาย มีเนื้อหาเพื่อเป็นการปลอบโยนบรรดาญาติของผู้เสียชีวิต และเพื่อให้ผู้ตายสามารถรับรู้ว่าได้ตายจากโลกนี้แล้ว โดยการขับร้องบทเพลงในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ อาจกล่าวได้ว่าถูกใช้เพื่อการพบปะสังสรรค์กันในสังคมมากกว่าการสวดส่งดวงวิญญาณ เนื่องจากในแต่ละบทเพลงทั้ง 7 เพลงมีบทเพลงที่ใช้เพื่อสวดส่งวิญญาณเพียงแค่ 2 เพลงเท่านั้น ในขณะเดียวกัน อีก 5 เพลงที่เหลือเป็นบทเพลงที่มีความเกี่ยวข้องกับการเกี้ยวพาราสี ดังนั้นแล้วในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกออาจถูกใช้เพื่อการจับคู่หนุ่มสาว ผ่านการขับร้องบทเพลงในพิธีกรรมงานศพโดยมีผู้ใหญ่ในชุมชนเฝ้าสังเกต

นอกจากนี้บทเพลงมาทาปรีอยังสะท้อนถึงความเชื่อในวัฒนธรรมของชาวกะเหรี่ยงสะกอ โดยบทเพลงมาทาปรีอของชาวกะเหรี่ยงสะกอ เป็นบทสวดที่ถูกใช้เพื่อการสวดส่งวิญญาณของผู้เสียชีวิตและปลอบขวัญญาติผู้เสียชีวิต นอกจากจุดประสงค์หลักทั้ง 2 อย่างแล้ว บทเพลงมาทาปรีอ สะท้อนความเชื่อดั้งเดิมที่ปรากฏประกอบด้วย ความเชื่อเกี่ยวกับความตายเป็นความเชื่อที่ชาวกะเหรี่ยงสะกอเชื่อว่าโลกมี 2 ภพ คือ โลกหลังความตาย และในโลกมนุษย์ ซึ่งความเชื่อนี้ปรากฏอยู่ในขั้นตอนการทำพิธีเผาศพ ชาวกะเหรี่ยงสะกอ ต้องฆ่าไก่ 1 ตัว เผาไปพร้อมกับผู้ตาย เพื่อให้วิญญาณของไก่อำนาจผู้ตาย ไปสู่โลกหลังความตาย ความเชื่อนี้เกิดมาจากการตำนาน โดยแม่ปู่ด หน่อปู่เฒ่า ได้เล่าถึงตำนานว่า “ในสมัยก่อนมีพ่อ และลูกสาวอยู่คู่หนึ่ง วันหนึ่งพ่อได้ออกจากบ้านเพื่อไปล่าสัตว์ แต่กลับพบไก่ฟ้ามาควักหัวใจของลูกสาวไปกิน พ่อจึงพยายามที่จะใช้ธนูยิง แต่ไก่ตัวนั้นร้องขอว่าตนหิวมาก และให้คำสัญญาว่าจะรับผิดชอบวิญญาณของลูกสาว ” (แม่ปู่ด หน่อปู่เฒ่า, 2566) จึงทำให้

เกิดเป็นความเชื่อในการใช้ไก่ เพื่อนำทางคนตายไปสู่ภพภูมิอื่น และความเชื่อเรื่องเกี่ยวกับขวัญชาวกะเหรี่ยงสะกอ มีความเชื่อว่า ขวัญเปรียบเสมือนวิญญาณ ขวัญจึงเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับมนุษย์ หากขวัญออกจากร่างกายไปจะทำให้เจ็บป่วยหรือตาย

จากการวิเคราะห์บทเพลงมาทาปรีอ ทั้งในแง่ขององค์ประกอบทางดนตรีและบริบททางสังคม ทำให้พบความสำคัญของบทเพลงมาทาปรีอที่มีผลต่ออิทธิพลความเชื่อ วิถีชีวิต และสังคมของชาวกะเหรี่ยงสะกอ รวมทั้งความเป็นเอกลักษณ์ของลักษณะดนตรี จากอดีตที่บทเพลงมาทาปรีอเป็นส่วนสำคัญในสังคมสู่ความเปลี่ยนแปลงของยุคสมัยใหม่ที่ส่งผลให้ความสำคัญของมาทาปรีอลดน้อยลง และอาจลดลงต่อไปในอนาคต อย่างไรก็ตามแม้ความสำคัญของบทเพลงมาทาปรีอจะถูกกลดลง ทว่าบทเพลงมาทาปรีอยังคงถูกรักษาอยู่ในมิติความเชื่อ และวัฒนธรรมของชาวกะเหรี่ยงสะกอ

อภิปรายผล

จากการศึกษาและวิเคราะห์บทเพลงมาทาปรีอในพิธีกรรมงานศพ พบว่า เอกลักษณ์ ความเชื่อ และความสำคัญที่คงอยู่ในบทเพลงมาทาปรีอที่ถูกใช้ในพิธีกรรมงานศพของชาวกะเหรี่ยงสะกอ มาทาปรีอเป็นบทเพลงที่ถือเป็นมรดกทางวัฒนธรรมของชาวกะเหรี่ยงที่สามารถสะท้อนถึงความเชื่อ วิถีชีวิตดั้งเดิม ทั้งยังสะท้อนให้เห็นถึงความเปลี่ยนแปลงทางสังคม และวัฒนธรรม ที่เกิดจากการรับอิทธิพลจากสังคมอื่น การพัฒนาของยุคสมัย ที่ส่งผลต่อกระทบต่อพิธีกรรมในอดีต มาทาปรีอ เป็นบทเพลงที่ถูกใช้ในพิธีกรรมงานศพ ซึ่งมีความเกี่ยวเนื่องกับความเชื่อดั้งเดิมของชาวกะเหรี่ยงในอดีต ก่อนที่การประกอบพิธีกรรมงานศพจะถูกเปลี่ยนแปลงจากการเข้ามาของอิทธิพลทางด้านความเชื่อ ศาสนา และเทคโนโลยีใหม่ ๆ จากเดิมที่บทเพลงมาทาปรีอมีความสำคัญในการช่วยให้ผู้คนในชุมชนมีโอกาสนับปะ สังสรรค์ และเปิดโอกาสให้คนหนุ่มสาวในชุมชนมาเกี่ยวพาราสื่ออย่างเปิดเผยต่อหน้าผู้ใหญ่ในชุมชนผ่านบทเพลงมาทาปรีอในพิธีกรรม ปัจจุบันบทเพลงมาทาปรีอที่ถูกใช้ในพิธีกรรมงานศพนั้นถูกลดบทบาทหน้าที่ลง เนื่องจากเทคโนโลยีที่ทำให้ผู้คนในชุมชนสามารถติดต่อสื่อสารกันได้อย่างง่ายดายมากขึ้นโดยไม่ต้องพึ่งพิธีกรรมงานศพอีกต่อไป กลุ่มคนหนุ่มสาวจึงไม่มีความจำเป็นที่ต้องพูดคุยในพิธีกรรมงานศพ เนื่องจากเทคโนโลยีที่มีความรวดเร็วสะดวกสบายมากกว่าการมาเข้าร่วมพิธีกรรมรวมทั้งชาวกะเหรี่ยงส่วนใหญ่ได้เปลี่ยนแปลงการนับถือศาสนาและความเชื่อ โดยเปลี่ยนไปนับถือศาสนาอื่น เช่น ศาสนาพุทธ ศาสนาคริสต์ และศาสนาพราหมณ์-ฮินดู จึงทำให้บทเพลงมาทาปรีอที่ถูกใช้ในพิธีกรรมงานศพมีความสำคัญลดน้อยลง และเลือนหายไปตามยุคสมัย

นอกจากนั้นแล้วบทเพลงมาทาปรีอเป็นบทเพลงที่มีธรรมเนียมขับร้องอย่างเคร่งครัด หากขับร้องในช่วงเวลาที่ไม่มีผู้เสียชีวิต อาจนำสิ่งไม่ดีเข้าสู่หมู่บ้านและผู้ขับร้องอาจถูกคนที่เสียชีวิต พรากเอาชีวิตเพื่อไปอยู่ด้วยกัน ด้วยเหตุนี้จึงส่งผลให้บทเพลงมาทาปรีอมีความยากในการสืบทอดและเรียนรู้ต่อไปในอนาคต รวมทั้งยุคสมัยที่เปลี่ยนไป ส่งผลให้ผู้คนในสังคมได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมภายนอกเข้ามาแทนที่วัฒนธรรมที่เคยมีอยู่ ดังแนวคิดดนตรีในพิธีกรรมและพลวัตทางสังคมของอมรินทร์ แร่งเพชร (2561) ที่กล่าวว่า “การพัฒนาไปสู่ความทันสมัย ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมในสังคมทำให้ค่านิยมการใช้ชีวิตของคนในสังคมเปลี่ยนแปลง ส่งผลให้ต้องห่างเหินจากพิธีกรรมหรือกิจกรรมของชุมชน ทำให้กระบวนการทางสังคมในการอบรมสั่งสอน ถวายทอดการดำเนินชีวิต และมรดกทางวัฒนธรรมเกิดการสูญหาย”

อย่างไรก็ตามอิทธิพลจากวัฒนธรรมอื่นทำให้เกิดการแทนที่ ปรับเปลี่ยน และหลอมรวมระหว่างวัฒนธรรมเก่าและวัฒนธรรมใหม่ แต่วัฒนธรรมเก่านั้นเป็นสิ่งที่ถูกปลูกฝังและส่งต่อผ่านทางความเชื่อ ตำนาน และเรื่องเล่า หากผู้คนในสังคมเติบโตมาภายใต้บุคคลที่มีองค์ความรู้ของวัฒนธรรมเก่า คนในสังคมจะได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมเก่าที่อาศัยอยู่ภายในวิถีชีวิตและความเชื่อ แม้วัฒนธรรมเก่าเหล่านั้นจะหลงเหลือเพียงคำบอกเล่า แต่มรดกทางวัฒนธรรมจะไม่มีทางสูญหายไปจากสังคม และคงยังอยู่ภายใต้ความเชื่อและวิถีชีวิตของคนในสังคมต่อไป เพื่อป้องกันไม่ให้องค์ความรู้เกิดการสูญหายควรผลักดันและรักษาวัฒนธรรมเดิมให้คงอยู่ร่วมไปกับความเชื่อ วิถีชีวิต ควรมีการเก็บรักษาองค์ความรู้ทั้งการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรหรือการจัดทำสื่อเพื่อจัดเก็บและส่งต่อให้คนรุ่นหลัง บทความนี้จึงเป็นการเก็บบันทึกข้อมูลลายลักษณ์อักษรของพิธีกรรมศพที่บ้านทีกและส่งต่อวัฒนธรรม ตลอดจนความเชื่อที่เป็นเอกลักษณ์ของชาวกะเหรี่ยงสะกอ เพื่อรักษาวัฒนธรรมให้สามารถสืบทอดต่อไปในอนาคต

เอกสารอ้างอิง

- ณัชชา โสคติยานุรักษ์. (2542). *สังคีตลักษณ์ และการวิเคราะห์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สงกรานต์ สมจันทร์. (2565). *ดนตรีล้านนาในพิธีกรรม พิธีกรรมในดนตรีล้านนา*. เชียงใหม่: ส.อินโฟกราฟฟิค.
- สำนักงานเลขาธิการคณะกรรมการการปฏิบัติการจิตวิทยาแห่งชาติ. (2518). *ชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์กรมแผนที่ทหาร.
- อมรินทร์ แร่งเพชร. (2561). ตูบแก่ง: ดนตรีพิธีกรรมและพลวัตทางสังคม บ้านป่าแดง ตำบลป่าเลา อำเภอมือง จังหวัดเพชรบูรณ์. *วารสารสารสนเทศ* 17(1), 213-222.

สัมภาษณ์

ณัฐชญา ธิสม. (2 ธันวาคม 2566), สัมภาษณ์

นงคราญ ไทยใหม่. (3 ธันวาคม 2566; 9 มีนาคม 2567), สัมภาษณ์

ปุด หน่อปู่เฒ. (21 พฤศจิกายน 2566; 2 ธันวาคม 2566), สัมภาษณ์

ศิตานัน ทะละนะ. (2 ธันวาคม 2566), สัมภาษณ์

บทความวิจัย

พฤติกรรมของผู้ใช้บริการนวดแพทย์แผนไทย
กรณีศึกษาศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่
ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

Massage Recipient Behavior: A Case study of Thai Traditional
Medicine Center, Thai Traditional Medicine Center,
Chiang Mai Municipality, Phra Singh Subdistrict, Mueang
District, Province of Chiang Mai

พิมพกา ทาธิ¹ วรภรณ์ แก้วตาคำ¹ กาญจนภา คำบุญเรือง¹
และ วาทีนี คุ่มแสง²

Phimpaka Tathi¹ Woraphorn Kaewtakham¹
Karnchanapa Khamboonrueng¹ and Wathinee Khumsaeng²

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
Humanities and Social Sciences ChiangMai Rajabhat University

วันที่รับบทความ : วันที่ 3 ตุลาคม 2567

วันที่ส่งบทความที่แก้ไข : วันที่ 17 มีนาคม 2568

วันที่ตอบรับบทความเพื่อตีพิมพ์ : วันที่ 20 มีนาคม 2568

¹ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวัฒนธรรมศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

² อาจารย์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) พฤติกรรมของผู้ใช้บริการแพทย์แผนไทย 2) ผลทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นภายหลังการรับบริการนวดแผนไทย และ 3) อาการก่อนและหลังเข้ารับบริการนวดแผนไทย รวมถึงการรักษาด้วยแพทย์แผนไทยและแพทย์แผนปัจจุบัน ณ ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ การวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกและแบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างผู้ให้บริการจำนวน 20 คน การศึกษาครั้งนี้อาศัยแนวคิดแพทย์แผนโบราณ แนวคิดสมุฏฐานเวชกรรมไทย และแนวคิดทฤษฎีการแพทย์แผนปัจจุบัน รวมถึงมุมมองของการแพทย์แผนปัจจุบันต่อการเกิดโรค

ผลการศึกษาพบว่า 1) พฤติกรรมของผู้ใช้บริการ คือ การนั่งทำงานเป็นเวลานาน การยืนสอนหนังสือ การทำงานบ้าน รวมถึงการทำสวน เกิดอุบัติเหตุ และผลข้างเคียงจากการฉีดวัคซีนป้องกันโควิด-19 เป็นสาเหตุทำให้มีอาการปวดเมื่อยร่างกาย เช่น คอ บ่า ไหล่ ผู้ใช้บริการส่วนใหญ่ตัดสินใจเข้ารับการรักษาเนื่องจากอาการปวดเรื้อรังที่ไม่ดีขึ้นตามเวลา 2) ภายหลังการรักษา พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่อาการดีขึ้นแต่ไม่สามารถกลับสู่สภาพปกติได้อย่างสมบูรณ์ นอกจากนี้ ยังพบว่าผู้ให้บริการส่วนใหญ่ขาดกำลังใจในการรักษา เนื่องจากตัดสินใจเข้ารับการรักษาด้วยตนเอง อย่างไรก็ตามผู้ให้บริการบางส่วนได้รับกำลังใจจากลูกหลานและผู้ให้บริการนวด และ 3) ผู้ใช้บริการส่วนใหญ่รู้สึกผ่อนคลายและร่างกายเบาสบายขึ้นภายหลังการรักษา เนื่องจากได้รับการนวดตรงจุดที่มีอาการ ทั้งนี้ ผู้ใช้บริการส่วนใหญ่เคยรับการรักษาจากแพทย์แผนปัจจุบันมาก่อน แต่เนื่องจากอาการไม่ดีขึ้นจึงตัดสินใจมารับการรักษาด้วยแพทย์แผนไทย ผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของชาวเชียงใหม่ที่ต้องทำงานหนักเพื่อการดำรงชีพ ส่งผลให้สุขภาพเสื่อมโทรม ทำให้มีแนวโน้มหันมาใช้บริการนวดแผนไทยมากขึ้น เนื่องจากใช้เวลาในการรักษาน้อยกว่าและมีค่าใช้จ่ายต่ำกว่าการรักษาในโรงพยาบาล

คำสำคัญ: การแพทย์แผนไทย, ความเชื่อ, พฤติกรรมการใช้บริการ

ABSTRACT

This research aims to examine 1) the behavior of Thai traditional medicine service users, 2) the physical effects following Thai traditional massage treatment, and 3) the symptoms before and after receiving Thai traditional massage, including treatments from both Thai traditional and modern medicine practitioners at the Thai Traditional Medicine Center of Chiang Mai City Municipality, Phra Sing Sub-district, Mueang District, Chiang Mai Province. The study employs a mixed-method research approach, utilizing in-depth interviews and questionnaires to collect data from a sample of 20 massage service users. The research is grounded in concepts of ancient medicine, Thai medical etiology, modern medical theory, and contemporary medical perspectives on disease causation.

The findings reveal that behaviors leading to physical discomfort among massage service users include prolonged sitting at work, standing while teaching, performing household chores, gardening, as well as accidents and side effects from COVID-19 vaccinations. These factors contribute to body aches, particularly in the neck, shoulders, and upper back areas. Most users sought treatment due to chronic pain that did not improve over time. Post-treatment, the majority of massage service users reported improvement, though not a complete return to their original condition. Notably, most users lacked motivation for treatment as they decided to seek care independently. However, some received encouragement from family members and massage therapists. Many massage service users reported feeling relaxed and physically lighter after treatment, attributing this to targeted massage of affected areas. Importantly, most users had previously sought treatment from modern medicine practitioners but turned to Thai traditional medicine when their symptoms did not improve.

The study reflects the demanding lifestyle of Chiang Mai residents, who work hard for their livelihood, often at the expense of their health. This has led to an increasing trend in seeking Thai traditional massage services, as they require less time and are more cost-effective compared to hospital treatments.

KEYWORDS: Thai traditional medicine, Beliefs, Service utilization behavior

บทนำ

การแพทย์แผนไทย ถือเป็นการรักษาที่มีมาอย่างยาวนานจนถึงปัจจุบัน และอยู่มาหลายช่วงอายุคน และสำคัญกับผู้ที่มิมีปัญหาสุขภาพเพราะเป็นทางเลือกการรักษาที่สะดวกและง่าย ใช้เวลาไม่นานและเสียค่าใช้จ่ายน้อย การนวดแผนไทยได้รับความนิยมมากทั้งคนไทยและชาวต่างชาติ เพราะเป็นการผสมผสานเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ที่ชัดเจน เป็นการนวดแบบราชสำนักและเคลย์ศักดิ์ซึ่งกระบวนท่าการรักษาที่เป็นเอกลักษณ์ เพราะเป็นท่าทางเฉพาะและหนักแน่น แต่มีการปรับท่าทางจากกระบวนท่าอื่น ๆ เช่น ฤๅษีดัดตน รวมถึงการรักษาร่วมกับแพทย์แผนอื่นเพื่อการวินิจฉัยโรคที่แม่นยำ เช่น แพทย์แผนปัจจุบัน แพทย์แผนจีน แพทย์แผนญี่ปุ่น แต่ในส่วนของธุรกิจสปาจะเป็นการนวดเพื่อผ่อนคลาย ซึ่งไม่ได้เป็นการรักษา เนื่องจากผู้ที่ทำการนวดอาจจะไม่ได้เรียนมาโดยตรงจึงนวดเพื่อผ่อนคลายเท่านั้น การแพทย์แผนไทยมีการวินิจฉัยโรคตามความเชื่อโดยมีพื้นฐานทางพระพุทธศาสนากลมกลืนในทางพิธีกรรม มีการเรียนการสอนการถ่ายทอดความรู้อย่างกว้างขวางมานานนับพันปี (กรรณิการ์ มธุราธร, 2555)

การนวดไทย เป็นศาสตร์และศิลป์ของไทยที่มีมาอย่างช้านานตั้งแต่สมัยโบราณและสืบเนื่องมาจนถึงทุกวันนี้ แม้ว่าการแพทย์แผนไทยจะเสื่อมความนิยมไปแต่นวดไทยยังได้รับการถ่ายทอดความรู้สืบเนื่องกันมาที่สำคัญนวดไทยกลับได้รับความนิยมสูงขึ้น โดยเฉพาะชาวยุโรปและอเมริกาที่ให้ความสนใจอย่างมาก จนทำให้คนในแถบเอเชียสนใจเรียนนวดไทย ในหลาย ๆ ประเทศที่เปิดบริการนวดไทยต่างได้รับความนิยมและสามารถสร้างรายได้ให้กับผู้นวดเป็นอย่างมาก เนื่องจากการนวดไทยเป็นศาสตร์ที่ถ่ายทอดความรักและความปรารถนาชนิดหนึ่ง สัมผัสที่ผู้นวดและผู้ถูกนวดได้รับจะแสดงออกถึงความรักความเมตตาที่ส่งผ่านมือของผู้นวดลงไป ผู้ถูกนวดสามารถรับรู้ได้ถึงความอ่อนโยนแต่มั่นคงโดยธรรมชาติ เพราะคนเราต้องการสัมผัสที่อบอุ่นอยู่แล้ว (มานพ ประภานนท์, 2543) เมื่อวันที่ 12 ธันวาคม 2562 ณ กรุงโบโกตา สาธารณรัฐโคลอมเบีย คณะกรรมการระหว่างรัฐบาลว่าด้วยการสงวนรักษามรดกทางวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ (Intergovernmental Committee for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage – ICS-ICH) ระบุว่า การนวดแผนไทยถือเป็นส่วนหนึ่งของศิลปะวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมของการดูแลสุขภาพแบบไทย ๆ ในฐานะที่เป็นยาที่ไม่ใช้ยาและการรักษาด้วยตนเอง ในการประชุมสมัยสามัญ ครั้งที่ 14 มีมติให้ขึ้นทะเบียน “นวดไทย” หรือ “Nuad Thai, Traditional Thai Massage” ในบัญชีรายชื่อตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้แห่งมวลมนุษยชาติ (Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity – RL) ภายใต้อนุสัญญาว่าด้วยการสงวนรักษามรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ ค.ศ. 2003 ได้รับการรับรองในที่ประชุมสมัยสามัญ (General Conference) เป็นทักษะที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ (ICH) ของชุมชนหรือกลุ่มคน โดยต้องการสร้างความเคารพต่อ ICH และสร้างความตระหนักตั้งแต่ในระดับท้องถิ่นจนถึงสากลถึงความสำคัญของ ICH และ

ส่งเสริมความร่วมมือระหว่างประเทศในการสงวนรักษา โดย ICH สามารถอยู่ในรูปแบบการแสดงออกทางวาจา และภาษา การแสดงศิลปะ แนวปฏิบัติทางสังคม พิธีทางศาสนา เทศกาลเฉลิมฉลอง และงานฝีมือ (กระทรวง การต่างประเทศ, 2563)

ศูนย์แพทย์แผนไทย เทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นสาขาในเครือ ของโรงพยาบาลนครเชียงใหม่ ก่อตั้งเมื่อ พ.ศ. 2549 โดยเทศบาลนครเชียงใหม่ เพื่อรองรับลูกค้าที่มีปัญหา สุขภาพด้านการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ อาทิ โรคไมเกรน โรคออฟฟิศซินโดรม โรคกระดูกทับเส้น การปวดเมื่อย จากการออกกำลังกาย รวมไปถึงการนวดผ่อนคลาย ซึ่งเป็นการนวดแบบราชสำนักและเคลย์ศักดิ์ โดยมีกลุ่มลูกค้า เป็นชาวไทย และชาวต่างชาติ อาทิ คนเกาหลี คนจีน อังกฤษ เป็นต้น แต่กลุ่มคนไทยที่เข้ารับรักษาส่วนใหญ่ เป็นข้าราชการบำนาญ เพราะสามารถใช้สิทธิ์ในการรักษาได้ และเป็นผู้ใช้บริการประจำ ทั้งนี้การรักษาจะรักษา ตามอาการ จึงทำให้มีท่าทางที่จำกัดสำหรับผู้รับบริการบางคน หากผู้ที่เข้ารับบริการมีอาการนอกเหนือ จากการรักษาจะแนะนำให้ไปรักษากับแพทย์เฉพาะทางและแพทย์แผนปัจจุบัน ซึ่งการรักษาจะต่างกัน เพราะการรักษาแพทย์แผนปัจจุบันมีเครื่องมือที่พร้อมและมีการรักษาแบบเฉพาะทางที่สะดวก และการวินิจฉัยโรค ได้แม่นยำกว่า แต่การนวดแผนไทยส่วนมากจะเป็นการรักษาแพทย์ทางเลือกสุดท้าย (ปานกมล สายโนภาศ, สมัชญา กันทะคำแหง, และอรสาห์ เขียวกำ, สัมภาษณ์, 2566)

จากการศึกษาพบว่า การศึกษาส่วนใหญ่จะเป็นการศึกษาในประเด็นด้านคุณภาพชีวิต การนวดแผนไทย 4 ภาค และ การนวดเพื่อลดภาวะปวดเมื่อย เช่น การศึกษาของอภิรดี ธรรมสรณ์ (2560) ศึกษาการนวดแผนไทย ต่อคุณภาพชีวิตด้านกลุ่มคนวัยทำงาน และการศึกษาของ จุฑานาฏ อ่อนฉ่ำ และดลฤทัย บุญประสิทธิ์ (2561) ศึกษาการศึกษาการนวดแผนไทย 4 ภาค: การวิเคราะห์องค์ความรู้และการศึกษาวิธีการปฏิบัติเชิงประจักษ์ และ วันทนา ไชวเจริญสุข และเพียรชัย คำวงศ์ (2560) ศึกษาศึกษาผลของการนวดต่อการลดภาวะปวดเมื่อย กล้ามเนื้อภายหลังจากการออกกำลังกายของกล้ามเนื้อเย็บเข้าในชายผู้มีสุขภาพดี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด มีผลการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของผู้ใช้บริการนวดแพทย์แผนไทยในช่วงวัยทำงาน อายุ 15-59 ปี ก่อปรกับจากการทำงานและการใช้ชีวิตของชาวเชียงใหม่ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพในหลากหลายด้านจากการทำงาน เทศบาลนครเชียงใหม่ โรงพยาบาลเทศบาลนครเชียงใหม่ ซึ่งได้คำนึงเห็นสุขภาพของกลุ่มคนในแต่ละช่วงวัย จึงได้ก่อตั้งศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อรองรับและตอบสนองสุขภาพและคุณภาพชีวิตเพื่อบริการกลุ่มผู้เข้ามาทำการรักษา ดังนั้นผู้วิจัยจึงเกิด ความสนใจศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้ที่เข้ารับบริการนวดแพทย์แผนไทยของกลุ่มคนในวัยทำงาน โดยมีผลที่คาดว่าจะได้รับ ได้แก่ 1) คาดว่าจะได้ทราบพฤติกรรมของผู้ใช้บริการ และการดำรงชีวิตที่เป็นสาเหตุของอาการต่าง ๆ รวมถึงการเริ่มการรักษา 2) คาดว่าจะทราบผลหลังเข้ารับบริการ รวมถึงระยะเวลาในการรักษา และ 3) คาดว่า

จะทราบผลความแตกต่างของก่อนและหลังเข้ารับบริการ รวมถึงความแตกต่างของการรักษา 2 วิธี คือ แพทย์แผนไทย และแพทย์แผนปัจจุบัน

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมของผู้ใช้บริการนวดแผนไทยที่ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษาผลทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นหลังจากการเข้ารับบริการนวดแผนไทยที่ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
3. เพื่อศึกษาอาการก่อนและหลังเข้ารับบริการนวดแผนไทยรวมถึงการรักษาแพทย์แผนไทยและแพทย์แผนปัจจุบัน ณ ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

วิธีดำเนินการวิจัย

1. การศึกษานี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบคุณภาพ (Qualitative research) เพื่อศึกษาพฤติกรรม สุขภาพ และการเข้ารับการรักษาของผู้ใช้บริการนวดแผนไทย โดยมุ่งเน้นที่ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
2. กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย ผู้ใช้บริการในพื้นที่ดังกล่าวและผู้ให้บริการนวดแผนไทยในจังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดอื่น ๆ ที่มีอายุระหว่าง 20-69 ปี จำนวน 20 คน
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นเครื่องมือหลักในการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ
4. กระบวนการวิจัยเริ่มจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง การออกแบบเครื่องมือวิจัย และการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม
5. ข้อมูลที่ได้จะถูกนำมาวิเคราะห์ด้วยวิธีการที่เหมาะสม โดยข้อมูลเชิงคุณภาพจะใช้การวิเคราะห์เชิงพรรณนา ส่วนข้อมูลเชิงปริมาณจะใช้เทคนิคทางสถิติในการวิเคราะห์ จากนั้นจะนำผลการวิเคราะห์ทั้งสองส่วนมาบูรณาการเพื่อสรุปและอภิปรายผลการศึกษา

การดำเนินการวิจัยนี้มีกำหนดระยะเวลาตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2566 ถึงเดือนตุลาคม 2567 การใช้วิธีวิจัยแบบผสมผสานมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมและแม่นยำ ซึ่งจะนำไปสู่ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้ใช้บริการนวดแพทย์แผนไทย อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาการให้บริการและการส่งเสริมสุขภาพในอนาคต

บททวนวรรณกรรม (Literature Reviews)

1) แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องได้บททวนแนวคิดทั้งหมด 3 ประเด็น ได้แก่

ก) แพทย์แผนโบราณ ภาวะกดดันในบางจุดบางบริเวณของร่างกายสามารถส่งผลให้เกิดความเจ็บปวดได้ ซึ่งแน่นอนว่ามีหลากหลายความหมาย หากไม่กระตุ้นหรือบำบัดรักษา เพื่อให้เกิดปฏิกิริยาสะท้อนกลับไปยังอีกจุดหนึ่ง จะสามารถส่งผลดีไปยังอีกส่วนได้ การนวดและการกดจุดได้ค้นพบมาเป็นเวลานานแล้ว ไม่ว่าจะแพทย์แผนต่าง ๆ ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ได้ทำการศึกษาโดยละเอียดในเรื่องกายวิภาค พบว่าการกดจุดหรือการนวดกระตุ้นทำให้เกิดปฏิกิริยาสะท้อนกลับได้จริง นั่นคืออีกแนวทางหนึ่งที่แพทย์ผู้บริการสามารถบำบัดโรคหรือฟื้นฟูสุขภาพ นอกจากจะรักษาโดยยาเพียงอย่างเดียว เมื่อการนวดกดจุดมีผลสืบเนื่องไปยังอวัยวะภายในจึงได้ประโยชน์ที่ว่านอกจากจะบำบัดโรคภัยแล้วยังส่งผลถึงความสวยงามได้อีกด้วย เพราะผิวดีสวยงามและสุขภาพจิตใจดีขึ้น ล้วนขึ้นอยู่กับความมีประสิทธิภาพของการทำงานของกลไกภายในเป็นสำคัญ รวมถึงกำลังใจของสิ่งตอบสนองรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นบุคคล สิ่งของ และสิ่งแวดล้อม (เปรม แสงแก้ว, 2565)

ข) แนวคิดทฤษฎีและสมมุติฐานเวชกรรมไทย แพทย์ผู้บริการมีแนวคิดที่มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งและมีความสัมพันธ์กับธรรมชาติ กล่าวคือ ร่างกายมนุษย์ประกอบด้วยธาตุทั้งสี่ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ ร่างกายมนุษย์จะเป็นปกติสมบูรณ์ไม่เจ็บป่วยธาตุ ทั้งสี่ต้องอยู่ในภาวะสมดุล หากมีความแปรปรวนร่างกายจะทำให้เกิดการเสียสมดุลและเกิดการเจ็บป่วยได้ โดยแต่ละบุคคลจะมีสัดส่วนของธาตุซึ่งแต่ละคนจะไม่เท่ากัน ธาตุที่เด่นจะแสดงอิทธิพลมากกว่าธาตุอื่น ๆ คือ ธาตุเจ้าเรือน ดังนั้นเวชกรรมไทยจึงต้องศึกษาเพื่อใช้ในการตรวจวินิจฉัย การวางแผน และให้การรักษาโรคด้วยศาสตร์การแพทย์แผนไทย (มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมฯ และ โรงเรียนเวทธำรง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล, 2550)

ค) แนวคิดทฤษฎีการแพทย์แผนปัจจุบันและมุมมองของการแพทย์แผนปัจจุบันต่อการเกิดโรค แนวคิดและมุมมองการเกิดโรคตามการแพทย์แผนปัจจุบันขึ้นกับสมมุติฐานของโรค ทฤษฎีการเกิดโรค การตรวจร่างกายตรวจตรวจวินิจฉัยทางห้องปฏิบัติการและการรักษาตามอาการซึ่งในหลักการของการแพทย์ ปัจจุบันถือว่าเป็นร่างกายประกอบขึ้นจากเซลล์ต่าง ๆ ที่รวมกันเป็นเนื้อเยื่อและอวัยวะ โดยอวัยวะแต่ละอวัยวะมีหน้าที่ต่างกัน การมีสุขภาพดีเกิดขึ้นจากการที่อวัยวะต่าง ๆ สามารถทำหน้าที่ตามปกติของตนเองและประสานกับอวัยวะอื่น ๆ ได้ดี อันเป็นผลให้กระบวนการทางวิทยาดำเนินไปได้ตามปกติหากจะเปรียบเทียบการแพทย์แผนไทยกับการแพทย์ปัจจุบัน ธาตุดินเปรียบเสมือนเซลล์หรือเนื้อเยื่อต่าง ๆ ในร่างกาย ธาตุลม ในการแพทย์แผนปัจจุบัน หมายถึง การควบคุมการเคลื่อนไหวทุกชนิดไม่ว่าจะเป็นหายใจ การยืดหดของกล้ามเนื้อ การบีบตัวการสูบฉีด การไหลเวียนของหัวใจการ และไหลเวียนเลือด หลักการดูแลสุขภาพโดยใช้การแพทย์แผนปัจจุบันการบำบัดรักษา

โดยแพทย์แผนปัจจุบันหรือแพทย์เฉพาะทางที่มีใบประกอบโรคศิลปะที่มุ่งเน้นการแก้ไขเฉพาะที่ เช่น การใช้ยาเฉพาะเจาะจงที่ออกฤทธิ์ต่ออวัยวะหรือระบบอวัยวะที่ผิดปกติ วิธีการผ่าตัดฉายแสง เป็นต้น (ประพจน์ เกตุธรรมาศ, 2557)

2) เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จากการค้นคว้าเอกสารงานวิจัย ส่วนใหญ่จะพบการศึกษาประเด็นด้านคุณภาพชีวิต การนวดแผนไทย 4 ภาค และการนวดเพื่อลดภาวะปวดเมื่อย ดังนี้

อภิรดี ธรรมสรณ์ (2560) ศึกษาการนวดแผนไทยต่อคุณภาพชีวิตด้านกลุ่มคนวัยทำงาน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการนวดแผนไทยที่มีต่อสุขภาพชีวิตของกลุ่มคนวัยทำงาน และศึกษาผลของการนวดแผนไทยต่อสุขภาพจิต ศึกษาโดยการทำแบบสอบถามและการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลการศึกษาพบว่า ผู้ทำแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุระหว่าง 36-45 ปี วุฒิการศึกษาปริญญาตรี สถานะภาพสมรส นับถือศาสนาพุทธ อาชีพทำงานบริษัทเอกชน มีโรคประจำตัวเช่น ความดันโลหิตสูง ไขมันสูง สุขภาพจิตและอารมณ์ก่อนนวดอยู่ในระดับปานกลาง ไม่สนใจใคร และมีความเครียดสูง

จุฑานาฏ อ่อนฉ่ำ และดลฤทัย บุญประสิทธิ์ (2561) ศึกษาการศึกษาการนวดแผนไทย 4 ภาค: การวิเคราะห์องค์ความรู้และการศึกษาวิธีการปฏิบัติ เชิงประจักษ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิเคราะห์ความรู้การนวดแผนไทย 4 ภาค และศึกษาวิธีการปฏิบัติเชิงประจักษ์ โดยทำการสังเคราะห์ข้อมูลความรู้การนวดแผนไทย เทคนิคการนวด และผู้ให้บริการนวด ศึกษาด้วยระเบียบวิจัยเชิงปริมาณ ผลการศึกษาพบว่า องค์ความรู้การนวดไทยทั้ง 4 ภาค มีวิธีการรักษาในภาคใต้ที่แตกต่างจากภาคอื่นเรียกว่า “มนราร์เหียบเสน” สมุนไพรหมอปันบ้านทั้ง 4 ภาคใช้ คือ สมุนไพรเดี่ยวและสมุนไพรตำหรับ และเทคนิคการนวดพบว่า เทคนิคการนวดแผนไทยแบบราชสำนัก ผู้นวดจะใช้นิ้วและท่าทางในการนวดแบบเชลยศักดิ์ และพบว่าทั้ง 4 ภาค มีการนวดที่เหมือนกัน คือ การดึง การดัด การบีบ และการเหยียบ

วันทนา โชวเจริญสุข และเพียรชัย คำวงศ์ (2560) ศึกษาผลของการนวดต่อการลดภาวะปวดเมื่อยกล้ามเนื้อภายหลังการออกกำลังกายของกล้ามเนื้อเยียดเข้าในชายสุขภาพดี มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการนวดต่อการเปลี่ยนแปลงของการวัดระดับความเจ็บปวด (VAS) และระดับขีดกันความเจ็บปวดจากการกด โดยใช้แบบสอบถาม ตารางเก็บข้อมูลการวิจัย เป็นเครื่องมือ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มผู้ทดลองส่วนใหญ่กล้ามเนื้อเกร็งตัว เพิ่มขึ้นส่งผลให้เกิดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อสูงขึ้นมักพบหลังการออกกำลังกาย และระดับขีดการปวดอยู่ในระดับปานกลางเป็นส่วนมาก

จากการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า พื้นที่ส่วนใหญ่อยู่ในพื้นที่จังหวัดกรุงเทพมหานคร วัตถุประสงค์ในการศึกษาส่วนใหญ่เป็นเรื่องการนวดแผนไทยด้านสุขภาพของกลุ่มคนวัยทำงาน และความรู้ การนวดของร้านในประเทศไทยทั้ง 4 ภาค การศึกษาทั้ง 3 เรื่อง มีการศึกษาระเบียบวิจัยเชิงคุณภาพและปริมาณ โดยการวิเคราะห์ข้อมูล แบบสอบถาม การสัมภาษณ์เชิงลึกและตารางการเก็บข้อมูล การวิจัยประเด็นการศึกษา ของ อภิรดี ธรรมสรณ์ (2560) ศึกษาเกี่ยวกับการนวดแผนไทยต่อคุณภาพชีวิตของกลุ่มคนวัยทำงานในจังหวัด กรุงเทพมหานครมีความสอดคล้องกับ จุฑานาฏ อ่อนฉ่ำ กับ ดลฤทัย บุญประสิทธิ์ (2561) ศึกษาเรื่องการวิเคราะห์ องค์ความรู้ของผู้ให้บริการนวด ซึ่งมีบทบาทด้านคุณภาพสุขภาพ ทักษะการบริการและผู้รับบริการในพื้นที่ 4 ภาค แต่ผลการศึกษาแตกต่างออกไปตามบริบทของพื้นที่ ส่วนงานวิจัยของวันทนา ไชวเจริญสุข และ เพียรชัย คำวงศ์ (2560) เป็นประเด็นศึกษาที่แตกต่างออกไป โดยเป็นการศึกษาเกี่ยวกับการนวดต่อการลดภาวะปวดเมื่อย กล้ามเนื้อหลังจากออกกำลังกาย โดยศึกษาในพื้นที่สนามกีฬาในจังหวัดเชียงใหม่ ใช้ระเบียบวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้วิธีตารางการเก็บข้อมูล ซึ่งผลการวิเคราะห์ คือ จากการนวดพบว่าส่วนใหญ่กล้ามเนื้อเกร็งตัวเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้เกิดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ มักพบอาการหลังหยุดออกกำลังกาย และระดับขีดการปวดอยู่ในระดับ ปานกลางเป็นส่วนมาก

ผลการวิจัย

การศึกษาหัวข้อนี้เป็นการสรุปผลการศึกษาของพฤติกรรมของผู้ใช้บริการนวดแพทย์แผนไทย กรณีศึกษา ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่ ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษา ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์คุณลักษณะของผู้ให้ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรของผู้ใช้บริการ ประกอบไปด้วย อายุ เพศ อาชีพ ความถี่ที่เข้ารับบริการ และสวัสดิการที่ใช้ในการรักษาของผู้ใช้บริการ สรุปได้ดังนี้

การวิเคราะห์คุณลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ใช้บริการในการศึกษานี้ได้รับการดำเนินการ โดยการพิจารณาจากปัจจัยหลากหลายประการ ได้แก่ อายุ เพศ อาชีพ ความถี่ในการเข้ารับบริการ รายได้ และ สวัสดิการที่ใช้ในการรักษา ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นถึงลักษณะเด่นของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

กลุ่มอายุที่พบมากที่สุด คือ ช่วง 40-49 ปี คิดเป็นร้อยละ 35.00 ของผู้ให้บริการทั้งหมด ด้านเพศ พบว่าเพศหญิงเป็นผู้ใช้บริการหลัก โดยมีสัดส่วนร้อยละ 70.00 ส่วนด้านอาชีพ ข้าราชการเป็นกลุ่มอาชีพ ที่มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.00

พฤติกรรมของผู้ใช้บริการ พบว่า ความถี่ในการเข้ารับการรักษาที่พบบ่อยที่สุด คือ 4 ครั้ง ต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 25.00 ของผู้ให้ข้อมูล ด้านรายได้ พบว่า มีสองช่วงรายได้ คือ 10,000-19,000 บาท และ 20,000-29,000 บาท ต่อเดือน โดยแต่ละช่วงคิดเป็นร้อยละ 20.00 ของกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้มีรายได้ตั้งแต่ 10,000 -30,000 บาท เป็นผู้มาใช้บริการสามารถจ่ายค่าบริการในแต่ละครั้งได้ สำหรับสวัสดิการที่ใช้ในการรักษาหรือ ผู้ที่มีรายได้น้อย แต่สามารถจ่ายค่าบริการได้เพราะมีสวัสดิการเบี้ยผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป ได้รับเงินช่วยเหลือและแบ่งเบาค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนนำมาใช้เป็นค่าใช้จ่ายในส่วนนี้

สำหรับสวัสดิการที่ใช้ในการรักษา พบว่า การเบิกตรงเป็นสิ่งที่ผู้ให้บริการเป็นสิ่งที่เลือกใช้มากที่สุด โดยมีผู้ให้บริการในรูปแบบนี้ คิดเป็นร้อยละ 30.00 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ประโยชน์ของสิทธิเบิกจ่ายตรง ซึ่งเป็นสวัสดิการสำหรับข้าราชการ นอกเหนือจากกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ โดยเป็นทางเลือกในการเบิกค่ารักษาพยาบาลแบบไม่บังคับ ทำให้ผู้ให้บริการที่ใช้สิทธิเบิกตรงเกิดความประทับใจ และกลับมาใช้บริการอีกครั้งเพราะไม่ต้องสำรองจ่ายค่ารักษาล่วงหน้าหรือขอเอกสารรับรองจากหน่วยงานต้นสังกัด

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมของผู้ใช้บริการ

การวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ใช้บริการและเหตุผลที่ตัดใจรับการรักษา สามารถสรุปได้ ดังนี้

เกี่ยวกับกิจวัตรประจำวัน ผู้ใช้บริการส่วนใหญ่เข้ารับบริการเพราะอาการปวดคอ บ่า ไหล่ โดยมีประเด็นที่ทำให้เกิดอาการปวด คือ การนั่งทำงานหรือยืนนาน ๆ ทำให้เป็นออฟฟิศซินโดรม จึงทำให้ร่างกายปวดเมื่อยเพราะอยู่ในท่าเดิมเป็นเวลานาน ๆ จึงต้องเข้ารับการรักษา และผู้ให้บริการที่เกิดจากอุบัติเหตุจึงทำให้ไหล่หลุดต้องเข้ารับการรักษาเป็นประจำ เพราะไม่สามารถขยับแขนได้ทำให้ใช้ชีวิตได้ลำบากจึงเข้ารับการรักษา และผู้ให้บริการที่เป็นอัมพฤกษ์จากการฉีควัคซีนจึงทำให้ต้องมานวดเพื่อให้ร่างกายกลับมาขยับได้ เพราะยังต้องไปทำงานอยู่การเป็นอัมพฤกษ์ จึงต้องรักษาตัวเพื่อกลับไปทำงาน

ส่วนที่ 3 ผลของทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นหลังจากใช้บริการ

การวิเคราะห์ร่างกายความรู้สึกและสิ่งที่ทำให้ร่างกายดีขึ้นของผู้ใช้บริการหลังจากการเข้ารับบริการ ดังนี้

เกี่ยวกับอาการทางร่างกาย พบว่า การรับการรักษาอย่างสม่ำเสมอทำให้ร่างกายดีขึ้นและเบาขึ้น แต่เมื่อนวดเสร็จจะปวดบริเวณที่นวด เพราะผู้นวดมักจะเน้นจุดที่ปวดมาก ๆ แต่ก็มีผู้ให้บริการที่ไม่รู้สึกถึงอาการที่ดีขึ้น เพราะต้องใช้ระยะเวลาในการการรักษาจึงต้องมีการรักษาอย่างต่อเนื่อง รวมถึงผู้ให้บริการพบว่า ร่างกายอาจจะกลับมาได้ไม่เหมือนเดิม แต่ก็ใช้ชีวิตได้ง่ายขึ้น และมีบางส่วนของร่างกายไม่ต่างจากก่อนการรักษาแต่ก็ได้รับการรักษาอยู่เรื่อย รวมถึงกำลังใจในการรักษา กลุ่มตัวอย่างให้ข้อมูลว่า การรับการรักษา

อย่างสม่ำเสมอไม่มีสิ่งที่ทำให้ร่างกายดีขึ้นนอกเหนือจากการรักษา แต่มีผู้ใช้บริการส่วนน้อยที่บอกว่าได้กำลังใจจากลูก ครอบครัว รวมถึงผู้ดูแลตัวเองที่ทำให้กำลังใจ

ส่วนที่ 4 ผลการวิเคราะห์อาการก่อนและหลังเข้ารับบริการและการรักษาแพทย์แผนปัจจุบัน

การวิเคราะห์ความแตกต่างของร่างกายก่อนและหลังการรับบริการการนวดตามความต้องการและการรักษาทางแผนปัจจุบัน ดังนี้

อาการก่อนและหลังเข้ารับบริการ พบว่า การเข้ารับการรักษาอย่างสม่ำเสมอร่างกายดีขึ้นมากกว่าก่อนมารับการรักษา เพราะร่างกายเบามากขึ้น สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้ แต่มีผู้ใช้บริการบางส่วนบอกว่าต้องมารักษาอย่างต่อเนื่อง

การรักษาตามความต้องการ พบว่า การรับการรักษาอย่างสม่ำเสมอผู้ให้บริการนวดได้นวดตามอาการที่ได้แจ้งไว้ตั้งแต่แรก แต่ก็จะมีผู้ให้บริการนวดบางคนที่นวดตามวิธีของผู้ให้บริการนวดเอง

การรักษาแพทย์แผนปัจจุบัน พบว่า เข้ารับการรักษาแพทย์แผนปัจจุบันในแค่ช่วงแรก แต่ไม่ดีขึ้นและได้เพียงยาที่บรรเทาอาการไปก่อน แต่ไม่ได้รักษาตามจุด และเมื่อนัดดูอาการก็ได้ยามาทานอีกไม่ได้รับการนวด จึงเปลี่ยนมารักษาที่ศูนย์แพทย์แผนไทย เพราะใช้เวลาเร็วกว่า ราคาถูก และได้รักษาตรงจุดที่ปวด

อภิปรายผล

ผู้ใช้บริการที่ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่ส่วนใหญ่เข้ารับบริการนั้นมีอาการปวดเมื่อยร่างกาย เช่น คอ บ่า ไหล่ จากการนั่งทำงานนาน ๆ หรือออฟฟิศซินโดรม และผู้ที่เกิดอุบัติเหตุและการฉีดวัคซีนโควิด จึงเป็นสาเหตุที่ทำให้เข้ารับการรักษา เพราะอาการปวดกลายเป็นเรื้อรังและไม่ดีขึ้นตามระยะเวลาการเข้ารับการรักษา โดยกลุ่มตัวอย่างให้ข้อมูลว่า การเข้ารับการรักษาอย่างสม่ำเสมออาการดีขึ้นแต่อาจจะไม่เหมือนเดิม เพราะสิ่งที่ร่างกายเสียไปไม่สามารถทำให้กลับมาเป็นปกติได้ และยังมีผู้ใช้บริการส่วนใหญ่ว่าไม่ค่อยมีกำลังใจจากการรักษาเพราะตัดสินใจมาเอง แต่มีส่วนน้อยที่ได้รับกำลังใจจากลูกหลานและผู้ให้บริการนวด ผู้ให้บริการนวดส่วนใหญ่ยังบอกอีกว่า ร่างกายกายเบาและยังได้ผ่อนคลายได้มากขึ้นจากวันแรก เนื่องจากผู้ให้บริการนวดได้นวดตามจุดที่ที่แจ้งไปในการรักษาแต่แรก นอกจากการรักษาด้วยแพทย์ทางเลือกแล้ว ยังได้ไปรักษาด้วยแพทย์แผนปัจจุบันในช่วงแรก ๆ แต่ไม่ดีขึ้นจึงทำให้ตัดสินใจมารักษาด้วยแพทย์แผนไทย รวมถึงรักษาทั้ง 2 ทางร่วมกัน จากการศึกษาทำให้พบว่า การใช้ชีวิตของผู้ใช้บริการนั้นทำงานหนัก เพื่อการดำรงชีวิต จึงทำให้ต้องดิ้นรนและขวนขวายจากการทำงานซึ่งแลกมาด้วยสุขภาพที่ย่ำแย่ลงจึงทำให้ผู้ใช้บริการต้องหันหน้ามามหาวิทยาลัย เพราะระยะเวลาสั้นกว่าไปรักษาในโรงพยาบาลและอัตราค่ารักษาน้อยกว่า โดยพฤติกรรมที่เกิดจากกิจวัตรประจำวันของผู้ใช้บริการถือเป็นปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ใช้บริการมีอาการปวดจึงต้องให้ทำการเข้ารับการรักษา

กับแพทย์แผนปัจจุบัน แต่ด้วยอาการไม่ดีขึ้นจึงรักษาทั้งแพทย์แผนไทยร่วมกับแพทย์แผนปัจจุบัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดแพทย์แผนโบราณ (เปรม แสงแก้ว, 2565) และแนวคิดทฤษฎีการแพทย์แผนปัจจุบันและมุมมองของการแพทย์แผนปัจจุบันต่อการเกิดโรค (ประพจน์ เกตุธรรมาศ, 2557) ซึ่งไม่สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีและสมุฏฐานเวชกรรมไทย (มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมฯ และ โรงเรียนเวทธำรง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตรศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล, 2550) เพราะเป็นการรักษาแบบแผนโบราณซึ่งมีการรักษาเกี่ยวกับธาตุทั้ง 4 และธาตุเจ้าเรือน จึงไม่มีความสอดคล้องกัน

การรักษาอาการปวดจากการทำงานของผู้ให้บริการจากการนั่งทำงาน การยืน ออฟฟิศซินโดรม รวมถึงการไม่มีเวลาดูแลตนเองทำให้เข้ารับการรักษาโดยวิธีการนวด ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ อภิรดี ธรรมสรณ์ (2560) ที่พบว่า กลุ่มคนวัยทำงานส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีเวลาดูแลตนเองเพราะต้องทำงานเป็นเวลานาน จึงทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพและภาวะออฟฟิศซินโดรม

จากการเข้าใช้บริการของผู้ใช้บริการที่ศูนย์แพทย์แผนไทย ถือเป็นการนวดโดยมีท่าทางจากการนวดแบบเชลยศักดิ์ผสมผสานกับการนวดแบบราชสำนักเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ จุฑานาฏ อ่อนฉ่ำ และ ดลฤทัย บุญประสิทธิ์ (2561) ที่พบว่าภาคเหนือจะเป็นการนวดแบบล้านนาหรือซึ่งมีการใช้ค้อนตอก และ ลิ่มตอกเส้น หรือการนวดตอกเส้นล้านนา ซึ่งแตกต่างเนื่องจากศูนย์แพทย์แผนไทยเป็นการนวดแบบเชลยศักดิ์และราชสำนัก ไม่มีการนวดแบบล้านนา และแตกต่างจากการศึกษาของ วันทนา ไชวเจริญสุข และเพียรชัย คำวงศ์ (2560) พบว่า อาการปวดนั้นเกิดจากการออกกำลังกายของชายสุขภาพดีในสนามกีฬาแห่งหนึ่งในจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งแตกต่างเนื่องจากผู้ให้บริการที่เข้ารับบริการที่ศูนย์แพทย์แผนไทยนั้นไม่ได้ออกกำลังกาย แต่เกิดจากกิจวัตรประจำวัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการใช้ประโยชน์

1. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรและยาที่ใช้ในการรักษาและสรรพคุณของสมุนไพรหรือยาที่ใช้ในการรักษา
2. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการรักษาร่วมกันกับการแพทย์แผนปัจจุบัน ศึกษาขั้นตอนและวิธีในการรักษาโรครวมถึงอาการต่าง ๆ ให้ครอบคลุม

เอกสารอ้างอิง

- กรรณิการ์ มรุตธาธร. (2555). *หยาบด้วย...หมอนบ้าน 2*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ปิยะพัชร์ซิง.
- กระทรวงการต่างประเทศ. (2563). “นวดไทย” ได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ขององค์การยูเนสโก. สืบค้นจาก <http://www.mfa.go.th/th/content/113200>
- จุฑานาฏ อ่อนน้า และ ดลฤทัย บุญประสิทธิ์. (2561). ศึกษาการนวดแผนไทย 4 ภาค: การวิเคราะห์ องค์ความรู้ และการศึกษาวิธีการปฏิบัติเชิงประจักษ์. *Veridian E-Journal*, 11(2), 3482- 3494.
- เทศบาลนครเชียงใหม่. (ม.ป.ป.). *เทศบาลนครเชียงใหม่ จะไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง*. เชียงใหม่: ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่.
- ประพจน์ เกตุการ. (2557). ทฤษฎีการแพทย์แผนไทยกับการแพทย์แผนปัจจุบัน. *วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก*, 12(2), 167-169
- ปานกมล สายโนภาส. แพทย์แผนไทย ศูนย์แพทย์แผนไทยเทศบาลนครเชียงใหม่. (23 ธันวาคม 2566). สัมภาษณ์.
- เปรม แสงแก้ว. (2565). *REFEXOLGY นวดฝ่าเท้า บรรเทาโรคพื้นฟูสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: เพชร Dimond.
- ภัทรพร ภัทรนาวิก, ไพสิฐ ภัทรนาวิก และจินตนา อาจสันเทียะ. (2565). แนวคิดการผสมผสานและบูรณาการแพทย์แผนไทยกับการแพทย์แผนปัจจุบันในการดูแลสุขภาพ. *วารสารการพยาบาลและสุขภาพสสอ*, 4(3), 1-12.
- มานพ ประภานนท์. (2543). *สัมผัสบำบัดเพื่อสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: เรือนบุญ.
- มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมฯ โรงเรียนอายุรเวทธารัง สถานการแพทย์แผนไทยประยุกต์ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. (2550). *ตำราการแพทย์แผนไทยเดิม (แพทยศาสตร์สงเคราะห์ ฉบับอนุรักษ์) เล่มที่ 1 ฉบับชำระ พ.ศ. 2550 เนื่องในมหามงคลวโรกาสเฉลิมพระชนมายุ 80 พรรษา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช*. กรุงเทพฯ: ศุภณิชาการพิมพ์.
- วันทนา โชวเจริญสุข และ เพียรชัย คำวงษ์. (2560). ผลของการนวดต่อการลดภาวะปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ หลังจากการออกกำลังกายของกล้ามเนื้อเหยียดเข้าในชายสุขภาพดี. *พืชมเนศวรสาร*, 13(1), 209-219.
- วิชัย อิงพินิจพงศ์. (2551). *การนวดแผนไทยเพื่อการบำบัด*. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- อภิรดี ธรรมสรณ์. (2560). *ศึกษาการนวดแผนไทยต่อคุณภาพชีวิตด้านกลุ่มคนวัยทำงาน*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโท). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- อรุณระวี พัฒนกิจ. (2541). *การบริหารร่างกายแบบไทย ชุด ฤๅษีคัตถ์*. กรุงเทพฯ: เพชรกะรัต.

มุมมองที่เปลี่ยนไปของชาติพันธุ์ไทอาหม

The Changing Perspectives of the Tai Ahom People

พระก้องเกียรติ สุวฑฒนปญโญ¹

Phra Kongkiat Suvaddhanapañño

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

วันที่รับบทความ : วันที่ 24 มกราคม 2568

วันที่ส่งบทความที่แก้ไข : วันที่ 16 เมษายน 2568

วันที่ตอบรับบทความเพื่อตีพิมพ์ : วันที่ 24 เมษายน 2568

¹ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มุ่งศึกษาความเปลี่ยนแปลงในวิถีชีวิตของชาติพันธุ์ไทอาหมในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย โดยให้ความสำคัญกับกระบวนการรักษาและฟื้นฟูอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมท่ามกลางบริบทของโลกาภิวัตน์ การศึกษาชี้ให้เห็นถึงรากเหง้าทางชาติพันธุ์ของชาวไทอาหม ซึ่งสืบเชื้อสายมาจากกลุ่มชาติพันธุ์ไทที่เคยอพยพจากจีนตอนใต้สู่ลุ่มแม่น้ำพรหมบุตร แม้จะอยู่ภายใต้อิทธิพลของวัฒนธรรมอินเดียและภาษาอัสสัมมานานหลายศตวรรษ แต่ชาวไทอาหมกลับเลือกที่จะอนุรักษ์อัตลักษณ์ของตนผ่านพิธีกรรม วัฒนธรรม และภาษาที่ยังคงมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มไทในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยเฉพาะในประเทศไทย

มุมมองที่เปลี่ยนไปสำคัญ คือ จากเดิมที่กลุ่มชาติพันธุ์ไทในอินเดียถูกมองว่าเป็นกลุ่มที่กลืนกลายเข้าสู่สังคมอินเดียปัจจุบัน กลับกลายเป็นกลุ่มที่พยายามฟื้นคืนและยืนยันอัตลักษณ์ของตนเองอย่างมีนัยยะสำคัญ ผ่านการจัดตั้งองค์กรวัฒนธรรม การจัดกิจกรรมฟื้นฟูประเพณี และการเคลื่อนไหวทางสังคมและการเมืองที่สะท้อนความตระหนักรู้ในรากเหง้า ความพยายามเหล่านี้จึงมิได้เป็นเพียงการรักษาความทรงจำทางวัฒนธรรม แต่ยังเป็นยุทธศาสตร์ของการดำรงอยู่และต่อรองอัตลักษณ์ในฐานะชนกลุ่มน้อยในรัฐประชาธิปไตย

การศึกษาไทอาหมจึงกลายเป็นกรณีศึกษาที่ชี้ให้เห็นถึงศักยภาพของภูมิปัญญาและอัตลักษณ์ท้องถิ่นในการสร้างสมดุลระหว่างการอนุรักษ์กับการปรับตัว สะท้อนความสำคัญของการสืบทอดวัฒนธรรมดั้งเดิมเพื่อความมั่นคงทางสังคมและความหลากหลายทางวัฒนธรรมในโลกสมัยใหม่

คำสำคัญ: อัตลักษณ์, ชาติพันธุ์ไทอาหม, รัฐอัสสัม

ABSTRACT

This academic article explores the transformations in the way of life of the Tai Ahom ethnic group in Assam, India, with particular attention on the processes of preserving and revitalizing cultural identity within the context of globalization. The study highlights the ethnic roots of the Tai Ahom, who trace their lineage to Tai peoples that migrated from southern China to the Brahmaputra River basin. Although they have long been under the influence of Indian culture and the Assamese language for several centuries, the Tai Ahom have chosen to preserve their original identity through rituals, cultural practices, and language that remains closely connected to other Tai groups in Southeast Asia, particularly in Thailand.

A significant shift in perspective has emerged. Whereas the Tai in India were once regarded as a community assimilated into Indian society, they are now seen as a group actively reclaiming and asserting their identity. This is expressed through the establishment of cultural organizations, the revitalization of traditional practices, and socio-political movements that reflect a growing awareness of their ancestral heritage. These efforts are not only a means of safeguarding cultural memory but also a strategic approach to maintaining their existence and negotiating identity as a minority within the Indian nation-state.

The case of the Tai Ahom thus serves as an important example of the potential of local wisdom and cultural identity in balancing preservation with adaptation. It underscores the importance of transmitting traditional culture for social stability, and cultural diversity in the modern world.

KEYWORDS: Identity, Ethnicity Tai Ahom, The State of Assam

บทนำ

ในทศวรรษที่ผ่านมา วิชาการศึกษาไทยศึกษาได้มีความตื่นตัวในการศึกษาทันสมัยและพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับชนชาติไท (Tai Speaking Peoples) มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นชาวจ้วงในมณฑลกว่างสี ไทอาหมในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย ไทใหญ่ ไทเขินในรัฐฉาน ประเทศพม่า และในจังหวัดแม่ฮ่องสอน ประเทศไทย ไทลื้อในแคว้นสิบสองปันนาและทางตอนเหนือของประเทศไทย ไทดำ ไทขาวในประเทศลาวและประเทศเวียดนาม ตลอดจนเรื่องราวของคนไทในล้านนา อีสาน และคนลาวในประเทศลาว แม้คนไทจะอยู่กระจายในพื้นที่อันกว้างขวาง ตั้งแต่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือของอินเดียตอนใต้ของจีน และบริเวณภาคเหนือของเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ แต่ก็มีลักษณะร่วมทางวัฒนธรรมอยู่หลายประการ เช่น การนิยมตั้งถิ่นฐานในแถบที่ราบลุ่มแม่น้ำหรือที่ราบเชิงเขา การมีวิถีชีวิตผูกพันกับการปลูกข้าวจนเกิดเป็นวัฒนธรรมข้าว (Rice culture) ระบบครอบครัวที่นิยมตั้งครัวเรือนทางฝ่ายหญิง (Matrilocalty) ระบบความเชื่อและพิธีกรรม ตลอดจนการใช้ภาษาไทย (ศิริพร ณ ถลาง, 2539)

กลุ่มชาติพันธุ์ไทอาหมเป็นกลุ่มคนไทที่เราไม่รู้เรื่องราวมากนัก ทั้ง ๆ ที่เป็นธารไทที่ยิ่งใหญ่มาก ฉัตรทิพย์ นาถสุภา (2549) เขียนไว้ในบทความเรื่อง “พัฒนาการทางสังคมและวัฒนธรรมของไทอาหม” ว่า ชาวไทอาหมอพยพมาจากรัฐฉานเข้าไปตั้งถิ่นฐานในลุ่มน้ำพรหมบุตรตั้งแต่ต้นคริสต์ศตวรรษที่ 13 ชาวไทกลุ่มนี้สามารถตั้งราชอาณาจักรขนาดใหญ่ สถาปนารัฐที่ชนชาติไทเป็นผู้ปกครองขึ้นมาได้ มีอาณาเขตกว้างขวางครึ่งหนึ่งของประเทศไทย และเป็นเอกราชอยู่ระหว่างคริสต์ศตวรรษที่ 13-19 เป็นเวลาถึง 600 ปี เนื่องจากขาดการติดต่อกับชาวไทกลุ่มอื่นเป็นเวลานาน วัฒนธรรมประเพณีจึงมีลักษณะเป็นไทดั้งเดิมมาก ทำให้สามารถสืบค้นลักษณะต้นกำเนิดและรากเหง้าของรูปแบบสังคมวัฒนธรรมของชนชาติไทได้อย่างลึกซึ้ง

ฉัตรทิพย์ นาถสุภา และเรณู วิชาศิลป์ (2552) ได้อธิบายลักษณะวัฒนธรรมของชาวไทอาหมว่าเป็นวัฒนธรรมข้าวที่มีระบบกรรมสิทธิ์ในที่ดินอยู่ในความควบคุมของรัฐ ซึ่งรัฐเป็นผู้จัดสรรที่ดินให้แก่ขุนนางและชาวบ้านเพื่อใช้ในการทำนา ในด้านความเชื่อ ไทอาหมมีระบบความเชื่อดั้งเดิมที่เน้นการบูชาผีบรรพบุรุษและผีธรรมชาติ เช่น พ้าสาตดิน เจ้าสายฝน ยาแสงฟ้า ขุนเดือน และขุนวัน เอกสารโบราณที่สำคัญของชาวไทอาหมได้แก่ พงศาวดารไทอาหม (อาหมบุราณจี) ตำนานการสร้างโลก ตำราโหราศาสตร์ ตำราดาราศาสตร์ และตำราเรียกขวัญ เป็นต้น เมื่อเข้าสู่การเป็นรัฐอย่างสมบูรณ์ในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 15 ชาวไทอาหมเริ่มรับศาสนาฮินดูเข้ามา โดยเฉพาะในระดับชนชั้นปกครองและขุนนาง ซึ่งเปลี่ยนจากการนับถือผีบรรพบุรุษและผีธรรมชาติมาเป็นการนับถือเทพเจ้าตามความเชื่อแบบฮินดู ในขณะที่ประชาชนทั่วไปยังคงยึดถือความเชื่อดั้งเดิมควบคู่กันไป ต่อมาสังคมไทอาหมเริ่มมีการแบ่งชนชั้นวรรณะและภาษาไทย รวมถึงวัฒนธรรมไทค่อย ๆ ถูกกลืนด้วยภาษาและวัฒนธรรมอัสสัม ปัจจุบันแม้บางครอบครัวไทอาหมยังคงเก็บรักษาเอกสารโบราณไว้ในบ้าน แต่หลายคน

กลับไม่สามารถอ่านภาษาไทยดั้งเดิมได้อีกต่อไป ซึ่งสะท้อนถึงความเปลี่ยนแปลงและความท้าทายในการรักษามรดกทางวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์นี้ แต่อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบันมีกระแสที่พยายามจะรื้อฟื้นความเป็นไทขึ้นในหมู่ชาวไทยอาหม ทำให้ผู้คนเริ่มสนใจวัฒนธรรมไทดั้งเดิมของตนเอง และศึกษาเปรียบเทียบกับวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ไทกลุ่มอื่น เพื่อหาลักษณะร่วมของวัฒนธรรมไทด้วย ขบวนการฟื้นฟูภาษาและวัฒนธรรมของไทยอาหมที่กำลังเกิดขึ้นในรัฐอัสสัมในปัจจุบันนี้เป็นภาคปฏิบัติการของการปรับตัวของอุดมการณ์ความเป็นชาติพันธุ์ไท ซึ่งประกอบด้วยกระบวนการสร้างสำนึกทางประวัติศาสตร์ ความพยายามที่จะฟื้นฟูภาษาและวัฒนธรรม และการดำรงอยู่ของอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ไทยอาหมในอัสสัม ซึ่งเป็นรัฐที่ค่อนข้างโดดเดี่ยวจากไทเผ่าอื่นมานานพอสมควร เป็นที่น่าสนใจอย่างยิ่งในการศึกษาว่ามีรูปแบบ กลไก หรือปฏิบัติการใดบ้างในกระบวนการนิยามความหมายทางชาติพันธุ์ของความเป็นไทท่ามกลางกระแสวัฒนธรรมฮินดู มีแนวทางการสร้าง พัฒนา คงรูป และปรับเปลี่ยนอย่างไรในระดับชุมชน รวมไปถึงการผลิตซ้ำสำนึกทางประวัติศาสตร์ และความเป็นชุมชน หรือการผลิตใหม่ทางประเพณีในบริบททางสังคมวัฒนธรรมปัจจุบัน (ดำรงพล อินทร์จันทร์, 2545)

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจในมุมมองที่เปลี่ยนแปลงไปของชาติพันธุ์ไทยอาหม ตั้งแต่ความเป็นมา ความสำคัญ ไปจนถึงบริบททางสังคมและวัฒนธรรมที่ได้ผ่านการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องจากอดีตจนถึงปัจจุบัน เพื่อเป็นการสะท้อนความสำคัญของการรักษาและฟื้นฟูอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงของโลก เพื่อสร้างความตระหนักถึงความสำคัญของการอนุรักษ์มรดกทางวัฒนธรรมและการส่งต่อความรู้และคุณค่าของชุมชนสู่รุ่น

ภูมิหลังชาติพันธุ์ไท

ท่ามกลางความแตกต่างกันของเชื้อชาติที่ถูกแบ่งด้วยเส้นกันพรมแดนรัฐชาติทำให้ชนชาติพันธุ์ไทหลาย ๆ กลุ่มถูกตัดขาดสายสัมพันธ์ระหว่างกัน ด้วยการเกิดขึ้นของประเทศชาติต่าง ๆ ในแถบอนุชาตินี้เองที่ทำให้เกิดอุดมการณ์ความเป็นรัฐมากลบกลืนความเป็นเชื้อชาติไท แม้ว่ารัฐจะแบ่งแยกความเป็นชาติออกจากกัน แต่ความสัมพันธ์ของเชื้อชาติไทที่อยู่ในประเทศต่าง ๆ ในแถบอนุชาตินี้กลับไม่สามารถแบ่งแยกความเชื่อและความเป็นไทได้ เพราะคนไทยในทุกประเทศจะมีรากฐานของภาษาและวิถีชีวิตความเป็นอยู่ที่คล้ายคลึงกัน (ฐาปนีย์ เครือระยา, 2560)

หากยึดเส้นกันพรมแดนจากประเทศอินเดีย พม่า จีนตอนใต้ เวียดนาม กัมพูชา ไทย และมาเลเซีย จะพบว่ามีคนมากมายหลากหลายชาติพันธุ์อาศัยอยู่ในบริเวณดังกล่าว หนึ่งในกลุ่มคนหลากหลายชาตินั้น คือ ชาติพันธุ์ไท คนไทที่อาศัยอยู่ในดินแดนแวดล้อมด้วยภูมิศาสตร์ สภาพแวดล้อมทางการเมือง เศรษฐกิจ และสังคม ที่แตกต่างกัน มีความแตกต่างทางวัฒนธรรมกัน ทว่าอยู่บนพื้นฐานทางวัฒนธรรมร่วมกันบางประการ เช่น ภาษา ความเชื่อ แบบแผนการตั้งหลักแหล่ง และวิถีชีวิตที่ผูกพันอยู่กับวัฒนธรรมข้าว

นักวิชาการหลากหลายสาขาได้พยายามจัดกลุ่มชนไทโดยใช้เกณฑ์ต่าง ๆ เช่น สภาพภูมิศาสตร์ หนังสือ Ethnic Groups of Mainland Southeast Asia ของ Lebar และคณะ (1964) ซึ่งรวบรวมเรื่องราวทางวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ได้แบ่งกลุ่มคนที่พูดภาษาไทยออกเป็น 6 กลุ่มตามลักษณะภาษา และภูมิศาสตร์ ดังนี้

- 1) กลุ่มตะวันตก ได้แก่ ไทอาหม ไทอ้ายตอน ไทพ่าเก ในรัฐอัสสัมของอินเดีย ไทคำตี้ที่อยู่ในรัฐอัสสัม และทางตอนเหนือของพม่า รวมถึงในประเทศจีนตอนใต้
- 2) กลุ่มใต้ คือ คนไทในประเทศไทยทั้งหมด
- 3) กลุ่มลุ่มแม่น้ำโขงตอนกลาง ได้แก่ คนไทในลุ่มแม่น้ำโขงตั้งแต่พม่าตอนล่าง ลาวตอนเหนือ และ เวียดนามตอนเหนือ เช่น ไทเหนือ ไทลื้อ ไทจีน ไทยวน
- 4) กลุ่มที่ราบสูงตอนกลาง ได้แก่ คนไทในเขตภูมิภาคตอนเหนือของลาว เวียดนามตอนเหนือ เช่น ไทซำเหนือ ไทพวน ผู้ไท
- 5) กลุ่มตะวันออก ได้แก่ กลุ่มคนไทในจีนและเวียดนามตอนเหนือ เช่น ไทย้อย อ้วง ไทนุง ไทไท
- 6) กลุ่มไทกะได ได้แก่ กลุ่มคนไทที่อยู่บนเกาะไหหลำ ประเทศจีน

ในอีกด้านหนึ่ง การจัดกลุ่มภาษายังสามารถแบ่งได้ตามหลักเกณฑ์ทางภาษาศาสตร์ เช่น หลักการกระจาย คำและเสียง ซึ่งเป็นแนวทางที่ได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง นักภาษาศาสตร์ที่มีบทบาทสำคัญในเรื่องนี้ คือ Li (1959) ซึ่งใช้เกณฑ์การกระจายคำศัพท์ ลักษณะเสียง และพัฒนาการของเสียงในการแบ่งกลุ่มภาษาไทย ออกเป็น 3 กลุ่มหลักตามถิ่นที่อยู่ ได้แก่

- (1) กลุ่มตะวันตกเฉียงใต้ เช่น ภาษาไทยสยาม ลาวลื้อ และอาหม
- (2) กลุ่มกลาง เช่น ภาษาไท่หนุง และ Lung-Chow
- (3) กลุ่มเหนือ เช่น Wu-ming, Ch'ien-chiang, His-Lin และ Po-ai

การจัดกลุ่มชนชาติไทยยังมีการแบ่งแยกย่อย เช่น การแยกชนชาติไทออกเป็นกลุ่ม “ไต” และ “ไท” โดยนักภาษาศาสตร์ได้จัดกลุ่มภาษาในตระกูลไทออกเป็นสองกลุ่มใหญ่ คือ กลุ่มไต และกลุ่มไท กลุ่มไตประกอบด้วยคนที่พูดภาษาตระกูลนี้ในประเทศจีน เวียดนาม ลาวตอนเหนือ ไทยตอนเหนือ รัฐฉานในพม่า และรัฐอัสสัมในอินเดีย ส่วนกลุ่มไทหมายถึงคนที่พูดภาษาในประเทศไทยและลาว การตั้งถิ่นฐานของคนไทตามลุ่มน้ำ โดยกลุ่ม “ไต” คือ กลุ่มที่ตั้งถิ่นฐานกระจายอยู่ทางฝั่งตะวันตกของแม่น้ำโขง ครอบคลุมถึงลุ่มน้ำสาละวินและอิระวดีตอนบน ส่วนกลุ่ม “ไท” หมายถึง กลุ่มที่อยู่ทางฝั่งตะวันออกของแม่น้ำโขงตั้งแต่ลาวเข้าไปในลุ่มแม่น้ำดำและแม่น้ำแควในเวียดนาม (เรืองเดช ปันเขื่อนขัตติย์, 2531)

ชาวไทอาหมจัดอยู่ในกลุ่มตะวันตก โดยสามารถพบได้ในรัฐอัสสัมของอินเดีย เช่นเดียวกับชาวไทคำตี้ที่กระจายตัวอยู่ในรัฐอัสสัม ทางตอนเหนือของพม่า และพื้นที่ทางตอนใต้ของจีน ทั้งนี้ รายละเอียดเกี่ยวกับกลุ่มชนดังกล่าวจะได้กล่าวถึงในลำดับต่อไป

ชาติพันธุ์ไทอาหม

เมื่อกล่าวถึงคำว่า “ชาติพันธุ์” สิ่งที่น่าสังเกตในจิตสำนึกของผู้วิจัยมักเกี่ยวข้องกับกลุ่มคนที่มีวิถีชีวิตและวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์แตกต่างจากกลุ่มคนส่วนใหญ่ในสังคม ภายใต้กรอบแนวคิดของการพัฒนา กลุ่มชาติพันธุ์มักถูกมองว่าเป็นกลุ่มคนส่วนน้อยที่ขาดพลังอำนาจในการจัดการตนเอง เนื่องจากถิ่นที่อยู่อาศัยห่างไกล เช่น ในพื้นที่ป่าหรือภูเขาสูง ซึ่งมีความยากลำบากในการคมนาคม รวมถึงข้อจำกัดด้านการจัดการศึกษา การเข้าถึงบริการสุขภาพ และสิทธิในการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ อีกทั้งยังเผชิญกับการสูญเสียอัตลักษณ์และวัฒนธรรมดั้งเดิม (นภาพร อัสวะรังสีกุล อ้างถึงใน เจษฎา เนตะวงศ์, 2564) สำหรับชาติพันธุ์ไทอาหม ผู้เขียนได้ศึกษาค้นคว้าจากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ และสามารถอธิบายได้ ดังนี้

เรื่องราวของคนไทยในรัฐอัสสัมของอินเดีย จากงานศึกษาค้นคว้าชิ้นแรก ๆ ว่าด้วยคนไทยกลุ่มต่าง ๆ ดังเช่น พระยาประชาภิจักรจักร (แช่ม บุนนาค) ได้จัดให้กลุ่มคนไทยในรัฐอัสสัม (อาขัม) เป็นส่วนหนึ่งของ “ไทยหลวง” ซึ่งหมายถึง “ไทยใหญ่” หรือ “เงี้ยว” หรือ “ชาน” ต่อมากรมหมื่นนราธิปประพันธ์พงศ์ (ยศขณะนั้น) ได้อธิบายไว้ในปี พ.ศ. 2456 ในคราวที่เรียบเรียงหนังสือ “พงศาวดารไทยใหญ่” ว่า “ไทยใหญ่หรือเงี้ยวที่เรียกตัวเองว่า ไทยหลวงหรือไทยคำตี้ เป็นต้น แต่ฝรั่งเรียกตามพม่าว่า ชาน (Shan) ก็เป็นไทยจำพวกหนึ่ง” ภายหลังคนไทยกลุ่มนี้ได้ยกไปตั้งถิ่นฐานในที่ต่าง ๆ รวมถึง “เมืองเวสาลีหลวงหรืออาขัม” ท่านยังชี้ให้เห็นว่าคนไทยเหล่านี้ “ก็เป็นมนุษย์ชาติไทย ร่วมชาติกับไทยเราชาวสยามมาแต่ครั้งดึกดำบรรพ์... เป็นชาติไทยด้วยกัน ร่วมสายโลหิต ปฐมามกุลมูลชาติอันเดียวกัน นำไทยเราจะรู้เรื่องราวเค้าเงื่อนของชาติประยูรญาติไทยด้วยกันไว้” (กรมพระนราธิปประพันธ์พงศ์, พระเจ้าบรมวงศ์เธอ, 2505)

เมื่อกล่าวถึงชนชาติไทยกลุ่มต่าง ๆ เช่น ไทอาหม พ่าเก อ้ายตอน คำตี้ ตูรง และคำย้ง อาจเป็นชื่อที่คนไทยโดยทั่วไปไม่คุ้นเคยนัก เนื่องจากกลุ่มชาติพันธุ์เหล่านี้ตั้งถิ่นฐานอยู่ในรัฐอัสสัมของประเทศอินเดีย อย่างไรก็ตามสิ่งที่น่าสนใจ คือ กลุ่มชาติพันธุ์เหล่านี้โดยเฉพาะไทอาหมและอีกบางกลุ่มยังคงรักษาและฟื้นฟูวัฒนธรรมดั้งเดิมที่สืบทอดมาตั้งแต่ต้นตระกูลไทได้อย่างน่าชื่นชม ทั้งในด้านภาษา ความเชื่อ ขนบธรรมเนียมประเพณี และวิถีชีวิตซึ่งมีหลายแง่มุมที่สะท้อนความคล้ายคลึงกับวัฒนธรรมของคนไทยในปัจจุบัน

เรื่องราวของชาวไทอาหม

ชาวไทอาหม เดิมทีเป็นคนไทที่อพยพมาจากอาณาจักรเมหาลงทางตอนใต้ของจีน โดยข้ามเทือกเขาปาดเก มาอยู่บริเวณแม่น้ำดาวผี ซึ่งปัจจุบัน คือ แม่น้ำพรหมบุตรในประเทศอินเดีย จากนั้นได้สร้างเมืองและมีเจ้าหลวง เสือเก่าพ้าเป็นกษัตริย์องค์แรก ทั้งนี้ หนังสือประวัติศาสตร์ไทอาหมระบุว่า เจ้าหลวงเสือก่าพ้ามีชีวิตอยู่เมื่อราว 700 ปีก่อน ซึ่งตรงกับช่วงสมัยพ่อขุนรามคำแหงแห่งยุคสุโขทัยของไทย

บุญยสฤษฎ์ อเนกสุข (2557) ได้อธิบายเพิ่มเติมผ่านเว็บไซต์ ThaiPR.net ว่า ชาวไทอาหมมีระบอบกษัตริย์เป็นผู้ปกครองมาโดยตลอด และเคยต่อสู้กับชาวอินเดีย อาณาจักรโมกุล และพม่า จนกระทั่งในยุคอาณานิคมเมื่อกว่า 200 ปีก่อน รัฐอัสสัมต้องพ่ายแพ้ต่ออังกฤษ ส่งผลให้อังกฤษผนวกรัฐอัสสัมเข้าเป็นส่วนหนึ่งของประเทศอินเดีย การเปลี่ยนแปลงครั้งนี้นำมาซึ่งระบบการปกครองแบบ "Indianization" ซึ่งเป็นกระบวนการหลอมรวมกลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ ให้กลายเป็นส่วนหนึ่งของรัฐอินเดีย ทั้งในด้านการเมือง เศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม แม้ชาวไทอาหมจะอยู่ภายใต้การปกครองของอินเดียโดยสมบูรณ์ แต่พวกเขากลับมิได้รู้สึกว่าเป็นชาวอินเดียอย่างแท้จริง แม้ว่าบางลักษณะ เช่น รูปร่างหน้าตา จะคล้ายคลึงกับชาวอินเดีย แต่พวกเขายังคงยึดถือวัฒนธรรมและประเพณีอันเป็นเอกลักษณ์ของกลุ่มตระกูลไท เช่น พิธีฮักคอน (พิธีเรียกขวัญ) และพิธีแม่ด้าแม่ผี (พิธีบูชาบรรพบุรุษ) โดยคำว่า “แม่ด้า” และ “ผี” ที่ใช้ในบริบทของชาวไทอาหม สะท้อนถึงรากเหง้าทางภาษาและวัฒนธรรมของกลุ่มตระกูลไทอย่างชัดเจน

การรื้อฟื้นอัตลักษณ์

ด้วยความรู้สึกราชาตินิยม ชาวไทอาหมจึงมีกระบวนการฟื้นฟูอัตลักษณ์ของตน โดยจัดตั้งองค์กร เช่น บันออก พับลิก เมืองโต หรือสมาคมวรรณกรรมไทตะวันออก เพื่ออนุรักษ์ภาษาและวัฒนธรรม รวมถึงฟื้นฟูวรรณกรรม พิธีกรรม และภาษาไทย อย่างไรก็ดี แม้ไทอาหมและคนไทยจะมีต้นตระกูลเดียวกัน ภาษาพูดที่คล้ายคลึงกันของทั้งสองกลุ่มก็มีการพัฒนาแตกต่างกัน ภาษาไทยได้รับอิทธิพลจากภาษาจีน สันสกฤต และเขมร จึงอาจทำให้เกิดความกังวลว่าการสอนภาษาไทยโดยคนไทยในกระบวนการรื้อฟื้นภาษาไทอาหมจะเป็นแนวทางที่เหมาะสมหรือไม่

ร่องรอยทางวัฒนธรรมที่ยังหลงเหลือ

ชาวไทอาหมยังมีร่องรอยของวัฒนธรรมที่คล้ายคลึงกับไทย เช่น เครื่องดื่มที่เรียกว่า “ลูกลาว” (LUK LAO) (เหล้าที่หมักจากข้าวเหนียว) ซึ่งเป็นเหล้าหมักจากข้าวเหนียว คล้ายเหล้าอุหรือสาโทของไทย อีกทั้งยังมีงานบุญ “ปอยแม่คำแม่ผี” ซึ่งคล้ายกับงานปอยส่างลองของชาวแม่ฮ่องสอน ชาวไทอาหมยังมีลักษณะพิเศษที่คล้ายกับคนไทย คือ การต้อนรับขับสู้ โดยเมื่อมีแขกมาเยี่ยม พวกเขาจะพาลงชุมชนแวะเยี่ยมบ้านญาติทุกหลัง พร้อมการต้อนรับด้วยไมตรีจิต ซึ่งเป็นวัฒนธรรมที่แตกต่างจากชาวอินเดียอย่างเด่นชัด ทั้งหมดนี้สะท้อนถึงความพยายามของชาวไทอาหมในการธำรงอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงในบริบททางประวัติศาสตร์และสังคม (ThaiPR.net, 2557)

การล่มสลายของอำนาจปกครองภายใต้ราชสำนักอาหมช่วงต้น ๆ คริสต์ศตวรรษน่าจะเกิดจากเงื่อนไขความระส่ำระสายอันเป็นผลจากความขัดแย้งชิงอำนาจการปกครองภายในกลุ่มชนชั้นนำในราชสำนักอาหม และสงครามขยายอำนาจของพม่าเข้าสู่ลุ่มน้ำพรหมบุตร ท้ายที่สุดกองทัพอังกฤษซึ่งตั้งมั่นอยู่เขตตอนใต้ของอินเดียก็เข้าสู่สมรภูมิเผชิญหน้ากับกองทัพพม่าอันนำไปสู่ข้อตกลงในสนธิสัญญาแยนดาโบ (Treaty of Yandaboo) ระหว่างกษัตริย์อังวะกับรัฐบาลอังกฤษในวันที่ 24 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 1826 ซึ่งถือเสมือนว่าดินแดนอัสสัมได้ตกอยู่ภายใต้การปกครองของอังกฤษ (Gait, 1997)

ภาษาอาหม : เหลืออยู่เพียงใบลาน

“แม้จะพบว่าในเวลาต่อมา ภาษาไท (อาหม) และวัฒนธรรมไท (อาหม) ค่อย ๆ ถูกกลืนกลายด้วยภาษาและวัฒนธรรมอัสสัมแทน คนไทอาหมในปัจจุบันแม้จะมีเอกสารโบราณอยู่ที่บ้าน ก็อ่านภาษาไทยไม่ออกเสียแล้ว... ในปัจจุบันมีกระแสที่พยายามจะรื้อฟื้นความเป็นไทขึ้นในหมู่ชาวไทอาหม ผู้คนใคร่รู้วัฒนธรรมดั้งเดิมของตนเอง และสนใจศึกษาวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ไทกลุ่มอื่น ๆ เพื่อหาลักษณะร่วมของวัฒนธรรมไทด้วย” (ศิราพร ณ ถลาง, 2545)

ปัจจุบัน ชาวไทอาหมใช้ภาษาอัสสัม (Assamese) ซึ่งเป็นภาษาในกลุ่มอินโด-อารยัน (Indo-Aryan language) และเป็นภาษาราชการของรัฐอัสสัม ทว่าในอดีตภาษาพูดของชาวไทอาหมมีความคล้ายคลึงกับภาษาอื่น ๆ ในกลุ่มไท-ไตอย่างมาก หลายคำที่ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น ข้าว น้ำ กิน ปลา หมู ไก่ เหล้า ไป มา มะเขือ ผักกูด รวมถึงคำที่สะท้อนฐานันดรศักดิ์ เช่น เจ้าขุน (Chao Khun) หรือเจ้าฟ้า (Chao Pha) ซึ่งใช้เพื่อแสดงความเป็นเชื้อพระวงศ์ของอาหมในอดีต การเปลี่ยนแปลงทางภาษาเริ่มปรากฏชัดเจนในช่วงที่ราชวงศ์อาหมยอมรับอิทธิพลทางวัฒนธรรมจากอินเดียในปลายพุทธศตวรรษที่ 17 ถึงต้นพุทธศตวรรษที่ 18 ทั้งใน

ด้านศาสนาและภาษา ส่งผลให้ชาวไทอาหมในปัจจุบันส่วนใหญ่เปลี่ยนมานับถือศาสนาฮินดู และใช้ภาษาอัสสัมในชีวิตประจำวัน (บุญยสฤษฎ์ อเนกสุข, 2555)

จากที่กล่าวมาข้างต้น คนไทยในรัฐอัสสัม เช่น ไทอาหม และไทผาเก มีรากเหง้ามาจากกลุ่มชาติพันธุ์ไทที่อพยพจากจีนตอนใต้มายังลุ่มแม่น้ำพรหมบุตรในอินเดีย พวกเขายังคงรักษาอัตลักษณ์ความเป็นไทไว้หลายด้าน เช่น พิธีกรรม วัฒนธรรม และภาษาที่คล้ายคลึงกับคนไทยในประเทศไทย แม้จะได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมอินเดียและภาษาอัสสัมในช่วงเวลาหนึ่ง แต่ความพยายามในการฟื้นฟูอัตลักษณ์ของชาวไทอาหมก็ยังคงดำเนินต่อไป โดยมี การจัดตั้งองค์กรและกิจกรรมต่าง ๆ เพื่ออนุรักษ์ภาษาและวัฒนธรรมดั้งเดิม อย่างไรก็ตาม ภาษาไทอาหมดั้งเดิมได้ค่อย ๆ สูญหายไป และปัจจุบันชาวไทอาหมส่วนใหญ่ใช้ภาษาอัสสัม การศึกษาและการอนุรักษ์ภาษาและวัฒนธรรมดั้งเดิมจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อให้คนรุ่นหลังได้ตระหนักถึงรากเหง้าและอัตลักษณ์ของตนเอง

ความเชื่อและวัฒนธรรมประเพณี

दन्य षोयोठा (2546) ได้อธิบายความหมายของความเชื่อและวัฒนธรรมประเพณีว่า ความคิด ความเชื่อ การกระทำ ค่านิยม ทศนคติ ศีลธรรม จารีต และระเบียบแบบแผนที่ปฏิบัติในโอกาสต่าง ๆ ล้วนเป็นลักษณะสำคัญของประเพณี ซึ่งได้รับการปฏิบัติและเชื่อถือมายาวนานจนกลายเป็นแบบแผนของความคิดหรือการกระทำที่สืบทอดกันมาและยังคงมีอิทธิพลในปัจจุบัน โดยได้รับการยอมรับจากสังคมส่วนใหญ่ สิ่งที่ปฏิบัติซ้ำ ๆ จนกลายเป็นความเคยชิน จะกลายเป็นนิสัย และเมื่อการกระทำเหล่านั้นมีความคล้ายคลึงกันในกลุ่มคนส่วนใหญ่ จะถูกเรียกว่า “ประเพณี” หรือ “นิสัยสังคม”

ปัจจุบันแม้ว่าความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีจะนำพาโลกก้าวเข้าสู่การสื่อสารในยุคไร้พรมแดน แต่ความเชื่อเรื่องผีและอำนาจเหนือธรรมชาติซึ่งเป็นวัฒนธรรมเก่าแก่มิได้สูญหายไปจากสังคมในทางกลับกันยิ่งเทคโนโลยีเจริญมากขึ้นเท่าใดก็จะถูกนำมาเป็น “ช่องทาง” เพื่อ “ผลิตซ้ำ” ความเชื่อมากขึ้น (คมกฤษ อุยเต็กเค่ง, 2560)

สำหรับความเชื่อของชาวไทอาหมก็มีพื้นฐานมาจากความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับอำนาจเหนือธรรมชาติ ซึ่งอำนาจนี้จะได้รับการบูชาและเชนสรวงด้วยสิ่งต่าง ๆ เช่น สัตว์ปีก เป็ด วัว ควาย และในบางกรณีก็ใช้สุนัขเป็นเครื่องเชนบูชา

Phukan (1984) ได้เสนอรายชื่อของบรรดาเทวดาและภูตผีที่ชาวไทอาหมนับถือสืบทอดกันมาอยู่จนถึงช่วงสุดท้ายของการปกครองตนเองในลุ่มแม่น้ำพรหมบุตร จากหลักฐานทางวรรณกรรมในภาษาไทอาหมจำนวนมาก มีหนังสือทางศาสนาเกี่ยวข้องกับจักรวาลทัศน์ของชาวไทอาหม ความเชื่อในเทพต่าง ๆ การปกครองและพิธีกรรมในการเชนสรวงบูชาเทพเจ้าและภูตผี รวมทั้งเวทมนตร์คาถา เรื่องราวทางโลก เช่น พงศาวดาร

และการสืบสันตติวงศ์ นอกจากนี้ยังได้นำจารึกตำนานและพงศาวดารต่าง ๆ ที่เขียนโดยผู้ปกครองชาวไทอาหม มาศึกษาเพิ่มเติมอีกด้วย ข้อมูลที่ได้รวบรวมทั้งหมดนี้สนับสนุนการสังเกตการณ์พิธีกรรมต่าง ๆ ที่ยังปฏิบัติกันอยู่ในหมู่ผู้ประกอบพิธีกรรมชาวไทอาหม

อำนาจเหนือธรรมชาติตามความเชื่อของไทอาหม อาจแบ่งตามลำดับความสำคัญออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่ **บรรดาเทพเจ้าในจักรวาล** ซึ่งเป็นเทพที่มีความเก่าแก่มากที่สุด และมีความเกี่ยวข้องกับการสร้างโลก **เทวดาทั้งหลายที่เชื่อว่าประทับอยู่บนสวรรค์หรือบนท้องฟ้า** รวมทั้งเทพอื่น ๆ ที่สำคัญรองลงมา **บรรดาภูติผี** บางพวกอาจเป็นผีที่เป็นเทพรักษ **บรรดาเทพหรือผีประชาชนกลุ่มอื่น** เช่น ของกลุ่มชนที่มีชัยชนะเหนือชาวไทอาหมที่กษัตริย์ชาวไทอาหมได้ทรงนำเข้ามาผสมผสานกับความเชื่อดั้งเดิมด้วย

ดำรงพล อินทร์จันทร์ (2561) ได้ระบุว่า ภายใต้บริบทของกลุ่มชาติพันธุ์ ไทอาหมได้แสดงอัตลักษณ์ และพรมแดนชาติพันธุ์ตามแนวคิดการอ้างชาติพันธุ์ โดยชี้ให้เห็นว่าการทำความเข้าใจปรากฏการณ์ชาติพันธุ์ จำเป็นต้องพิจารณาความคิดและจิตสำนึกของคนในกลุ่มนั้น ๆ เพื่อดูว่าลักษณะทางวัฒนธรรมใดมีความหมาย ต่อความเป็นกลุ่มชาติพันธุ์ของพวกเขา แม้ว่ากลุ่มชาติพันธุ์จะมีแบบแผนวัฒนธรรมบางอย่างร่วมกัน จากการปรับตัวกับสภาพแวดล้อม แต่ต่างฝ่ายก็ยังแยกแยะว่าตนไม่ใช่กลุ่มเดียวกัน

ด้วยเหตุนี้ การพิจารณากลุ่มชาติพันธุ์จึงเน้นกระบวนการระบุและแสดงอัตลักษณ์และเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมผ่านการปฏิสัมพันธ์ในสถานการณ์ต่าง ๆ อัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ของไทอาหมจึงถูกสร้างขึ้น เพื่อแสดงความแตกต่างเมื่อต้องปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มอื่น กล่าวคือ อัตลักษณ์ของพวกเขาที่มีทั้งลักษณะที่ถูกกำหนดไว้ล่วงหน้า และที่เกิดจากการสร้างความแตกต่างผ่านการปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มอื่น ๆ การขีดเส้นแบ่งเช่นนี้ทำให้ ไทอาหมสร้างเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมของตนเอง โดยดึงประเพณีดั้งเดิมมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน

บทบาทของประเพณีดั้งเดิมไทอาหมได้เผยแพร่สู่สาธารณะและบูรณาการเข้ากับขบวนการเคลื่อนไหวทางสังคมวัฒนธรรมของผู้นำและปัญญาชนไทอาหมอย่างต่อเนื่องตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน วัฒนธรรมไทอาหม จึงกลายเป็นส่วนหนึ่งของตัวตนชาติพันธุ์ และถูกมองเป็นสิ่งที่ชีวิตรทางวัฒนธรรม (Cultural being) หรือ หมายเหตุทางวัฒนธรรม (Cultural marker) ในบริบทของวัฒนธรรมบริโศค สิ่งเหล่านี้ยังทรงพลังมากขึ้น เมื่อวัฒนธรรมถูกเปลี่ยนให้เป็นวัตถุสิ่งของเพื่อประโยชน์ที่จับต้องได้ ไม่ว่าจะเป็นการอนุรักษ์ การฟื้นฟู หรือ การเผยแพร่โฆษณา เมื่อพิจารณาผ่านมุมมองเสรีนิยมใหม่ การยอมรับวัฒนธรรมอื่นในรัฐชาติกลายเป็นเรื่องทางการเมืองที่มุ่งสู่ความเป็นชาติ โดยรับรู้ถึงการมีอยู่ของ “วัฒนธรรมอื่น” ภายใต้บรรทัดฐานความเป็นชาติและพลเมือง ซึ่งเป็นการนำวัฒนธรรมของคนส่วนน้อยมาควบคุมภายใต้กฎของวัฒนธรรมคนส่วนใหญ่ ภายใต้การเมือง

แบบนี้วัฒนธรรมของชนกลุ่มน้อยถูกทำให้เป็นสัญลักษณ์และกลายเป็นส่วนเติมเต็มให้กับวัฒนธรรมชาติ ทั้งนี้ยังสัมพันธ์กับแนวคิดสังคมเปิดที่ให้ปัจเจกชนมีเสรีภาพในการคิดและแสดงออกเพื่อตอบสนองชีวิตที่เป็นสุข

แนวคิดดังกล่าวส่งเสริมให้ปัจเจกชนแสดงตัวตนและเรียกร้องสิทธิของตนเอง จนเกิดสังคมที่เน้นย้ำถึงความต้องการส่วนบุคคล โฉมหน้าที่ทับซ้อนกันของลัทธิเสรีนิยมใหม่จึงสะท้อนถึงเสรีภาพที่เชื่อมั่นในปัญญาและความก้าวหน้าผ่านทุนและประชาธิปไตย อีกทั้งยังเป็นโฉมหน้าของการอยู่ร่วมกันบนความแตกต่างที่เปิดโอกาสให้กลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ แสดงออกถึงตัวตนและความหลากหลายทางวัฒนธรรมของตนเอง

ความเชื่อและพิธีกรรมของชาวไทอาหมในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย มีรากฐานมาจากความเชื่อในอำนาจเหนือธรรมชาติ โดยเทพเจ้าและภูตผีได้รับการบูชาผ่านพิธีกรรมต่าง ๆ ข้อมูลจากวรรณกรรมและจารึกของชาวไทอาหมสนับสนุนการสืบทอดความเชื่อดังกล่าว ซึ่งรวมถึงการบันทึกประวัติศาสตร์และเวทมนตร์คาถา นอกจากนี้ การพิจารณาอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ของไทอาหมแสดงให้เห็นว่ากลุ่มชาติพันธุ์นี้มีการสร้างความแตกต่างผ่านการปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มอื่น ๆ พร้อมทั้งตั้งประเด็นตั้งเดิมมาปรับใช้ในสถานการณ์ปัจจุบัน ในบริบทของโลกสมัยใหม่ วัฒนธรรมไทอาหมกลายเป็นทั้งสัญลักษณ์ทางวัฒนธรรมและทรัพยากรเพื่อการอนุรักษ์หรือฟื้นฟู

มุมมองที่เปลี่ยนแปลงไปของชาวไทอาหม

จากอดีตจนถึงปัจจุบัน การไหลบ่าของข้อมูลข่าวสารและวัฒนธรรมที่หลากหลายได้เข้าสู่สังคมจากทุกทิศทาง ซึ่งทุกคนสามารถรับรู้ได้อย่างรวดเร็ว ความหลากหลายของเหตุการณ์ต่าง ๆ รวมถึงความหลากหลายทางวัฒนธรรมถูกถ่ายทอดถึงกันอย่างรวดเร็ว ทั้งวัฒนธรรมท้องถิ่น วัฒนธรรมระดับชาติ และวัฒนธรรมระดับนานาชาติ จนในที่สุดกลายเป็นพหุวัฒนธรรม (Multiculturalism) (สิทธิโชค ปาณะศรี และคณะ, 2561) มุมมองของชาวไทอาหมก็มีการเปลี่ยนแปลงเช่นเดียวกัน

กรณีที่ 1 จากการศึกษาบทความวิชาการเรื่อง ความเป็นไทยของชาวไทอาหม : เรื่องเล่าจากอินเดียอีสาน โดย บุญยสฤกษ์ อเนกสุข (2555) พบว่า ชาวไทอาหมถือว่าตนเองเป็นคน “ไท” กลุ่มหนึ่งที่มีรากฐานทางวัฒนธรรม “ไท” ไม่แตกต่างจากคนไทกลุ่มอื่น ปัจจุบันชาวไทอาหมถูกรวมกลืนวัฒนธรรมหลายด้านกับวัฒนธรรมอินเดีย บทความนี้จึงมีเจตจำนงเพื่อบอกเล่าเรื่องราวทางวัฒนธรรมในฐานะภาพสะท้อนความเป็นชาวไทอาหมที่ยังคงหลงเหลืออยู่ นับตั้งแต่เรื่องราวทางประวัติศาสตร์ที่บอกเล่าถึงเจ้าหลวงเสือก้าฟ้า ในฐานะวีรบุรุษของชาวไทอาหมช่วงพุทธศตวรรษที่ 17 ความเป็นไททางด้านภาษา ซึ่งแม้ชาวไทอาหมในปัจจุบันจะไม่สามารถสื่อสารด้วยภาษาตระกูลไทได้ แต่ยังคงพบรากศัพท์ภาษาไทจากการใช้สรรพนามและการเรียกอาหารและข้าวของเครื่องใช้ต่าง ๆ ความเป็นไทด้านอาหารที่นิยมบริโภคข้าวเหนียว หมู และลูกลาว ความเป็นไท

ด้านการทอผ้าไหมมุกา ความเป็นไทด้านความเชื่อ รวมถึงประเพณีและพิธีกรรมต่าง ๆ ประกอบด้วยความเชื่อเกี่ยวกับหมอลอง การเรียกขวัญ แม่ด้าแม่ผี พระตราลอง และประเพณีบิฐ ความเป็นไทที่มาจากการบอกเล่าเรื่องราวผ่านด้านสถาปัตยกรรมพระราชวังของเจ้าหลวงอาหม และการบอกเล่าเรื่องราวของจุ่มแสง ซึ่งเป็นเทพารักษ์และตราแผ่นดินของชาวไทอาหม

หากพิจารณากลุ่มชาติพันธุ์อาหมอย่างลึกซึ้ง พบว่าแม้ชาวไทอาหมจะถูกมองเป็นคนอื่นในสายตาของรัฐบาลอินเดีย แต่พวกเขายังคงมีอิทธิพลมากกว่าคนไทหลายกลุ่มในรัฐอัสสัมที่มีจำนวนลดน้อยลงอย่างรวดเร็ว แม้ชาวไทอาหมจะกลายเป็นชนกลุ่มน้อยไปตามกระบวนการ แต่พวกเขาก็ยังคงมีความพยายามในการฟื้นฟูและสร้างอัตลักษณ์ของตนเองขึ้นมาใหม่ และรวมถึงการจัดตั้งแนวร่วมสมาพันธ์กู้ชาติแห่งอัสสัม (The United Liberation Front of Assam: ULFA) ซึ่งผู้นำของการเคลื่อนไหวนี้เองก็เป็นชาวไทอาหม ขณะเดียวกันตัวตนทางวัฒนธรรมของไทยก็ไม่ได้หลุดพ้นจากกระบวนการโลกาภิวัตน์ ซึ่งปรากฏการณ์ต่าง ๆ เช่น K-POP หรือ J-POP ก็มีผลกระทบอย่างมากต่อการสร้างอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของไทย

กรณีที่ 2 การเดินทางไปอัสสัมครั้งแรกของศาสตราจารย์พิเศษ ดร.คุณบรรจบ พันธุเมธา ในปี พ.ศ. 2498 ซึ่งถูกบันทึกไว้ในหนังสือ กาเลหม่านไต แสดงให้เห็นว่าการเดินทางครั้งนี้เริ่มต้นโดยที่ท่านไม่ได้เตรียมตัวอย่างครบถ้วน และต้องจัดการต่าง ๆ ระหว่างการเดินทาง เมื่อท่านไปถึงแต่ละสถานที่ ท่านได้พบปะกับผู้คนหลากหลาย ซึ่งทำให้ได้รับข้อมูลใหม่เกี่ยวกับสถานที่ เช่น การค้นพบว่ามีคนไทยอาศัยอยู่ที่ใด พูดภาษาอะไร และได้เรียนรู้สิ่งทีอาจเป็นประโยชน์ในการเดินทางครั้งถัดไป ท่านมีความรู้ด้านภาษาถิ่นบางส่วน แต่เนื่องจากความแตกต่างทางภาษาจึงไม่สามารถนำมาใช้ได้เต็มที่ การแปลและถ่ายทอดข้อมูลจากภาษาหนึ่งไปยังอีกภาษาหนึ่งนั้นมีโอกาสเกิดความผิดพลาดได้ง่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องของเสียงในภาษา หากท่านไม่ได้ศึกษาภาษาคำตี้ในถิ่นคำตี้โหลง รัฐกะฉิน ประเทศพม่า หรือภาษาไตเมาในรัฐชานมา ท่านอาจไม่สามารถเข้าใจความแตกต่างระหว่างภาษาคำตี้และภาษาเก่า รวมทั้งความคล้ายคลึงระหว่างภาษาพ่าเกกับภาษาไตเมาได้อย่างชัดเจน แต่เมื่อท่านกลับไปอัสสัมในครั้งถัดมา ท่านสามารถสื่อสารด้วยภาษาไตเมากับคนท้องถิ่นได้โดยไม่ต้องพึ่งภาษาอังกฤษเลย แม้ว่าท่านจะทราบข้อเท็จจริงเกี่ยวกับคำที่บันทึกไว้ว่ามาจากภาษาคำตี้หรือภาษาอื่น ๆ ก็ยังคงเป็นเรื่องที่ยากจะระบุให้ถูกต้อง ท่านไม่ได้แก้ไขข้อมูลเหล่านี้ เพราะต้องการแสดงให้เห็นว่าการศึกษาภาษานั้นไม่สามารถทำสำเร็จในครั้งเดียวหรือในระยะเวลาอันสั้นโดยไม่เกิดข้อผิดพลาด และถึงแม้จะเรียนรู้ภาษาจนเข้าใจลึกซึ้งแล้วก็ยังมีโอกาสผิดพลาดได้เสมอ ท่านจึงเลือกที่จะไม่เขียนเรื่องนี้เป็นตำราทางภาษา แต่เขียนเพื่อเติมเต็มความอยากรู้ของผู้ที่สนใจ (บรรจบ พันธุเมธา, 2563)

จากข้อมูลดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า มนุษย์เรามีความคล้ายคลึงกันอยู่หลายประการ เช่น ต่างมีความต้องการ มีความรู้สึก มีอารมณ์ แต่ในขณะเดียวกันบุคคลแต่ละคนก็มีความแตกต่างจากคนอื่น ๆ ได้หลายประการ เช่น มีรูปร่างต่างกัน มีสีของตา สีของผมต่างกัน บางคนมีความฉลาด บางคนโง่เขลา แม้แต่คู่แฝดยังมีความแตกต่างกัน เช่น แตกต่างกันในความคิดและอารมณ์ ฉะนั้นอาจกล่าวได้ว่า ไม่มีผู้ใดจะมีความเหมือนกันไปเสียทุกอย่าง มนุษย์ทุกคนในโลกนี้จึงมีความแตกต่างกัน ทั้งทางร่างกายและสิ่งแวดล้อมที่ต่างกัน และความแตกต่างของมนุษย์ จึงเป็นเรื่องที่บุคคลควรเข้าใจและศึกษา (สุรพงษ์ โสธนะเสถียร, 2533)

ทั้งสองกรณียังแสดงให้เห็นถึงความท้าทายในการรักษาอัตลักษณ์ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของสังคม จากการเชื่อมโยงกับโลกภายนอก การที่ชาวไทอาหมยังคงใช้ภาษาท้องถิ่นในบางกรณี เช่น การใช้คำจากภาษาไทย ในขณะเดียวกันก็พยายามฟื้นฟูความเป็นไทในภายหลัง เป็นการแสดงให้เห็นถึงความพยายามในการรักษา อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมด้วยแม้ในสถานการณ์ที่ไม่เอื้ออำนวย ส่วนการเดินทางของ ดร. คุณบรรจบ ที่ต้องเผชิญ กับอุปสรรคจากความแตกต่างทางภาษาและวัฒนธรรม สะท้อนถึงการต้องใช้เวลาในการศึกษาภาษาและ ประสบการณ์จริงเพื่อทำความเข้าใจความแตกต่าง ทั้งสองกรณีแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการฟื้นฟู และรักษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมในสังคมที่เต็มไปด้วยการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมและการเมือง และการเรียนรู้ที่จะปรับตัวในสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป

เมื่อพิจารณาถึงความตระหนักร่วมกันว่า งานค้นคว้าด้านภาษาและประวัติศาสตร์ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประวัติชนชาติไทยจะประสบความสำเร็จได้อย่างแท้จริงก็ต่อเมื่อมีการพบปะและแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับกลุ่มคนไทย หลากหลายเผ่าพันธุ์ การเดินทางเพื่อสัมผัสถิ่นฐานเดิมของบรรพบุรุษไทยในอีสานจึงนับเป็นประสบการณ์ ที่ทั้งน่าตื่นเต้นและสร้างความประทับใจอย่างลึกซึ้ง (บรรจบ พันธุเมธา, 2526)

มุมมองที่เปลี่ยนแปลงไปของชาวไทอาหมสะท้อนผ่านการพยายามรักษาและฟื้นฟูอัตลักษณ์ ความเป็นไท แม้จะถูกรวมกลืนกับวัฒนธรรมอินเดียในหลายด้าน ปัจจุบันชาวไทอาหมยังคงแสดงร่องรอย ของวัฒนธรรม เช่น การใช้คำจากภาษาไทยในชีวิตประจำวัน การบริโภคอาหาร และการรักษาประเพณี ดังนั้น การฟื้นฟูอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมยังปรากฏในความพยายามรวมตัวทางการเมืองและสังคมของชาวไทอาหม ท่ามกลางสถานการณ์เปลี่ยนแปลง ชาวไทอาหมยังคงมองตนเองว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มไท แม้จะเผชิญข้อจำกัด จากการถูกมองเป็นชนกลุ่มน้อยในอินเดีย สะท้อนถึงความสำคัญของการปรับตัวเพื่อรักษาอัตลักษณ์ท่ามกลาง กระแสการเปลี่ยนแปลงในโลกยุคใหม่

บริบทในปัจจุบัน

การเติบโตและพัฒนาการทางการศึกษาของกลุ่มคนไทยในประเทศอินเดีย ซึ่งนักวิชาการจากประเทศไทยได้ให้ความสนใจปรากฏในงานศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับกลุ่มคนไทยมาตั้งแต่ช่วงทศวรรษ 2440 เป็นต้นมา โดยเริ่มต้นจากการศึกษาเรื่องราวของกลุ่มคนไทยอาหม ซึ่งมีหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่ยาวนานในดินแดนรัฐอัสสัม และมีความเกี่ยวข้องกับกลุ่ม “ไทใหญ่” ผ่านประวัติศาสตร์ร่วมกันตั้งแต่ยุคอาณาจักรโบราณบริเวณลุ่มน้ำมว ก่อนที่จะขยายเข้าสู่แคว้นอัสสัม และก่อตั้งรัฐไทอาหมขึ้นในพื้นที่ลุ่มน้ำพรหมบุตรของอินเดีย

จากการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมในระยะหลัง พบว่า มีกลุ่มชาติพันธุ์ไทในประเทศอินเดียอีกหลายกลุ่ม โดยทั่วไปยอมรับกันว่า มีอยู่ 6 กลุ่มหลัก ได้แก่ ไทอาหม พ่าเก อ่ายตอน คำตี้ ตูรุง และคำยั้ง เป็นต้น กลุ่มชาติพันธุ์เหล่านี้มีได้ตั้งถิ่นฐานเฉพาะในรัฐอัสสัมเท่านั้น หากแต่ยังกระจายตัวอยู่ในรัฐสำคัญอื่น ๆ ของอินเดีย เช่น รัฐอรุณาจัลประเทศ กลุ่มไทอาหมยังคงเป็นกลุ่มที่ได้รับความสนใจในการศึกษามากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มชาติพันธุ์ไทอื่น ๆ ในรัฐอัสสัม ทั้งนี้เนื่องจากไทอาหมมีความเชื่อมโยงทางประวัติศาสตร์กับพื้นที่ดังกล่าวมาอย่างยาวนาน อีกทั้งยังสามารถจัดตั้งหน่วยการปกครองที่มีความมั่นคงเป็นระบบรัฐ และมีเอกสารสำคัญทางประวัติศาสตร์ เช่น “อาหมบุราณจี” ซึ่งถือเป็นแหล่งข้อมูลที่มีคุณค่ายิ่งต่อการศึกษาทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม จึงทำให้ไทอาหมเป็นกลุ่มที่ได้รับการศึกษาค้นคว้าอย่างลึกซึ้งและกว้างขวางมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ (พิเชฐ สายพันธุ์, 2561)

นอกจากนี้ แนวทางการฟื้นฟูภาษาอาหม อีกแนวทางหนึ่งที่ชาวไทอาหมใช้ในการฟื้นฟูภาษาของตน คือ การแสดงความสนใจเรียนรู้ภาษาไทยในประเทศไทย รวมถึงการขอความช่วยเหลือจากคนไทยให้ไปสอนภาษาไทยแก่ชาวไทอาหมในรัฐอัสสัม อย่างไรก็ตาม ความพยายามนี้เกิดขึ้นเพียงในบางช่วงเวลาและยังขาดความต่อเนื่อง แม้ว่าคำศัพท์ระหว่างภาษาอาหมและภาษาไทยจะมีความคล้ายคลึงกันบางส่วน แต่โครงสร้างภาษาและรายละเอียดด้านภาษาก็ยังคงมีความแตกต่างกันอย่างชัดเจน จากการศึกษาปฏิบัติการในการฟื้นฟูภาษาและวัฒนธรรมไทอาหม พบว่า ความพยายามในการสร้างอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ไทอาหมให้ปรากฏในระดับสาธารณะเป็นกระบวนการที่มีความสลับซับซ้อน ทั้งในขั้นตอนการต่อรอง การใช้ เลือกสรร นิยาม ผลิตซ้ำ ความหมายเพื่อขีดเส้นแบ่งความเหมือน-ต่างระหว่างไทอาหมกับไม่ใช่ไทอาหม ผ่านเครื่องมือและสัญลักษณ์ทางวัฒนธรรมจากอดีตมาใช้สอดคล้องกับภาวะปัจจุบันหลายประการ ได้แก่ อาหม-บุราณจี การเชิดชูวีรบุรุษของชาวไทอาหม โรงเรียนสอนภาษาไทย นิยามความเป็นไทในโบราณสถาน พิพิธภัณฑสถาน พิพิธภัณฑ์ และตราสัญลักษณ์ ความพยายามเปิดพื้นที่สาธารณะเพื่อประกาศตัวตนทางวัฒนธรรมด้วยการผลิตซ้ำอดีตที่ผ่านการคัดสรร จัดวางตำแหน่งแห่งที่ การตอบโต้ทางสัญลักษณ์ และการต่อรองทางการเมือง หากพื้นที่ในการประกาศ

ตัวตนของคนไทอาหมนั้นก็ได้ขีดวงจำกัดขอบเขตเพียงกลุ่มของตนเองเท่านั้น ยังเป็นการประสานความร่วมมือระหว่างกลุ่มอีกด้วย (ดำรงพล อินทร์จันทร์, 2545)

เมื่อปีการศึกษา 2555 สมาคมวรรณกรรมไทยตะวันออกและผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุญยสฤกษ์ อเนกสุข ในนามคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ได้ดำเนินโครงการความร่วมมือด้านการจัดการเรียนการสอน ระดับบัณฑิตศึกษาทางภาษาไทยและการวิจัยทางการท่องเที่ยว ทั้งนี้ ในปีการศึกษา 2555 มีนักศึกษาชาวไทอาหม เข้ามาเรียนในสาขาการท่องเที่ยวและภาษาไทย จำนวน 2 คน และมีความประสงค์จะศึกษาต่อในระดับปริญญา เอกทางภาษาศาสตร์ที่มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 1 คน

สุมิตร ปิติพัฒน์ และดำรงพล อินทร์จันทร์ (2545) ได้กล่าวว่า ในอดีต ความเชื่อและพิธีกรรม ของชาวไทอาหมในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย นอกจากจะเป็นเครื่องตอบสนองความต้องการทางจิตใจแล้ว ยังถือเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการฟื้นฟูภาษาและวัฒนธรรม ที่สะท้อนอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ของชาวไทอาหม ให้ปรากฏอย่างเด่นชัดในปัจจุบัน

ฉัตรทิพย์ นาถสุภา (2549) ได้นำเสนอความคิดเห็นในปาฐกถาชุด “สิรินธร” ครั้งที่ 21 เรื่อง ประวัติศาสตร์สังคมกลุ่มชนที่พูดภาษาตระกูลไท โดยสรุปได้ว่า ชาวไทอาหมได้ก่อตั้งอาณาจักรในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย ระหว่างพุทธศตวรรษที่ 18-24 มีระบบความเชื่อดั้งเดิมที่เน้นการบูชาฟ้าและธรรมชาติ พิธีกรรม สำคัญเกี่ยวข้องกับ “ฟ้าหลวง” และการบูชาบรรพบุรุษ ระบบเศรษฐกิจมุ่งเน้นเกษตรกรรม ในขณะที่การปกครอง เริ่มจากชุมชนบุพกาลจนพัฒนาเป็นระบบศักดินาโดยมี “เจ้าฟ้า” เป็นศูนย์กลาง อิทธิพลของศาสนาฮินดูเริ่มเข้ามา มีบทบาทในภายหลังแต่พิธีกรรมดั้งเดิมยังคงอยู่ แม้ว่าภาษาไทยในปัจจุบันจะถูกใช้เฉพาะในพิธีกรรมเท่านั้น ชาวไทอาหมยังคงพยายามรักษาวัฒนธรรมและเอกลักษณ์ดั้งเดิมของตนไว้ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ดังนั้น การมองย้อนกลับไปในประวัติศาสตร์สังคมและวัฒนธรรมของชาวไทอาหม จึงเป็นกุญแจสำคัญในการเปิด มุมมอง ปลุกจิตสำนึก และสร้างทางเลือกใหม่สำหรับการพัฒนาประเทศชาติ ประชาคม และชุมชน โดยการย้อนกลับไปมองเห็นภูมิปัญญาพื้นฐานที่เป็นรากเหง้า ซึ่งเป็นสิ่งที่ช่วยเกาะเกี่ยวประชาคมและสังคม ให้อยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข พร้อมทั้งส่งเสริมจิตสำนึกและความเป็นเจ้าของในชุมชนมากกว่าการมองตนเอง ในฐานะผู้กอบโกยผลประโยชน์ หรือการขายทรัพยากรและคุณค่าของชุมชนเพียงเพื่อเงินตราและความสุขส่วนตน ทั้งนี้ ชาวไทอาหมในปัจจุบันถือเป็นกลุ่มที่มีจำนวนมากกว่าชาวไทกลุ่มอื่นที่อพยพมายังรัฐอัสสัม โดยในปี ค.ศ. 1990 ชาวไทอาหมมีประชากรราว 2 ล้านคนในรัฐอัสสัมและรัฐอรุณาจัลประเทศ อีกทั้งยังมีชาวอัสสัมราว 8 ล้านคน ที่อ้างว่ามีบรรพบุรุษหรือสืบเชื้อสายมาจากชาวไทอาหม

อาจกล่าวโดยสรุป ในปัจจุบันการศึกษาและการฟื้นฟูวัฒนธรรมของกลุ่มคนไทยในประเทศอินเดีย โดยเฉพาะชาวไทยอาหมในรัฐอัสสัม ยังคงเป็นหัวข้อที่ได้รับความสนใจจากนักวิชาการอย่างต่อเนื่อง แม้ชาวไทยอาหมจะเผชิญกับความท้าทายจากกระแสโลกาภิวัตน์และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม แต่พวกเขายังคงมุ่งมั่นที่จะรักษาอัตลักษณ์ของตนผ่านการอนุรักษ์ภาษา วัฒนธรรม และพิธีกรรมดั้งเดิม ขณะเดียวกัน การสร้างพื้นที่สาธารณะเพื่อแสดงออกถึงอัตลักษณ์และการสืบทอดวัฒนธรรมดั้งเดิมยังสะท้อนถึงบทบาทของภูมิปัญญาในการเสริมสร้างความมั่นคงทางสังคม การนำบทเรียนจากกระบวนการฟื้นฟูวัฒนธรรมของชาวไทยอาหมมาเป็นแนวทางอาจช่วยให้สังคมร่วมสมัยเห็นคุณค่าของมรดกทางวัฒนธรรม และสนับสนุนการสร้างสมดุลระหว่างการอนุรักษ์วัฒนธรรมดั้งเดิมกับการปรับตัวให้เข้ากับโลกที่เปลี่ยนแปลง

บทสรุป

การเปลี่ยนแปลงมุมมองต่อชาติพันธุ์ชาวไทยอาหมในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย แสดงให้เห็นถึงการเคลื่อนไหวจากการถูกมองว่าเป็นกลุ่มชาติพันธุ์ที่หลอมรวมเข้ากับสังคมอินเดีย สู่อันตรายและฟื้นฟูอัตลักษณ์ความเป็นไทยอย่างมีนัยสำคัญภายใต้แรงกดดันจากกระแสโลกาภิวัตน์และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรม และภาษาชาวไทยอาหมยังคงแสดงความพยายามในการรักษารากเหง้าทางชาติพันธุ์ของตน ทั้งผ่านพิธีกรรม ความเชื่อดั้งเดิม ภาษา และประเพณี แม้ว่าภาษาไทยอาหมจะอยู่ในภาวะเสื่อมถอย แต่ความตระหนักในคุณค่าของวัฒนธรรมและภาษาได้กลายเป็นแรงผลักดันในการดำเนินกิจกรรมทางสังคม การเมือง และการศึกษา เพื่อธำรงไว้ซึ่งอัตลักษณ์ดั้งเดิม

การศึกษานี้แสดงให้เห็นถึงมุมมองใหม่ต่อบทบาทของกลุ่มชาติพันธุ์ในโลกสมัยใหม่ ซึ่งมีใช้เพียงผู้ถูกกลืนกลายทางวัฒนธรรม หากแต่เป็นผู้แสดงออกถึงความเป็นเจ้าของและผู้รักษามรดกของตนอย่างมีจุดยืน บทบาทของชาวไทยอาหมในการฟื้นฟูวัฒนธรรมจึงเป็นตัวอย่างของการสร้างสมดุลระหว่างการธำรงรักษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมกับการปรับตัวให้สอดคล้องกับบริบททางสังคมและโลกาภิวัตน์ในปัจจุบัน

เอกสารอ้างอิง

- กรมพระนราธิปประพันธ์พงศ์, พระเจ้าบรมวงศ์เธอ. (2505). *พงศาวดารไทยใหญ่ เล่ม 1*. กรุงเทพฯ: ศึกษาภัณฑ์พานิช.
- คมกฤษ อุยเต็กเค่ง. (2560). *ภารตะ-สยาม? ผี พราหมณ์ พุทธ?*. กรุงเทพฯ: มติชน.

- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (2549). *ปาฐกถาชุด “สิรินธร” ครั้งที่ 21 เรื่อง ประวัติศาสตร์สังคมกลุ่มชนที่พูดภาษาตระกูลไท*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา และเรณู วิชาศิลป์. (2552). *การศึกษาประวัติศาสตร์ไทอาหม*. กรุงเทพฯ: สร้างสรรค์.
- ฐาปนีย์ เครือระยา. (2560). การสร้างถิ่นฐาน บ้าน และเรือนคนไทดำ ไทขาวในเวียดนาม. *วารสารช่วงฝน*, 12, 121–156.
- दनัย ไชยโยธา. (2546). *สังคม วัฒนธรรม และประเพณี*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ดำรงพล อินทร์จันทร์. (2545). *การฟื้นฟูวัฒนธรรมของไทอาหมในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย*. (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ดำรงพล อินทร์จันทร์. (2561). *การเปลี่ยนแปลงประเพณีและพิธีกรรม “เม-ด้า-เม-ผี” ของคนไทอาหม รัฐอัสสัม อินเดีย*. รายงานการวิจัย. นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- บรรจบ พันธุเมธา. (2526). *กาเลหม่านไตในรัฐชาน*. กรุงเทพฯ: ประกายพริก.
- บรรจบ พันธุเมธา. (2563). *กาเลหม่านไต* (พิมพ์ครั้งที่ 4). นนทบุรี: ธนัช.
- บุญยสฤษฎ์ อเนกสุข. (2555). ความเป็นไทของชาวอาหม: เรื่องเล่าจากอินเดียอีสาน. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี*, 3(2), 37–55.
- พิเชฐ สายพันธุ์. (2561). การศึกษาคนไทในรัฐอัสสัม อินเดีย: จากแนวคิด “รากเหง้าดั้งเดิม” สู่ “ชาตินิยมเชิงเชื้อชาติ” และ “การกำหนดทางชาติพันธุ์”. *วารสารมานุษยวิทยา*, 1(1), 83–117.
- เรืองเดช บันเขื่อนขัตติย์. (2531). *ภาษาถิ่นตระกูลไทย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศิริพร ณ ถลาง. (2539). *การวิเคราะห์ตำนานสร้างโลกของคนไท*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สิทธิโชค ปาณะศรี และคณะ. (2561). พหุวัฒนธรรมในมุมมองของปรัชญาหลังนวยุค. *วารสารเซนต์จอห์น*, 21(28), 31–46.
- สุรพงษ์ โสธนะเสถียร. (2533). *การสื่อสารกับสังคม*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุมิตร ปิติพัฒน์ และ ดำรงพล อินทร์จันทร์. (2545). *ความเชื่อและพิธีกรรมของคนไทอาหมในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ThaiPR.net. (2557). *ย่ำถิ่นไทอาหมและไทผาเก ชนกลุ่มน้อยในรัฐอัสสัม ประเทศอินเดีย กับการอนุรักษ์ ฟื้นฟูอัตลักษณ์ของต้นตระกูลไท*. สืบค้นจาก <https://www.ryt9.com/s/prg/1849280>
- Gait, E. S. (1926). *History of Assam* (7th ed.). Guwahati: Lawy Book Stall.

- Jedsada Netawong. (2021). *Plawattakan sang khwam pen chatiphan Karen nai Prathet Thai: Sueksa phan naeo khit “field” khong Bourdieu [The dynamics of ethnic identity formation of the Karen in Thailand: A study through Bourdieu's field theory]*. (Doctoral dissertation). Srinakharinwirot University.
- Phukan, J. N. (1984). *The inventory of Ahom deities and spirits: An aspect of ancient Tai belief*. Paper presented at the International Conference on Thai Studies, 22–24 August 1984.
- Lebar, F. M. et al. (1964). *Ethnic groups of mainland Southeast Asia*. New Haven: Human Relations Area Files Press.
- Li, F. (1959). Classification by vocabulary: Tai dialects. *Anthropological Linguistics*, 1(2), 15-21.

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริกุล ธรรมจิตรสกุล	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
รองศาสตราจารย์ ดร.สัญญา สะสอง	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
รองศาสตราจารย์ ดร.นิรันดร์ ภักดี	มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดำรงพล อินทร์จันทร์	มหาวิทยาลัยศิลปากร
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุทธพร นาคสุข	มหาวิทยาลัยมหิดล
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภัทธร บุปผัน	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อ้อมใจ แต่เจริญวิริยะกุล	มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนต์นภัส มโนการณ	มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธนพร บัวรอด	มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เนตรา สมกำลัง	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สายนที เฉินบำรุง	มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจษฎา ทองสุข	มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทรงพล เลิศกอบกุล	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
ผู้ช่วยศาสตราจารย์สงกรานต์ สมจันทร์	มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
ดร.อุเทน วงศ์สถิตย์	มหาวิทยาลัยศิลปากร

การเสนอบทความเพื่อตีพิมพ์

1. วัตถุประสงค์ของการจัดพิมพ์วารสาร

1.1 เพื่อเป็นสื่อกลางในการแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็นในสหสาขาวิชาทางด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และสาขาที่เกี่ยวข้อง อาทิ มานุษยวิทยา สังคมวิทยา ประวัติศาสตร์ พัฒนาชุมชน ปรัชญาและศาสนา ภาษาศาสตร์และวรรณกรรม ศิลปะและวัฒนธรรม การท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม ภูมิปัญญา ดนตรีศึกษา ภาษาวัฒนธรรม ดนตรีและนาฏศิลป์ การเมืองการปกครองและกฎหมาย สหวิทยาการจัดการเรียนรู้ เป็นต้น

1.2 เพื่อเป็นแหล่งรวบรวมและเผยแพร่องค์ความรู้ผ่านผลงานวิจัยและผลงานวิชาการด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

1.3 เพื่อส่งเสริมให้อาจารย์ นักศึกษา และผู้สนใจทั่วไป ได้มีโอกาสเผยแพร่ผลงานวิจัยและผลงานวิชาการเพื่อนำไปสู่การสร้างสรรค์ บูรณาการ และต่อยอดองค์ความรู้ ในการสร้างคุณค่าแก่ชุมชน

2. ข้อตกลงเบื้องต้น

2.1 บทความทุกบทความจะได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิ (Peer review) ในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง 3 ท่าน ในลักษณะ Double-blinded peer review โดยผู้ทรงคุณวุฒิไม่ทราบว่าผู้เขียนเป็นใคร และผู้เขียนไม่ทราบว่าผู้ทรงคุณวุฒิเป็นใคร ทั้งนี้ การพิจารณารับบทความเพื่อลงตีพิมพ์หรือไม่ได้ตีพิมพ์อยู่ที่ดุลพินิจของบรรณาธิการ ซึ่งถือเป็นอันสิ้นสุด

2.2 บทความ ข้อความ ภาพประกอบ และตารางข้อมูลต่าง ๆ ที่ตีพิมพ์ในวารสาร “ช่วงฝน” เป็นความคิดเห็นส่วนตัวของผู้เขียน กองบรรณาธิการไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยเสมอไป และไม่ใช้ความรับผิดชอบของกองบรรณาธิการวารสาร “ช่วงฝน” โดยถือเป็นความรับผิดชอบของผู้เขียนแต่เพียงผู้เดียว

2.3 บทความจะต้องไม่เคยตีพิมพ์ที่ไหนมาก่อน และไม่อยู่ระหว่างการพิจารณาของวารสารฉบับอื่น หากตรวจสอบพบว่าการตีพิมพ์ซ้ำซ้อนกัน ถือเป็นความรับผิดชอบของผู้เขียนแต่เพียงผู้เดียว และจะไม่ได้รับการพิจารณาให้ลงตีพิมพ์ในวารสาร “ช่วงฝน” อีกต่อไป

2.4 ผู้เขียนจะต้องปฏิบัติตามระเบียบและนโยบายของวารสาร “ช่วงฝน” อย่างเคร่งครัด หากไม่ยินยอมแก้ไขหรือไม่ดำเนินการตามคำแนะนำ บรรณาธิการมีสิทธิ์ที่จะไม่รับตีพิมพ์บทความอีกต่อไป

2.4 บทความที่ส่งถึงกองบรรณาธิการ ขอสงวนสิทธิ์ที่จะไม่ส่งคืนผู้เขียน

3. ประเภทของผลงานที่ตีพิมพ์ในวารสาร

3.1 บทความวิจัย (Research article) เป็นบทความที่มีการค้นคว้าอย่างมีระบบและมีความมุ่งหมายที่ชัดเจน เพื่อให้ได้ข้อมูลหรือหลักการบางอย่างที่จะนำไปสู่ความก้าวหน้าทางวิชาการหรือนำวิชาการมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ เช่น มีการกำหนดปัญหาที่ชัดเจนสมเหตุสมผล โดยจะต้องระบุวัตถุประสงค์ที่เด่นชัดแน่นอน มีการรวบรวมข้อมูล พิจารณาวิเคราะห์ ตีความ และสรุปผลการวิจัยที่สามารถให้คำตอบหรือบรรลุมุ่งวัตถุประสงค์

3.2 บทความวิชาการ (Academic article) เป็นการเขียนทางวิชาการซึ่งมีการกำหนดประเด็นที่ต้องการอธิบายหรือวิเคราะห์อย่างชัดเจน และการวิเคราะห์ประเด็นดังกล่าวต้องถูกต้องตามหลักวิชาการ และสามารถสรุปผลการวิเคราะห์ในประเด็นนั้นได้ ซึ่งจะเป็นการนำความรู้จากแหล่งต่าง ๆ มาประมวลร้อยเรียงเพื่อวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ โดยผู้เขียนได้แสดงทัศนะทางวิชาการของตนไว้อย่างชัดเจนด้วย

4. การพิจารณาบทความ

4.1 กองบรรณาธิการจะแจ้งให้ผู้ส่งบทความทราบ เมื่อได้รับบทความเรียบร้อยแล้วสมบูรณ์ทางระบบ Thaijo

4.2 กองบรรณาธิการจะตรวจสอบหัวข้อและเนื้อหาของบทความ โดยพิจารณาถึงความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และประเภทของบทความ ตลอดจนรูปแบบการจัดพิมพ์บทความ การอ้างอิง และไบบลิโอกราฟี หากไม่ครบถ้วน กองบรรณาธิการขอสงวนสิทธิ์ที่ไม่รับตีพิมพ์บทความดังกล่าว

4.3 กรณีที่กองบรรณาธิการพิจารณาเห็นควรรับบทความไว้พิจารณาตีพิมพ์ ทางกองบรรณาธิการจะดำเนินการส่งบทความเพื่อทำการกลั่นกรองในขั้นตอนต่อไป ด้วยการส่งบทความให้กับผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาที่เกี่ยวข้องตรวจสอบคุณภาพของบทความว่าอยู่ในระดับที่เหมาะสมจะลงตีพิมพ์หรือไม่ ในลักษณะ Double-blinded Review โดยผู้ทรงคุณวุฒิไม่ทราบว่าผู้เขียนเป็นใคร และผู้เขียนไม่ทราบว่าผู้ทรงคุณวุฒิเป็นใคร (1 บทความ / 3 ผู้ทรงคุณวุฒิ)

4.4 เมื่อผู้ทรงคุณวุฒิได้พิจารณาถ้อยแถลงบทความแล้ว ทางกองบรรณาธิการจะตัดสินใจโดยอิงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิว่า บทความควรจะนำลงตีพิมพ์หรือไม่ หรือเห็นควรที่จะส่งให้ผู้เขียนนำกลับไปแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ก่อน และนำส่งบทความดังกล่าวกลับมาพิจารณาอีกครั้งหนึ่ง หรือปฏิเสธการลงตีพิมพ์ ทั้งนี้ ผู้เขียนจะต้องแก้ไขบทความตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ภายใน 45 วัน หลังจากได้รับบทความพร้อมคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิกลับคืน

4.5 กองบรรณาธิการจะนำบทความที่ผ่านการแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิเข้าสู่กระบวนการตีพิมพ์ต่อไป

5. การจัดเตรียมบทความ

บทความวิจัยและบทความวิชาการที่เสนอเพื่อตีพิมพ์ในวารสาร “ช่วงฉายา” จะต้องเป็นบทความที่ไม่เคยตีพิมพ์เผยแพร่ที่ไหนมาก่อน และไม่อยู่ระหว่างการพิจารณาของวารสารฉบับอื่น ทั้งนี้ บทความดังกล่าวจะต้องพิมพ์ด้วยโปรแกรม Microsoft Word โดยมีความยาวของบทความไม่เกิน 20 หน้า (นับรวมรูปภาพ ตาราง แผนภูมิ เอกสารอ้างอิง) ลงในกระดาษ A4 พิมพ์หน้าเดียว ด้วยรูปแบบอักษร TH SarabunPSK เท่านั้น ทั้งนี้ บทความจะต้องประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ตามลำดับ ดังต่อไปนี้

5.1 บทความวิจัย

5.1.1 ชื่อเรื่อง ชื่อ – นามสกุล สังกัด (ภาษาไทย – ภาษาอังกฤษ) และอีเมล

5.1.2 บทคัดย่อและคำสำคัญ (ภาษาไทย-ภาษาอังกฤษ) บทคัดย่อความยาว 200 - 250 คำ และคำสำคัญไม่เกิน 4 คำ

5.1.3 บทนำ

5.1.4 วัตถุประสงค์การวิจัย

5.1.5 วิธีดำเนินการวิจัย

5.1.6 ผลการวิจัย

5.1.7 สรุปผลการวิจัย

5.1.8 อภิปรายผล

5.1.9 ข้อเสนอแนะการวิจัย (ถ้ามี)

5.1.10 เอกสารอ้างอิง (ดำเนินการตามที่กำหนดในระเบียบนี้)

5.2 บทความวิชาการ

5.2.1 ชื่อเรื่อง ชื่อ – นามสกุล สังกัด (ภาษาไทย – ภาษาอังกฤษ) และอีเมล

5.2.2 บทคัดย่อและคำสำคัญ (ภาษาไทย-ภาษาอังกฤษ) บทคัดย่อความยาว 200 - 250 คำ และคำสำคัญไม่เกิน 3 คำ

5.2.3 บทนำ

5.2.4 เนื้อหา ควรมีจัดโครงสร้างของเนื้อหาสาระที่จะนำเสนอ โดยจัดลำดับให้เหมาะสม และการนำเสนอเนื้อหาควรมีความต่อเนื่องกัน เพื่อให้ผู้อ่านได้เข้าใจในสาระนั้นอย่างง่าย

5.2.5 บทสรุป

5.2.6 เอกสารอ้างอิง (ดำเนินการตามที่กำหนดในระเบียบนี้)

5.3 ข้อกำหนดในการจัดเตรียมบทความ

5.3.1 ใช้อักษร TH SarabunPSK พิมพ์บทความ A4 พิมพ์หน้าเดียว

5.3.2 ตั้งค่านำกระดาษ โดยมีระยะห่างจากขอบกระดาษ ทั้งด้านบน 1.25 นิ้ว ด้านล่าง 1.0 นิ้ว ด้านซ้าย 1.25 นิ้ว และด้านขวา 1.0 นิ้ว และมีระยะห่างระหว่างบรรทัด เท่ากับหนึ่งช่วงบรรทัดของ เครื่องคอมพิวเตอร์

5.3.3 การจัดวางหัวข้อให้เป็นไปตามลำดับความสำคัญของหัวข้อ ดังนี้

ก. การลำดับหัวข้อให้ใช้ระบบตัวเลขกำกับ ตามด้วยเครื่องหมายจุด (.) หลังตัวเลข และ เว้น 2 ช่วงตัวอักษร ก่อนเริ่มคำหรือข้อความต่อไป ดังนี้ 1.//.....

ข. การจัดวางหัวข้อให้เป็นไปตามลำดับความสำคัญของหัวข้อ ดังต่อไปนี้

หัวข้อใหญ่ ให้วางชิดขอบหน้า ซึ่งหัวข้อใหญ่จะไม่ใส่ตัวเลขกำกับ และ คำอธิบายของหัวข้อใหญ่ให้ขึ้นบรรทัดใหม่ โดยย่อหน้า 1.50 เซนติเมตร และเว้นบรรทัด 1 ช่วงบรรทัดของ เครื่องคอมพิวเตอร์

หัวข้อรอง ให้เริ่มอักษรตัวแรกของหัวข้อใหญ่หรือเลขกำกับหัวข้อ โดยเว้นจาก ขอบกระดาษ 1.50 เซนติเมตร และคำอธิบายของหัวข้อรองจะอยู่ในบรรทัดเดียวกัน หรือจะขึ้นย่อหน้าใหม่ก็ได้ ตามความเหมาะสม กรณีที่หัวข้อรองไม่มีเลขกำกับหัวข้อ ให้เริ่มหัวข้อย่อยหรือเลขกำกับหัวข้อย่อย โดยให้อักษรตัวแรกตรงกับหัวข้อรอง

หัวข้อย่อย กรณีที่หัวข้อรองมีเลขกำกับหน้าหัวข้อ ให้เริ่มหัวข้อหรือเลขกำกับ ของหัวข้อย่อยที่อักษรตัวแรกของหัวข้อรอง ทั้งนี้ หัวข้อย่อยควรใช้การย่อหน้าในระบบเดียวกัน และไม่ควรมีหัวข้อ ย่อยมากเกินไป ดังต่อไปนี้

1. //

1.1 //

1.1.1 //

5.3.4 คำอธิบายในแต่ละหัวข้อ หากขึ้นย่อหน้าใหม่ให้ย่อหน้าตรงกับอักษรตัวแรกของหัวข้อนั้น ๆ ส่วนข้อความในบรรทัดต่อมาให้ชิดขอบหน้าตามปกติ

5.3.5 การใช้เครื่องหมายวรรคตอน เช่น เครื่องหมายจุลภาค (,) ทวิภาค (:) และอัฒภาค (;) ให้พิมพ์ต่อเนื่องกับอักษรตัวหน้า และเว้น 1 ช่วงตัวอักษรก่อนข้อความต่อไป เช่น (ยุพิน เข้มมุก, 2559, 15 – 19)

5.3.6 หมายเลขหน้า ให้ใส่ไว้ตำแหน่งด้านบนขวา ตั้งแต่ต้นจนจบบทความ

5.3.7 รายละเอียดในต้นฉบับ ให้พิมพ์ตามข้อกำหนด ดังต่อไปนี้

1. ชื่อเรื่อง (Title)

- ภาษาไทย ขนาด 18 พอยต์ (point), ตัวหนา และกึ่งกลางหน้ากระดาษ
- ภาษาอังกฤษ (ตัวอักษรพิมพ์ใหญ่) ขนาด 18 พอยต์ (point), ตัวหนา และกึ่งกลางหน้ากระดาษ

2. ชื่อ – นามสกุลของผู้เขียน (ทุกคน)

- ชื่อผู้เขียน ภาษาไทย (ตัวหนา) ภาษาอังกฤษ (ตัวธรรมดา) ขนาด 14 พอยต์ (point) ชิดขวา
- ระบุตำแหน่งทางวิชาการ สาขาวิชา ภาควิชา คณะ มหาวิทยาลัย หรือรายละเอียดของหน่วยงานที่สังกัด (ของผู้เขียนทุกคน) โดยให้ระบุหมายเลขที่ชื่อ – นามสกุล และกำหนดไว้ทางเชิงอรรถในหน้านั้น ๆ ขนาด ขนาด 12 พอยต์ (point) (ตัวธรรมดา)
- อีเมลของผู้เขียนบทความ 1 คน ที่จะเป็นผู้ติดต่อกับกองบรรณาธิการ ขนาด 14 พอยต์ (point) (ตัวธรรมดา) ชิดขวา

3. บทคัดย่อ

- ชื่อ “บทคัดย่อ” และ “Abstract” ขนาด 16 พอยต์ (point) (ตัวหนา) กึ่งกลางกระดาษ
- ข้อความบทคัดย่อภาษาไทย ขนาด 14 พอยต์ (point) (ตัวธรรมดา) ชิดซ้าย ย่อหน้า 0.5 นิ้ว
- ข้อความบทคัดย่อภาษาอังกฤษ ขนาด 14 พอยต์ (point) (ตัวธรรมดา) ชิดซ้าย ย่อหน้า 0.5 นิ้ว

4. คำสำคัญ (Keyword) เว้นจากบทคัดย่อ 1 ช่วงบรรทัดของเครื่องคอมพิวเตอร์
ควรเลือกคำสำคัญที่เกี่ยวข้องกับบทความ ประมาณ 4 คำ ภาษาไทย – ภาษาอังกฤษ ขนาด 14 พอยต์ (point)
(ตัวธรรมดา)

5. รายละเอียดบทความ

- หัวข้อใหญ่ ขนาด 16 พอยต์ (point) (ตัวหนา) ชิดซ้าย
- หัวข้อรอง ขนาด 14 พอยต์ (point) (ตัวหนา) ชิดซ้าย ย่อหน้า 0.5 นิ้ว
- หัวข้อย่อย ขนาด 14 พอยต์ (point) (ตัวหนา) ชิดซ้าย ย่อหน้า 0.5 นิ้ว
- ตัวอักษร ขนาด 14 พอยต์ (point) (ตัวธรรมดา) ชิดซ้าย ย่อหน้า 0.5 นิ้ว

6. ภาพและตาราง กรณีมีภาพประกอบ ให้ระบุคำว่า ภาพที่ ໐໐໐ ภาพประกอบ และ
บรรยายใต้ภาพ โดยให้อยู่กึ่งกลางหน้ากระดาษ กรณีตารางประกอบ ให้ระบุคำว่า ตารางที่ ໐໐໐ พร้อมทั้งข้อความ
บรรยายตาราง ไว้บนหัวตาราง โดยจัดให้ชิดซ้ายหน้ากระดาษ ทั้งนี้ ภาพและตารางประกอบ ควรบอกที่มา
โดยพิมพ์ห่างจากชื่อภาพประกอบและเส้นขีดค้นใต้ตาราง ໑ บรรทัดของเครื่องคอมพิวเตอร์ ด้วยตัวอักษร ขนาด
14 พอยต์ (point) (ตัวธรรมดา) กึ่งกลางหน้ากระดาษ

7. การเขียนเอกสารอ้างอิง ให้ใช้รูปแบบการเขียนอ้างอิงตามระบบ APA^{6th} โดยมี
รูปแบบการอ้างอิง 2 ส่วน ดังนี้

7.1 การอ้างอิงในเนื้อหาใช้ระบบนาม - ปี (Name-year Reference)

7.1.1 การอ้างอิงในเนื้อหาจากสื่อทุกประเภท ลงในรูปแบบ “ชื่อผู้เขียน
ปีพิมพ์ : เลขหน้าที่ปรากฏ” อยู่ในเครื่องหมายวงเล็บเล็ก

7.1.2 ผู้เขียนคนไทยลงชื่อ-สกุล ส่วนผู้เขียนชาวต่างชาติลงเฉพาะนามสกุล

ตัวอย่าง

- โสเกรตีสย่ำว่าการอ่านสามารถจุดประกายได้จากสิ่งที่นักอ่านรู้อยู่แล้วเท่านั้นและความรู้ที่ได้รับมาไม่ได้มาจากตัวหนังสือ (แมนเกล, 2546, น.127)
- สุมาลี วีระวงศ์ (2552, น.37) กล่าวว่า การที่ผู้หญิงจะไปซื้อชักผู้ขายมาบ้านเรือนของตัวเองทั้ง ๆ ที่เขายังไม่ได้มาสู่ขอนั้น เป็นเรื่องผิดขนบธรรมเนียมจารีตประเพณี

หมายเหตุ: ทุกรายการที่อ้างอิงในเนื้อหา จะต้องปรากฏในรายการบรรณานุกรมเสมอ

7.2 บรรณานุกรม (Bibliography) การเขียนบรรณานุกรมใช้รูปแบบของ APA^{6th} (American Psychology Association 6th edition) ดังตัวอย่างตามประเภทของเอกสาร ดังต่อไปนี้

7.2.1 หนังสือ

ชื่อ-สกุลผู้แต่ง. \ (ปีพิมพ์). \ชื่อหนังสือ. \ครั้งที่พิมพ์. \เมืองที่พิมพ์: \สำนักพิมพ์.

Author, A. A., and Author, B. B. \ (Date of publication). \ Title of book. \ (Edition). City, State or Country of publication: Publisher.

ตัวอย่าง

แมนเกล, อัลแบร์โต. (2546). *โลกในมือนักอ่าน*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: พิชเนต พรินติ้ง เซ็นเตอร์.

สุมาลี วีระวงศ์. (2552). *วิถีชีวิตไทยในลิลิตพระลอ*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: สถาพรบุ๊คส์.

Tidd, J., Bessant, J. & Pavitt, K. (2001). *Managing innovation*. (2nd ed). Chichester: John Wiley and Sons.

7.2.2 บทความวารสาร

ชื่อ-สกุลผู้เขียน. \ (ปี). \ ชื่อบทความ. \ ชื่อวารสาร. \ ปีที่(ฉบับที่), \ หน้าที่ปรากฏบทความ.

Author, A. A., and Author, B. B. \ (Date of publication). \ Title of article. \ Journal title.

Volume(Number), Page.

ตัวอย่าง

ผ่อง เพ่งกิ่ง. (2528). ศิลปกรรมอันเนื่องกับไตรภูมิ. *ปาจารย์สาร*. 12(2), 113-122.

Shani, A., Sena, J. and Olin, T. (2003). Knowledge management and new product development: A study of two companies. *European Journal of Innovation Management*. 6(3), 137-149.

7.2.3 วิทยานิพนธ์

ชื่อผู้เขียนวิทยานิพนธ์. \ (ปีการศึกษา). \ ชื่อวิทยานิพนธ์. \ ระดับปริญญา \ สาขาวิชาหรือภาควิชา \ คณะ \ มหาวิทยาลัย.

Author, A. A. \ (Date of publication). \ Title thesis. (Unpublished doctoral dissertation or master's thesis). Name of Institution, Location.

ตัวอย่าง

ปณิธิ อมาตยกุล. (2547). การย้ายถิ่นของชาวไทยใหญ่เข้ามาในจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภูมิภาควิชา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

วันดี สนธิวุฒิเมธี. (2545). กระบวนการสร้างอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ของชาวไทยใหญ่ชายแดนไทย-พม่า กรณีศึกษา หมู่บ้านเปียงหลวง อำเภอเวียงแหง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาบัณฑิต สาขาวิชามานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

7.2.4 สื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ

7.2.4.1 หนังสือออนไลน์ (online / e-Book)

ชื่อผู้แต่ง. \ (ปีที่พิมพ์). \ ชื่อเรื่อง. \ (พิมพ์ครั้งที่). \ สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์. \ สืบค้นจาก \ แหล่งข้อมูลหรือ URL

Author, A. A., and Author, B. B. \ (Date of publication). \ Title of book. \ (Edition). City, State or Country of publication: Publisher. Retrieved from URL

ตัวอย่าง

สรวิษฐ์ ห่อไพศาล. (2552). *นวัตกรรมและการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อการศึกษาในสหัสวรรษใหม่ : กรณีการจัดการเรียนการสอนผ่านเว็บ (Web-Based Instruction: WBI)*. กรุงเทพฯ: ยินดี. สืบค้นจาก <http://ftp.spu.ac.th>.

Humm, M. (1997). *Feminism and film*. [Kindle DX version]. Retrieved from <http://www.netlibrary.com>.

7.2.4.2 บทความจากวารสารออนไลน์ (online / e-journal)

ชื่อ-สกุลผู้เขียน. \ (ปี). \ ชื่อบทความ. \ ชื่อวารสาร. \ ปีที่(ฉบับที่), \ หน้าที่ปรากฏบทความ. สืบค้นจาก \ แหล่งข้อมูลหรือ URL

Author, A. A., and Author, B. B. \ (Date of publication). \ Title of article. \ Title of Journal volume(number), pages. \ Retrieved from....source or URL....

ตัวอย่าง

Kenneth, I. A. (2000). A Buddhist response to the nature of human rights. *Journal of Buddhist Ethics*. 8(3), 13-15. Retrieved from <http://www.cac.psu.edu>.

Webb, S.L. (1998). Dealing with sexual harassment. *Small Business Reports*. 17(5), 11-14. Retrieved from BRS, File: ABI/INFORM Item: 00591201.

7.2.4.3 สารสนเทศอิเล็กทรอนิกส์ ประเภท Press Release รายงานประจำปี ไฟล์ประเภท PowerPoint Blog post Online Video Audio Podcast เป็นต้น

ชื่อผู้เขียน.\ (ปี เดือน วันที่).\ ชื่อเนื้อหา.\ [รูปแบบสารสนเทศอิเล็กทรอนิกส์]. \ สืบค้นจาก \ แหล่งข้อมูลหรือ URL

Author, A. A., and Author, B. B. \ (Year Month Date). \ Title. \ [Format]. Retrieved from....source or URL....

ตัวอย่าง

ธนาคารแห่งประเทศไทย. (2550). *แรงงานต่างด้าวในภาคเหนือ*. [บล็อก]. สืบค้นจาก <http://www.Bot.or.th>.

Beckenbach, F. and Daskalakis, M. (2009). *Invention and innovation as creative problem solving activities: A contribution to evolutionary microeconomics*. [Press release]. Retrieved from <http://www.wiwi.uni-augsburg.com>

7.2.4.4 การอ้างอิงบทสัมภาษณ์

ผู้ให้สัมภาษณ์.\\ตำแหน่งผู้ให้สัมภาษณ์.\\สังกัดของผู้ให้สัมภาษณ์.\\วันเดือนปี ที่ให้สัมภาษณ์.

Name of interviewee – last name. Initials(s), (Date Month Year of interviewing).

ตัวอย่าง

ยุพิน เข้มมุกด์. ศาสตราจารย์. ผู้อำนวยการสำนักศิลปวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.

สัมภาษณ์วันที่ 19 มกราคม 2562.

Yupin Khemmuk. Director of the Institute of Art and Culture. Personal Interview on 19 January 2019.

6. การส่งบทความ

1. ผู้ส่งบทความจะต้องจัดพิมพ์บทความด้วยโปรแกรม Microsoft Word ตามแบบฟอร์มที่วารสาร “ช่วงฉาย” กำหนด จำนวน 1 ชุด พร้อมแนบใบสมัครขอส่งบทความ เพื่อจะลงตีพิมพ์ในวารสาร “ช่วงฉาย” จำนวน 1 ชุด
2. ผู้ส่งบทความจะต้องลงทะเบียนสมัครเป็นสมาชิการวารสาร “ช่วงฉาย” เพื่อส่งบทความลงตีพิมพ์ในระบบ Thaijo โดยเข้าไปที่วารสาร “ช่วงฉาย” และทำตามขั้นตอนที่ระบุ ตลอดจนจัดส่งเอกสารในข้อที่ 1 ผ่านทางระบบ Thaijo
3. การจัดส่งบทความให้ส่งผ่านระบบวารสารออนไลน์ (Thaijo) หากมีข้อสงสัยในการสมัครหรือจัดส่งบทความ ติดต่อสอบถามได้ที่ คุณปนัดดา โตคำนุช โทรศัพท์ 098 - 7477462