

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ

เทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่

Quality Development of Older Persons in the Buddhist Context of Chom Chaeng

Municipal Elderly School Mae Taeng District, Chiang Mai Province

อารีย์ ชัยขัน

อภิรมย์ สีดาคำ

นพดณ ปัญญาวิรัตน์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

Aree Chaikan

Apirom Sidakham

Noppadon Panyaweeratad

Mahachulalongkornrajavidyalaya Chiang Mai Campus

Corresponding Author, E-mail: cynaun101296250895@gmail.com

วันที่รับบทความ: 13 พฤษภาคม 2567; วันที่แก้ไขบทความ 2 มิถุนายน 2567; วันที่ตอบรับบทความ: 4 มิถุนายน 2567

Received: May 13, 2024; Revised: June 2, 2024; Accepted: June 4, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพปัญหา และกระบวนการการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และเสนอแนะแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญได้แก่ ผู้บริหารเทศบาลตำบลจอมแจ้ง ผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ พระสังฆาธิการ ผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลจอมแจ้ง จำนวน 19 รูปหรือคน การรวบรวมข้อมูลมีหลากหลายรูปแบบ ได้แก่ การวิเคราะห์เอกสารและข้อมูลภาคสนาม มีการสำรวจพื้นที่ การสังเกต การสัมภาษณ์ แล้วทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์ เนื้อหาตามประเด็นที่ศึกษา จากนั้นนำเสนอในรูปแบบเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า 1. สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ความยากจน โรคผู้สูงอายุ ขาดทักษะอาชีพ ขาดกระบวนการเรียนรู้ และสภาพแวดล้อมไม่เหมาะสม 2. กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน ทางด้านร่างกาย ให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีงาม การเตรียมตัวด้านสุขภาพจิต โดยการทำจิตใจให้สงบด้วยการสวดมนต์ การเดินจงกรม นั่งวิปัสสนากรรมฐาน นั่งสมาธิ ทำบุญ ฟังเทศน์ในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิตดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพ และเกิดคุณภาพชีวิตที่ดีได้ และ 3. ข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ควรเน้นให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการดำเนินการมีการจัดกิจกรรมนันทนาการเป็นประจำทุกสัปดาห์ส่งเสริมสุขภาพตามวัยหมั่นรักษาสุขภาพอยู่เป็น



ประจำ การปลูกฝังคุณธรรมด้านความสำคัญของการปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรม หลักสืลภาวนา ด้านจิตใจ หลักจิตภาวนา และด้านการ พัฒนาปัญญา ควรมีการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุในชุมชนซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่า และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

คำสำคัญ: การพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุ; โรงเรียนผู้สูงอายุ; พุทธธรรมภาวนา 4

Abstract

This research article aims to study the problem. and the process of improving the quality of life of the elderly and suggest guidelines for improving the quality of life of the elderly in the Buddhist context of the Chom Chaeng Subdistrict Municipality School for the Elderly, Mae Taeng District, Chiang Mai Province. This research is qualitative research. Important informants used in this study include: Chom Chaeng Subdistrict Municipality Executive Director of the Elderly School monk Elderly people from Chom Chaeng Subdistrict Municipality School for the Elderly, 19 figures or people. There are many forms of data collection. Including document analysis and field data. There is a survey of the area, observation, interviews, and then analysis. Synthesize content according to the issues studied. It is then presented in a descriptive form.

The results of the research found that: 1. Conditions of problems in improving the quality of life of the elderly in the Buddhist context of the Chom Chaeng Subdistrict Municipality School for the Elderly, Mae Taeng District, Chiang Mai Province were found to be poverty, elderly disease, lack of professional skills, lack of learning processes. and environment is not appropriate. 2. The process of developing the quality of life of the elderly in the context of Buddhism at the Chom Chaeng Subdistrict Municipality School for the Elderly. It is to develop a good quality of life for the elderly in all 4 areas: physical To create a good quality of life Mental health preparation By calming the mind by chanting prayers, walking meditation, sitting in vipassana meditation, meditating, making merit, and listening to sermons on important Buddhist days. It will make the elderly feel satisfied with their lives and live with quality. and create a good quality of life and 3. Suggestions on ways to develop the quality of life of the elderly in the context of Buddhism of the Chom Chaeng Subdistrict Municipality School for the Elderly, Mae Taeng District, Chiang Mai Province. Should focus on the elderly



Participate in the operation, organizing recreational activities on a weekly basis, promoting health according to age, keeping the five precepts regularly.

Keywords: Improving the quality of the elderly; Elderly School; Buddhaddhammabhavana 4

บทนำ

การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย ส่งผลกระทบหลายมิติทั้งด้านเศรษฐกิจ สวัสดิการสังคม การแพทย์และการสาธารณสุข ถึงแม้ว่าประชากรมีอายุยืนยาวขึ้นแต่พบว่าผู้สูงอายุ มีการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ความพิการ และภาวะทุพพลภาพส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ รายงานด้านสวัสดิการของรัฐเพื่อผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้น มิติด้านภาวะสุขภาพผู้สูงอายุไทย พบว่าแม้ผู้สูงอายุจะมีอายุยืนยาวขึ้นแต่มีปัญหาสุขภาพด้านการเคลื่อนไหวที่พบมากที่สุด (ร้อยละ 58) เป็นผู้สูงอายุที่มีปัญหาความพิการไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้และมีภาวะติดเตียง (ร้อยละ 2) มีปัญหาการเคลื่อนไหวร่างกายออกจากบ้านไม่สะดวก (ร้อยละ 19) มีปัญหาการได้ยิน การสื่อความหมาย การมองเห็น การเรียนรู้ ปัญหาด้านจิตใจ และสติปัญญามีภาวะโรคเรื้อรังที่มีระยะเวลาในการดำเนินของโรคนาน มีค่าใช้จ่ายสูงทั้งค่าใช้จ่ายของรัฐและครอบครัว (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2557) จากการสำรวจประชากรสูงอายุของประเทศไทยโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2557 พบว่าผู้สูงอายุ สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า (ร้อยละ 75.8) เป็นผู้สูงอายุที่ไม่สามารถอ่านออกเขียนได้ถึงร้อยละ 11.6 แต่ผู้สูงอายุมีการเข้าร่วมกิจกรรมกับหมู่บ้านหรือชมรมมากขึ้น และมีความต้องการอยากที่จะทำงาน (กรมกิจการผู้สูงอายุ, ออนไลน์) ครอบครัวซึ่งส่วนใหญ่เป็นครอบครัวเดี่ยวต้องเผชิญปัญหาภาระค่าใช้จ่าย ขาดแคลนรายได้ ขาดคนดูแลผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุต้องอยู่ตามลำพังเพิ่มสูงขึ้นก่อให้เกิดความว้าเหว่ เหงา และรู้สึกไร้คุณค่าตามมาผู้สูงอายุต้องอยู่ในครอบครัวที่เล็กลง และอยู่คนเดียวเพิ่มมากขึ้นมีผู้สูงอายุต้องอยู่ในครอบครัวที่ยากจน (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงในมนุษย์, 2551) รายได้ครัวเรือนต่ำกว่าเส้นความยากจน (ร้อยละ 34) รายได้ที่ได้รับจากบุตรหลานลดลงผู้สูงอายุตอนต้นยังคงทำงานและมีรายได้หลักจากการทำงานร้อยละ 34.9 (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2557) การสร้างความมั่นคงให้แก่ผู้สูงอายุจำเป็นต้องพิจารณาถึงความพอเพียงของรายได้ของผู้สูงอายุในการดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีทั้งรายได้จากการทำงาน บำนาญ เบี้ยยังชีพ คู่สมรส หรือบุตร หลานเป็นต้น (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2558)

โรงเรียนผู้สูงอายุกระบวนการนำแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตมาใช้ในการจัดการศึกษา การพัฒนาทักษะ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและจัดกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุนั้นได้นำสิ่งที่ผู้สูงอายุสนใจ และมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต เพื่อเพิ่มพูนความรู้ทักษะชีวิตที่จำเป็น โดยมีวิทยากรจิตอาสา หรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ขณะเดียวกันโรงเรียนผู้สูงอายุก็เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุจะได้แสดงศักยภาพโดยการถ่ายทอดองค์ความรู้ประสบการณ์ที่สั่งสมให้แก่บุคคลอื่น เพื่อสืบสานภูมิปัญญาให้ทรงคุณค่าคู่กับชุมชน (สำนักงาน



กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, ออนไลน์) แต่เนื่องจากปัจจุบันโรงเรียนผู้สูงอายุ ในประเทศไทย มีการดำเนินงานในรูปแบบหลากหลายและขึ้นอยู่กับบทบาทภารกิจของหน่วยงาน ที่จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ ได้แก่ กระทรวงศึกษาธิการ (สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย, 2553) กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (กรมกิจการผู้สูงอายุ) กระทรวงสาธารณสุข (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล) กระทรวงมหาดไทย (เทศบาล/องค์การบริหาร ส่วนจังหวัด (อบจ.)/องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.)/ท้องถิ่น) กองทุน (สำนักงานกองทุนสนับสนุน การสร้างเสริมสุขภาพ/สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ) สมาคมผู้สูงอายุ แห่งประเทศ ชุมชน เป็นต้น กรมกิจการผู้สูงอายุ ซึ่งชี้ให้เห็นว่าจำนวนโรงเรียนผู้สูงอายุยังมีน้อยมาก และไม่แพร่หลายเมื่อเปรียบเทียบกับสัดส่วนของประชากรผู้สูงอายุในปัจจุบัน อีกทั้งยังพบว่าโรงเรียนผู้สูงอายุจำนวนมากที่ยังไม่สามารถดำเนินการจัดการหลักสูตรการเรียนรู้อุปกรณ์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้กับนักเรียนผู้สูงอายุได้อย่างต่อเนื่อง และยังมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นอีกหลายแห่งยังไม่สามารถจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในการส่งเสริมตลอดชีวิต การจัดการศึกษา และพัฒนาทักษะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุในท้องถิ่นได้ นอกจากนี้ยังขาดงานวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุของประเทศไทย (กรมกิจการผู้สูงอายุ, ออนไลน์)

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ทั้งนี้โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง มีความเข้มแข็งสามารถดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้งยังไม่สามารถดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพและเข้มแข็งยั่งยืน และไม่มีแนวทางในการดำเนินการที่เพียงพอเหมาะสม ดังนั้นเพื่อให้การดำเนินการในโรงเรียนผู้สูงอายุมีแนวทางในการจัดการเรียนรู้ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพและผลลัพธ์ที่ดีจึงจำเป็นต้องทำการศึกษาสภาพความต้องการในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุว่าเป็นอย่างไร และแนวทางส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต ของโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นอย่างไร ตลอดถึงวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่

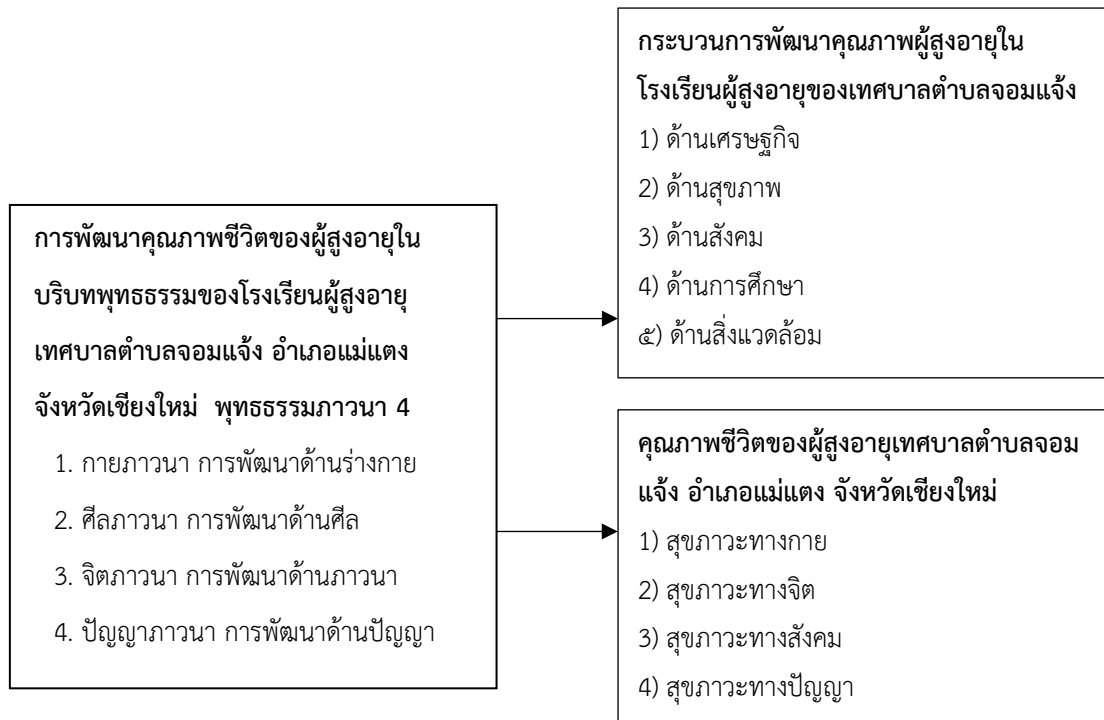
วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่
3. เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่



กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมีกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research methodology) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ใช้ในการสัมภาษณ์ครั้งนี้ ได้แก่ ผู้บริหารเทศบาลตำบลจอมแจ้ง ผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ พระสงฆ์วัดพระพรหมคุณาธาร จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 19 รูปหรือคน ดังนี้ 1) ตัวแทนผู้บริหารเทศบาลตำบลจอมแจ้ง จำนวน 3 คน 2) ตัวแทนนักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 1 รูป 3) ตัวแทนนักวิชาการด้านรัฐประศาสนศาสตร์ จำนวน 1 รูปหรือคน 4) ตัวแทนและผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุบ้านแม่ชะจานในเทศบาลตำบลจอมแจ้ง จำนวน 14 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยมีวิธีการสร้างแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูลจากเอกสาร ตำราและ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบความคิดในการสร้างแบบสัมภาษณ์ ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างแบบสัมภาษณ์ แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้สัมภาษณ์ ตอนที่ 2 แบบสัมภาษณ์การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของ

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ตอนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่

3. การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการศึกษา จากข้อมูลเอกสาร (Documentary research) เป็นการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผลงานทางวิชาการ หนังสือราชการที่เกี่ยวข้อง ศึกษาจากข้อมูลภาคสนาม (Field research) ทำการศึกษาจากองค์กรชาวบ้านที่ทำการศึกษาวิจัย โดยวิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth interview) ผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญ (Key informant interview) โดยใช้แบบสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และการสังเกตการณ์ (Observation) ทั้งแบบมีส่วนร่วมและแบบไม่มีส่วนร่วมเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมของผู้สูงอายุที่ทำการศึกษาค้นคว้า เป็นต้น

4. การวิเคราะห์ข้อมูล โดยผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลแบบสัมภาษณ์เชิงลึก โดยวิธีการบันทึกเสียง สนทนาและการจดบันทึก แล้วนำมาจำแนกเป็นประเด็นและเรียบเรียง เฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis Technique) ประกอบบริบท (Context) พร้อมทั้งนำเสนอโดยวิธีการการสังเคราะห์ด้วยเชิงพรรณนาอ้างอิงคำพูดบุคคลต่อไป

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยสามารถสรุปตามวัตถุประสงค์ดังนี้

1. ปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบท พุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่ามีปัญหาดังต่อไปนี้ 1. ด้านเศรษฐกิจ ความยากจนในวัยชราสหิทธิประโยชน์ส่วนใหญ่จะตกอยู่กับผู้ที่ไม่ได้ยากจนมีเพียงระบบ “เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ” 2. ด้านสุขภาพ การเปลี่ยนแปลงของร่างกายนับว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เช่น ปวดหัว เป็นไข้ ปวดหลัง ปวดเอว รวมไปถึงโรคประจำตัว โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคข้อเข่าเสื่อม โรคไต โรคหัวใจ โรคตาต้อกระจก เป็นต้น 3. ด้านสังคม ผู้สูงอายุหลายๆ คนจำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยลูกหลาน และสังคม เมื่อเกิดปัญหาในตัวบุคคลในครอบครัว หรือในสังคมผู้สูงอายุก็มีการพูดคุยซักถามประเด็นต่างๆ ระหว่างผู้สูงอายุด้วยกัน 4. ด้านการศึกษา โรงเรียนผู้สูงอายุควรจัดการส่งเสริมการเรียนรู้ และพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุบนพื้นฐานการมีส่วนร่วมของชุมชนท้องถิ่น ต้องพยายามที่จะเป็นศูนย์การส่งเสริมอาชีพและการถ่ายทอดภูมิปัญญาของผู้สูงอายุในชุมชน 5. ด้านสิ่งแวดล้อม ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ที่ดีได้ รวมไปถึงบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดการพัฒนา และการเรียนรู้จะได้เป็นแรงจูงใจให้แก่ผู้สูงอายุ เช่น สภาพอากาศร้อนหนาว ฝนตก แดดออก ห้องเรียน ห้องน้ำ อาคารสถานที่ และสวนหย่อมเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ เป็นต้น รวมไปถึงส่งเสริมสนับสนุนกำลังคน งบประมาณ สถานที่ และวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ตามไปด้วย

2. กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง 1) สุขภาวะทางกาย การคิด การเขียน การถาม การอ่าน การฟัง การดู และการลงมือปฏิบัติ ผู้เรียน



เกิดแรงจูงใจสามารถ นำตนเองสู่การเรียนรู้และพัฒนาตนเอง เสริมสร้างความรู้ความคิดความเข้าใจ รู้จริง มีความมุ่งมั่นด้านสุขภาพ ศาสนา ภูมิปัญญา อาชีพ กิจกรรมตามอัธยาศัย 2) สุขภาวะทางจิต ควรส่งเสริมให้มีการนำหลักภavana 4 อันได้แก่ กายภavana ศิลภavana จิตภavana และปัญญาภavana มาใช้ในการส่งเสริมสุขภาพทางจิตหลักธรรมนี้จะช่วยสร้างให้ผู้สูงอายุมีจิตใจที่เบิกบาน เหมาะสมแก่วัย รู้จักใช้หลักธรรมมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจไม่ทำผิดศีลธรรม 3) สุขภาวะทางสังคม ควรส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ซึ่งจำเป็นต้องพัฒนารูปแบบที่เหมาะสม ขึ้นมาเพื่อเป็นต้นแบบในการดำเนินการ ควรร่วมกับชุมชนในพื้นที่เพื่อให้เกิดการทำงานที่เป็นเชิงบูรณาการและเชิงสร้างสรรค์ รวมไปถึงยึดยอมรับและเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ เคารพและให้เกียรติในฐานะ ความเป็นผู้อาวุโสและผ่านประสบการณ์ชีวิตมีบทเรียนสำคัญ 4) สุขภาวะทางปัญญา เนื้อหาและกิจกรรมในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ บรรยายภาคการเรียนรู้ ความ เข้าใจสภาพผู้สูงอายุ และการเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ เพิ่มพูนความรู้การดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ การงดเหล้า บุหรี่ สิ่งเสพติด สามารถนำไปประยุกต์ปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

1) **ด้านร่างกาย** เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุย่อมมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างมาก การอบรมให้ความรู้ เป็นการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุเป็นการพัฒนาตนเองให้มีความสมบูรณ์ ทั้ง 4 ด้าน ทางด้านร่างกาย ให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีงาม เน้นการออกกำลังกาย ได้เข้าร่วมกิจกรรมงานกีฬาของผู้สูงอายุ เช่น การเดิน ยืดเหยียดกล้ามเนื้อตั้งแต่ปลายเท้าจรดศีรษะ การรำไม้พลอง ออกกำลังกายก่อนเข้า และหลังเข้าเรียน เป็นต้น

2) **ด้านจิตใจ** การพัฒนาศีล 5 หรือศีล 8 ก็คือ ไม่เบียดเบียน หรือสร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นเป็นเบื้องต้น การเตรียมตัวด้านสุขภาพจิต โดยการทำจิตใจให้สงบด้วยการสวดมนต์ การเดินจงกรม นั่งวิปัสสนากรรมฐาน นั่งสมาธิ ทำบุญ ฟังเทศน์ในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา เป็นต้น

3) **ด้านสังคม** ความต้องการการมีส่วนร่วมในสังคม ในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ได้โดยการการเจริญสติ ความรู้สึของคนมีทางรู้อยู่ 6 ทาง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิตดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพ และเกิดคุณภาพชีวิตที่ดีได้

4) **ด้านสติปัญญา** ความต้องการการจัดการศึกษา/การเรียนรู้ด้านสุขภาพร่างกาย มีการส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการเตรียมความพร้อมเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ การพัฒนาเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพตามความสามารถในการเรียนรู้ มุ่งเน้นด้านสุขภาพ ศาสนา ภูมิปัญญา อาชีพ กิจกรรมตามอัธยาศัย เป็นต้น

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ โดยผู้ให้ข้อมูลหลักได้เสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยประยุกต์ใช้หลักภavana 4 ประกอบด้วย 1) กายภavana ควรเน้นให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการดำเนินการมีการจัดกิจกรรมนันทนาการเป็นประจำทุกสัปดาห์ส่งเสริมสุขภาพตามวัย เช่น การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ การรำไม้พลอง การตีกลองยาว เป็นต้น 2) ศิลภavana ควรหมั่นรักษาศีลห้าอยู่เป็นประจำ การปลูกฝังคุณธรรมด้านความสำคัญของการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม หลักศีลภavana ด้านจิตใจ หลักจิตภavana และด้านการ



พัฒนาปัญญา และควรมีความซื่อสัตย์และยึดมั่นในศีลธรรม จรรยาบรรณ และความรับผิดชอบ และพยายามทำให้สำเร็จลุล่วง 3) จิตถาวรนา ผู้สูงอายุควรปฏิบัติบ่อยครั้งก็ทำให้มีจิตที่มีสุขภาพดีจิตใจที่เป็นสุข สดชื่นร่าเริง เบิกบาน ผ่องใส มีปิติ ความชื่นใจ ผ่อนคลาย มีความสุข มีความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต เช่น มีความสุข ความสงบ มีความหวัง 4) ปัญญาภาวนา การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน ส่งผลให้ ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่า โดยใช้สื่อ และแหล่งการเรียนรู้ที่ใช้มากที่สุดคือ สื่อบุคคล ประเมินผลด้วยวิธีการสังเกต องค์ความรู้เทคนิค ทักษะการ ถ่ายทอดองค์ความรู้ แหล่งประโยชน์ ควรดำเนินงานแบบบูรณาการร่วมกัน

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ สามารถอภิปรายผลของการวิจัย ได้ดังนี้

1. สภาพปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ สำหรับผู้สูงอายุไม่ว่าจะเป็นในด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพ ด้านสังคม ด้านการศึกษา และด้านสิ่งแวดล้อม ความยากจนในวัยชราสิทธิประโยชน์ส่วนใหญ่จะตกอยู่กับผู้ที่ไม่ได้ยากจน มีเพียงระบบ “เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ” และยังสามารถคล้องกับพระครูสิริภุญญิตน์ จิตสัคโค (ดิษสุวรรณ) (2564) ได้ ศึกษาวิจัยเรื่องรูปแบบการบริหารเชิงพุทธในโรงเรียนผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า 2) รูปแบบการบริหารเชิงพุทธในโรงเรียนผู้สูงอายุ ได้แก่ 2.1) การบริหารหลักสูตร ประกอบด้วย ด้านกายภาวนา จัดหลักสูตรสุขภาพกายเกี่ยวกับอาหารและโภชนาการ ด้านศีลภาวนา จัดหลักสูตรการใช้ชีวิตในวัยสูงอายุ ด้านจิตตภาวนา จัดหลักสูตรสุขภาพกายเกี่ยวกับอารมณ์ ด้านปัญญาภาวนา จัดหลักสูตรการเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้เรียน เป็นต้น 2.2) การบริหารกิจกรรม ประกอบด้วย ด้านกายภาวนา จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่างกายผ่านการออกกำลังกาย ด้านศีลภาวนา จัดกิจกรรมเชื่อมสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุและคนวัยอื่น ด้านจิตตภาวนา จัดกิจกรรมนันทนาการ ด้านปัญญาภาวนา จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพ 2.3) การบริหารจัดการ ประกอบด้วย ด้านกายภาวนา ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในชุมชนมีส่วนร่วมกิจกรรมทางศาสนา ด้านศีลภาวนา ส่งเสริมบุคลากรและผู้สูงอายุในชุมชนให้มีกิริยา มารยาท และใช้วาจาที่สุภาพเรียบร้อย ด้านจิตตภาวนา ส่งเสริมสร้างแรงจูงใจให้กับผู้สูงอายุมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต และ ด้านปัญญาภาวนา ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุให้ใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญหาตามหลักภาวนา 4 เป็นต้น และ 3) ผลการประเมินรูปแบบการบริหารเชิงพุทธในโรงเรียนผู้สูงอายุ พบว่า รูปแบบมีความถูกต้องและความเป็นประโยชน์อยู่ในระดับมากที่สุด รูปแบบมีความเหมาะสมและความเป็นไปได้อยู่ในระดับมาก

2. กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่พบว่ากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุนั้น ทั้งทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุย่อมมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างมาก การ



อบรมให้ความรู้เป็นการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุเป็นการพัฒนาตนเองให้มีความสมบูรณ์ทั้ง 4 ด้าน ทางด้านร่างกาย ให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีงาม เน้นการออกกำลังกาย ได้เข้าร่วมกิจกรรมงานกีฬาของผู้สูงอายุ เช่น การเดิน ยืดเหยียดกล้ามเนื้อตั้งแต่ปลายเท้า การรำไม้พลอง ออกกำลังกายก่อนเช้า และหลังเข้าเรียน เป็นต้น สอดคล้องกับพระมหาสมคิด กมโล (มีสี) (2562) ได้ทำการวิจัยเรื่องการเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่ามะขาม อำเภอเมืองจังหวัดกาญจนบุรี ผลการวิจัยพบว่า ปัญหา อุปสรรค การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่ามะขาม อำเภอเมืองจังหวัดกาญจนบุรี คือ เมื่อเกิดการเจ็บป่วย ผู้สูงอายุไม่ไปพบแพทย์ในทันทีที่รอจนอาการรุนแรงมากจึงมาพบแพทย์ ทำให้การรักษาช่วยเหลือของแพทย์นั้นไม่ทันเวลาที่ การให้คำปรึกษาด้านสุขภาวะจึงไม่เกิดผล การออกกำลังกายขาดความรู้ในการเตรียมพร้อมของร่างกายเพื่อให้ออกกำลังกายได้อย่างปลอดภัย ขาดนักวิชาการในการให้ความรู้และตรวจสุขภาพก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายขาดความรู้ในการเลือกรับประทานอาหารและประโยชน์จากการดื่มน้ำที่สะอาดหรือผลไม้ที่เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย

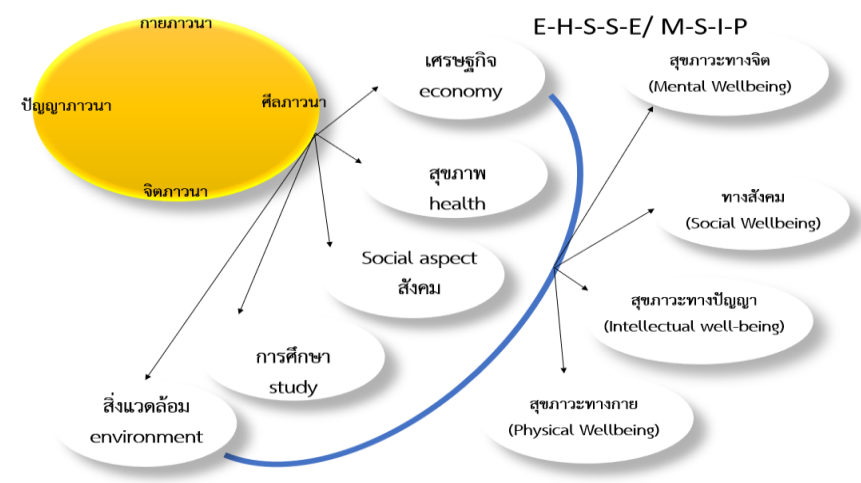
3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 ด้าน ภายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา ควรเน้นให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการดำเนินการมีการจัดกิจกรรมนันทนาการเป็นประจำทุกสัปดาห์ส่งเสริมสุขภาพตามวัย เช่น การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ การรำไม้พลอง การตีกลองยาว เป็นต้น ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของพระครูโพธิ์โรจน์ธรรมคุณ (บุญชู ธรรมโชโต) (2563) ได้ทำการวิจัยเรื่อง กระบวนการพัฒนาสุขภาวะเชิงพุทธบูรณาการของชุมชนในจังหวัดปทุมธานี ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาสุขภาวะของชุมชนตามหลัก ภาวนา โดยภายภาวนาหรือการพัฒนาร่างกายให้สัมพันธ์กับทางกายภาพ การรู้จักใช้อินทรีย์อย่างมีสติ เลือกที่จะดูเป็นฟังเป็น กินด้วย ปัญญา ศีลภาวนาเป็นความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม มีพฤติกรรมดีงามในความสัมพันธ์กับผู้อื่น สอดคล้องกับพระมหาอุทัย กตคุโณ (ประดิษฐ์สร) (2564) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักวิถีพุทธในเขตเทศบาลเมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุพบว่า 3.1 ด้านภายภาวนา คือ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องร่วมมือกันในการจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพของคนในชุมชนอย่างต่อเนื่อง 3.2 ด้านศีลภาวนา คือ ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุ และคนในชุมชนได้ร่วมกันทำกิจกรรมทางศาสนาตามประเพณี วัฒนธรรม และวันสำคัญต่าง ๆ ทำให้เกิดความรัก ความสามัคคีของคนในชุมชน สามารถประพฤติอยู่ในศีลธรรมอันดีและปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม 3.3 ด้านจิตภาวนา คือ เทศบาลควรกำหนดแผนงาน และนโยบายต่าง ๆ ในดูแลผู้สูงอายุอย่างครบถ้วน รวมไปถึงการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วม เพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับคนทุกวัย ความเคารพและความสามัคคี ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุ มีสุขภาพจิตที่ดี และมีความสุข และ 3.4 ด้านปัญญาภาวนาคือ จัดสวัสดิการสังคมเพื่อพัฒนาคุณภาพ ชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ นอกจากนั้นสอดคล้องกับงานวิจัยของ ดร.ณิ นิลแก้ว และคณะ (2566) ศึกษาเรื่องประสิทธิภาพการบริหารจัดการสวัสดิการผู้สูงอายุของเทศบาลตำบล



ป่าแดด อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะระบบสุขภาพเพื่อรองรับสังคมสูงอายุ เช่น การเพิ่มโอกาสการเข้าถึงการบริการพัฒนารูปแบบการดูแลผู้สูงอายุในระยะการฟื้นฟูและการส่งเสริมการรวมกลุ่มและสร้างความเข้มแข็งเครือข่ายด้านผู้สูงอายุ

องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้ที่ได้สังเคราะห์งานการวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ทำให้ผู้วิจัยได้รับองค์ความรู้จากการสังเคราะห์งานวิจัยเป็นโมเดลดังแผนภาพต่อไปนี้



แผนภาพที่ 2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ที่มา: สังเคราะห์โดยผู้วิจัย

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ สามารถได้แบ่งแนวทางไว้ 4 ประการคือ การพัฒนากาย การพัฒนาศีล การพัฒนาจิต และการพัฒนาปัญญา

กระบวนการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลจอมแจ้ง มี 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านสังคม และ 4) ด้านสติปัญญา เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุย่อมมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างมาก การอบรมให้ความรู้เป็นการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุเป็นการพัฒนาตนเองให้มีความสมบูรณ์ การพัฒนาศีล 5 หรือศีล 8 ก็คือ ไม่เบียดเบียน หรือสร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นเป็นเบื้องต้น การเตรียมตัวด้านสุขภาพจิต ความต้องการการมีส่วนร่วมในสังคม ในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขตามแนวทางของพระพุทธศาสนา มีการส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการเตรียมความพร้อมเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ การพัฒนาเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพตามความสามารถในการเรียนรู้ ฉะนั้นคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้ง 4 ด้าน ดังนี้ 1) สุขภาวะทางกาย 2) สุขภาวะทางจิต 3) สุขภาวะทางสังคม และ 4) สุขภาวะทางปัญญา การส่งเสริม

การเรียนรู้ต้องยอมรับและเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์เคารพและให้เกียรติ รู้จักใช้หลักธรรมมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจไม่ทำผิดศีลธรรม โดยผ่านการการคิด การเขียน การถาม การอ่าน การฟัง การดู และการลงมือปฏิบัติ สามารถนำไปประยุกต์ปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ ตามแนวทาง MoDel E-H-S-S-D/M-S-I-P

ข้อเสนอแนะการวิจัย

จากการวิจัยเรื่องของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในบริบทพุทธธรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งผู้วิจัยเองมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 จากการศึกษาความต้องการการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง พบว่าโรงเรียนผู้สูงมีการจัดการเรียนรู้ด้านต่างๆ นั้น ผู้กำหนดนโยบาย หน่วยงาน หรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ควรจัดหาการเรียนรู้ด้านอื่น เช่น การประดิษฐ์งานฝีมือเข้าสู่ตลาดรับซื้อผลิตภัณฑ์และผลงานผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้เสริมที่มั่นคง แน่นนอน และยั่งยืน

1.2 จากการศึกษาสภาพการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลจอมแจ้ง พบว่า ผู้สูงอายุมีปัญหาในการเข้าถึงโรงเรียนผู้สูงอายุเนื่องจากการเดินทางและการคมนาคมผู้กำหนดนโยบาย หน่วยงาน หรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ควรจัดบริการรถรับส่งเพื่อเป็นสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุในวันที่ มีการจัดการเรียนรู้

1.3 แนวทางส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุ ตามแนวทาง MoDel E-H-S-S-D/M-S-I-P ทั้งนี้ 1) สุขภาวะทางกาย 2) สุขภาวะทางจิต 3) สุขภาวะทางสังคม และ 4) สุขภาวะทางปัญญา การส่งเสริมการเรียนรู้ต้องยอมรับและเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์เคารพและให้เกียรติ รู้จักใช้หลักธรรมมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจไม่ทำผิดศีลธรรม โดยผ่านการการคิด การเขียน การถาม การอ่าน การฟัง การดู และการลงมือปฏิบัติ สามารถนำไปประยุกต์ปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ สามารถบูรณาการไปกับการเรียนรู้ที่โรงเรียนผู้สูงอายุแต่ละแห่งใช้จัด กระบวนการเรียนรู้ทั้ง การเรียนรู้ที่ผู้สูงอายุต้องรู้ ควรรู้ และที่ผู้สูงอายุอยากรู้ เพื่อส่งเสริมให้เป็น ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ ด้านสุขภาพ ด้านการมีส่วนร่วม และด้านความมั่นคงปลอดภัย

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตในชีวิตประจำวัน และโรงเรียนผู้สูงอายุ

2.2 ควรศึกษาเกี่ยวกับการประยุกต์หลักพุทธธรรมอื่น ๆ ที่ตรงต่อความต้องการของ ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุอื่น ๆ ต่อไป

2.3 ศึกษาสภาพปัญหาเกี่ยวกับการประยุกต์หลักพุทธธรรมที่ตรงต่อความต้องการของ ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุอื่น ๆ ต่อไป



เอกสารอ้างอิง

- กนกรัตน์ ปัญญา, ประเสริฐ ปอนถิ่น และ นพตณ ปัญญาวิรัตน์. (2566). การประยุกต์หลักสัปปุริสธรรมเพื่อ
บริหารผังรายการสำหรับผู้สูงอายุของสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย จังหวัดเชียงใหม่.
วารสารสันติสุขปริทรรศน์, 5 (1),45-56.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2560). **โรงเรียนผู้สูงอายุประเทศไทย**. สืบค้นเมื่อ 16 กรกฎาคม 2566 จาก:
<http://www.dop.go.th/th/know/5/44>.
- คณะกรรมการจัดสมัชชาผู้สูงอายุระดับชาติ. (2558). **สังคมสูงวัยจะสร้างพลังอย่างไรในการเข้าสู่
ประชาคมอาเซียน**. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
- ดร.ณิ นิลแก้ว, นพตณ ปัญญาวิรัตน์ และธิดา วัฒน. (2566). ประสิทธิภาพการบริหารจัดการสวัสดิการ
ผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลป่าแดด อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่. **วารสารสังคมศาสตร์และ
ศาสตร์รวมสมัย**, 4 (2),70-84.
- ถนอมขวัญ อยู่สุข. (2564). **การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้เกษียณอายุการปฏิบัติงานจากกรมชลประทาน**.
ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขารัฐประศาสนศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย.
- ปิยภรณ์ เลาบุตร. (2557). **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่ 7 ตำบลพลูตาหลวง อำเภอสัตหีบ
จังหวัดชลบุรี**. งานนิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารทั่วไป, วิทยาลัยการ
บริหารรัฐกิจ: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พระครูไพโรจน์ธรรมคุณ (บุญชู ธมฺมโชโต). (2563). **กระบวนการพัฒนาสุขภาวะเชิงพุทธบูรณาการของ
ชุมชนในจังหวัดปทุมธานี**. พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม บัณฑิตวิทยาลัย :
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาสมคิด กมโล (มีสี). (2562). **การเสริมสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุเทศบาลตำบลท่ามะขาม อำเภอเมือง
จังหวัดกาญจนบุรี**. รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย :
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาอุทัย กตคุโณ (ประดิษฐ์สร). (2564). **การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยใช้หลักวิถีพุทธ ใน
เขตเทศบาลเมืองสุพรรณบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี**. สารนิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต,
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2557). **สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2557**. กรุงเทพมหานคร :
มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.
- สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย. (2553). **การดำเนินงานด้านผู้สูงอายุของ
ประเทศไทยตามแผนปฏิบัติการระหว่างประเทศมาดริดว่าด้วยเรื่องผู้สูงอายุ พ.ศ. 2545 -2559**.
กรุงเทพมหานคร: สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย.

