

การพัฒนาโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

นางแสงจันทร์ เขจรศาสตร์

กิตติกรรมประกาศ

การพัฒนาโปรแกรมสนับสนุนทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี โดยได้รับความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญหลายท่าน ขอขอบคุณ นายชาติรี เสี่ยงมวงค์ ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ที่ได้กรุณาแนะนำ เสนอแนะ ตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่อง ตั้งแต่ต้นจนสำเร็จเรียบร้อย ผู้วิจัยขอขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วินัย จำปาอ่อน อาจารย์ประจำคณะมนุษยศาสตร์ สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี ผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาและนันทนาการ นางฐานีนุช สุวรรณกำจาย ตำแหน่งครู วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ (ข้าราชการบำนาญ) วิทยาลัยสารพัดช่างอุบลราชธานี ผู้เชี่ยวชาญด้านคหกรรมศาสตร์และศิลปะประดิษฐ์ ดร. เรืองเดช เขจรศาสตร์ ตำแหน่งนักวิชาการศึกษาชำนาญการพิเศษ และผู้อำนวยการสถาบันวิจัยลุ่มน้ำโขง สำนักงานศึกษาธิการภาค 9 จังหวัดอุบลราชธานี ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัย และการวัดและประเมินผลการศึกษา นายสาโรช นพรัตน์ ตำแหน่งนักวิชาการสาธารณสุข ระดับ 9 (ข้าราชการบำนาญ) โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จังหวัดอุบลราชธานี ประธานชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา นางคมขำ แก้วน่วม ตำแหน่งครู วิทยฐานะครูเชี่ยวชาญ (ข้าราชการบำนาญ) สถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาหลักสูตร และการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย และการฝึกอบรม ที่กรุณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือและให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงเครื่องมือให้มีความถูกต้องสมบูรณ์มากขึ้น

คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากการพัฒนาโปรแกรมสนับสนุนทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกตเวทิตา แต่ บิดา มารดา บุรพาจารย์และผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่าน ที่มีส่วนทำให้ผู้รายงานสามารถประสบผลสำเร็จตราบเท่าทุกวันนี้

แสงจันทร์ เขจรศาสตร์

บทคัดย่อ

เรื่อง การพัฒนาโปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
ผู้วิจัย แสงจันทร์ เขจรศาสตร์
หน่วยงาน สถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
พ.ศ. 2557

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ สร้างโปรแกรม พัฒนาโปรแกรมและศึกษาผลการใช้โปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ วิธีการวิจัยใช้การวิจัยและพัฒนาแบบเชิงปฏิบัติการ กลุ่มตัวอย่างเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในชมรมสถานีกาชาดที่ 7 และ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดอุบลราชธานี โดยวิธีเลือกแบบเจาะจงจากผู้สมัครใจเข้าเรียนรู้ตามโปรแกรม ในการทดลองเพื่อพัฒนาโปรแกรม จำนวน 20 คน และในการศึกษาผลการใช้โปรแกรม จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) โปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ 2) แบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ 3) แบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ สังเกต และใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า

การสร้างโปรแกรม (1) กรอบแนวคิดในการสร้างประกอบด้วย สภาพปัญหาความจำเป็น หลักการ วัตถุประสงค์ หัวข้อกิจกรรม ระยะเวลา รูปแบบกิจกรรม และการประเมินผล (2) โปรแกรมฉบับร่าง ประกอบด้วย 1) ชื่อโปรแกรม 2) วัตถุประสงค์ 3) กลุ่มเป้าหมาย 4) หัวข้อกิจกรรม 5) จำนวนชั่วโมงที่จัดกิจกรรม 6) วันและเวลาในการจัดโปรแกรม 7) สถานที่ 8) ลักษณะการจัดกิจกรรม 9) ตารางการจัดโปรแกรม โดยที่หัวข้อกิจกรรม จำนวน 12 กิจกรรม ได้แก่ การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า การประดิษฐ์ถุงบุหรง่าไปดอกไม้สด การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์ การประดิษฐ์ของชำร่วยขนม-สอดไส้ การประดิษฐ์กบติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด การประดิษฐ์เหรียญโปรยทาน และการประดิษฐ์ร่วมการบูรจากผ้าโปร่ง แต่ละกิจกรรม ประกอบด้วย 1) สารสำคัญ 2) จุดประสงค์การเรียนรู้ 3) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ซึ่งประกอบด้วย ขั้นนำ ขั้นจัดการเรียนรู้ และขั้นสรุป 4) สื่อการเรียนรู้ 5) การวัดและประเมินผล 6) บันทึกผลการจัดการเรียนรู้ และ 7) ใบความรู้

การพัฒนาโปรแกรม (1) ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ ด้วยการประเมินความเหมาะสม พบว่า ภาพรวม โปรแกรมมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.35 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.09 และความสอดคล้องของโปรแกรม พบว่า ทุกข้อมีความสอดคล้องกัน มีค่าดัชนี ความสอดคล้อง ระหว่าง 0.60 - 1.00 (2) ตรวจสอบโดยผู้สูงอายุ และทดลองใช้กับกลุ่มผู้สูงอายุ แล้วปรับปรุงโปรแกรมให้สมบูรณ์ด้วยรายละเอียดเกี่ยวกับเรื่อง วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย หัวข้อ (เนื้อหา) การจัดกิจกรรมนันทนาการ จำนวนชั่วโมง วัน เวลา สถานที่ ลักษณะการจัดกิจกรรม และตารางจัดกิจกรรมการเรียนรู้ จนได้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ฉบับสมบูรณ์

ผลการใช้โปรแกรม (1) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.27 โดยที่คุณภาพชีวิตทั้งด้านสุขภาพจิตและด้าน สภาวะทางสังคม อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.26 และ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.31 ตามลำดับ (2) ความพึงพอใจของ ผู้สูงอายุโดยรวม อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.34 โดยที่มีความพึงพอใจด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และด้านหัวข้อกิจกรรม อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.56 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.37 และ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.53 ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐานเท่ากับ 0.39 ตามลำดับ

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อ	ข
สารบัญ	ค
สารบัญตาราง	จ
สารบัญภาพประกอบ	ช
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	7
ขอบเขตการวิจัย	7
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
วิธีดำเนินการวิจัย	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	9
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	10
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ.....	18
การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ	27
แนวคิดเกี่ยวกับนันทนาการ	34
แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรม	43
แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมนันทนาการ	52
ความรู้เกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์	59
แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต	61
แนวคิดความพึงพอใจ	73
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	76
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	82
การออกแบบการวิจัย	82
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	85
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	86
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	99
การนำเสนอโปรแกรมและการนำโปรแกรมไปใช้.....	101

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	105
บทที่ 4 ผลการศึกษา.....	107
การสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ	107
การพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ	111
ผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ	117
บทที่ 5 สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	127
สรุป	127
อภิปรายผล	132
ข้อเสนอแนะ.....	137
บรรณานุกรม	138
ภาคผนวก	145
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ.....	146
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	148
ภาคผนวก ค ผลการประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ	163
ภาคผนวก ง โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุเพื่อ พัฒนาคุณภาพชีวิต ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	174
ภาคผนวก จ หนังสือราชการที่เกี่ยวข้อง	177
ภาคผนวก ฉ ทะเบียนสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับ ผู้สูงอายุ.....	191
ภาคผนวก ช รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมกลุ่มย่อย.....	194
ภาคผนวก ซ ภาพกิจกรรม	196
ประวัติย่อของผู้วิจัย	204

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	แสดงแบบแผนการทดลอง	83
3.2	แสดงข้อมูลการศึกษาความต้องการของผู้สูงอายุในการดำเนินกิจกรรมโดย การประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion).....	87
3.3	แสดงข้อมูลการปรับปรุงโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับ ผู้สูงอายุตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ.....	91
3.4	แสดงผลการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) ภายหลัง การทดลองใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ครั้งที่ 2	92
3.5	แสดงการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุหลัง การทดลอง.....	94
3.6	แสดงโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่ปรับปรุง สมบูรณ์.....	95
3.7	แสดงข้อมูลการตรวจสอบเครื่องมือ (แบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ) ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ.....	97
3.8	แสดงข้อมูลการตรวจสอบเครื่องมือ (แบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อ โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ) ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ.....	99
3.9	การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	100
3.10	การจัดกิจกรรมนำโปรแกรมไปใช้จริงกับผู้สูงอายุในชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพ ตอนเจ้าปู่ ทองแดง.....	104
4.1	แสดงรายละเอียดลักษณะกิจกรรมในโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ สำหรับผู้สูงอายุ.....	114
4.2	แสดงข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	117
4.3	แสดงค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม.....	119
4.4	แสดงค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพจิต.....	119
4.5	แสดงค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาวะทางสังคม.....	121
4.6	แสดงค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรมนันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยรวม.....	122
4.7	แสดงค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรมนันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้.....	122

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
4.8	แสดงค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรมนันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ด้านหัวข้อกิจกรรม.....	124
4.9	แสดงจำนวน ร้อยละข้อความข้อเสนอแนะต่อกิจกรรม.....	125
4.10	แสดงจำนวน ร้อยละข้อความคิดเห็นอื่น ๆ.....	126

สารบัญภาพประกอบ

ภาพประกอบที่		หน้า
2.1	ลักษณะกลุ่มของอาการโรคความล้มเหลวทางสังคม (วงจรถิ่นเลวร้าย เกี่ยวกับการเพิ่มขึ้นของการไร้ศักยภาพ).....	24
2.2	ลักษณะกลุ่มของอาการโรคการฟื้นฟูทางสังคม (วงจรถิ่นที่มีลักษณะดีของ การเพิ่มศักยภาพโดยผ่านปัจจัยนำเข้าทางระบบของสังคม).....	25
2.3	ลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์.....	26
2.4	ขอบเขตของโปรแกรมสนับสนุนการ.....	54
2.5	กระบวนการการสร้างโปรแกรมเพื่อการมีสุขภาพที่ดีในชุมชนผู้เกษียณอายุ	55
2.6	องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต	62
2.7	องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต	69
2.8	ปัจจัยส่วนบุคคล สิ่งแวดล้อม การดำเนินชีวิตอย่างมีความหมายและ ผลสะท้อนกลับของการมีคุณภาพชีวิตที่ดี.....	69
2.9	กรอบแนวคิดการวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์ สำหรับผู้สูงอายุ.....	81
3.1	กรอบแนวคิดการดำเนินการวิจัยและพัฒนา (R and D) เรื่อง การพัฒนา โปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ.....	84
4.1	แผนภูมิสรุปการสร้างโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ	110

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2550 ซึ่งเป็นกฎหมายสูงสุดที่ใช้ในการปกครองประเทศ มีมาตราที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานที่จะต้องพัฒนาผู้สูงอายุ คือ ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับความคุ้มครองในด้านกฎหมาย มีสิทธิได้รับสวัสดิการและสิ่งอำนวยความสะดวกที่สมควรแก่ศักดิ์ศรีในขณะเดียวกัน รัฐบาลต้องสงเคราะห์และจัดสวัสดิการต่าง ๆ ให้กับผู้สูงอายุ เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และสามารถพึ่งพาตนเองได้ เช่น การจัดให้มีการออมเพื่อการดำรงชีพในยามชรา มีการส่งเสริมให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นหน่วยงานหลักในการจัดทำบริการสาธารณะ และมีส่วนร่วมในการตัดสินใจแก้ไขปัญหาในพื้นที่ ความเป็นอิสระในการกำหนดนโยบายการบริหาร การจัดบริการสาธารณะ การบริหารงานบุคคล การเงินและการคลัง มีอำนาจหน้าที่ของตนเองโดยเฉพาะให้คำนึงถึงความสอดคล้องกับการพัฒนาของจังหวัดและประเทศเป็นส่วนรวมเป็นสำคัญ

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555 - 2559) (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2555) ได้มีการกำหนดวิสัยทัศน์ในการพัฒนาประเทศไว้ ดังนี้ “สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ด้วยความเสมอภาค เป็นธรรมและมีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง” โดยได้กำหนดพันธกิจในการดำเนินงานไว้ ดังนี้

(1) สร้างสังคมเป็นธรรมและเป็นสังคมที่มีคุณภาพ ทุกคนมีความมั่นคงในชีวิต ได้รับความคุ้มครองทางสังคมที่มีคุณภาพอย่างทั่วถึงและเท่าเทียม

(2) พัฒนาคุณภาพคนไทยให้มีคุณธรรม เรียนรู้ตลอดชีวิต มีทักษะและการดำรงชีวิตอย่างเหมาะสมในแต่ละช่วงวัย สถาบันทางสังคมและชุมชนท้องถิ่นมีความเข้มแข็ง สามารถปรับตัวรู้เท่าทันกับการเปลี่ยนแปลง

(3) พัฒนารฐานการผลิตและบริการให้เข้มแข็งและมีคุณภาพบนฐานความรู้ ความคิดสร้างสรรค์ และภูมิปัญญา สร้างความมั่นคงด้านอาหารและพลังงาน พร้อมสร้างความเชื่อมโยงกับประเทศในภูมิภาคเพื่อความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคม

(4) สร้างความมั่นคงของฐานทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม สนับสนุนการมีส่วนร่วมของชุมชน รวมทั้งสร้างภูมิคุ้มกันเพื่อรองรับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและภัยพิบัติทางธรรมชาติ ในการดำเนินงานได้กำหนดยุทธศาสตร์ในการพัฒนาประเทศไว้ 6 ประการ ดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ 1 ยุทธศาสตร์การสร้างความเป็นธรรมในสังคม

ยุทธศาสตร์ที่ 2 ยุทธศาสตร์การพัฒนาคนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่าง

ยั่งยืน

ยุทธศาสตร์ที่ 3 ยุทธศาสตร์ความเข้มแข็งภาคเกษตร ความมั่นคงของอาหาร และพลังงาน

ยุทธศาสตร์ที่ 4 ยุทธศาสตร์การปรับโครงสร้างเศรษฐกิจสู่การเติบโตอย่างมีคุณภาพ และยั่งยืน

ยุทธศาสตร์ที่ 5 ยุทธศาสตร์การสร้างเชื่อมโยงกับประเทศในภูมิภาคเพื่อความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคม

ยุทธศาสตร์ที่ 6 ยุทธศาสตร์การจัดทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน ในยุทธศาสตร์ที่ 1 และยุทธศาสตร์ที่ 2 นับเป็นยุทธศาสตร์ที่มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาและการดูแลผู้สูงอายุที่ค่อนข้างชัดเจน ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

ยุทธศาสตร์การสร้างความเป็นธรรมในสังคม ให้ความสำคัญกับการจัดบริการทางสังคมให้ทุกคนตามสิทธิขั้นพื้นฐาน เน้นการสร้างภูมิคุ้มกันระดับปัจเจก และสร้างการมีส่วนร่วมในกระบวนการตัดสินใจในการพัฒนาประเทศ มุ่งพัฒนาระบบบริการสาธารณสุขให้มีคุณภาพและมีช่องทางเข้าถึงอย่างเท่าเทียมและทั่วถึง การจัดหาที่อยู่อาศัยของผู้มีรายได้น้อย การเข้าถึงระบบสาธารณสุขปฐมภูมิ พัฒนาระบบสวัสดิการทางสังคมให้มีคุณภาพและประสิทธิภาพ พัฒนาระบบการเงินฐานรากและระบบการออมที่หลากหลาย เสริมสร้างเจตคติด้านความเสมอภาคระหว่างหญิงและชาย และพัฒนาระบบฐานข้อมูลในการคุ้มครองทางสังคมให้ครอบคลุมประชาชนทุกคนตามสิทธิ และสามารถเข้าถึงบริการอย่างมีประสิทธิภาพ

ยุทธศาสตร์การพัฒนาคนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืนให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพคนไทยให้มีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง มุ่งพัฒนาคุณภาพคนไทยทุกช่วงวัย การส่งเสริมการลดปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม โดยสร้างเสริมสุขภาพคนไทยให้มีความสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ การส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต มุ่งสร้างกระแสสังคมให้การเรียนรู้เป็นหน้าที่ของคนไทยทุกคน มินิสัยใฝ่รู้ รักการอ่านตั้งแต่วัยเด็ก ส่งเสริมการเรียนรู้ร่วมกันของคนต่างวัย ควบคู่กับการส่งเสริมให้องค์กร กลุ่มบุคคล ชุมชน ประชาชน และสื่อทุกประเภทเป็นแหล่งเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์ และการเสริมสร้างความเข้มแข็งของสถาบันทางสังคม สร้างค่านิยมให้คนไทยภูมิใจในวัฒนธรรมไทย และยอมรับความแตกต่างของความหลากหลายทางวัฒนธรรม สร้างเครือข่ายความร่วมมือทางวัฒนธรรมร่วมกับประชาคมโลก โดยเฉพาะประชาคมอาเซียนให้เกิดการไหลเวียนทางวัฒนธรรมในรูปแบบการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ส่งเสริมความเข้าใจระหว่างประชาชนในการเรียนรู้ประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลข่าวสาร

การดำเนินงานของภาคส่วนต่าง ๆ ที่มีอยู่ในสังคม สิ่งสำคัญในการที่จะก้าวไปสู่ความสำเร็จตามแผนนั้น ทุกภาคส่วนจำเป็นต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจ ตระหนักถึงความสำคัญและพร้อมเข้าร่วมในการผลักดันแผนไปสู่การปฏิบัติ มีการสร้างความเชื่อมโยงระหว่างแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ แผนบริหารราชการแผ่นดิน ตลอดจนแผนในระดับอื่น ๆ ให้มีความเชื่อมโยง ชัดเจน และมีความเป็นรูปธรรม มีการสร้างสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ให้เอื้อต่อการขับเคลื่อนการดำเนินงานตามแผน

แผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2564) (คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ, 2545) ได้ให้ความสำคัญกับมาตรการปลูกจิตสำนึกให้คนในสังคมตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุโดยมุ่งเน้นการพัฒนายุทธศาสตร์ ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุ

ประกอบด้วย 6 มาตรการหลัก คือ 1) มาตรการส่งเสริมความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพป้องกันดูแลตนเองเบื้องต้น 2) มาตรการส่งเสริมการอยู่ร่วมกันและสร้างความเข้มแข็งขององค์กรผู้สูงอายุ 3) มาตรการส่งเสริมด้านการทำงานและการหารายได้ของผู้สูงอายุ 4) มาตรการสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ 5) มาตรการส่งเสริมสนับสนุนสื่อทุกประเภทให้มีรายการเพื่อผู้สูงอายุและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้และสามารถเข้าถึงข่าวสารและสื่อ 6) มาตรการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัย จากมาตรการหลักที่กล่าวมาจะเป็นการเพิ่มคุณภาพและศักยภาพของผู้สูงอายุที่จะดำรงชีวิตอย่างมีความสุขแม้วัยสูงอายุจะเป็นวัยสุดท้ายของชีวิต แต่ยังคงมีพัฒนาการไปตามวัย ซึ่งควรได้รับการดูแลส่งเสริมเหมือนบุคคลในวัยอื่น จากการสำรวจประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย พบว่ามีประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น จาก 6.3 ล้านคนเป็น 14 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2553 และจะเพิ่มสูงขึ้นกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุมากขึ้น สอดคล้องกับการวิจัยของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม พบว่าในปี พ.ศ. 2553 - 2564 หรืออีกประมาณ 11 ปี จำนวนผู้สูงอายุจะมากกว่าเด็กเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ด้านโครงสร้างประชากร (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม, 2553) และคาดกันว่าใน 30 ปีข้างหน้าหรือราวปี พ.ศ. 2580 จำนวนผู้สูงอายุจะมีถึง 25.9% ของจำนวนประชากรทั้งหมดที่มีราว 62.8 ล้านคน โดยมีเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีทางด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์ และสาธารณสุขส่งผลให้ศักยภาพในการบำบัด รักษา ดูแล และส่งเสริมสุขภาพประชาชนมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ ลงวันที่ 4 ตุลาคม พ.ศ. 2554 เรื่อง การคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนผู้สูงอายุในด้านการบริการทางการแพทย์ และการสาธารณสุข ด้านการศึกษา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตด้านการประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม มีรายละเอียดที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตสำหรับผู้สูงอายุ ดังนี้

- (1) จัดให้มีบริการทางการแพทย์และการสาธารณสุข ที่ให้ความสะดวกและรวดเร็ว เป็นกรณีพิเศษสำหรับผู้สูงอายุ ในหน่วยงานที่ให้บริการทางการแพทย์และการสาธารณสุข
- (2) จัดบริการข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตให้แก่ผู้สูงอายุ
- (3) จัดบริการการศึกษาทั้งการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และ การศึกษาตามอัธยาศัยให้แก่ผู้สูงอายุ
- (4) จัดให้มีการพัฒนาความรู้ด้านผู้สูงอายุในหลักสูตรต่าง ๆ ตามความเหมาะสม
- (5) จัดให้มีการยกเว้นค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ
- (6) ส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการจัดทำ และเผยแพร่ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุผ่านสื่อต่าง ๆ
- (7) ส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการผลิตงานวิจัยเพื่อเพิ่มพูนองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุ
- (8) ส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการจัดมุมความรู้ ที่เป็นประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุ ที่ศูนย์การเรียนรู้ในชุมชนระดับตำบล
- (9) ส่งเสริมและสนับสนุนให้หน่วยงานต่าง ๆ มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมกีฬา และ นันทนาการ เพื่อผู้สูงอายุ
- (10) ส่งเสริมและสนับสนุนให้ลดหย่อนค่าใช้จ่ายในการใช้บริการแหล่งความรู้ต่าง ๆ ที่กระทรวงศึกษาธิการเป็นผู้ดำเนินการ

นโยบายและจุดเน้นการดำเนินงานของสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ปี 2555 ได้กำหนดวิสัยทัศน์ คือ “คนไทยได้รับการศึกษาตลอดชีวิตและการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำที่มีคุณภาพได้ทุกที่ ทุกเวลา อย่างทั่วถึงและเท่าเทียมกัน เพื่อให้เกิดสังคมฐานความรู้ การมีอาชีพและการมีความสามารถเชิงการแข่งขันในประชาคมอาเซียนอย่างยั่งยืน” ซึ่งได้กำหนดนโยบายและจุดเน้นในการดำเนินงานสำหรับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุไว้ในข้อ 4.3 การส่งเสริมและจัดการศึกษาสำหรับกลุ่มเป้าหมายพิเศษ ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

(1) จัดและส่งเสริมการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย การรู้หนังสือ ภาษาและวัฒนธรรมไทย และยกระดับการศึกษาสำหรับกลุ่มเป้าหมายพิเศษ ได้แก่ ผู้พิการ ผู้ด้อยโอกาส เด็กและเยาวชนที่อยู่นอกระบบโรงเรียน คุณแม่วัยใส คนเร่ร่อน คนไร้บ้าน ผู้สูงอายุ กลุ่มชาติพันธุ์ ชนกลุ่มน้อย บุคคลที่ไม่มีหลักฐานทางทะเบียนราษฎรหรือไม่มีสัญชาติไทย (คนต่างด้าวและผู้ไร้สัญชาติ) ผู้หนีภัยการสู้รบจากพม่าในพื้นที่พักพิงชั่วคราว คนไทยในต่างประเทศ

(2) ศึกษา วิจัย พัฒนาและเผยแพร่รูปแบบการจัด ส่งเสริม และสนับสนุนการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยให้กับกลุ่มเป้าหมายพิเศษ เพื่อให้มีการนำไปสู่การปฏิบัติอย่างกว้างขวางและมีการพัฒนาให้เหมาะสมกับบริบทอย่างต่อเนื่อง

(3) พัฒนาหลักสูตร สื่อ รูปแบบการจัดกิจกรรม ให้สอดคล้องกับสภาพและความต้องการของกลุ่มเป้าหมายพิเศษแต่ละกลุ่ม

ความสำคัญของประเด็นปัญหาในผู้สูงอายุไม่ได้ขึ้นอยู่กับจำนวนที่เพิ่มขึ้นเพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้วย เมื่อผู้สูงอายุมียวี่หรืออายุเพิ่มขึ้นปัญหาที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องเผชิญคือ ปัญหาสุขภาพด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม ซึ่งเป็นปัญหาที่เกิดจากพัฒนาการของวัย โดยพบการเปลี่ยนแปลงของร่างกายมีความเสื่อมไปตามอายุชั้ย ทำให้สุขภาพไม่แข็งแรง เจ็บป่วยเป็นโรคต่าง ๆ เช่น นอนไม่หลับ มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ส่งผลให้การดำเนินภารกิจประจำวันที่จะดูแลตนเองลดน้อยลง นอกจากนั้นผู้สูงอายุบางคนอาจเจ็บป่วยด้วยโรคหัวใจ โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น และอาจพบปัญหาด้านจิตใจหรืออารมณ์ที่เป็นผลสืบเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย เช่น มีความวิตกกังวล อารมณ์ไม่มั่นคงโกรธง่าย โมโหง่าย หงุดหงิด เครียด ซึมเศร้า หวาดระแวง ท้อแท้ มีอาการหลงลืมหรือมีภาวะสมองเสื่อม รวมถึงอาจพบปัญหาด้านสังคม ซึ่งเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงของการสูญเสียบทบาทหน้าที่ การสูญเสียคนใกล้ชิด และสูญเสียสัมพันธ์ทางครอบครัว (เพ็ญแข ประจันปัจฉินิก, 2538) แม้ว่าผู้สูงอายุจะมีปัญหาดังที่กล่าวมาแต่ผู้สูงอายุมิมีความต้องการเหมือนกับบุคคลในวัยอื่นคือ มีความมั่นคงทางการเงิน มีงาน มีรายได้ เพื่อลดภาระครอบครัวและสังคม ลดการพึ่งพิงอาศัยผู้อื่น สามารถดำเนินชีวิตอย่างปกติ มีอิสระในชีวิต และต้องการความรู้ประสบการณ์ใหม่ ๆ เพื่อปรับตัวให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงของวัย สภาพแวดล้อมและสังคมที่ผู้สูงอายุเป็นสมาชิก (ศุภากร รุ่งอุดม, 2547) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของจากรุวรรณ ศรีสว่าง (จากรุวรรณ ศรีสว่าง, 2532) ที่ศึกษาเรื่องกิจกรรมและความคาดหวังของข้าราชการเกษียณอายุราชการในประเทศไทยพบว่า ข้าราชการยังคงทำกิจกรรมต่อไปหลังเกษียณอายุแล้ว ได้แก่ กิจกรรมงานอดิเรกหรืองานยามว่าง บางคนเข้าร่วมเป็นสมาชิกสมาคมหรือกลุ่ม บางคนทำงานเพิ่มรายได้ และพบว่าคนชราส่วนใหญ่ยังมีระดับกิจกรรมสูง มีบทบาทในการทำงาน และยังคงคล่องกับการศึกษาของ ศิริวรรณ ศิริบุญ

และมาลินี วงษ์สิทธิ์ (ศิริวรรณ ศิริบุญและมาลินี วงษ์สิทธิ์, 2541) ที่ศึกษาประเมินผลโครงการนำร่องการจัดตั้งศูนย์บริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดขอนแก่น สุพรรณบุรี เชียงใหม่ และกรุงเทพมหานคร พบว่า กิจกรรมที่จัดบริการและเห็นว่ามีประโยชน์มากที่สุด เรียงลำดับดังนี้ การออกกำลังกาย ร้อยละ 30.5 การอบรม ร้อยละ 14.3 กิจกรรมเสริมรายได้ร้อยละ 13.6 และกิจกรรมกายภาพบำบัด ร้อยละ 10.9 นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ จรินทร์พรณ เลรามัญ (จรินทร์พรณ เลรามัญ, 2543) ได้ทำการศึกษาเรื่องการศึกษาวิชาชีพสำหรับผู้สูงอายุเพื่อมีรายได้ในเขตเทศบาลเมืองเชียงใหม่ ผลการศึกษา พบว่า อาชีพที่ผู้สูงอายุสนใจและมีความต้องการให้มีการฝึกอบรม ได้แก่ ศิลปะประดิษฐ์ การทำอาหาร ขนม และการผลิตของชำร่วยตามลำดับ

ดังนั้น เพื่อเป็นการสนับสนุนแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 และแก้ปัญหาคุณภาพชีวิต รวมถึงตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ จึงควรจัดกิจกรรมที่สามารถสนับสนุนปัจจัยดังกล่าว เช่น จัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมโดยการเป็นสมาชิกกลุ่ม สมาคม ชมรม การมีงานอดิเรกให้ผู้สูงอายุทำและมีรายได้ทั้งงานประจำ งานพิเศษหรือชั่วคราว ด้วยการฝึกอบรมวิชาชีพต่าง ๆ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สร้างความรู้ประสบการณ์ รวมถึงสร้างทักษะในการทำงานอันนำไปสู่การประกอบอาชีพและมีรายได้ รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์จะเป็นการพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุให้ผู้สูงอายุมีโอกาสทำภารกิจประจำวันต่อไปได้อย่างปกติ จะเป็นการช่วยชะลอความเสื่อมทางด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม (พีระพงศ์ บุญศิริ, 2542) นอกจากนี้การเข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้พบเพื่อนวัยเดียวกัน มีโอกาสพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน แสดงออกซึ่งศักยภาพ ผ่อนคลายความเครียด มีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจจะรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า

นันทนาการเป็นศาสตร์และศิลป์ที่ว่าด้วยการพัฒนาคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคล ของสังคม และประเทศ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542) ได้ให้ความหมายของนันทนาการไว้ว่า นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่ทำตามความสมัครใจในยามว่าง เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน และผ่อนคลายความตึงเครียด สราญใจ สอดคล้องกับ จรินทร์ ธานีรัตน์ (จรินทร์ ธานีรัตน์, 2528) ที่กล่าวว่ากิจกรรมอะไรก็ตามที่ทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ทำให้ร่างกายสดชื่นกระปรี้กระเปร่าคืนสู่สภาพปกติ และเพื่อสามารถประกอบกิจต่อไปให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สมกับเป็นพลเมืองดีของประเทศชาตินั้นคือ นันทนาการ และสมบัติ กาญจนกิจ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2533) ได้ให้ความหมายของนันทนาการว่า นันทนาการ หมายถึง การทำให้สดชื่นสร้างพลังขึ้นมาใหม่ หลังจากการใช้พลังงานแล้วก่อให้เกิดความเหนื่อยเมื่อยล้าทางกาย สมอง และจิตใจ กิจกรรมนันทนาการที่บุคคลเข้าร่วมในช่วงเวลาว่างโดยไม่มีภารกิจบังคับ หรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจช่วยขจัดหรือผ่อนคลายความเหนื่อยเมื่อยล้าทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจก่อให้เกิดการพัฒนาอารมณ์สุขและพัฒนาเจริญงอกงามทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคม และกิจกรรมนั้นจะต้องเป็นกิจกรรมที่สังคมยอมรับด้วย กิจกรรมนันทนาการสามารถผ่อนคลายความตึงเครียดเหล่านั้นได้ ทำให้ได้รับการสนับสนุนจากภาครัฐในการส่งเสริมให้ประชาชนใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยประกอบกิจกรรมนันทนาการที่มีคุณค่า

กิจกรรมนันทนาการสามารถแบ่งเป็นหลายประเภท เช่น ศิลปะทัศนกรรม เกมกีฬา การเต้นรำ ละครและการละคร งานอดิเรก ดนตรีและร้องเพลง กิจกรรมนอกเมือง วรรณกรรม การอ่าน พูด และเขียน กิจกรรมทางสังคม กิจกรรมพิเศษ กิจกรรมอาสาสมัคร เป็นต้น สำนักส่งเสริม

และพัฒนานันทนาการ (สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ, 2550) ได้แบ่งกิจกรรมนันทนาการเป็น 11 กิจกรรม และให้ความหมายกิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมงานอดิเรก (Hobby) ไว้ว่า คือ งานอดิเรกจัดเป็นกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณค่าชีวิตของมนุษย์ ตั้งแต่วัยเด็ก เยาวชน และผู้สูงอายุ เป็นการส่งเสริมการสร้างประสบการณ์ชีวิต เป็นการบำบัดทางกายและจิตใจ ส่งเสริมโอกาสให้บุคคลเลือกกิจกรรมตามความสนใจ สัมผัส และกระทำด้วยความเต็มใจในช่วงเวลา อิสระ เวลาว่าง และเพื่อพัฒนาคุณค่าชีวิตของบุคคล และสังคม เช่น ประดิษฐ์ ต่อเติม วาดภาพ สะสมแสตมป์ เหยี่ยูที่ระลึก ของเก่า แกะสลัก วาดภาพ ออกแบบ พัฒนาเกม ศึกษาเรียนรู้ เช่น เรียนรู้เทคนิคสิ่งต่าง ๆ ศึกษาในศาสตร์วิชาใหม่ เป็นต้น กิจกรรมงานอดิเรกนี้เป็นการทำงานที่ตนรัก ชอบและประสงค์ที่จะทำต่อไปเพื่อความผ่อนคลาย ความบันเทิงให้กับชีวิตตนเอง บางครั้งรู้สึกอึดอัด และพึงพอใจกับผลงานที่ได้รับ เช่น งานฝีมือต่าง ๆ และยังเป็นสุขใจมากยิ่งขึ้นเมื่อได้มอบสิ่งที่เป็น งานฝีมือเหล่านั้นแก่ลูกหลานญาติพี่น้อง และเพื่อนฝูง ซึ่งงานอดิเรกนี้บางครั้งทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาส ได้บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ เช่น การเป็นอาสาสมัคร การเป็นวิทยากรในการอบรมวิชาการและ วิชาชีพแก่สังคม เป็นการถ่ายทอดภูมิปัญญาจากคนรุ่นหนึ่งสู่รุ่นต่อ ๆ ไป ทำให้มีการดำรงสืบทอด ศิลปวัฒนธรรมอันดีงามของท้องถิ่นและของชาติสืบไป ดังนั้นกิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรม งานอดิเรกที่ทำขึ้นด้วยมือในเวลาว่าง และมีได้ทำเป็นอาชีพหรือหวังผลกำไรใด ๆ เป็นกิจกรรมที่ ส่งเสริมทักษะ ความสามารถในการใช้มือสร้างงานฝีมือให้แก่ชุมชน เพื่อพัฒนาอารมณ์ สังคม และ สติปัญญา

ศิลปะประดิษฐ์ เป็นชิ้นงานที่นำวัสดุต่าง ๆ มาประกอบกันขึ้นเป็นรูปร่าง รูปทรง สี สัน แบบต่าง ๆ โดยใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และจินตนาการ ให้ออกมาสวยงาม เป็นผลงานที่มีคุณค่า ในด้านประโยชน์ใช้สอย และคุณค่าทางด้านจิตใจ ซึ่งประโยชน์ของงานศิลปะประดิษฐ์จะทำให้ ผู้ประดิษฐ์นั้นได้ฝึกคิด ฝึกทำ ฝึกสร้างสรรค์ผลงานในรูปแบบต่าง ๆ เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิด ประโยชน์ ทำให้มีสมาธิ ปัญญา ใจดีสงบและยังสร้างความภาคภูมิใจให้แก่ผู้ประดิษฐ์ได้ จึงมีผู้นำ กิจกรรมศิลปะประดิษฐ์ไปฝึกอบรมให้กับผู้สูงอายุ เช่น ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการและสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแคได้จัดให้มีการสอนงานศิลปะประดิษฐ์ต่าง ๆ เช่นการทำดอกไม้จันทน์ ดอกไม้ประดิษฐ์ เครื่องหอม ของชำร่วย เป็นต้น งานศิลปะประดิษฐ์จึงนับว่าเป็นกิจกรรมที่สำคัญสำหรับผู้สูงอายุซึ่งให้ ประโยชน์ทั้งด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสร้างรายได้จากชิ้นงานสามารถใช้เป็นอาชีพเสริมได้ ดังนั้นศิลปะประดิษฐ์จึงเป็นโปรแกรมนันทนาการที่ควรจัดให้แก่ผู้สูงอายุ

สถาบันพัฒนาการศึกษาครอบครัวและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ) ในฐานะที่เป็นสถานศึกษาที่มีหน้าที่จัดการศึกษาต่อเนื่อง ส่งเสริมสนับสนุนการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยให้ รวมทั้งบริการทางด้าน วิชาการแก่สถานศึกษาในสังกัดสำนักงาน กศน. ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ครอบคลุมพื้นที่ 20 จังหวัด ได้ดำเนินการจัดและส่งเสริมการจัดกิจกรรมของผู้สูงอายุ และเป็นหน่วยงานที่ริเริ่มร่วมก่อตั้ง ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ขึ้น โดยในช่วงระยะแรกยังมีสมาชิกไม่มาก และกิจกรรม ยังไม่มีรูปแบบที่จูงใจให้สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยจึงได้ทำการสำรวจความต้องการโดยการประชุม กรรมการชมรมฯ เพื่อหาแนวทางและทราบความต้องการของผู้สูงอายุ ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุมีความต้องการ เรียนรู้ในเรื่องของศิลปะประดิษฐ์ และคาดหวังว่าจะเป็นโอกาสให้ได้พบปะพูดคุยกับเพื่อวัยเดียวกันได้ทำ

กิจกรรมด้วยกัน จึงได้พัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับกลุ่มผู้สูงอายุ และศึกษาผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ซึ่งจะเป็นแนวทางให้แก่บุคลากรในสังกัดสำนักงาน กศน. ที่มีหน้าที่รับผิดชอบในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ และผู้ที่เกี่ยวข้องใช้เป็นข้อมูลประกอบการพิจารณาวางแผนและส่งเสริมสนับสนุนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุให้มีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
2. เพื่อพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
3. เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

ขอบเขตการวิจัย

1. ด้านพื้นที่ กลุ่มเป้าหมายประชากรที่ศึกษา ได้แก่ ผู้สูงอายุในชมรมสถานีกาชาดที่ 7 และผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกอยู่ในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดอุบลราชธานี ในปีงบประมาณ พ.ศ. 2554 – 2556
2. ด้านเนื้อหา เนื้อหาที่จัดเป็นตัวแปรหลักที่ศึกษาผลการใช้โปรแกรม ได้แก่
 - 2.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วยกิจกรรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ จำนวน 12 กิจกรรม
 - 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2 ด้าน คือ
 - 1) คุณภาพชีวิต ด้านสุขภาพจิต และด้านสภาวะทางสังคม
 - 2) ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการด้วยศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
3. ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย

ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการศึกษาในช่วงปีงบประมาณ พ.ศ. 2554 - 2556 โดยทดลองใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ปรับปรุงและนำมาใช้ศึกษาผลการใช้โปรแกรม

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ หมายถึง กระบวนการจัดกิจกรรมนันทนาการด้วยศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ตามแนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ และการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรม แนวคิดเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมนันทนาการ แนวคิดเกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์ และแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย 1) ชื่อโปรแกรม 2) วัตถุประสงค์ 3) กลุ่มเป้าหมาย 4) หัวข้อกิจกรรม ซึ่งในแต่ละกิจกรรม ประกอบด้วย

(1) สารสำคัญ (2) จุดประสงค์การเรียนรู้ (3) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ซึ่งประกอบด้วย ขั้นนำ ขั้นจัดการเรียนรู้ และขั้นสรุป (4) สื่อการเรียนรู้ (5) การวัดและประเมินผล (6) บันทึกผล การจัดการเรียนรู้ และ (7) ใบความรู้ 5) จำนวนชั่วโมงที่จัดกิจกรรม 6) วันและเวลาในการจัดกิจกรรม 7) สถานที่ 8) ลักษณะการจัดกิจกรรม 9) ตารางการจัดกิจกรรม โดยมีหัวข้อกิจกรรม จำนวน 12 กิจกรรม ได้แก่ (1) การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา (2) การประดิษฐ์ที่คาดผม ดอกบัวจากเศษผ้า (3) การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม (4) การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ (5) การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์ (6) การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์ (7) การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากฝาขวดน้ำและเศษผ้า (8) การประดิษฐ์ของขำร่วยขนมสอดไส้ (9) การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า (10) การประดิษฐ์ของขำร่วยข้าวต้มมัด (11) การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม และ (12) การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง

2. การสร้างและพัฒนาโปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ หมายถึง กระบวนการสร้างโปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอนหลัก คือ (1) ขั้นการสร้างโปรแกรม ประกอบด้วยการศึกษาหลักการแนวคิดที่เกี่ยวข้อง กำหนดกรอบแนวคิด เขียนแผน และสร้างโปรแกรม ฉบับร่าง (2) ขั้นการพัฒนาโปรแกรม ประกอบด้วย การตรวจสอบโปรแกรมโดยผู้เชี่ยวชาญ การสร้างเครื่องมือเก็บข้อมูล การทดลองใช้โปรแกรมโดยผู้สูงอายุ และการปรับปรุงโปรแกรม (3) ศึกษาผลการใช้โปรแกรม

3. ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลผู้มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป เป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 อุบลราชธานี และชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดอุบลราชธานี ที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

4. คุณภาพชีวิต หมายถึง สภาวะที่เกี่ยวกับสุขภาพจิตและสภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ กล่าวคือ (1) สุขภาพจิต เป็นสภาวะที่เกี่ยวกับการมีความสุข มีสมาธิ การผ่อนคลาย เพลิดเพลิน ความสำเร็จในชีวิตมีความหมาย ความภาคภูมิใจในตน ความรู้สึกอบอุ่นจากคนรอบข้าง (2) สภาวะทางสังคม เป็นเป็นสภาวะที่เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น ความสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ ความมีโอกาสพูดคุย สนทนากับผู้อื่นได้ด้วยความรู้สึกที่ดี ความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น รวมถึงการวางแผนในการทำงานร่วมกับผู้อื่น

5. ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรมเน้นทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ครอบคลุม 2 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับสื่อวัสดุอุปกรณ์ ผู้จัดกิจกรรม บรรยากาศ ห่วงเวลาในการจัดกิจกรรม ความต้องการและความรู้ที่ได้รับ 2) ด้านหัวข้อกิจกรรม ประกอบด้วย (1) การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา (2) การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า (3) การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม (4) การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ (5) การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์ (6) การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์ (7) การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากฝาขวดน้ำและเศษผ้า (8) การประดิษฐ์ของขำร่วยขนมสอดไส้ (9) การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า (10) การประดิษฐ์ของขำร่วยข้าวต้มมัด (11) การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม และ (12) การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง

วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ดำเนินการในลักษณะการวิจัยและพัฒนา (Research and Development : R&D) ในแบบของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อวิเคราะห์ สังเคราะห์ เพื่อนำไปสู่การสร้างร่างโปรแกรม

วิจัยภาคสนาม (Field Research) โดยการใช้แบบสอบถาม (วัดคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจ) และเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ สัมผัส (เพื่อสร้างข้อสรุปในการนำไปปรับร่างโปรแกรม)

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ฉบับสมบูรณ์
2. ได้ทราบผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
3. เป็นแนวทางให้ชมรมผู้สูงอายุนำไปใช้ในการจัดกิจกรรม ให้แก่สมาชิกในชมรมตามความต้องการและความสนใจของผู้สูงอายุ
4. เป็นข้อมูลและแนวทางให้แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง นำผลการวิจัยไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้ค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
2. ทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
3. การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ
4. แนวคิดเกี่ยวกับนันทนาการ
5. แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรม
6. แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมนันทนาการ
7. ความรู้เกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์
8. แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต
9. แนวคิดความพึงพอใจ
10. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ มีเนื้อหาประกอบด้วย ความหมายของผู้สูงอายุ การแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุ การเปลี่ยนแปลงและปัญหาในวัยสูงอายุ ปัญหาผู้สูงอายุในประเทศไทย และแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ความหมายของผู้สูงอายุ

คำว่า “ผู้สูงอายุ” (Elderly) มีการบัญญัติขึ้นครั้งแรกในประเทศไทย โดย พ.ร.บ. อรรถสิทธิ์ สิทธิสุนทร ในการประชุมระหว่างแพทย์อาวุโส และผู้สูงอายุจากวงการต่าง ๆ เมื่อวันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2505 จนเป็นที่เข้าใจยอมรับและใช้กันแพร่หลายในปัจจุบันและใช้แทนคำว่า คนชรา หรือคนแก่ (สุรกุล เจนอบรม, 2541)

ในการประชุมสมาชิกจากประเทศต่าง ๆ ขององค์การสหประชาชาติที่นครเวียนนา ประเทศออสเตรีย เมื่อ พ.ศ. 2525 มีมติให้ความหมายคำว่า “ผู้สูงอายุ” หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป และใช้เป็นมาตรฐานเดียวกันทั่วโลก

นิริวัติ ปิยสุทธิ (นิริวัติ ปิยสุทธิ, 2549) ให้ความหมายว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง การพัฒนาการของชีวิตซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงที่ดำเนินไปสู่ความเสื่อมของร่างกาย จิตใจ โดยทั่วไปถือว่า เริ่มต้นตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไป สภาพเสื่อมของคนเรานั้นจะมีได้เร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น กรรมพันธุ์อาหาร อาชีพ สภาพความเป็นอยู่ ดินฟ้าอากาศ ถิ่นที่อยู่อาศัย โรคภัยไข้เจ็บ ตลอดจนจิตใจและอารมณ์ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

ยูทธนา บุศเนตร (ยูทธนา บุศเนตร, 2548) ให้นิยามของผู้สูงอายุไว้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิงเป็นวัยที่อยู่ในช่วงสุดท้ายของชีวิต อยู่ในระหว่างการเปลี่ยนแปลงในลักษณะที่เสื่อมถอยทั้ง ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งควรได้รับการช่วยเหลือ และต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด

กัลยาณี ทองสว่าง (กัลยาณี ทองสว่าง, 2546) กล่าวว่า ผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีอายุ ตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปซึ่งสอดคล้องกับเกณฑ์ที่องค์การระหว่างประเทศประชุมตกลงกัน และกำหนดเป็น มาตรฐานผู้สูงที่มีอายุระหว่าง 60 – 74 ปี เป็นผู้สูงอายุระยะเริ่มต้นและตอนกลาง

ปานชีวา ณ หนองคาย (ปานชีวา ณ หนองคาย, 2551) กล่าวว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง การพัฒนาการของชีวิตซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงที่ดำเนินไปสู่ความเสื่อมของร่างกาย จิตใจ ตลอดจนหน้าที่การงานทางสังคมเป็นช่วงวัยสุดท้ายของชีวิตซึ่งแต่ละคนจะปรากฏอาการเสื่อมถอยแตกต่างกัน มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป

ผู้ที่ทำงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ หรือ Gerontologist ได้กำหนดหลักเกณฑ์การพิจารณา ความเป็นผู้สูงอายุไว้ 4 ลักษณะ (สุรกุล เจนอบรม, 2541) ดังนี้

1) พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากอายุจริงที่ปรากฏ (Chronological Aging) ความสูงอายุลักษณะนี้เป็นไปตามอายุขัยของมนุษย์ โดยดูตั้งแต่ปีที่เกิด ดังนั้น บุคคลอายุ 75 ปี ย่อมจะต้องมีความเป็นผู้สูงอายุมากกว่าบุคคลที่มีอายุ 40 ปี เหล่านี้เป็นต้น การดูลักษณะของ ความเป็นผู้สูงอายุตามเกณฑ์นี้ จึงดูมีจำนวนปีหรืออายุที่ปรากฏจริงตามปฏิทิน โดยไม่นำเอา เรื่องของสุขภาพความสามารถ สติปัญญา บทบาททางสังคม ฯลฯ เข้ามาเกี่ยวข้องด้วย

2) พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Physiological Aging หรือ Biological Aging) ความเป็นผู้สูงอายุลักษณะนี้ได้จากการเปลี่ยนแปลง ทางร่างกายที่เกิดขึ้น เช่น ผมเริ่มขาว ผิวหนังเหี่ยวย่น ตกกระ สายตาเริ่มยาว ศีรษะเริ่มล้าน ฯลฯ ซึ่ง กระบวนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายนี้จะเพิ่มมากขึ้นตามอายุขัยที่เพิ่มขึ้นในแต่ละปี

3) พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ (Psychological Aging) ความเป็นผู้สูงอายุลักษณะนี้ได้จากกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุ เช่น ซึมเศร้า จุกจิกจู้จี้ ขี้บ่น น้อยใจ หรือบางคนอาจจะสนุกสนานร่าเริง ใจเย็น มีความสงบสุขมากขึ้น ฯลฯ นอกจากนี้ยังรวมไปถึงกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านสติปัญญาด้วย เช่น ระบบความจำเปลี่ยนไป การรับรู้และการเรียนรู้เริ่มถดถอยลง สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากกระบวนการ ของความสูงอายุนี้จะแสดงออกมาให้เห็นทางด้านบุคลิกภาพและพฤติกรรมของบุคคลอย่างเห็นได้ชัด

4) พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากบทบาททางสังคม (Sociological Aging) ความเป็นผู้สูงอายุลักษณะนี้ได้จากบทบาทหน้าที่ทางสังคมที่เปลี่ยนไป เช่น อาจจะเพิ่มมากขึ้นหรือ ลดน้อยลง การมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคลอื่น ๆ รวมไปถึงด้านครอบครัว เพื่อน ตลอดจนความรับผิดชอบ ในการทำงานและบทบาททางสังคมด้านอื่น ๆ ด้วย

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2544) ได้เสนอข้อคิดเห็นของ บาร์โรว์และสมิธ (Barrow and Smith) ว่า เป็นการยากที่จะกำหนดว่าผู้ใดชราภาพหรือสูงอายุ แต่สามารถพิจารณา จากองค์ประกอบต่าง ๆ ได้ดังนี้คือ

1) ประเพณีนิยม (Tradition) เป็นการกำหนดผู้สูงอายุ โดยยึดตามเกณฑ์อายุ ที่ออกจากราชการ เช่น ประเทศไทยกำหนดอายุวัยเกษียณอายุ เมื่ออายุครบ 60 ปี แต่ประเทศสหรัฐอเมริกา กำหนดอายุ 65 ปี เป็นต้น

2) การปฏิบัติหน้าที่ทางร่างกาย (Body Functioning) เป็นการกำหนดโดยยึดตามเกณฑ์ทางสรีรวิทยาหรือทางกายภาพ บุคคลจะมีการเสื่อมสลายทางสรีรวิทยาที่แตกต่างกันในวัยสูงอายุอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย จะทำงานน้อยลงซึ่งแตกต่างกันในแต่ละบุคคล บางคนอายุ 50 ปี ฟันอาจจะหลุดทั้งปากแต่บางคนอายุถึง 80 ปี ฟันจึงจะเริ่มหลุด เป็นต้น

3) การปฏิบัติหน้าที่ทางด้านจิตใจ (Mental Functioning) เป็นการกำหนดตามเกณฑ์ความสามารถในการคิดสร้างสรรค์ การจำ การเรียนรู้ และความสัมพันธ์ทางด้านจิตใจ สิ่งที่พบมากที่สุดในผู้สูงอายุคือ ความจำเริ่มเสื่อม ขาดแรงจูงใจซึ่งไม่ได้หมายความว่าบุคคลผู้สูงอายุทุกคนจะมีสภาพเช่นนี้

4) ความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self - Concept) เป็นการกำหนดโดยยึดความคิดที่ผู้สูงอายุมองตนเอง เพราะโดยปกติผู้สูงอายุมักจะเกิดความคิดว่า “ตนเองแก่ อายุมากแล้ว” และส่งผลต่อบุคลิกภาพทางกาย ความรู้สึกทางด้านจิตใจ และการดำเนินชีวิตประจำวัน สิ่งเหล่านี้จะเปลี่ยนแปลงไปตามแนวความคิดที่ผู้สูงอายุนั้น ๆ ได้กำหนดขึ้น

5) ความสามารถในการประกอบอาชีพ (Occupation) เป็นการกำหนดโดยยึดความสามารถในการประกอบอาชีพ โดยใช้แนวความคิด จากการเสื่อมถอยของสภาพทางร่างกายและจิตใจ คนทั่วไปจึงกำหนดว่า วัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องพักผ่อน หยุดการประกอบอาชีพ ดังนั้นบุคคลที่อยู่ในวัยสูงอายุ จึงหมายถึงบุคคลที่มีวัยเกินกว่าวัยที่จะอยู่ในกำลังแรงงาน

6) ความกดดันทางอารมณ์และความเจ็บป่วย (Coping with Stress and Illness) เป็นการกำหนดโดยยึดตามสภาพร่างกายและจิตใจ ผู้สูงอายุจะเผชิญกับสภาพโรคร้ายไข้เจ็บอยู่เสมอ เพราะสภาพทางร่างกายและอวัยวะต่าง ๆ เริ่มเสื่อมลง นอกจากนั้น ยังอาจเผชิญกับปัญหาทางด้านสังคมอื่น ๆ ทำให้เกิดความกดดันทางอารมณ์เพิ่มขึ้นอีก ส่วนมากมักพบกับผู้มีอายุระหว่าง 60 - 65 ปี ขึ้นไป

2. การแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุ

มีผู้แบ่งกลุ่มผู้สูงอายุไว้หลายท่านดังนี้

ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนภาคตะวันออก ได้เสนอข้อมูลการแบ่งช่วงอายุผู้สูงอายุของประเทศไทย ดังนี้ (ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนภาคตะวันออก, 2543)

- 1) อายุตั้งแต่ 60 – 69 ปี
- 2) อายุตั้งแต่ 70 – 79 ปี
- 3) และอายุ 80 ปีขึ้นไป

บรรลุ ศิริพานิช ได้แบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม ตามอายุและสภาวะสุขภาพทั่วไป (บรรลุ ศิริพานิช และคณะ, 2539)

- 1) ผู้สูงอายุระดับต้น มีอายุระหว่าง 60 – 70 ปี ระดับนี้สภาวะทางกายภาพ และสรีรวิทยายังไม่เปลี่ยนแปลงมาก ยังสามารถช่วยเหลือตนเองได้เป็นส่วนใหญ่
- 2) ผู้สูงอายุระดับกลาง มีอายุระหว่าง 71– 80 ปี ระดับนี้สภาวะทางกายภาพ และสรีรวิทยาเริ่มเปลี่ยนแปลงไปแล้วเป็นส่วนใหญ่ ทำให้การช่วยเหลือตัวเองบกพร่อง เริ่มต้องการความช่วยเหลือในบางอย่าง
- 3) ผู้สูงอายุระดับปลายมีอายุตั้งแต่ 80 ปี ขึ้นไป ระดับนี้สภาวะทางกายภาพ และสรีรวิทยาเปลี่ยนแปลงไปอย่างเห็นได้ชัด บางคนมีความพิการ บางคนช่วยเหลือตัวเองไม่ได้และ บางอย่างจำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือ

ในการแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุต้องมีเกณฑ์ร่วมกันว่าจะใช้อายุเท่าไร เป็นตัวกำหนดเพื่อจะได้สื่อสารแลกเปลี่ยนความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับผู้สูงอายุได้ตรงกัน สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุตามเกณฑ์ของศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนภาคตะวันออก

3. การเปลี่ยนแปลงและปัญหาในวัยสูงอายุ

สุรกุล เจนอบรม (สุรกุล เจนอบรม, 2541) ได้กล่าวว่า โดยทั่วไปผู้สูงอายุจะมีกระบวนการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่สำคัญ ดังนี้

- 1) การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ เป็นผลมาจากความเสื่อมโทรมของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น การเปลี่ยนแปลงของระบบกล้ามเนื้อ ระบบกระดูก ระบบผิวหนัง รวมทั้งเรื่องระบบประสาท และประสาทสัมผัสที่เกี่ยวกับเรื่องการนอนหลับ มักตื่นง่าย หลับยาก นอนกรน ความสามารถทางการได้ยินและการมองเห็นเสื่อมลง เช่น หูตึง สายตาวาย ตาเป็นต้อ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพ อันส่งผลต่อจิตใจและสังคมด้วย เช่น การเจ็บป่วยทำให้ผู้สูงอายุ รู้สึกกลัว เครียด หงุดหงิด อาจแสดงออกทางด้านอารมณ์ โมโหร้าย ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดอาจเบื่อหน่ายไม่ ยอยากใกล้ชิด เกิดปัญหาสัมพันธภาพขึ้น เป็นต้น

- 2) การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ซึ่งมองไปถึงองค์ประกอบทางด้านสมองที่ เกี่ยวกับความจำและความถูกต้องแม่นยำลดลง การตอบสนองจะใช้เวลามากขึ้น นอกจากนั้นยัง สัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสังคม เนื่องจากความเสื่อมของอวัยวะต่าง ๆ มีอิทธิพล ต่อสภาพจิตใจผู้สูงอายุ อันเป็นอุปสรรคต่อการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น หูตึง รวมทั้งที่ต้องปรับตัวให้ เข้ากับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ เช่น การสูญเสียต่อบุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียสมรรถภาพทางเพศ การสูญเสียสัมพันธภาพทางครอบครัว การสูญเสียสมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจ การสูญเสียสภาพ ทางสังคมและเศรษฐกิจ ทำให้รู้สึกว่าไม่สามารถพึ่งตนเองได้ เป็นภาระผู้อื่น อันส่งผลกระทบต่อสภาพ จิตใจ ทำให้รู้สึกว่าไร้ค่า ว้าเหว่ ซึมเศร้า หงุดหงิดได้ง่าย เป็นต้น

- 3) การเปลี่ยนแปลงทางสังคม เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคม ความเสื่อมของค่านิยมสังคมไทย การยอมรับวัฒนธรรมตะวันตก การคาดหวังจากสังคม และ การสูญเสียสัมพันธภาพทางสังคม จึงส่งผลต่อร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ เช่น รู้สึกว่าตนถูกทอดทิ้ง เหวงเศร้า ว้าเหว่ กังวล เครียด ทำให้มีอาการปวดท้อง ปวดหัว เป็นต้น

มยุรี กลับบงศ์ (มยุรี กลับบงศ์, 2534) ได้อธิบายปัญหาของผู้สูงอายุในทางร่างกายและ ทางด้านจิตใจไว้ ดังนี้ ปัญหาทางด้านร่างกาย ในวัยของผู้สูงอายุนั้นสุขภาพจะไม่แข็งแรง อาการ

ปวดเมื่อยวิงเวียน หน้ามืด ท้องผูก ความรู้สึกทางเพศลดลง ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อลดลง ความอดทนในการทำงานลดน้อยลง ประสาทสัมผัส หู ตา มือ และเท้าเสื่อมลง ความอ่อนตัวทางร่างกายน้อยลงและมีความกระฉับกระเฉงหรือความคล่องตัวน้อยลงปัญหาทางด้านจิตใจ ภาวะจิตใจผู้สูงอายุ ช่วงนี้จะมีการเสื่อมถอยทางจิตมากขึ้นกระฉับกระเฉงน้อยลง สนใจ ในสิ่งแวดล้อมและโลกน้อยลง มีความยึดหยุ่นในทัศนคติน้อยลง มีความกังวล เบื่อหน่ายชีวิต เครียด แยกตนเองออกจากสังคม ปัญหาเรื่องการเงิน ความหมดหวัง มีความทุกข์ เหงาหงอย มองโลกในแง่ร้าย ไม่มีความสุขในชีวิต หดหู่ หวาดระแวง ใจน้อย ขี้บ่น ความจำเสื่อม รู้สึกว่าถูกทอดทิ้ง ว่าเหว และซึมเศร้า นอนไม่หลับ เหนื่อยง่าย เบื่ออาหาร วิตกกังวลมีความรู้สึกที่ชีวิตไม่มีค่าและดำเนินชีวิตโดยอัตโนมัติตนเอง สุดท้ายมีความรู้สึกอยากฆ่าตัวตาย

กรมการศึกษานอกโรงเรียน (กรมการศึกษานอกโรงเรียน, 2541) ได้นำเสนอข้อมูลการเปลี่ยนแปลงวัยของผู้สูงอายุ ดังนี้

1) ด้านร่างกาย เซลล์ในร่างกายมนุษย์มีการเจริญและเสื่อมโทรมตลอดเวลา โดยในผู้สูงอายุมีอัตราการเสื่อมโทรมมากกว่าการเจริญ ทั้งนี้ การเสื่อมโทรมทางจิตจะทำให้มีความรู้สึกที่โดดเดี่ยว อ้างว้าง

2) ระบบหายใจ เสื่อมสภาพลงเพราะอวัยวะในการหายใจเข้า - ออกลดความสามารถในการขยายตัว ปอดเสียความยืดหยุ่น ถุงลมแลกเปลี่ยนแก๊สลดน้อยลง ปอดรับออกซิเจนได้น้อยลง

3) ระบบการไหลเวียนเลือด หัวใจ หลอดเลือด มีเนื้อเยื่ออันมาแทรกมากขึ้น ทำให้การสูบฉีดเลือดของหัวใจไม่แข็งแรงเหมือนเดิม มีปริมาณสูบฉีดลดลง หลอดเลือดแข็งตัว และ แรงดันเลือดสูงขึ้น ส่งผลให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะลดปริมาณ

4) สติปัญญาของผู้สูงอายุ สติปัญญาเริ่มเสื่อมถอย เชื่องช้า ต้องใช้เวลาในการคิดวิเคราะห์ ทบทวนนานกว่าจะตัดสินใจได้ การตอบโต้ทางความคิดไม่ฉับพลันทันที แต่มีเหตุผล และประสบการณ์เป็นข้อมูลพื้นฐานในการคิดและตัดสินใจ แต่บางครั้งไม่กล้าตัดสินใจอะไร

5) การเรียนรู้ของผู้สูงอายุ การเรียนรู้เรื่องใหม่ ๆ หรือเทคโนโลยีใหม่ของผู้สูงอายุ เป็นไปได้ช้า ต้องใช้เวลาเรียนรู้นานกว่าที่จะรู้ ปรับเปลี่ยนความคิด และการกระทำได้ แต่การเรียนรู้ที่มีความสอดคล้องกับประสบการณ์เดิม และความรู้เดิมที่มีอยู่จะสามารถเรียนรู้ได้รวดเร็ว

6) พฤติกรรมและธรรมชาติของผู้สูงอายุที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้

6.1) ถ้าไม่มีกิจกรรมอะไรทำ อยู่ว่าง ๆ จะรำคาญ และคิดฟุ้งซ่านหรืออาจจะบ่นพึมพำ

6.2) บางช่วงจะหลง ๆ สับสน ๆ

6.3) สายตาไม่ดี อ่านหนังสือที่มีขนาดอักษรตัวเล็กเกินไม่ได้และอ่านได้ไม่นาน

6.4) ชอบอ่าน ฟัง ดูข่าว ความก้าวหน้าและความเป็นไปของบ้านเมืองมากกว่า

บันเทิง หรือตำราวิชาการ

6.5) มีช่วงเวลาของความสนใจยาวนานและมีสมาธิดี ถ้ามีความตั้งใจจะทำ

สิ่งใด

4. ปัญหาผู้สูงอายุในประเทศไทย

วัยสูงอายุเป็นวัยแห่งการเสื่อมถอยทางด้านร่างกาย จิตใจ ตลอดจนหน้าที่การงาน และบทบาทหน้าที่ทางสังคม ซึ่งเกิดจากการเสื่อมถอยดังกล่าวนี้ ทำให้ผู้สูงอายุประสบปัญหาในด้านต่าง ๆ ดังนี้

4.1 ปัญหาเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ผู้สูงอายุส่วนมากจะยอมรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายว่าเป็นไปตามธรรมชาติ เมื่ออายุมากแล้วจะให้มีความแข็งแรงเหมือนกับวัยหนุ่มสาวไม่ได้ ฉะนั้นจึงไม่คิดที่จะทำอะไรและในที่สุดจะมีปัญหาเรื่องสุขภาพ มีโรคภัยไข้เจ็บที่พบเห็นในผู้สูงอายุเสมอ เช่น โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น และคนส่วนมากจะมีความเข้าใจผิดว่า โรคเหล่านี้เป็นโรคของผู้สูงอายุซึ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้ ปัจจุบันนี้นักวิทยาศาสตร์และแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะโรคได้ศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการความแก่หรือความชราภาพ พบว่า การมีอายุยืนและมีคุณภาพของชีวิตที่ดีนั้น คือ ปราศจากโรค เป็นสิ่งที่เป็นไปได้และโรคต่าง ๆ ที่คิดว่าเป็นโรคของผู้สูงอายุนั้น เป็นสิ่งที่ป้องกันได้ ด้วยการปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอ ดังต่อไปนี้

1) รับประทานอาหารให้ถูกสัดส่วน มีคุณค่าทางอาหารและมีแคลอรีต่ำหรือมีไขมันน้อย ควรลดอาหารที่มีไขมันสูง โดยเฉพาะน้ำมันประเภทอิ่มตัว ซึ่งเป็นน้ำมันที่มาจากสัตว์ เช่น น้ำมันหมู น้ำมันไก่ เป็นต้น

2) ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คือ การที่ร่างกายมีการหดยืดกล้ามเนื้อและข้อต่อ มีการเคลื่อนไหวทำให้เกิดการใช้อาหารและออกซิเจนในร่างกายเพิ่มขึ้นไปจากธรรมดา และมีความกระปรี้กระเปร่าในชีวิตประจำวัน

3) ไม่สูบบุหรี่ ผู้สูงอายุจำนวนไม่น้อยที่ติดบุหรี่เพื่อสุขภาพของตนเองเพราะนักวิทยาศาสตร์ทางการแพทย์ได้มีหลักฐานพิสูจน์ว่า บุหรี่เป็นสาเหตุในการเป็นโรคหัวใจความดันโลหิต โรคปอดและมะเร็งกล่องเสียง เป็นต้น

4) ไม่ดื่มเหล้า มีผู้สูงอายุไม่น้อยเช่นกันที่ชอบดื่มเหล้าโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุในชนบท ลูกหลานจึงมีบทบาทสำคัญในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้กับผู้สูงอายุที่มีเวลารว่างมากได้ทำงานอดิเรกตามความเหมาะสม เช่น การปลูกต้นไม้ การศึกษาธรรมะ เป็นต้น กิจกรรมดังกล่าวจะทำให้ผู้สูงอายุเลิกดื่มเหล้าได้ ในที่สุดจะมีสุขภาพดีเป็นร่วมโพธิ์ร่มไทรต่อลูกหลานไปได้นานแสนนาน

4.2 ปัญหาที่เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในที่นี้ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคมและบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุ เช่น การเกษียณอายุของผู้ที่ทำงานราชการเมื่ออายุ 60 ปี จะเป็นการเสียตำแหน่งหน้าที่การงานและรวมทั้งเกียรติและสิทธิต่าง ๆ ด้วยสามารถสรุปได้ดังนี้

1) ปัญหาเศรษฐกิจ เป็นปัญหาหลักในกลุ่มผู้สูงอายุ ทั้งนี้จะดูได้จากที่ทำงานราชการเมื่อเกษียณอายุรายได้จะลดลง ในขณะที่ค่าครองชีพสูงขึ้นเรื่อย ๆ สำหรับผู้สูงอายุที่ยากจนไม่มีเงินสะสมไว้ในขณะที่ทำงานได้ ปัญหาเศรษฐกิจเป็นปัญหาที่ทำให้ผู้สูงอายุประสบความลำบากในเรื่องที่อยู่อาศัย เรื่องอาหารการกินและทำให้ส่งผลไปถึงปัญหาสุขภาพ

2) ปัญหาการขาดความสัมพันธ์จากเพื่อน ผู้ร่วมงาน ปัญหาในส่วนนี้จะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุที่รับราชการเมื่อเกษียณอายุแล้ว จะทำให้ขาดความสัมพันธ์ กับเพื่อนและผู้ร่วมงานจึง

ทำให้น้อยเนื้อต่ำใจและคิดว่าเมื่อหมดอำนาจและไม่มีคนเคารพนับถือ มีความรู้สึกหว่าเหวและ ซึมเศร้าทำให้มีผลต่อสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ

3) ปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับสมาชิกในครอบครัว สำหรับผู้ที่รับราชการ ตลอดเวลา ก่อนเกษียณอายุ เวลาของผู้สูงอายุมักจะใช้เวลาในการทำงานนอกบ้าน เวลาที่จะอยู่กับ ครอบครัวมีน้อยจนเกือบจะไม่มีเวลาได้พูดคุยกัน แต่พอหลังเกษียณอายุจะมีเวลาอยู่บ้านถึง 24 ชั่วโมง จึงเกิดปัญหาความขัดแย้ง ความไม่เข้าใจซึ่งกันและกันจนทำให้เกิดการเบียดเบียน ไม่ต้องการที่จะอยู่บ้าน

4.3 ปัญหาที่เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยา ของผู้สูงอายุ หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและความประพฤติดของผู้สูงอายุ ทำให้มีปัญหาในการปรับตัวและทำให้ ไม่มีความสุข สามเหตุของการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตวิทยา เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทาง ร่างกายและทางสังคม และยังมาจากสาเหตุอื่นที่ผู้สูงอายุประสบอีกด้วย เช่นการพลัดพรากจากคนรัก เป็นต้น นักจิตวิทยาพบว่าสาเหตุที่สำคัญที่สุด คือการมีทัศนคติในทางลบต่อการเป็นผู้สูงอายุของผู้สูงอายุเองที่เนื่องมาจากการเข้าใจผิดหรืออคติของคนทั่วไปที่มีต่อผู้สูงอายุ เช่น การเข้าใจผิดว่า ผู้สูงอายุ เป็นผู้ที่มีสุขภาพเสื่อมโทรม มีแต่โรคร้ายไข้เจ็บ มีความจำเสื่อม หลง ๆ ลืม ๆ เป็นต้น

การเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาในกลุ่มผู้สูงอายุมีความแตกต่างกันมากขึ้นอยู่กับ แรงจูงใจทัศนคติและบุคลิกภาพพื้นฐานของผู้สูงอายุ ถ้าเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยามากจึง พบว่า ผู้สูงอายุมีอาการซึมเศร้า ถ้ามีอาการมากควรปรึกษาแพทย์

จะเห็นว่าปัญหาของผู้สูงอายุเกิดจากหลายสาเหตุ ซึ่งล้วนเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงกัน และเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุไม่มีความสุขหรือไม่มีความพึงพอใจในชีวิต ดังนั้นทุกคนที่เกี่ยวข้องจะต้องมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหานอกจากรัฐบาลแล้ว เพราะประชากรจะมีอายุยืนมากขึ้นทำให้มีปริมาณ ผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น สุพัทธ์ พิบูลย์ (สุพัทธ์ พิบูลย์, 2551) กล่าวว่า แนวทางเตรียมการแก้ปัญหา เช่น 1) การเน้นปลูกฝังให้เด็กไทยมีจิตสำนึกเรื่องความกตัญญู 2) การปลูกฝังค่านิยมพอเพียง ค่านิยม ความมัธยัสถ์ อุดม ในขณะทำงาน เพื่อเก็บเงินส่วนหนึ่งไว้ใช้ในบั้นปลายชีวิต 3) กระตุ้นให้ผู้กำลัง จะสูงอายุในอนาคตมีการวางแผนดูแลตนเองอย่างดี เตรียมการสำหรับบั้นปลายชีวิต

5. แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ

คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ ได้จัดทำแผนผู้สูงอายุ แห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 – 2564) ไว้ดังนี้

5.1 วิสัยทัศน์ “ผู้สูงอายุเป็นหลักชัยของสังคม” โดยมีคำบรรยายประกอบดังนี้

1) ประชากรผู้สูงอายุที่มีสถานภาพดี (สุขภาพดีทั้งกายและจิต ครอบครัวอบอุ่น มีสังคมที่ดี มีหลักประกันที่มั่นคง ได้รับสวัสดิการและการบริการที่เหมาะสมอยู่อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี พึ่งตนเองได้ มีส่วนร่วม มีโอกาสเข้าถึงข้อมูลและข่าวสารอย่างต่อเนื่อง)

2) ผู้สูงอายุที่ทุกข์ยากและต้องการการเกื้อกูล หากมีการดำเนินการที่เหมาะสม จะช่วยให้ผู้สูงอายุเหล่านี้ส่วนใหญ่ดำรงอยู่ในชุมชนได้อย่างต่อเนื่อง

3) ครอบครัวและชุมชนเป็นสถาบันหลักในการเกื้อหนุนผู้สูงอายุ

4) ระบบสวัสดิการและบริการจะต้องสามารถรองรับผู้สูงอายุให้สามารถดำรงอยู่ กับครอบครัวและชุมชนได้อย่างมีคุณภาพ

5) รัฐจะต้องส่งเสริมและสนับสนุนให้เอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในระบบบริการ

5.2 วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อสร้างจิตสำนึกให้คนในสังคมตระหนักถึงผู้สูงอายุ ในฐานะบุคคลที่มีประโยชน์ต่อสังคม
- 2) เพื่อให้ประชากรทุกคนตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมการและมีการเตรียมการเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ
- 3) เพื่อให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรี พึ่งตนเองได้ มีคุณภาพชีวิตและหลักประกัน
- 4) เพื่อให้ประชาชน ครอบครัว ชุมชน องค์กร ภาครัฐและเอกชนมีส่วนร่วมในภารกิจด้านผู้สูงอายุ
- 5) เพื่อให้มีกรอบและแนวทางในการปฏิบัติสำหรับส่วนต่าง ๆ ในสังคมทั้งภาคประชาชน ชุมชน องค์กร ภาครัฐและเอกชนที่ปฏิบัติงานอย่างประสานและสอดคล้องกัน

5.3 ยุทธศาสตร์

1) ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ ประกอบด้วย 3 มาตรการ หลัก

- (1) มาตรการหลักประกันด้านรายได้สำหรับผู้สูงวัย
- (2) มาตรการการให้การศึกษาและเรียนรู้ตลอดชีวิต
- (3) มาตรการการปลูกจิตสำนึกให้ผู้คนในสังคมตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรี

ของผู้สูงอายุ

2) ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 6 มาตรการ

- (1) มาตรการส่งเสริมความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันดูแลตนเอง
- (2) มาตรการส่งเสริมการอยู่ร่วมกันและสร้างความเข้มแข็งขององค์กร
- (3) มาตรการส่งเสริมด้านการทำงานและการหารายได้ของผู้สูงอายุ
- (4) มาตรการสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ
- (5) มาตรการส่งเสริมสนับสนุนสื่อทุกประเภทให้มีรายการเพื่อผู้สูงอายุและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ และสามารถเข้าถึงข่าวสารและสื่อ

(6) มาตรการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัย

(7) ยุทธศาสตร์ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 4 มาตรการหลัก

- (1) มาตรการคุ้มครองด้านรายได้
- (2) มาตรการหลักประกันด้านคุณภาพ
- (3) มาตรการด้านครอบครัว ผู้ดูแล และการคุ้มครอง
- (4) มาตรการระบบบริการและเครือข่ายด้านเกษียณ

3) ยุทธศาสตร์ด้านการบริหารจัดการเพื่อพัฒนางานด้านผู้สูงอายุ ระดับชาติ และการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 2 มาตรการหลัก

(1) มาตรการการบริหารจัดการเพื่อพัฒนางานด้านผู้สูงอายุระดับชาติ

(2) มาตรการส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ

4) ยุทธศาสตร์ด้านการประมวลและพัฒนาองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุ และการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ประกอบด้วย 4 มาตรการหลัก

(1) มาตรการสนับสนุนและส่งเสริมให้หน่วยงานวิจัยดำเนินการประมวลและพัฒนาองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุที่จำเป็นสำหรับการกำหนดนโยบาย และการพัฒนาการบริการหรือดำเนินการที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ

(2) มาตรการสนับสนุนส่งเสริมการศึกษาวิจัยด้านผู้สูงอายุ โดยเฉพาะที่เป็นประโยชน์ต่อการกำหนดนโยบาย การพัฒนาการบริการและการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างเหมาะสม

(3) มาตรการดำเนินการให้มีการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติที่มีมาตรฐานอย่างต่อเนื่อง

(4) มาตรฐานการพัฒนาระบบข้อมูลทางด้านผู้สูงอายุให้เป็นระบบและทันสมัย

สรุป แผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 – พ.ศ. 2564) เป็นแนวทางดำเนินการด้านผู้สูงอายุให้เหมาะสม ซึ่งจะต้องพิจารณาถึงองค์ประกอบหรือลักษณะต่าง ๆ ของประชากรสูงอายุทั้งในปัจจุบันและอนาคต ทั้งนี้เนื่องจากผู้สูงอายุมีลักษณะแตกต่างกัน เพื่อเป็นการเพิ่มคุณภาพและศักยภาพของผู้สูงอายุที่จะดำรงชีวิตอย่างมีความสุขแม้วัยสูงอายุ จะเป็นวัยสุดท้ายของชีวิต แต่ยังคงมีพัฒนาการไปตามวัย ซึ่งควรได้รับการดูแลส่งเสริมเหมือนบุคคลในวัยอื่น รวมถึงตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุจึงควรจัดกิจกรรมที่สามารถสนับสนุนปัจจัยดังกล่าว เช่น จัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม โดยเป็นสมาชิกในกลุ่ม สมาคม ชมรม การมีงานอดิเรกให้ผู้สูงอายุทำ และมีรายได้ทั้งงานประจำ งานพิเศษหรืองานชั่วคราวด้วยการฝึกอบรมวิชาชีพต่าง ๆ

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

เนื่องจากทฤษฎีของผู้สูงอายุประกอบด้วยศาสตร์หลายสาขา ซึ่งแต่ละทฤษฎีนั้นจะอธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุในแต่ละมุมมองของสาขา ซึ่งในปัจจุบันยังไม่มีทฤษฎีใดที่สามารถอธิบายเกี่ยวกับผู้สูงอายุได้อย่างครบถ้วนทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังนั้นจึงต้องใช้ทฤษฎีหลาย ๆ ทฤษฎีมาประกอบกัน ผู้วิจัยจึงจะขอกกล่าวถึงทฤษฎีทางสังคมวิทยาและจิตวิทยาที่ใช้ในการอธิบายเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ทฤษฎีบทบาท (Role Theory)

Phillip (1957 อ้างใน บุชยมาส สินธุประมา, 2539) ได้กล่าวว่า เมื่อคนเข้าสู่วัยสูงอายุ เขาจะต้องปรับตัวกับสภาพชีวิตหลายสิ่งหลายอย่าง ซึ่งไม่เหมือนบทบาทเดิมของเขาที่เคยมี

มาก่อน เช่น การละทิ้งบทบาททางสังคม ความสัมพันธ์ทางสังคมซึ่งเคยปฏิบัติในวัยผู้ใหญ่ มายอมรับบทบาททางสังคม ความสัมพันธ์ทางสังคมในรูปแบบของผู้สูงอายุ

2. ทฤษฎีการหลุดพ้น (Disengagement Theory)

Cox (Cox, H. G., 1996) นำเสนอสมมติฐานพื้นฐานของทฤษฎีนี้ คือ ทั้งตัวบุคคลและสังคมได้รับความพอใจโดยการหลุดพ้น สำหรับตัวบุคคล การเลิกทำให้เกิดการปลดปล่อยจากความกดดันทางสังคมสำหรับการทำให้เกิดผลในระดับสูงที่มีมาอย่างต่อเนื่อง สำหรับสังคม การเลิกของสมาชิกที่มีอายุมากเป็นการเปิดโอกาสให้คนที่มีอายุน้อยกว่าที่มีกำลังวังชามากกว่ามีความสามารถมากกว่าเข้ามาและในปัจจุบันมีการฝึกหัดบุคคลเพื่อที่จะเข้ารับตำแหน่งที่มีบทบาทซึ่งทางสังคมต้องการที่จะนำมาเติมเต็มการยืนยันว่าการหลุดพ้นของสมาชิกสูงอายุในสังคมมีความจำเป็นสำหรับการอยู่รอดของระบบทางสังคม คือตัวอย่างของทฤษฎีโครงสร้างทางสังคม ซึ่งมององค์ประกอบต่าง ๆ และสมาชิกของสังคมว่าเป็นความอิสระเกี่ยวกับหน้าที่ รูปแบบของพฤติกรรมที่เฉพาะเจาะจงภายในระบบของสังคมสามารถพิจารณาได้ในฐานะที่เป็นการทำหน้าที่อย่างใดอย่างหนึ่งหรือความผิดปกติของการปฏิบัติหน้าที่โดยเฉพาะอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย รูปแบบของการทำหน้าที่ได้ช่วยนำไปสู่การคงไว้ซึ่งสังคมและการรวมกันขององค์ประกอบต่าง ๆ ของมัน ความผิดปกติของการปฏิบัติหน้าที่โดยเฉพาะอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย เป็นรูปแบบที่ได้สนับสนุนไปสู่การวิเคราะห์ทางสังคม หัวใจสำคัญของการหลุดพ้น คือ การสูญเสียบทบาทที่เป็นหลักในชีวิตของบุคคลสำหรับผู้หญิงหมายความว่าถึงบทบาทของความเป็นแม่และสำหรับผู้ชายคือบทบาทเกี่ยวกับอาชีพการสูญเสียบทบาททั้งการเริ่มเข้าสู่โลกของผู้ใหญ่และการเกษียณอายุ เป็นสิ่งที่ประกอบขึ้นมาโดยการลดลงของการมีปฏิสัมพันธ์ทั้งทางด้านคุณภาพและปริมาณ ระหว่างบุคคลสูงอายุด้วยกันและคนอื่น ๆ ในระบบทางสังคมของพวกเขา ทฤษฎีการหลุดพ้นนี้ ถ้าวิเคราะห์ไปยังการสรุปที่เป็นเหตุเป็นผล สามารถทำนายการเลิกได้จากกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติมาก่อนหน้านี้ โดยอาชีพที่ได้ทำมาด้วยตนเองและวาระสุดท้ายของชีวิต

3. ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)

ทฤษฎีกิจกรรม สันนิษฐานว่าความสัมพันธ์ระหว่างระบบทางสังคมและบุคลิกภาพที่เหลื่ออยู่ของบุคคลมีความสม่ำเสมอ เช่นเดียวกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับบุคคลจากช่วงวัยกลางคนจนถึงวัยสูงอายุ ทฤษฎีกิจกรรมเน้นความสม่ำเสมอของการปรับตัวทางบุคลิกภาพในฐานะที่เป็นบุคคลสูงอายุ ซึ่งมันจะไม่สนใจความต้องการของทางเลือกทางโครงสร้างของสังคมไปสู่บทบาทและกิจกรรมที่บุคคลที่สูญเสียในส่วนของกระบวนการสูงอายุ ความลำบากอย่างชัดเจนของทฤษฎีนี้คือมันไม่ได้มีการพิจารณาอย่างจริงจังว่าอะไรเกิดขึ้นกับบุคคลที่ไม่ได้คงไว้ซึ่งมาตรฐานของช่วงวัยกลางคนในช่วงวัยสูงอายุ การยอมรับในความเชื่อที่ว่าบุคคลต้องคงไว้ซึ่งกิจกรรมขณะที่พวกเขาสูญเสียประสบการณ์ทางจิตวิทยา เช่นเดียวกับส่วนหนึ่งของความมียุ่ที่สามารถมีผลค่อนข้างมากในความผิดหวัง ความกังวล และความรู้สึกผิดถ้าบุคคลไม่สามารถที่จะทำให้บรรลุความสำเร็จไปสู่ระดับที่คาดหวังได้ (Cox, H. G., 1996)

Lemon et al. (1972 cited in Cox, 1996) ได้แยกสิ่งที่เกิดขึ้นออกเป็นข้อเสนอ 2 ข้อเกี่ยวกับทฤษฎีกิจกรรมไว้ดังนี้

- 1) มีความสัมพันธ์ในแง่บวกระหว่างกิจกรรมทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตในผู้สูงอายุ
- 2) การสูญเสียบทบาท เช่น ความเป็นม่ายและการเกษียณอายุ เป็นสิ่งที่มีความสัมพันธ์ในทางตรงกันข้ามกับความพึงพอใจในชีวิตซึ่งการค้นพบของพวกเขาจากการศึกษาบุคคลที่ย้ายเข้าไปสู่ชุมชนของผู้เกษียณอายุไม่มีปัญหาในการช่วยเหลือตนเอง มีเพียงกิจกรรมทางสังคมกับเพื่อนที่มีความสัมพันธ์ไปสู่ความพึงพอใจในชีวิต

4. ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity theory)

ทฤษฎีนี้เป็นผลมาจากการศึกษา เพื่อหาข้อขัดแย้งของทฤษฎีการไม่เกี่ยวข้อง และทฤษฎีกิจกรรม Neugarten (Neugarten, B. L., 1964) นำทฤษฎีทั้งสองมาวิเคราะห์พบว่าคนที่ผู้สูงอายุจะมีความสุข และมีกิจกรรมร่วมกันนั้นขึ้นกับบุคลิกภาพและแบบแผนของชีวิตของแต่ละคน เช่น ผู้สูงอายุที่ชอบกิจกรรมร่วมกันในสังคม ก็จะมีกิจกรรมเหมือนเดิมเมื่อมีอายุมากขึ้น ส่วนผู้สูงอายุที่ชอบสันโดษ ไม่เคยมีบทบาทในสังคมมาก่อน ก็ย่อมจะแยกตัวเองออกจากสังคมเมื่ออายุมากขึ้น ทฤษฎีนี้มีหลายรูปแบบที่ผู้สูงอายุจะแสดงออกมา รูปแบบนั้น ๆ จะสะท้อนถึงปฏิกิริยาซับซ้อนระหว่างบุคลิกภาพของแต่ละคน และสภาพแวดล้อมของสังคม โดยทั่วไปจะสะท้อนให้เห็นอุปนิสัย การตัดสินใจ ความพอใจ อารมณ์ ซึ่งแต่ละคนมีแบบแผนมาตั้งแต่วัยต้น ๆ ของชีวิต รูปแบบของการตัดสินใจของทฤษฎีนี้เน้นที่ บุคลิกภาพ กิจกรรมและความพอใจในชีวิตบางท่านเรียกทฤษฎีนี้ว่า ทฤษฎีบุคลิกภาพ (Personality theory)

5. ทฤษฎีความพึงพอใจเกี่ยวกับอายุ (Age stratification theory)

ทฤษฎีนี้เป็นการแบ่งเป็นชั้น ๆ ของสังคม ซึ่งเป็นการได้รับการแบ่งแยกหรือ การได้รับการกำหนดเกี่ยวกับพื้นฐานของชนชั้น ฐานะในสังคม หรือชนชั้นของสังคม ซึ่งอายุเป็นพื้นฐานสำหรับความพึงพอใจนี้ ดังนั้นเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ตอนต้น วัยผู้ใหญ่ตอนปลายและผู้สูงอายุ สามารถได้รับการแยกแยะในฐานะที่เป็นสถานะของกลุ่มที่ชัดเจนในแต่ละสังคม อายุส่วนใหญ่เป็นพื้นฐานสำหรับการได้มาซึ่งบทบาทที่แตกต่าง สถานะที่แตกต่างและการป้องกันจากบุคคลอื่นบุคคลที่มีความแตกต่างในเรื่องของกลุ่มอายุมีมุมมองและอุปสรรคที่มีความแตกต่างกันในสังคมแนวโน้มของอายุจะไปสู่การปรับตัวและการไม่ปรับตัวของบุคคลสำหรับการกำหนดบทบาทและสิทธิในตำแหน่ง ทฤษฎีนี้ทำให้นักสังคมศาสตร์สามารถที่จะมองได้ในทุกกลุ่มของอายุในหัวข้อเกี่ยวกับลักษณะเฉพาะของคุณลักษณะเชิงประชากร เช่น ขนาด เชื้อชาติ เพศ เป็นต้น และนอกจากนี้ยังสามารถมองสมาชิกในกลุ่มที่มีความเฉพาะเจาะจงในระบบของสังคมได้ในฐานะที่เป็นเข้าร่วมในการเปลี่ยนแปลงของสังคม (Cox, H. G., 1996)

6. ทฤษฎีความคาดหวัง (Expectation Theory)

Vroom (Vroom, H. V., 1970) ได้อธิบายทฤษฎีความคาดหวังว่า การที่มนุษย์จะเลือกหรือตัดสินใจกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดนั้น มีสาเหตุหรือแรงจูงใจโดยอาศัยเหตุผลและปัจจัยหลาย ๆ อย่างประกอบกัน ไม่ได้เกิดจากปัจจัยเพียงอย่างเดียวโดยที่บุคคลนั้นจะมีความคาดหวัง ดังนี้ คือ ผลตอบแทนที่ได้รับ ความพอใจและความไม่พอใจต่อผลตอบแทนที่ได้รับ ผลตอบแทนที่ได้รับเมื่อเปรียบเทียบกับผู้อื่น และโอกาสที่จะได้รับผลตอบแทนตามที่คาดหวัง

7. ทฤษฎีของอีริกสัน (Erikson's Epigenetic theory)

Erikson (Erikson, E., 1950) ทฤษฎีนี้อธิบายถึงการพัฒนาของคน ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยสูงอายุช่วง อายุ 25 - 65 ปี เป็นช่วงวัยที่มีความทะเยอทะยานมีความคิดสร้างสรรค์ต่าง ๆ ต้องการสร้างความสำเร็จในชีวิต ถ้าผู้สูงอายุประสบความสำเร็จดี จะรู้สึกพอใจในความมั่นคงภาคภูมิใจตัวเองและสืบทอดต่อ ๆ ไปยังรุ่นลูกหลาน Erikson เรียกกลุ่มนี้ว่า Generativity แต่ถ้าไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต ผู้สูงอายุ จะเซื่องซึม เบื่อ ขาดความกระตือรือร้น กลุ่มนี้เรียกว่า Stagnation นับตั้งแต่อายุ 65 ปี ขึ้นไป ผู้สูงอายุที่มีความเจริญ มั่นคงในชีวิตจะมีการประเมินผลเกี่ยวกับความสำเร็จ และความล้มเหลวตลอดเวลา กลุ่มนี้เรียกว่า Integrity แต่ถ้าทำงานไม่ประสบความสำเร็จจะรู้สึกว่า ชีวิตนี้ไม่มีความหมายเสียเวลา ไปโดยเปล่าประโยชน์ และท้อถอยหมดหวัง กลุ่มนี้ Erikson เรียกว่า Despair การพัฒนาจะดีได้ก็ต้องเป็นไปตามขั้นตอนและต่อเนื่องกันตามพัฒนาการของชีวิต ซึ่งผู้สูงอายุจะประสบความสำเร็จหรือไม่ ย่อมขึ้นกับประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาในวัยต้น ๆ ของแต่ละบุคคล

8. ทฤษฎีที่ว่าด้วยความสูงอายุเป็นการเปลี่ยนแปลง (Aging as an exchange)

Dowd (1975 cited in Cox, 1996) เชื่อว่าการลดลงของการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในวัยสูงอายุบางครั้งสามารถอธิบายได้อย่างดีเยี่ยมในหัวข้อเกี่ยวกับกระบวนการที่มีการพัวพันของการเปลี่ยนแปลงระหว่างสังคมและผู้สูงอายุที่อยู่ในสังคมนั้นซึ่งเป็นผลมาจากความสัมพันธ์ที่มีความอิสระของผู้สูงอายุซึ่งสมมุติฐานพื้นฐานเกี่ยวกับทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงนี้ คือ

- 1) สังคมเป็นการสร้างขึ้นมาจากผู้กระทำของสังคมในการดำเนินการตามเป้าประสงค์พื้นฐาน
- 2) การดำเนินการตามเป้าประสงค์พื้นฐานนี้ ผู้กระทำต้องเข้าสู่ความสัมพันธ์ของสังคมกับผู้กระทำคนอื่น ซึ่งจะนำมาซึ่งการประเมินค่าในรูปแบบของเวลา พลังงาน และทรัพย์สิน
- 3) ผู้กระทำมีความคาดหวังที่จะได้รับทุนในการออกแบบเป้าประสงค์ในฐานะที่เป็นรางวัลของพวกเขา สำหรับสิ่งนี้พวกเขาจะมีเจตนาที่จะใช้ทุนเฉพาะที่มีความจำเป็น
- 4) ไม่ว่าอย่างไรก็ตามมีการเปลี่ยนแปลงในความสัมพันธ์ ซึ่งผู้กระทำแต่ละคนจะพยายามที่จะได้รับรางวัลที่มากที่สุดและใช้ทุนให้น้อยที่สุด

5) กระบวนการเปลี่ยนแปลงเป็นมากกว่าการถ่ายโอนทางเศรษฐกิจ ซึ่งตั้งแต่การที่พวกเขาเข้าร่วมในความพึงพอใจเกี่ยวกับทางจิตวิทยา และความต้องการสิ่งที่ทำให้ให้น่ายินดี

6) มีเพียงกิจกรรมเหล่านี้เท่านั้นซึ่งเศรษฐกิจสามารถที่จะตอบสนองได้พลังในการเข้าสู่ความสัมพันธ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงเมื่อหนึ่งในค่านิยมของผู้เข้าร่วมมีรางวัลที่จะได้รับในความสัมพันธ์มากกว่าที่ผู้เข้าร่วมคนอื่น ๆ ได้รับ ซึ่งสำหรับผู้สูงอายุ Dowd ได้อธิบายว่าการลดลงของการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเป็นขั้นสุดท้ายของอนุกรมเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ในพลังงานของผู้สูงอายุตลอดสภาพแวดล้อมทางสังคมของพวกเขาที่ค่อย ๆ ลดลงจนกระทั่งหมดลงซึ่งการคงไว้ในความสามารถที่ลดต่ำลง

9. ทฤษฎีการมีปฏิสัมพันธ์ที่เป็นสัญลักษณ์ (The symbolic interaction theory)

สิ่งที่ได้มาจากภาษาโดยมนุษย์ทำให้พวกเขาที่มีความแตกต่างที่ชัดเจนจากสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ โดยผ่านภาษาที่มนุษย์ใช้ในชีวิตในสิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับสัญลักษณ์เช่นเดียวกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพและสามารถได้รับการกระตุ้นไปสู่การกระทำโดยสัญลักษณ์เช่นเดียวกับการกระตุ้นทางกายภาพ โดยผ่านภาษาซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของมนุษย์มีความสามารถที่จะกระตุ้น สิ่งอื่น ๆ ในวิธีการต่าง ๆ ได้มากกว่าที่พวกเขากระตุ้นตนเอง (Cox H.G., 1996)

Stryker (1959 cited in Cox H.G., 1996) ได้เสนอสมมุติฐานเบื้องต้นของทฤษฎีนี้ว่า

1) มนุษยชาติต้องได้รับการศึกษาในระดับของตนเอง หลักของเหตุผลเกี่ยวกับพฤติกรรมทางจิตสังคมของมนุษย์ไม่สามารถสรุปได้จากการศึกษารูปแบบที่ไม่ใช่มนุษย์เนื่องจากมนุษย์นั้นมีความแตกต่างกันทั้งทางด้านคุณภาพและปริมาณจากบรรพบุรุษในการประเมินกระบวนการ ดังนั้นหลักการที่ได้รับจากรูปแบบอื่น ๆ ของชีวิตไม่สามารถที่จะอ้างอิงไปยังพฤติกรรมของมนุษย์ได้

2) วิธีการที่ได้ผลมากที่สุดในการศึกษาพฤติกรรมทางสังคมของมนุษย์คือการวิเคราะห์เกี่ยวกับสังคม ปฏิสัมพันธ์เป็นพื้นฐานในการสร้างรูปแบบของสังคมจากทั้งรูปแบบของบุคคลและรูปแบบของสังคมเกี่ยวกับพฤติกรรมที่สืบทอดมา การใช้ให้เป็นประโยชน์ของการสร้างสังคมวิทยาในทิศทางของพฤติกรรมที่มีการเก็บรวบรวม การสร้างเกี่ยวกับจิตสังคมในทิศทางของพฤติกรรมของมนุษย์

3) ทารกไม่ใช่ทั้งสังคมและต่อต้านสังคมแต่เป็นการเก็บตัวมากกว่า ซึ่งเป็นศักยภาพสำหรับการพัฒนาสังคม ทารกมีแรงกระตุ้น แต่แรงกระตุ้นเหล่านี้ต้องเป็นวิธีการที่จะให้ทิศทางแก่พวกเขา

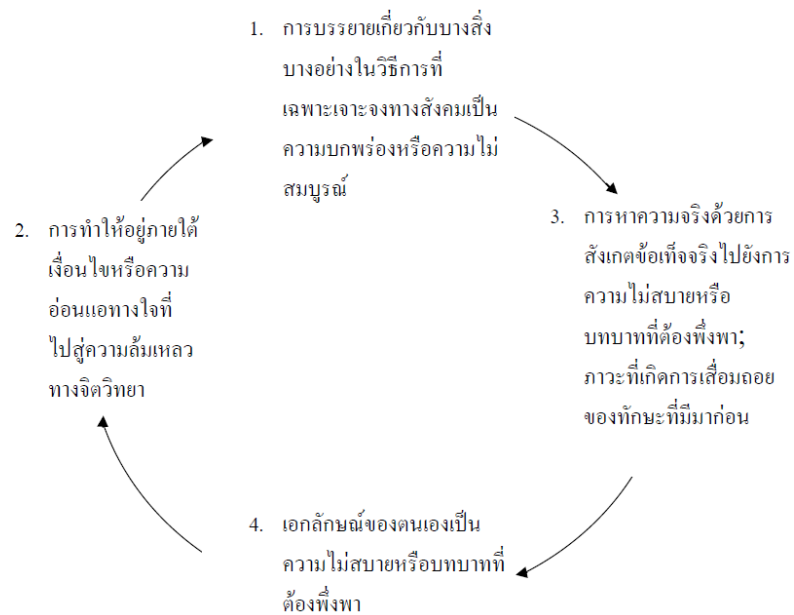
4) ในกระบวนการการมีปฏิสัมพันธ์ มนุษยชาติเป็นผู้กระทำเช่นเดียวกับการเป็นผู้ต่อต้าน และไม่ได้รับการตอบกลับอย่างง่าย ๆ ไปอยู่สิ่งกระตุ้นภายนอก ประกอบด้วยการกระตุ้นที่ขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่มนุษย์ชาติได้เข้าร่วม สภาพแวดล้อมของมนุษย์เป็นส่วนที่ได้รับการเลือกเกี่ยวกับโลกที่เป็นจริง การเลือกนี้ได้รับการสร้างด้วยความสนใจในพฤติกรรมที่มีมาแต่

กำเนิดของมนุษยชาติ ดังนั้น โดยผ่านการเรียนรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรม เราจะสามารถที่จะทำนายพฤติกรรมของบุคคลต่าง ๆ ได้มากที่สุดเกี่ยวกับเวลาและสิ่งที่เป็นพฤติกรรมที่ได้รับการปรับปรุงโดยการทำนายพฤติกรรมของบุคคลอื่น

10. ทฤษฎีการบรรยายเกี่ยวกับบางสิ่งบางอย่างในวิธีการที่เฉพาะเจาะจง (Labeling theory)

Cox (Cox, H. G. 1996) บรรยายถึงทฤษฎีนี้ว่าเป็นที่ได้มาจากทฤษฎีการมีปฏิสัมพันธ์ที่เป็นสัญลักษณ์ ข้อเสนอที่เป็นพื้นฐานของทฤษฎีนี้ คือ บุคคลหนึ่งได้รับแนวคิดเกี่ยวกับตนเองจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสภาพแวดล้อมทางสังคมของบุคคลหนึ่ง เราจึงมีแนวโน้มไปสู่การคิดเกี่ยวกับตัวของเราเองในหัวข้อเกี่ยวกับบุคคลอื่นอธิบายเราและแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบต่อเราอย่างไร พฤติกรรมที่ตามมาเกี่ยวกับทฤษฎีนี้คือครั้งหนึ่งคนอื่น ๆ วินิจฉัยพวกเราในในกลุ่มอย่างชัดเจน พวกเขาจะแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบต่อเราในพื้นฐานของกลุ่มเหล่านี้และแนวคิดของเราเกี่ยวกับพฤติกรรมก็จะเปลี่ยนไป ดังนั้นจากมุมมองของทฤษฎีนี้ พฤติกรรมของผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาจขึ้นอยู่กับ การตอบสนองเกี่ยวกับความสำคัญของคนอื่นในสภาพแวดล้อมทางสังคมของพวกเขาโดยตรง การสร้างแนวคิดเกี่ยวกับมุมมองของทฤษฎีนี้ Zusman (cited in Cox H,G,, 1996) ได้เสนอลักษณะกลุ่มของอาการโรคความล้มเหลวทางสังคม ซึ่งได้แบ่งเป็นวงจรของระยะต่าง ๆ ของความล้มเหลวทางสังคมที่มีความมั่นคงเกี่ยวกับรูปแบบดังนี้ (ภาพประกอบที่ 2.1)

- 1) บุคคลที่หวั่นไหวง่ายจะมีความล้มเหลวทางจิตวิทยาเนื่องจากการแยกแยะปัญหาหรือมีมาตรฐานไม่เหมาะสมเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางสังคม
- 2) บุคคลได้รับการบรรยายเกี่ยวกับบางสิ่งบางอย่างในวิธีการที่เฉพาะเจาะจงโดยบุคคลอื่นในฐานะที่เป็นผู้ไร้ความสามารถหรือเป็นความบกพร่องในความเคารพบางอย่าง
- 3) บุคคลได้รับการชักจูงไปยังบทบาทเกี่ยวกับความไม่สบายหรือความพึงพาและเรียนรู้พฤติกรรมที่มีความเกี่ยวเนื่องกันกับบทบาทนั้น การเสื่อมถอยของทักษะที่เคยมีมาของเขาหรือเธอ
- 4) เกล็ดลักษณะของตัวของเธอหรือเขาเองเป็นความไม่สบายหรือความไม่เพียงพอวงจรที่มีอันตรายมากจะเริ่มขึ้นอีกครั้ง สำหรับบุคคลซึ่งตอนนี้จะหวั่นไหวง่ายมากกว่าจะไปสู่สถานะของความล้มเหลวทางจิตวิทยา



ภาพประกอบที่ 2.1 ลักษณะกลุ่มของอาการโรคความล้มเหลวทางสังคม (วงจรที่เลวร้ายเกี่ยวกับการเพิ่มขึ้นของการไร้ศักยภาพ)
ที่มา : Zusman (1996 cited in Cox, H.G., 1996)

Kuypers and Bengtson (1973 cited in Cox, H.G., 1996) ได้เสนอว่าการช่วยเหลือบุคคลสูงอายุที่อาจมีประสบการณ์ที่หลากหลายสภาวะเกี่ยวกับลักษณะกลุ่มของอาการโรคความล้มเหลวทางสังคม อาจมีผลในผลลัพธ์ที่มีความแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิงสำหรับบุคคล ซึ่งมันสามารถอยู่ในทางตรงข้ามกับลักษณะกลุ่มของอาการโรคความล้มเหลวทางสังคมได้ และได้เสนอวงจรการฟื้นฟูทางสังคม ซึ่งได้สร้าง (1) ลักษณะพิเศษเฉพาะของปฏิสัมพันธ์ที่เป็นพลวัตรระหว่างบุคคลและระบบทางสังคมของบุคคลตลอดเวลา และ (2) การวาดภาพปัจจัยนำเข้าทั้ง 3 อย่างซึ่งสามารถช่วยให้ผู้สูงอายุยังสามารถคงไว้ซึ่งความมั่นใจในตนเองและภาวะที่ไม่ต้องพึ่งพา (ภาพประกอบที่ 2.2)

1) บุคคลได้รับการปล่อยให้เป็นอิสระจากมุมมองของความไม่เหมาะสมของอายุเกี่ยวกับสภาวะ ผู้ที่ยึดในวัตถุประสงค์ทางหลักจริยธรรมได้เสนอคุณค่าในตนเอง เป็นความไม่แน่นอนเกี่ยวกับการปฏิบัติในผลผลิตทางเศรษฐกิจในตำแหน่งทางสังคมและเป็นความไม่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้สูงอายุ เพราะฉะนั้น องค์กรประของของการมีมนุษยธรรมเกี่ยวกับความต้องการการตัดสินใจตนเองเพื่อที่จะได้รับการพัฒนา

2) การบริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุควรได้รับการปรับปรุงความสามารถของผู้สูงอายุสำหรับการปรับตัวไปสู่สถานการณ์ใหม่ ๆ ที่พวกเขาต้องพบสามารถได้รับการเพิ่มพูนได้โดยการลดหรือการกำจัดเกี่ยวกับสภาวะของสภาพแวดล้อมที่ทำให้อ่อนเพลีย ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องเผชิญหน้า เช่น การจัดบ้านที่พักให้ไม่ดี สุขภาพย่ำแย่และความยากจน

3) ผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนในการพัฒนาที่สำคัญมากกว่าในความมั่นใจในความสามารถที่จะจัดการชีวิตของพวกเขาเอง การบริการเหล่านั้นผู้สูงอายุสามารถถ่ายทอดพลังงาน

ของพวกเขาและควบคุมการบริการโปรแกรมไปสู่ผู้สูงอายุด้วยตัวของพวกเขาเอง ดังนั้นการอนุญาตพวกเขาในการวัดเกี่ยวกับการตกลงใจของพวกเขาเองในขอบข่ายเกี่ยวกับการเมืองและการจัดการโปรแกรม



ภาพประกอบที่ 2.2 ลักษณะกลุ่มของอาการโรคการฟื้นฟูทางสังคม (วงจรที่มีลักษณะดีของการเพิ่มศักยภาพโดยผ่านปัจจัยนำเข้าทางระบบของสังคม) ที่มา : Zusman (1996 cited in Cox, H.G., 1996)

11. ทฤษฎีของเพค (Peck's Theory)

Peck (Peck, R., 1968) ได้แบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 2 กลุ่ม คือ ผู้สูงอายุวัยต้น (young old) อยู่ในช่วงอายุ 55 - 75 ปี และวัยปลาย (old old) อยู่ในช่วงอายุ 75 ปีขึ้นไป ซึ่งทั้งสองกลุ่มนี้จะมีความแตกต่างกันทั้งทางด้านกายภาพและจิตสังคม และ Peck ได้แบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

- 1) ความรู้สึกของผู้สูงอายุ ขึ้นกับงานที่มีทำอยู่ ผู้สูงอายุรู้สึกภาคภูมิใจและเห็นว่าตนเองมีคุณค่า แต่เมื่อเกษียณอายุแล้ว ความรู้สึกนี้จะลดลงฉะนั้นบางคนจะสร้างความพึงพอใจต่อไป โดยการหางานอื่นทำทดแทน เช่น ปลูกต้นไม้
- 2) ผู้สูงอายุควรยอมรับว่าเมื่ออายุมากขึ้นสมรรถภาพของร่างกายย่อมลดลงและชีวิตจะมีความสุข ถ้าสามารถยอมรับและปรับความรู้สึกนี้ได้
- 3) ยอมรับว่าร่างกายต้องมีการเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติและยอมรับเรื่องความตายโดยไม่รู้สึกหวาดกลัว

12. ทฤษฎีตามลำดับชั้นความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchical Theory of Motivation)

Maslow (1974 cited in Cordes and Ibrahim, 1996) กล่าวว่า ความปรารถนาของมนุษย์นั้นติดตัวมาแต่กำเนิดและความปรารถนาเหล่านี้จะเรียงลำดับชั้นของความปรารถนาเริ่มแรกและสูงขึ้นเป็นลำดับ โดยเริ่มจากความต้องการขั้นพื้นฐานไปจนถึงความต้องการขั้นสูงสุดรวม 5 ชั้นดังนี้

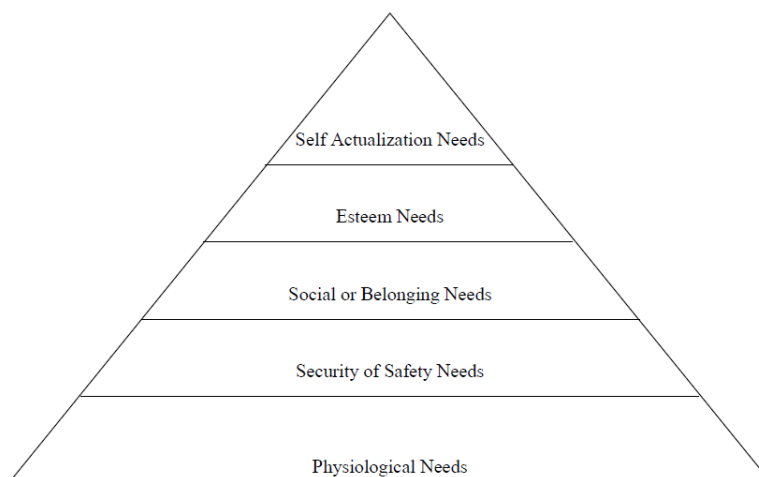
1) ความต้องการด้านกายภาพ (Physiological Needs) เป็นความต้องการเบื้องต้นเพื่อความอยู่รอดของชีวิต เช่น ความต้องการ ในเรื่องของอาหาร น้ำ อากาศ เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ที่อยู่อาศัย และความต้องการทางเพศ ความต้องการทางด้านร่างกาย จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคนก็ต่อเมื่อความต้องการทั้งหมดของคนยังไม่ได้รับการตอบสนอง

2) ความต้องการด้านความปลอดภัย (Security of Safety Needs) ถ้าความต้องการทางด้านร่างกาย ได้รับการตอบสนองตามสมควรแล้ว มนุษย์จะต้องการในขั้นสูงต่อไป คือ เป็นความรู้สึกที่ต้องการความปลอดภัย หรือความมั่นคงในปัจจุบันและอนาคต ซึ่งรวมถึงความก้าวหน้าและความอบอุ่นใจ

3) ความต้องการด้านสังคม (Social or Belonging Needs) หลังจากที่มนุษย์ได้รับการตอบสนองในสองชั้นดังกล่าวแล้ว ก็จะมีการยอมรับในสังคม ความเป็นมิตร และความรักจากเพื่อน

4) ความต้องการด้านเกียรติยศชื่อเสียง (Esteem Needs) เป็นความต้องการให้คนอื่นยกย่อง ให้เกียรติ และเห็นความสำคัญของตนเอง อยากเด่นในสังคม รวมถึงความสำเร็จ ความรู้ความสามารถ ความเป็นอิสระ เสรีภาพ

5) ความต้องการสัจจะการแห่งตน (Self Actualization Needs) หรือ ความต้องการความสำเร็จในชีวิต เป็นความต้องการระดับสูงสุดของมนุษย์ ส่วนมากจะเป็นการอยากจะเป็นอยากจะได้ตามความคิดของตน หรือต้องการจะเป็นมากกว่าที่ตัวเองเป็นอยู่ในขณะนั้น



ภาพประกอบที่ 2.3 ลำดับชั้นความต้องการของมาสโลว์

ที่มา: Edginton et al. (1992 อ้างถึงใน กัลพฤกษ์ พลตร, 2552)

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

1. การเรียนรู้ในผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุมีความสามารถในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้สอดคล้องกับความต้องการและความสนใจของผู้สูงอายุ ดังนั้น ในการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจึงต้องมีหลักการที่สำคัญ ดังนี้ (เชียรศรี วิวิธสิริม, 2530)

1.1 จุดมุ่งหมายของการเรียน ผู้สูงอายุจะมีความพร้อมที่จะเรียนและรับรู้สิ่งต่าง ๆ ได้ดีถ้าสิ่งนั้นตรงกับความต้องการและเป็นประโยชน์กับตน ซึ่งความพร้อมนี้สามารถกระตุ้นในรูปแบบของการกระทำเพื่อมุ่งหวังก่อให้เกิดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ดังนั้นจึงต้องจัดประสบการณ์ในการเรียนให้สอดคล้องและตรงกับความต้องการของผู้สูงอายุ เพื่อให้การเรียนการสอนผู้สูงอายุประสบความสำเร็จมากขึ้น

1.2 ประสบการณ์ ผู้สูงอายุเป็นผู้มีประสบการณ์กว้างขวาง จัดว่าเป็นแหล่งวิทยาการในการเรียนรู้ ผู้สูงอายุมีความสามารถในการโยงประสบการณ์เดิมมาสัมพันธ์กับประสบการณ์ใหม่ได้เป็นอย่างดี แต่อย่างไรก็ตามประสบการณ์ของผู้สูงอายุเป็นประสบการณ์ที่ฝังแน่นและเปลี่ยนแปลงได้ยาก ถ้าหากได้จัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้สอดคล้องกับประสบการณ์ที่ผู้สูงอายุมีอยู่ ผู้สูงอายุก็นจะสามารถกระทำกิจกรรมนั้น ๆ ได้เป็นอย่างดี ซึ่งมีความหมายต่อการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก

1.3 ความเข้าใจในตนเองหรือมโนภาพแห่งตน เป็นการมองตนของผู้สูงอายุในความสามารถตัดสินใจ และการกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตนเองในลักษณะการนำตนเอง (Self-directing) และมีความคิดอิสระเป็นของตนเอง นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังต้องการการยอมรับนับถือจากผู้อื่น

1.4 การสร้างแรงจูงใจให้เกิดแก่ผู้สูงอายุ เนื่องจากความกระตือรือร้นในวัยสูงอายุนั้นลดน้อยลง จึงควรให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกิจกรรมกับผู้สูงอายุด้วยกันหรือกับผู้สอน ซึ่งจะเป็นแรงจูงใจและแรงผลักดันให้ผู้สูงอายุกระทำในสิ่งต่าง ๆ ได้สำเร็จ

1.5 เวลาที่เหมาะสมสำหรับการทำงานกิจกรรม ควรให้เวลากับผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างเหมาะสม เนื่องจากสภาพร่างกายและสติปัญญา ความสามารถของผู้สูงอายุได้ลดลง จึงควรให้ผู้สูงอายุมีเวลาในการโต้ตอบมากกว่าปกติและมีการย้ำอย่างต่อเนื่อง และเนื่องจากผู้สูงอายุเป็นผู้มีประสบการณ์มาก เวลาที่ปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ จึงต้องการความแม่นยำมากกว่ารวดเร็ว

2. การจัดสถานการณ์การเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

การจัดสถานการณ์การเรียนรู้ให้สอดคล้องกับการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ หรือผู้เรียนที่เป็นผู้ใหญ่ นั้น คิคค์ ได้ให้ข้อเสนอแนะไว้ ดังนี้ (สุวัฒน์ วัฒนวงศ์, 2533)

2.1 การเพิ่มระดับการใช้สิ่งเร้าให้สูงมากขึ้นกว่าปกติ เช่น การให้แสงสว่างสำหรับผู้ที่ไม่ดี

2.2 ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เนื้อหาวิชามาก่อนล่วงหน้า หรือให้อ่านมาก่อนเพื่อให้ทราบสภาพการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ

2.3 อนุญาตให้ผู้เรียนได้เลือกเรียนรู้ไปตามความสามารถของตนเอง

- 2.4 พยายามให้ผู้เรียนได้ทราบผลของการเรียนในทันทีทันใด
- 2.5 พยายามจัดและลดองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความไม่
สุขสบาย ความเหน็ดเหนื่อยและความเครียด
- 2.6 การให้แรงเสริม (Reinforcement) แก่พฤติกรรมทั้งหลายที่ประสบผลสำเร็จ
- 2.7 ช่วยกระตุ้นและสนับสนุนให้ผู้เรียนแต่ละคนได้เพิ่มการช่วยเหลือตนเองหรือ
การจัดการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-managing)

3. การจัดกิจกรรมในการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ

การเรียนรู้ เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวร ซึ่งเกิดจากประสบการณ์และการเปลี่ยนแปลงนี้ จะเป็นการเปลี่ยนแปลงทางอวัยวะ ทางสติปัญญา ทางสังคม หรือทางอารมณ์ก็ได้ การเรียนรู้ดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นโดยไม่เลือกเวลา และสถานที่ ซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งจากการสอนหรือไม่มีการสอน (กันยา สุวรรณแสง, 2532) ในการจัดการเรียนการสอนนั้น ถ้าจะให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดีนั้น ควรเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม และได้แสดงความคิดเห็นซึ่งกันและกันให้มากที่สุด และสร้างบรรยากาศในห้องเรียนให้เป็นกันเอง ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียน เรียนด้วยความสนุกสนาน (พรสุข หุ่นรินทร์, 2534) การที่ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนด้วยตนเองในฐานะที่เป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่มเช่นนี้ ย่อมจะทำให้ประสบการณ์ที่ผู้เรียนได้รับนั้นเต็มไปด้วยความมีชีวิตชีวา เร้าใจ ไม่เฉื่อยชา และเป็นประสบการณ์การเรียนรู้ที่เต็มไปด้วยคุณค่า และมีความหมายต่อผู้เรียนมาก นอกจากนี้ การสร้างบรรยากาศที่ดีให้เกิดขึ้นในระหว่างการเรียนการสอน ยังจะส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนทั้งในด้านความรู้ความสามารถ คุณสมบัติ ค่านิยม และช่วยพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะอันกว้างไกลได้ (จำเนียร ศิลปะวานิช, 2538)

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนนั้น ก็เพื่อมุ่งหวังที่จะให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ต้องการ ซึ่งแนวทางในการจัดกิจกรรมสำหรับการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนที่เป็นผู้ใหญ่ หรือผู้สูงอายุให้เกิดพฤติกรรมที่ต้องการ ควรจัดกิจกรรมดังนี้ (สุจิต ศิลารักษ์, 2527)

พฤติกรรมที่ต้องการ	กิจกรรมที่ควรจัด
เพื่อให้เกิดการเรียนรู้	- การบรรยาย การอภิปราย การอ่าน การอภิปรายเนื้อหาจากตำรา การใช้สื่อทัศนูปกรณ์ การไปทัศนศึกษา
เพื่อให้เกิดความเข้าใจ	- การอภิปรายแก้ปัญหา การอภิปรายจากผู้ฟัง การยกตัวอย่างเฉพาะกรณี
เพื่อให้เกิดทักษะ	- การฝึกซ้อม การเล่นบทบาทสมมุติ การทำแบบฝึกหัด การสาธิต การฝึกงาน
เพื่อให้เกิดเจตคติ	- การเปลี่ยนบทบาทสมมุติ การอภิปรายอย่างอิสระ การให้คำปรึกษา การจัดสิ่งแวดล้อม การยกตัวอย่างเฉพาะกรณี
เพื่อให้เกิดค่านิยม	- การแสดง การอภิปราย การสัมมนา การฟังธรรมทางศาสนา การได้เห็นผลของการกระทำ

วรรณนิภา บุญระยอง (วรรณนิภา บุญระยอง, 2542) กล่าวถึงการจัดกิจกรรมหรือให้ความรู้สำหรับผู้สูงอายุว่า ประเด็นสำคัญที่ต้องระลึกถึงในการจัดกิจกรรม คือ ต้องให้สอดคล้องกับความสนใจและระดับความสามารถหรือศักยภาพของผู้สูงอายุให้มากที่สุด กิจกรรมที่ง่ายเกินไปอาจจะไม่ท้าทาย ไม่ก่อให้เกิดแรงจูงใจให้อยากทำ ส่วนกิจกรรมที่ยากเกินไปจะได้รับการปฏิเสธหรือสร้างความคับข้องใจให้แก่ผู้สูงอายุได้ ดังนั้นบทบาทที่สำคัญของผู้จัดโปรแกรมกิจกรรมคือ ต้องปรับประยุกต์กิจกรรมให้เหมาะสม สามารถสร้างแรงจูงใจ โน้มน้าวชักจูงให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมเพื่อให้ผู้สูงอายุตระหนักเห็นคุณค่าและความสามารถของตนเอง นอกจากนี้ผู้จัดโปรแกรมต้องคำนึงถึงความสามารถในการมองเห็นและพยายามปรับสิ่งแวดล้อมให้ผู้สูงอายุได้ใช้ศักยภาพในการทำกิจกรรมอย่างเต็มที่

4. วิธีการให้ความรู้ผู้สูงอายุ

วิธีการให้ความรู้นั้นมีหลายวิธี เช่น การให้ความรู้เป็นรายบุคคล การให้ความรู้เป็นรายกลุ่ม ซึ่งแต่ละแบบยังมีเทคนิคการให้ความรู้ด้วยวิธีการที่แตกต่างกัน และในปัจจุบันไม่มีวิธีการให้ความรู้แบบใดที่เหมาะสมที่สุด และดีที่สุด (กันยา กาญจนบุรานนท์, 2527) ซึ่งได้มีผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการให้ความรู้ไว้ ดังนี้

องค์การอนามัยโลก ได้แนะนำวิธีการให้ความรู้ทางด้านสุขภาพออกเป็น 3 แบบด้วยกันคือ (World Health Organization, 1984)

1) การให้ความรู้รายบุคคล เป็นการถ่ายทอดความรู้โดยตรงแบบตัวต่อตัวระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน และมีการประเมินผลอย่างต่อเนื่อง ซึ่งการให้ความรู้รายบุคคลนี้ ผู้เรียนจะได้รับความรู้ตรงตามความต้องการ มีโอกาสซักถาม และทบทวนซ้ำจนกว่าจะมีทักษะที่ถูกต้อง ช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาถึงขีดสูงสุดตามความสามารถที่มีอยู่ นอกจากนั้นผู้เรียนยังสามารถปรึกษาปัญหาส่วนตัวได้ตามต้องการ (ศรีนวล พุ่มเจริญ, 2532)

2) การให้เกิดการเรียนรู้รายกลุ่ม เป็นการถ่ายทอดความรู้ให้แก่กลุ่มเป้าหมายที่มีความสนใจและควรจะได้รับความรู้ในเรื่องเดียวกันที่มีลักษณะเป็นกลุ่ม ตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน และระหว่างผู้เรียนด้วยกัน (จินตนา ยูนิพันธ์, 2532) หากต้องการให้กลุ่มเป็นปีกแผ่นและมีปฏิสัมพันธ์กันมากที่สุด กลุ่มควรมีขนาด 4 - 12 คน การให้ความรู้รายกลุ่มนั้น อาศัยกระบวนการกลุ่มในการแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็น และประสบการณ์ของสมาชิกในกลุ่ม ที่มีความสนใจและมีปัญหาสุขภาพคล้าย ๆ กัน ซึ่งจะเป็นแรงกระตุ้นให้สมาชิกแต่ละคนเกิดการเปลี่ยนแปลงในการรับรู้แนวคิด และการปฏิบัติในการแก้ไขปัญหาสุขภาพร่วมกัน นอกจากนั้น กลุ่มยังสามารถกระตุ้นสมาชิกให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการรับรู้จากการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ร่วมกัน ทำให้เกิดทัศนคติที่ดีในการยอมรับแนวคิดใหม่จากคำแนะนำ ซึ่งการเกิดปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มจัดเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรม หรือการแสดงออกของบุคคลหลาย ๆ คนภายในกลุ่ม พฤติกรรมที่แสดงออกนั้นขึ้นอยู่กับ ความรู้สึกรู้คิด แรงจูงใจ ความต้องการ ค่านิยม และประสบการณ์ของแต่ละคน ดังนั้นการแสดงออกของสมาชิกจึงแตกต่างกันไป อย่างไรก็ตามชาญชัยพิทยาภูล (ชาญ ชาญพิทยาภูล, 2522) ได้กล่าวถึงกระบวนการกลุ่มว่า โดยปกติแล้วกลุ่มจะมี

การพัฒนากลยุทธ์ในอันที่จะปรับความสัมพันธ์ของสมาชิกให้สอดคล้องกัน การที่บุคคลมารวมตัวกันเป็นกลุ่มนี้ ทำให้กลุ่มมีอิทธิพลและมีความสำคัญต่อบุคคลดังนี้

- 2.1) กลุ่มช่วยส่งเสริมความคิดริเริ่มของบุคคลและเกิดแรงจูงใจ
- 2.2) กลุ่มช่วยส่งเสริมการแสดงออกอย่างเสรีของบุคคล
- 2.3) กลุ่มสามารถทำให้บุคคลทำงานร่วมกันได้อย่างมีเป้าหมาย
- 2.4) กลุ่มสามารถดึงเอาทรัพยากรในกลุ่มมาใช้ให้เป็นประโยชน์ได้
- 2.5) กลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการของบุคคลได้
- 2.6) กลุ่มสามารถฝึกการปกครองที่เป็นประชาธิปไตยได้
- 2.7) กลุ่มสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติของบุคคลได้
- 2.8) กลุ่มสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลได้
- 2.9) กลุ่มส่งเสริมให้บุคคลเข้าใจตนเองและผู้อื่นอย่างมีเหตุผล
- 2.10) กลุ่มทำให้เกิดพลังในการปฏิบัติงาน

ดังนั้น การให้ความรู้รายกลุ่มจึงทำให้เกิดแรงผลักดันที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในการแก้ไขปัญหาสุขภาพด้วยกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการให้ความรู้ในผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ที่แตกต่างกัน มีความสนใจและความกระตือรือร้นลดน้อยลง และมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงได้ยาก การให้ความรู้รายกลุ่มในรูปแบบกระบวนการกลุ่ม และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน จะช่วยพัฒนาความรู้ ทัศนคติ ค่านิยม หรือความเชื่อ และพฤติกรรมของผู้สูงอายุและยังเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยไปในทางที่ถูกต้องการให้ความรู้ผ่านมวลชน เป็นการนำข่าวสารเฉพาะเรื่อง แนวคิด หรือการกระจายความคิดได้ตามความต้องการ ซึ่งเป็นวิธีการที่รวดเร็วที่กระตุ้นให้บุคคลสนใจปัญหา และแก้ปัญหาด้วยตนเองสามารถชักชวนให้สนับสนุนโครงการ หรือกิจกรรมที่ต้องการได้ ทำให้ความรู้ ความเชื่อเจตคติที่เกิดขึ้นนั้นคงทน การให้ความรู้ผ่านมวลชนนั้นสามารถใช้ร่วมกับวิธีการให้ความรู้แบบอื่น ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (บุญยง เกี่ยวการค้า, 2527)

โนวล์ ได้จัดรูปแบบการให้ความรู้ในผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับองค์การอนามัยโลกออกเป็น 3 รูปแบบ คือ (กอบกิจ ตันท์เจริญรัตน์, 2536)

1) รูปแบบการเรียนรู้เป็นรายบุคคล เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่ผู้เรียนไม่จำเป็นต้องไปเรียนจากสถาบันต่าง ๆ ผู้เรียนสามารถเรียนรู้อยู่กับบ้านได้ รูปแบบการเรียนดังกล่าวนี้เหมาะสมกับผู้ที่อยู่ห่างไกลชุมชน รูปแบบในการเรียนรู้แบบนี้ ได้แก่ การฝึกงาน การศึกษารายบุคคล การศึกษาทางสื่อสารมวลชน และการเรียนจากบทเรียนสำเร็จรูป เป็นต้น

2) รูปแบบการเรียนรู้แบบเป็นกลุ่ม รูปแบบการเรียนรู้แบบนี้ ได้แก่ การเรียนเป็นชั้นเรียน การประชุมสัมมนา การอภิปรายกลุ่ม การระดมพลังสมอง การบรรยายโดยผู้ทรงคุณวุฒิ การแสดงบทบาทสมมติ การจัดทัศนศึกษา เป็นต้น

3) การพัฒนาชุมชน เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่กว้างขวาง และเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง กล่าวคือ ชุมชนนั้นเปรียบเสมือนชั้นเรียน เป็นห้องปฏิบัติการสำหรับการเรียนรู้ บุคคลมีโอกาสเรียนรู้การแก้ปัญหาในชีวิตจริง และชุมชนเองก็มีโอกาสได้เรียนรู้วิธีแก้ปัญหาของชุมชนนั้น ๆ ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาทั้งของบุคคลและของชุมชนนั้นจะเป็นวิถีทางของการเรียนรู้ได้อย่างดี

นอกจากนั้น ผู้สูงอายุเองและบุคลากรทางด้านสุขภาพ ได้มีความเห็นเกี่ยวกับวิธีการให้ความรู้ในผู้สูงอายุว่า ควรจะมีวิธีการหลายวิธีประกอบกัน โดยเน้นให้มีการปฏิบัติจริง เช่น การอภิปราย การสาธิต การบรรยาย และการแสดงบทบาทสมมติ ส่วนสื่อที่นำมาใช้ประกอบนั้น ได้แก่ เอกสาร ภาพประกอบ วิดีทัศน์ แผนสถิติ แผนใสประกอบการบรรยาย และภาพพลิก (กอบกิจ ตันท์เจริญรัตน์, 2536) และหากถ้าได้มีการนำเกมมาใช้ประกอบการเรียนการสอนด้วยยิ่งจะช่วยให้การเรียนการสอนประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น เนื่องจากเกม ช่วยทำให้เกิดความสนุกสนานไม่ว่าผู้เรียนจะอยู่ในวัยใดก็ตาม สำหรับผู้สูงอายุที่ไม่รู้หนังสือนั้นควรใช้สื่อที่สอนประเภทรูปภาพ เทปเสียง และวีดีโอเทปมาประกอบการสอน จะสามารถช่วยให้เกิดการเรียนรู้และเข้าใจเนื้อหาได้ง่ายขึ้น (Rovinski and Zastocki, 1989)

ในคู่มือดำเนินงานหลักสูตรการเสริมสร้างการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชุมชนของกองการพยาบาล สำนักงานปลัดกระทรวง (กระทรวงสาธารณสุข, 2536) ได้ระบุเกี่ยวกับสื่อและกิจกรรมการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุนั้น ควรให้มีการสนทนากับผู้เรียน มีการซักถามปัญหา จัดให้มีการอภิปรายปัญหา การสาธิตและการปฏิบัติตามตัวอย่าง โดยให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกิจกรรม หรืออาสาสมัคร และการมอบหมายงานให้ทำ ซึ่งสอดคล้องกับที่ กชกร สังขชาติ (กชกร สังขชาติ, 2536) ที่กล่าวว่า ผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุนั้น ยังมีความพึงพอใจที่จะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น และมีความต้องการอยากรู้ อยากเห็น จึงควรเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนด้วย เช่น มีการแบ่งกลุ่มเพื่อให้ผู้สูงอายุได้อภิปรายปัญหา และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นด้วยกัน สำหรับการเรียนการสอนที่นำมาใช้สอนผู้สูงอายุ เช่น เอกสารของจริง รูปภาพ หรือสัญลักษณ์ ควรเป็นสื่อที่มีขนาดใหญ่ที่ผู้สูงอายุมองเห็นได้ง่าย และสื่อความหมายได้ชัดเจนระยะเวลาที่ใช้ในการสอนนั้นแต่ละครั้งควรใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 40 นาที ซึ่งเป็นระยะเวลาที่เหมาะสมกับผู้เรียน

ส่วนการประเมินความรู้และการปฏิบัติของผู้สูงอายุนั้น เนื่องจากผู้สูงอายุโดยทั่ว ๆ ไปเมื่อมีอายุมากขึ้นจะมีความแตกต่างในด้านความจำระยะสั้น และระยะยาว ซึ่งความจำระยะสั้นจะลดลงตามอายุ ทำให้ผู้สูงอายุมีความคิดความอ่านเชื่องช้าลง และหลงลืมง่าย โดยเฉพาะลืมเหตุการณ์ที่ผ่านมานานานัก แต่จำเหตุการณ์ในอดีตได้ดี ดังนั้นจึงควรพิจารณาถึงข้อจำกัดต่าง ๆ เหล่านี้ ในการประเมินผลการเรียนการสอนของผู้สูงอายุ นิภา มนูญปิฎ (นิภา มนูญปิฎ, 2528) ได้ให้ข้อเสนอแนะว่า เกณฑ์ที่นำมาใช้ในการประเมินสุขภาพด้านความรู้สำหรับประชาชนทั่วไปนั้นใช้เกณฑ์ ร้อยละ 50 ของคะแนนทั้งหมดตัดสินว่าประชาชนมีความรู้ที่ยอมรับได้ และเกณฑ์ต่ำกว่าร้อยละ 50 ถือว่าประชาชนยังมีความรู้ไม่เพียงพอที่จะยอมรับได้ และเนื่องจากยังไม่มีผู้ใดกำหนดเกณฑ์ที่ซ้าการประเมินความรู้ผู้สูงอายุมาก่อน ดังนั้น ในการประเมินความรู้สำหรับผู้สูงอายุครั้งนี้ จึงใช้เกณฑ์ร้อยละ 50 ซึ่งเป็นเกณฑ์ขั้นต่ำที่ใช้ในการประเมินสุขภาพด้านความรู้สำหรับประชาชนทั่วไปมาเป็นเกณฑ์ในการตัดสินว่า ผู้สูงอายุมีความรู้เป็นที่ยอมรับได้

5. การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

ตามที่กระทรวงศึกษาธิการ ได้ออกประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง การคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนผู้สูงอายุในด้านการบริการทางการแพทย์ และการสาธารณสุข

ด้านการศึกษา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต ด้านการประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ได้รับมอบหมายจาก สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงศึกษาธิการ ให้ดำเนินการตามที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน ดังนั้น เพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 และที่แก้ไขเพิ่มเติม พ.ศ. 2553 และประกาศกระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย จึงกำหนดนโยบายข้อที่ 4 นโยบายด้านการสนับสนุนโครงการพิเศษ ข้อ 4.3 การส่งเสริมและจัดการศึกษาสำหรับกลุ่มเป้าหมายพิเศษ จึงได้จัดและส่งเสริมการจัดการศึกษานอกระบบ และจัดการศึกษาสำหรับกลุ่มเป้าหมายพิเศษ ดังนี้

1) จัดและส่งเสริมการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย การรู้หนังสือ ภาษาและวัฒนธรรมไทย และยกระดับการศึกษาสำหรับกลุ่มเป้าหมายพิเศษ ได้แก่ ผู้พิการผู้ด้อยโอกาส เด็กและเยาวชนที่อยู่นอกระบบโรงเรียน คุณแม่วัยใส คนเร่ร่อน คนไร้บ้าน ผู้สูงอายุ กลุ่มชาติพันธุ์ ชนกลุ่มน้อย บุคคลที่ไม่มีหลักฐานทางทะเบียนราษฎรหรือไม่มีสัญชาติไทย (คนต่างด้าวและผู้ไร้สัญชาติ) ผู้หนีภัยการสู้รบจากพม่าในพื้นที่พักพิงชั่วคราว คนไทยในต่างประเทศ

2) ศึกษา วิจัย พัฒนาและเผยแพร่รูปแบบการจัด ส่งเสริม และสนับสนุน การจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยให้กับกลุ่มเป้าหมายพิเศษ เพื่อให้มีการนำไปสู่ การปฏิบัติอย่างกว้างขวางและมีการพัฒนาให้เหมาะสมกับบริบทอย่างต่อเนื่อง

3) พัฒนาหลักสูตร สื่อ รูปแบบการจัดกิจกรรม ให้สอดคล้องกับสภาพและ ความต้องการของกลุ่มเป้าหมายพิเศษแต่ละกลุ่ม

สำนักงาน กศน. ได้กำหนดเป็นนโยบาย ให้สถานศึกษาได้จัดกิจกรรมดังกล่าวกับ กลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุที่อยู่ในพื้นที่รับผิดชอบ โดยให้จัดทำกิจกรรม/โครงการที่เกี่ยวข้องบรรจุ เข้าในแผนปฏิบัติการประจำปีของสถานศึกษา ในการจัดกิจกรรม กศน. สำหรับผู้สูงอายุ สามารถ ดำเนินการได้หลากหลาย ดังนี้

1) การส่งเสริมการเรียนรู้ โดยใช้วิธีการเผยแพร่ และประชาสัมพันธ์ให้ กลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุ และผู้เกี่ยวข้อง ตลอดจนเครือข่ายในพื้นที่ได้รับรู้ถึงช่องทางในการรับ บริการการศึกษา และข่าวสารข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต เช่น การแนะแนว การจัดการศึกษาขั้นพื้นฐาน การศึกษาเพื่อพัฒนาอาชีพ การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต การศึกษา เพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน และการศึกษาเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ตามอัธยาศัย

2) การจัดการศึกษาในหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน การจัดการกิจกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐานให้กับผู้สูงอายุ ตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งสามารถ จัดร่วมกับกลุ่มปกติได้ โดยในส่วนของทางเลือกลงทะเบียนในรายวิชาเลือก ให้พิจารณาเนื้อหาที่มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุที่จะสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง สำหรับกลุ่มเป้าหมายทั่วไป ซึ่งสมัคร เข้ารับการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 เพื่อ เป็นการเตรียมความพร้อมในการที่จะก้าวเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ ศูนย์การศึกษานอกระบบ- และการศึกษาตามอัธยาศัยกลุ่มเป้าหมายพิเศษ ได้พัฒนารายวิชาเลือกในหลักสูตรชั้น 1 รายวิชา จำนวน 2 หน่วยกิต คือ รายวิชาคุณภาพชีวิตสำหรับผู้สูงอายุ มีเนื้อหาสาระที่เป็นประโยชน์สำหรับ นักศึกษา กศน.

3) การจัดการศึกษาต่อเนื่อง หลักสูตรระยะสั้นเพื่อการพัฒนาอาชีพ การพัฒนาทักษะชีวิต การพัฒนาสังคมและชุมชน และการพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้งในด้านการประกอบอาชีพ และการดำเนินชีวิต จัดเป็นกิจกรรมที่นับว่ามีความเหมาะสมสำหรับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุเป็นอย่างดี เพราะหลักสูตรที่ดำเนินการสามารถพัฒนาให้มีความหลากหลายและเหมาะสม ตลอดจนสนองความต้องการของผู้สูงอายุได้ ในการดำเนินงานสามารถจัดแยกกลุ่มได้ตามความเหมาะสมของเนื้อหาสาระ ที่จะให้บริการ เช่น ในบางหลักสูตรอาจมีการจัดโดยรวมกลุ่มเฉพาะกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุเท่านั้น ในขณะที่บางหลักสูตรสามารถจัดให้มีการเรียนรู้กันระหว่างกลุ่มปกติ กับกลุ่มผู้สูงอายุ แต่มีข้อควรคำนึงถึง คือ ในการสรุปรายงานผลการดำเนินงานทั้ง 2 ลักษณะ ต้องสามารถแยกให้เห็นการให้บริการกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุอย่างชัดเจน

4) การจัดกิจกรรมส่งเสริมการอ่าน เป็นการฝึกทักษะการอ่านให้กับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุ เพื่อให้สามารถใช้อ่านเป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้อย่างกว้างขวางและต่อเนื่อง ซึ่งจะส่งผลให้มีสาระความรู้ที่เป็นประโยชน์ที่จะนำไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและบุคคลใกล้ชิดให้ดีขึ้น

5) การจัดกิจกรรมการศึกษาเพื่อพัฒนาชุมชน เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น หรือผู้สูงอายุที่มีความรู้ ความชำนาญในสาขาวิชาใด วิชาหนึ่ง ได้มีส่วนในการเผยแพร่และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ให้คนในชุมชนได้สืบสานความรู้เพื่อเป็นมรดกของลูกหลาน

6) การจัดการศึกษาตามอัธยาศัย ได้แก่ การจัดให้มีมุมความรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุในห้องสมุด การจัดให้ความพร้อมในด้านเทคโนโลยีต่าง ๆ ที่จะใช้เป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้อย่างต่อเนื่องสำหรับกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุ เช่น เครื่องรับวิทยุ เครื่องรับโทรทัศน์ เครื่องเล่นวีดีทัศน์ คอมพิวเตอร์ ฯลฯ จัดให้มีสถานที่ที่สามารถรวมกลุ่มเพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การสร้างเครือข่าย การเผยแพร่ความรู้สู่ผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการเชื่อมต่อองค์ความรู้จากหน่วยที่ทำหน้าที่ในการเผยแพร่ความรู้ สู่กลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุ การจัดนิทรรศการ การเผยแพร่ความรู้ผ่านหอกระจายข่าวในชุมชน การจัดรายการวิทยุ การจัดทำแผ่นพับ แผ่นปลิว ฯลฯ การจัดเวทีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในชุมชน (อาจเชิญผู้มีความรู้เฉพาะเรื่องมาร่วมแสดงความคิดเห็น และให้คำแนะนำ) การจัดเผยแพร่ความรู้ผ่านเว็บไซต์ เป็นต้น โดยสถานศึกษาสามารถประสานเครือข่ายในพื้นที่ทั้งในส่วนที่เป็นหน่วยบริการ เช่น กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงมหาดไทย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ฯลฯ เพื่อประสานความร่วมมือในการเผยแพร่องค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ให้กับผู้สูงอายุในพื้นที่ ทั้งในส่วนที่มีการรวมกลุ่มในลักษณะชมรมผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุอื่นที่กระจายอยู่ในพื้นที่ต่าง ๆ อย่างกว้างขวางและต่อเนื่อง ซึ่งจะส่งผลให้มีสาระความรู้ที่เป็นประโยชน์ที่จะนำไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและบุคคลใกล้ชิดให้ดีขึ้น

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุพอสรุปได้ว่า การให้ความรู้หรือสอนหรือจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุนั้น ควรจัดกิจกรรมให้ตรงกับความต้องการและความสนใจของผู้สูงอายุ โดยบูรณาการการสอนหลาย ๆ แบบและใช้สื่อประกอบการสอน เป็นกิจกรรมที่จัดทำขึ้นประกอบด้วย ใบความรู้ และวัสดุอุปกรณ์ ที่ผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองหรือเรียนแบบกลุ่มการเรียนรู้ได้ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสนใจและมีความกระตือรือร้นในการเรียนรู้หรือร่วมกิจกรรมนั้น ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้เพื่อให้เกิดความสุขทางใจและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

แนวคิดเกี่ยวกับนันทนาการ

1. ความหมายของนันทนาการ

คำว่า “นันทนาการ” มาจากภาษาอังกฤษว่า “Recreation” ซึ่งมาจากคำว่า Create แปลว่าสร้าง หรือให้เกิดขึ้นไม่ บวกกับ RE แปลว่าเพิ่ม หรือใหม่ จึงรวมเป็น Recreate เมื่อเป็นคำนามก็กลายเป็น Recreation หมายความว่า การสร้างใหม่หรือทำให้เกิดขึ้นใหม่ แต่เดิมนั้น กระบวนศึกษาธิการใช้คำว่า “สันทนาการ” มาจากคำว่า “สนทนา” สนธิกับ “อาการ” ซึ่งหมายถึง กิจกรรมประเภทการสนทนา การพูดคุยอันที่จะก่อให้เกิดความสุข ความเพลิดเพลินในเวลาว่าง และการใส่มั่นหันอากาศเข้าไปจากคำว่า “สนทนาการ” มาเป็น “สันทนาการ” ก็เพื่อที่จะให้คำสละสลวย ไพเราะน่าฟังขึ้น

ต่อมา พ.ศ. 2510 พยาอุนุมาณราชชน (เสถียรโกเศศ) ได้บัญญัติคำว่า “นันทนาการ” ขึ้น (นันท + อาการ) โดยให้ความหมายตามพจนานุกรมว่า หมายถึง อาการแห่งความสนุกสนาน ร่าเริง (ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ, 2541)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ได้ให้ความหมายของนันทนาการ ไว้ว่า นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่ทำตามความสมัครใจในยามว่าง เพื่อให้เกิดความ สนุกสนาน เพลิดเพลิน และผ่อนคลายความตึงเครียด สราญใจ

ดารณีย์ อุทัยรัตนกิจ (ดารณีย์ อุทัยรัตนกิจ, 2546) ได้สรุปความหมายของ นันทนาการว่า นันทนาการเป็นกิจกรรมที่กระทำในเวลาว่างจากภารกิจงานประจำ โดยเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ ความพึงพอใจ ไม่มีการบังคับ เป็นกิจกรรมที่ไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม รวมทั้งกฎหมายของบ้านเมือง

ถนอมวรรณ อยู่ขำ (ถนอมวรรณ อยู่ขำ, 2546) สรุปว่า นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่บุคคลทำในเวลาว่างด้วยความพึงพอใจและสมัครใจ ผลที่ได้ทำให้เกิดการพัฒนาอารมณ์ รวมทั้งความสุข สนุกสนาน และหรือสุขสงบ

ประไพ ตรีฤกษ์ฤทธิ์ (ประไพ ตรีฤกษ์ฤทธิ์, 2543) กล่าวว่า นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่มนุษย์เข้าร่วมในเวลาว่าง ด้วยความสมัครใจ และก่อให้เกิดความสุข ความพึงพอใจ เกิดประโยชน์ต่อตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม

สุนิสา โกสัจจะ (สุนิสา โกสัจจะ, 2546) ได้สรุปความหมายของนันทนาการไว้ 3 ความหมาย คือ

- 1) นันทนาการ เป็นกิจกรรมที่มีแรงจูงใจในช่วงเวลาว่าง
- 2) นันทนาการ คือ กระบวนการหรือสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลเข้าร่วมโดยมีจุดมุ่งหมายและความคาดหวังว่าจะได้รับประสบการณ์ที่เสริมสร้างคุณภาพชีวิต ความพึงพอใจสนุกสนาน และสงบสุข
- 3) นันทนาการ คือ สถาบันทางสังคม แหล่งแห่งวิชาความรู้และเป็นแหล่งแห่งวิชาชีพ

สมบัติ กาญจนกิจ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2533) ได้ให้ความหมายของนันทนาการไว้ 4 ความหมาย ดังนี้

1) นันทนาการ หมายถึง การทำให้สดชื่น เสริมสร้างพลังงานขึ้นมาใหม่ หลังจากการใช้พลังงาน แล้วก่อให้เกิดความเหนื่อยเมื่อยล้าทางร่างกาย และทางสมองและจิตใจ ในความหมายนี้นันทนาการจึงเป็นการตอบสนองความต้องการทางกาย และจิตใจของบุคคลและสังคม

2) นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลเข้าร่วมในช่วงเวลาว่างโดยไม่มี การบังคับหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ แล้วส่งผลก่อให้เกิดการพัฒนาอารมณ์สุขรวมทั้งความสุข สนุกสนาน หรือความสุขสงบ และกิจกรรมนั้นต้องเป็นกิจกรรมที่สังคมยอมรับด้วย

3) นันทนาการ หมายถึง กระบวนการหรือประสบการณ์สุขที่บุคคลได้รับโดยอาศัย กิจกรรมนันทนาการในช่วงเวลาว่างเป็นสื่อ ก่อให้เกิดการพัฒนาการหรือการเจริญงอกงามทางกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของบุคคล

4) นันทนาการ เป็นสถาบันทางสังคมหรือแหล่งศูนย์กลางของสังคม เพื่อให้บุคคล เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแล้วก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านอารมณ์ และพัฒนาเจริญงอกงามทาง ร่างกายจิตใจ และสังคม

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2541) ได้กล่าวว่า นันทนาการเป็นคำที่นำมาใช้ใน วงการพลศึกษาเมื่อประมาณ ค.ศ. 1938 ซึ่งแต่เดิมรู้จักกันในคำว่า สันทนาการ ซึ่งเป็นคำที่บัญญัติโดย พระยาอนุমানราชธนะ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2507 หมายถึง การพักผ่อนหย่อนใจ หรืองานอดิเรก เป็นกิจกรรม ที่ผู้เข้าร่วมเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ ความสนใจในการที่จะได้รับประสบการณ์ที่พึงพอใจ ให้ความสุข แก่ตน

พีระพงศ์ บุญศิริ (พีระพงศ์ บุญศิริ, 2542) ได้สรุปความหมายของนันทนาการว่าเป็น กิจกรรมที่กระทำในเวลาว่าง โดยมีความพึงพอใจ สมัครใจ ไม่มีการบังคับ และได้รับความสุข เพลิดเพลินใจ จากการเข้าร่วมกิจกรรม

Cordes and Ibrahim ให้ความหมายของนันทนาการไว้ว่า เป็นการเข้าร่วมโดย สมัครใจในกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ซึ่งมีความหมายต่อผู้เข้าร่วมและได้รับความสนุกสนาน (Cordes, K.A. and Ibrahim, H.M., 1996)

John et al. (John, D. et al., 1999) ได้เสนอความหมายของนันทนาการว่า นันทนาการประกอบด้วยกิจกรรมหรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในเวลาว่าง โดยการเลือกอย่างสมัคร ใจและเกิดความเพลิดเพลินอย่างไรก็ตาม กิจกรรมจะอยู่บนความสำเร็จของบุคคลหรือเป้าประสงค์ ของสังคม มันอาจยังเกี่ยวข้องกับสถานะทางอารมณ์ที่มีผลมาจากการเข้าร่วม หรือสถาบันทางสังคม ขอบเขตของการบริการทางวิชาชีพ หรือธุรกิจ เมื่อขึ้นอยู่กับส่วนขององค์กรของชุมชนหรือ โครงการอาสาสมัครของหน่วยงาน นันทนาการควรที่จะมีโครงสร้างและการยอมรับทางศีลธรรม

สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ (สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ, 2551) ให้ความหมายของกิจกรรมนันทนาการไว้ว่า การที่เราจะสามารถจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ให้ประสบผล สำเร็จได้นั้น เราควรจะต้องเรียนรู้ถึงกระบวนการสร้างมนุษย์สัมพันธ์ของคนเราก่อนว่ามีรูปแบบและ ลักษณะใด เพื่อเป็นพื้นฐานของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ของคนเราก่อนว่ามีรูปแบบและลักษณะใด เพื่อเป็นพื้นฐานของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์อันเป็นผลต่อการพัฒนาบุคลากร องค์กรหรือการอบรม สัมมนา

McLean et al. (McLean et al., 2005: 39) ได้อธิบายความหมายของนันทนาการที่มีองค์ประกอบ ดังนี้

1. นันทนาการมีความสัมพันธ์อย่างกว้างในฐานะที่เป็นกิจกรรม (ประกอบด้วยการเข้าร่วมทางกาย จิตใจ สังคมหรืออารมณ์) ที่ทำให้เกิดความแตกต่างกับความเครียดหรือการพักผ่อน
2. นันทนาการอาจประกอบด้วยกิจกรรมที่มีพิสัยที่กว้างมากเกี่ยวกับกิจกรรม เช่น กีฬา เกม การประดิษฐ์ ศิลปะ ดนตรี การละคร การเดินทางท่องเที่ยว งานอดิเรก และกิจกรรมทางสังคม ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้อาจจะทำให้บุคคลนั้นสามารถเข้าร่วมได้เป็นกลุ่ม และเป็นรายบุคคล หรืออาจจะเข้าร่วมในลักษณะที่เป็นการชั่วคราว หรือสนับสนุนให้มีการเข้าร่วมอย่างสม่ำเสมอตลอดชีวิต
3. การเลือกหรือการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ เกิดขึ้นด้วยความสมัครใจโดยไม่มีการบังคับ
4. นันทนาการเป็นสิ่งที่ได้รับการสนับสนุนโดยแรงจูงใจภายใน และปรารถนาที่จะให้ได้มาซึ่งความพึงพอใจของบุคคลมากกว่าเป้าหมายอื่น ๆ ภายนอก หรือรางวัล
5. นันทนาการเป็นสิ่งที่ขึ้นอยู่กับสภาวะจิตใจ หรือทัศนคติ
6. แม้ว่าแรงจูงใจเบื้องต้นนั้น เป็นสิ่งที่นำไปสู่การแสวงหานันทนาการที่พึงพอใจ อาจเป็นความต้องการทางสติปัญญา ทางกาย หรือทางสังคม ในบางครั้งอาจให้ความสนุกสนานมากกว่าคุณลักษณะที่ธรรมดาทั่วไป แต่ในบางครั้งการเข้าร่วมนันทนาการที่เกี่ยวข้องกับเงื่อนไขที่เข้มงวดหรือมีระเบียบแบบแผน อาจสร้างความหงุดหงิด หรือความทุกข์ทรมาน

สรุป นันทนาการ หมายถึง การจัดกิจกรรมหรือประสบการณ์ที่ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านอารมณ์ และพัฒนาเจริญงอกงามทางร่างกายจิตใจ และสังคม ผู้รับบริการเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ

2. ประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการ

การที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ไม่ว่าจะบุคคลนั้นจะอยู่ในเพศและวัยใดก็ตาม จะก่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดี เกิดประโยชน์แก่ตนเอง ฉะนั้นประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการจึงมีความหมาย ดังนี้

สมบัติ กาญจนกิจ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2533) ได้กล่าวถึงประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการไว้ดังนี้

- 1) ช่วยให้ผู้บุคคลและชุมชนได้รับความสุข สนุกสนาน มีความสุขในชีวิต และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- 2) ช่วยให้ผู้บุคคลและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิตและสมรรถภาพทางกายที่ดี เกิดความสมดุลของชีวิต
- 3) ช่วยป้องกันอาชญากรรมและพฤติกรรมเบี่ยงเบนในทางไม่พึงประสงค์ของเด็กและเยาวชน การพัฒนาพฤติกรรมเด็กและเยาวชน นับว่าเป็นสิ่งสำคัญในการเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ และเป็นกำลังคนที่มีประสิทธิภาพในอนาคต กิจกรรมนันทนาการประเภทต่าง ๆ ช่วย让孩子และเยาวชนเลือกได้ตามความสนใจ และได้ใช้เวลาว่างในการพัฒนาลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ได้

4) ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะได้เรียนรู้ในเรื่องหน้าที่ความรับผิดชอบ คุณค่าทางสังคมเสรี ประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่างานจริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการ รู้จักอาสาสมัคร ช่วยเหลือสังคม ถือว่าเป็นกิจกรรมของความเป็นพลเมืองดีของประเทศชาติ

5) ส่งเสริมพัฒนาอารมณ์สุข กิจกรรมนันทนาการช่วยพัฒนาอารมณ์สุข รวมทั้งความสุข สนุกสนาน ความสุขสงบ ลดความเครียด ความวิตกกังวล ทำให้อารมณ์แจ่มใส และช่วยส่งเสริมให้รู้จักการพัฒนาการควบคุมอารมณ์และบุคลิกภาพที่ดี

6) ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ กิจกรรมนันทนาการ เช่น การละเล่นพื้นเมือง วิถีชีวิตประเพณีพื้นบ้าน ตลอดจนแหล่งนันทนาการประเภทอุทยานประวัติศาสตร์ โบราณสถานและโบราณวัตถุ ช่วยส่งเสริมศิลปะและวัฒนธรรมของชาติ ส่งเสริมการเรียนรู้ ทัศนคติ และความซาบซึ้งอันจะก่อให้เกิดการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมและเอกลักษณ์ของชาติต่อไป

7) ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้งและนอกเมือง ได้แก่ กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม เดินป่าทัศนศึกษาธรรมชาติ ไต่เขา เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ช่วยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รู้จักคุณค่าของธรรมชาติ ซาบซึ้ง และสามารถดูแลอนุรักษ์ธรรมชาติ อันจักเป็นประโยชน์ต่อชุมชนและประชาชนของโลก

8) ส่งเสริมในเรื่องการบำบัดรักษา กิจกรรมนันทนาการเพื่อการบำบัดเป็นกรรมวิธีและกิจกรรมที่จะช่วยรักษาคนป่วยทั้งทางด้านร่างกายและสุขภาพจิต เช่น งานอดิเรก ประเภทประดิษฐ์สร้างสรรค์และส่งเสริมคาดหวัง ความคิด และการใช้เวลาว่างแก่คนป่วยซึ่งกำลังต่อสู้กับความทุกข์ทางกายหรือจิต กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาช่วยส่งเสริมการพัฒนาร่างกาย กิจกรรมนันทนาการทางสังคมช่วยขจัดขวัญและกำลังใจของผู้ป่วย

9) ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์และการทำงานเป็นทีม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยให้บุคคลได้แสดงออก ละลายพฤติกรรมของกลุ่ม เสริมสร้างคุณค่าทางสังคม ฝึกการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข กิจกรรมเกมกีฬาและการอยู่ค่ายพักแรมช่วยฝึกการทำงานเป็นหมู่คณะ ลดความเห็นแก่ตัว เสริมสร้างความสามัคคีและความเข้าใจอันดีในหมู่คณะ

10) ส่งเสริมและบำรุงขวัญทหารและตำรวจที่ปฏิบัติหน้าที่ตามชายแดน กิจกรรมนันทนาการที่จัดขึ้นเพื่อส่งเสริมขวัญกำลังใจของทหารและตำรวจที่ปฏิบัติหน้าที่ตามชายแดน เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญยิ่งในการตอบแทนให้กำลังใจในเวลาว่างแก่กองทหารและตำรวจที่ปฏิบัติหน้าที่ตามชายแดน

คุณค่าทางนันทนาการในรูปของวัตถุประสงคที่มีส่วนช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต 4 ประการ คือ (บันเทิง เกิดปรางค์และเจษฎา เจียรโน, 2544)

1) พัฒนาสุขภาพ

นับว่าเป็นความมุ่งหมายสำคัญประการหนึ่งของกิจกรรมนันทนาการเพราะการที่บุคคลจะมีสุขภาพดีหรือไม่เพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่บุคคลปฏิบัติในยามว่างเท่า ๆ กับการปฏิบัติในช่วงเวลาของการทำงาน อากัปกิริยาที่บุคคลปฏิบัติในยามว่าง จึงเป็นสิ่งที่วัดคุณภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสุขภาพจิตของบุคคลได้ และในทำนองเดียวกับ กิจกรรม

นั้นหนาสามารถจัดให้เหมาะสม เพื่อก่อให้เกิดผลการสร้างสรรค์ทางด้านอวัยวะ จิตใจ อารมณ์ และสุขภาพจิตใจของบุคคลได้ด้วย ทั้งนี้เพราะกิจกรรมพลศึกษาและกีฬาที่มีมากมาย สามารถให้บุคคลทุกคนมีโอกาสที่จะรับผลประโยชน์ได้ และกิจกรรมเหล่านี้ยังช่วยทำให้เกิดการผ่อนคลายความตึงเครียดจากภารกิจการทำงาน เป็นโอกาสที่ทำให้บุคคลสัมผัสปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ซึ่งผลที่ได้รับนี้จะส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมอีกเป็นจำนวนมากที่ก่อให้เกิดความสนุกสนานรื่นเริง ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้จะส่งเสริมสุขภาพทางด้านอารมณ์ กิจกรรมหลายประเภทที่ต้องมีผู้เข้าร่วมเป็นจำนวนมากเปิดโอกาสให้บุคคลมีความสัมพันธ์ทางสังคมดีขึ้น จึงเป็นการส่งเสริมสุขภาพด้านจิตใจได้เป็นอย่างดี

2) พัฒนามนุษย์สัมพันธ์

กิจกรรมนันทนาการมีส่วนช่วยส่งเสริมการสร้างมนุษยสัมพันธ์ อันจะนำไปสู่การดำรงชีวิตอย่างสุขสมบูรณ์ ทั้งนี้เพราะกิจกรรมนันทนาการช่วยพัฒนาคุณลักษณะของบุคคลได้หลายประการ เช่น ความกล้าหาญ ความอดทน ความยุติธรรม ความซื่อสัตย์ เป็นต้น นอกจากนี้ยังพัฒนาเจตคติที่เกี่ยวข้องกับสังคมด้วย เช่น ความร่วมมือร่วมใจ ความจงรักภักดีต่อหมู่คณะ การยอมรับในสิทธิของผู้อื่น ๆ เป็นต้น การจัดกิจกรรมนันทนาการภายในบ้านก็สามารถสร้างความสัมพันธ์อันดีภายในครอบครัวได้อีกด้วย

3) พัฒนาการเป็นพลเมืองดี

การพัฒนาทางด้านความเป็นพลเมืองดี เป็นเป้าหมายสำคัญประการหนึ่งของกิจกรรมนันทนาการ ทั้งนี้เพราะกิจกรรมนันทนาการช่วยพัฒนาคุณลักษณะของความเป็นพลเมืองดีได้หลายทาง ไม่ว่าสังคมนั้นจะมีรูปแบบการปกครองที่แตกต่างกัน กิจกรรมนันทนาการยังช่วยชักจูงบุคคลให้เข้าร่วมกันเป็นหน่วยเดียว โดยปราศจากข้อขัดแย้งทางด้านเชื้อชาติ ศาสนา ฐานะทางเศรษฐกิจ เพศ และวัย กิจกรรมนันทนาการ จึงเป็นกิจกรรมที่ส่งผลทางด้านสร้างสรรค์ทางสังคมมากกว่าการทำลาย ทำให้บุคคลมีความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน สามารถทำงานและอยู่ร่วมกันได้เป็นอย่างดี ช่วยลดปัญหาอาชญากรรม ทำให้บุคคลมีสุขภาพดีขึ้น คิ่่นสู่สภาพปกติจากการทำงานได้เร็วขึ้น อันเป็นผลทำให้บุคคลสามารถสร้างผลผลิตได้มาก และเป็นพลเมืองดีของสังคมและประเทศชาติต่อไป

4) พัฒนาตัวบุคคล

การพัฒนาตนเอง หมายถึง การส่งเสริมให้บุคคลได้บรรลุถึงศักยภาพสูงสุดสามารถพัฒนาตนเองให้ก้าวหน้าในทุกทาง ซึ่งกิจกรรมนันทนาการจะมีบทบาทสำคัญในเรื่องนี้ได้หลายทางเป็นต้นว่า ช่วยให้บุคคลเจริญเติบโตได้อย่างสมดุลตามวิถีทางธรรมชาติมากกว่าการใช้สิ่งอื่น ๆ มาทดแทน กิจกรรมนันทนาการจะช่วยเสริมสร้างความคิด ไม่ใช่แต่เฉพาะในแง่ของคุณค่าทางวัตถุ (Material value) เท่านั้น แต่เพื่อความสนุกสนาน ความพึงพอใจ และมีความสุขเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ เป็นสำคัญ อีกทั้งยังเป็นการพัฒนาทักษะ และความสามารถทางด้านต่าง ๆ อีกด้วย ซึ่งทักษะเหล่านี้จะช่วยให้คุณพัฒนาตนเอง ให้สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้ดียิ่งขึ้น

พระพงศ์ บุญศิริ (พระพงศ์ บุญศิริ, 2542) ได้กล่าวว่าประโยชน์ของนันทนาการมีดังนี้

- 1) ให้ความสนุกสนาน พบกับความสุขในชีวิตและรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- 2) ช่วยสร้างเสริมสุขภาพจิต แจ่มใส

3) ช่วยป้องกันและลดปัญหาอาชญากรรมและความประพฤติกเรของเด็ก
กำจัดความไม่สงบสุขของสังคม

4) ส่งเสริมสมรรถภาพทางกายและจิต

5) ช่วยสร้างความรักความสามัคคีในกลุ่ม ในชุมชนและสังคม

6) ช่วยสงวนรักษาทรัพยากรธรรมชาติ ความสวยงามของสถานที่ ซึ่งจัดเพื่อ
นันทนาการ จะเป็นแหล่งสงวนทางธรรมชาติที่ดี

ดารณีย์ อุทัยรัตนกิจ (ดารณีย์ อุทัยรัตนกิจ, 2546) กล่าวว่านันทนาการมีประโยชน์
และมีส่วนช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ พัฒนาสุขภาพกาย สุขภาพจิต มนุษยสัมพันธ์ การเป็นพลเมือง
ดี และการพัฒนาบุคคล ดังต่อไปนี้

1) ช่วยให้บุคคลและชุมชนได้รับความสุข สนุกสนาน มีความสุขในชีวิตและใช้
เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

2) ช่วยให้บุคคลและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิต และสมรรถภาพทางกายที่ดี
เกิดความสมดุลของชีวิต

3) ช่วยป้องกันอาชญากรรมและพฤติกรรมเบี่ยงเบนในทางที่ไม่พึงประสงค์ของ
เด็กและเยาวชน

4) ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี

5) ส่งเสริมการพัฒนาอารมณ์สุข

6) ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ

7) ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ

8) ส่งเสริมในเรื่องการบำบัดรักษา

9) ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์และการทำงานเป็นทีม

10) ส่งเสริมและบำรุงขวัญทหารและตำรวจที่ปฏิบัติหน้าที่ตามชายแดน

ประไพ ตรีฤกษ์ฤทธิ์ (ประไพ ตรีฤกษ์ฤทธิ์, 2543) ได้จำแนกจุดมุ่งหมายของนันทนาการ
ออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่

1) ด้านร่างกายและจิตใจ มีจุดมุ่งหมายเพื่อฟื้นฟูความล้าของร่างกายและจิตใจ
หลังจากทำงาน ส่งเสริมสุขนิสัยและสุขปฏิบัติสนองความต้องการตามสมรรถภาพของมนุษย์ และ
เพื่อส่งเสริมและฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายและจิตใจหลังจากการเจ็บป่วย

2) ด้านอารมณ์และสติปัญญา มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความสนุกสนานและ
ผ่อนคลายความตึงเครียด ให้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และ
ความกล้าแสดงออก และเพิ่มพูนศักยภาพทางด้านอารมณ์และสติปัญญา

3) ด้านสังคมและวัฒนธรรม มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมการทำงานร่วมกับ
บุคคลอื่น สร้างความมีมนุษยสัมพันธ์ในกลุ่มบุคคลหรือสังคม ฝึกลักษณะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี
ตามระบอบประชาธิปไตย ให้รู้จักปรับตัวเองให้เข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อม และเพื่อการอนุรักษ์และ
สะท้อนให้เห็นแนวคิด ค่านิยม ประเพณี

4) ด้านจริยธรรมและคุณธรรม มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา คือ รู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ส่งเสริมการยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ส่งเสริมความสามัคคีในหมู่คณะ ฝึกฝนการมีมารยาทในการแสดงออก ขณะเป็นผู้นำและผู้ตาม ให้รู้จักการให้ความรู้ ร่วมมือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และความรับผิดชอบ ให้รู้จักการปฏิบัติตนตามข้อตกลงหรือกติกา และให้เป็นคนที่เคารพในความถูกต้องและยุติธรรม

จากการศึกษาเกี่ยวกับประโยชน์ของนันทนาการ พอสรุปประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการได้ว่านันทนาการเป็นงานอดิเรกที่เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ทำให้เกิดความสุข สนุกสนาน มีความสุขในชีวิต ลดความเครียด ทำให้อารมณ์แจ่มใส เป็นสิ่งที่ช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ช่วยส่งเสริมการเป็นพลเมืองดี สามารถสะท้อนถึงแนวคิด ค่านิยม ประเพณี และการอนุรักษ์ของชุมชน ท้องถิ่นและประเทศชาติได้ อีกทั้งเป็นเครื่องมือที่ใช้พัฒนาบุคลากรให้บรรลุเป้าหมายต่าง ๆ ได้อีกด้วย

3. ประเภทของนันทนาการ

พีระพงศ์ บุญศิริ (พีระพงศ์ บุญศิริ, 2542) ได้กล่าวว่า นันทนาการมีทั้งหมด 10 ประเภท ได้แก่

- 1) นันทนาการครอบครัว มุ่งส่งเสริมสัมพันธ์ภายในครอบครัว ญาติพี่น้อง เพื่อความอบอุ่นและความสัมพันธ์อันดี ตลอดจนการเพิ่มทักษะความรู้เพื่อสภาพความเป็นอยู่ในครอบครัวที่สมบูรณ์
- 2) นันทนาการในโรงเรียน เป็นกิจกรรมที่จัดในสถานศึกษา เพื่อส่งเสริมทักษะความรู้ให้กับนักศึกษาให้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และส่งเสริมความสามัคคี
- 3) นันทนาการชุมชน เป็นกิจกรรมในหมู่บ้านหรือท้องถิ่นเพื่อความสนุกสนานในโอกาสเทศกาลประเพณีและเพื่อการอนุรักษ์ในด้านของวัฒนธรรม
- 4) นันทนาการเยาวชน จัดเป็นกิจกรรมสำหรับเยาวชนทั่วไป ซึ่งอาจจัดในสถานที่ต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมความรู้ ทักษะ และปลูกฝังทัศนคติที่ดีให้กับเยาวชน ในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- 5) นันทนาการชุมชน เป็นการจัดกิจกรรมให้บุคคลต่าง ๆ ในชุมชน ให้มีโอกาสเข้าร่วมตาม ความพอใจ อย่างอิสระ
- 6) นันทนาการธุรกิจ เป็นกิจกรรมที่จัดบริการผู้สนใจเข้าร่วมโดยมีค่าตอบแทนเป็นค่าบริการเพื่อส่งเสริมความบันเทิงพักผ่อนหย่อนใจ ให้ความรู้ความสนุกสนาน
- 7) นันทนาการในโรงงานอุตสาหกรรม เป็นกิจกรรมที่จัดเพื่อการผ่อนคลายให้กับบุคลากรในการปฏิบัติงานในโรงงาน เพื่อส่งเสริมความรู้ ให้ความสนุกสนานเพลิดเพลินผ่อนคลายอารมณ์
- 8) นันทนาการในโรงพยาบาล เป็นกิจกรรมที่จัดเพื่อการพักผ่อน ฟื้นฟูสมรรถภาพให้กับผู้ป่วยทางกายและเป็นการบำบัดผู้ป่วยทางจิตเวช เป็นกิจกรรมเพื่อพัฒนาสมรรถภาพการเคลื่อนไหว

9) นันทนาการสำหรับคนพิการ เป็นนันทนาการพิเศษที่มุ่งหมายเพื่อ บริการสนองตอบบุคคลที่มีความพิการทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งจะมีลักษณะของกิจกรรมเฉพาะแตกต่างจากบุคคลปกติในรูปของการจัดบริการและประเภทของกิจกรรม

10) นันทนาการอาสาสมัคร เป็นกิจกรรมที่จัดเพื่อการบริการช่วยเหลือชุมชน โดยความร่วมมือร่วมแรงร่วมใจทั้งกำลังกายกำลังทรัพย์เพื่อเสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้มีความจำเป็นต่าง ๆ

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2541) ได้กล่าวว่า นันทนาการเคยเป็นส่วนหนึ่งของพลศึกษา แต่เมื่อขอบเขตของวิชา ขยายกว้าง มีองค์ความรู้เฉพาะตัว ทำให้นันทนาการพัฒนาตนเองเป็นสาขาวิชาที่มีลักษณะวิชาจำแนกได้เป็น 2 ประเภท คือ

1) นันทนาการเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ นันทนาการในกลุ่มนี้จะเน้นถึงการส่งเสริมบุคคลทั่วไปที่ไม่มีปัญหาสุขภาพได้ใช้นันทนาการเพื่อการผ่อนคลายและพัฒนาสู่ความเป็นผู้มีสุขภาพดีโดยเฉพาะความสนใจ ประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับ

1.1) สนามเด็กเล่น (Children playground) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการจัดการดูแลและรวมถึงการเปิดใช้สนามเด็กเล่น

1.2) นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ เป็นการศึกษาแนวทาง วิธีการและการจัดนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ จะใช้มากในศูนย์ผู้สูงอายุ หรือบ้านพักผู้สูงอายุ ที่ต้องให้การดูแลซึ่งจะมีบริการอาหาร โรงพยาบาล โรงหนังและกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ

1.3) การท่องเที่ยว เป็นธุรกิจทางนันทนาการที่ช่วยผ่อนคลายจากความตึงเครียดและการใช้ชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ยังเป็นโอกาสการเรียนรู้วิถีชีวิต ศิลปะ และวัฒนธรรมของคนต่างถิ่นหรือคนต่างแดน

1.4) นันทนาการนอกสถานที่ (Outdoor recreation) เป็นนันทนาการที่เด็ก ๆ ชอบมากเพราะเป็นการจัดค่ายพักแรม การศึกษานอกสถานที่ การจัดสวน การใช้ที่ดิน การออกแบบที่ดินและนันทนาการในป่า

2) นันทนาการบำบัด (Therapeutic recreation) เป็นการบำบัดที่ใช้นันทนาการสำหรับผู้มีปัญหาทางสุขภาพ มีความเจ็บป่วย หรือพิการ นันทนาการจะเป็นส่วนหนึ่งของการบำบัดรักษาที่จะช่วยหรือฟื้นฟูให้ผู้มีปัญหาสุขภาพได้รับการดูแลด้านนันทนาการที่ถูกต้องตามหลักวิชาการ สามารถพัฒนาสู่ความมีสุขภาพดีหรือใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้แม้จะป่วยหรือพิการ ประกอบด้วยสาระวิชาเกี่ยวกับ

2.1) การให้คำปรึกษานันทนาการ (Leisure counseling) เป็นวิชาเกี่ยวกับการให้ปรึกษาแก่ผู้ที่มีปัญหาทางนันทนาการ

2.2) นันทนาการสำหรับผู้พิการ (Leisure for disability) เป็นวิชาเกี่ยวกับการบริหารจัดการ การออกแบบกิจกรรมสำหรับผู้พิการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ หรือบุคคลปัญญาอ่อน ให้เป็นไปตามความเหมาะสมกับสภาพการณ์และศักยภาพของแต่ละบุคคล

สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ ได้กำหนดกิจกรรมนันทนาการออกเป็น 11 ประเภท ได้แก่ (สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ, 2551)

1) ศิลปหัตถกรรม (Art and Crafts)

- 2) เกมกีฬา (Games and Sports)
- 3) การเต้นรำ (Dances)
- 4) ละครและการละคร (Drama)
- 5) งานอดิเรก (Hobby)
- 6) ดนตรีและร้องเพลง (Music and Singing)
- 7) กิจกรรมนอกเมือง (Outdoor Recreation)
- 8) วรรณกรรม การอ่าน พูด และเขียน (Reading, Speaking and Writing)
- 9) กิจกรรมทางสังคม (Social Recreation)
- 10) กิจกรรมพิเศษ (Special Events)
- 11) กิจกรรมอาสาสมัคร (Voluntary Service)

4. นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ

พีระพงศ์ บุญศิริ (พีระพงศ์ บุญศิริ, 2542) ได้อธิบายว่า กิจกรรมนันทนาการสำหรับบุคคลในช่วงวัยนี้ จะเป็นกิจกรรมเพื่อรักษาระดับสมรรถภาพทางกายให้คงที่ หรือการผ่อนคลายความเครียด ความวิตกกังวลและเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ เนื่องจากมีเวลาว่างมากขึ้น กิจกรรมที่เหมาะสมจึงเป็นไปในรูปของกลุ่มสนใจด้านกีฬา งานอดิเรก การสะสม การอ่าน และเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมสังคมต่าง ๆ โดยการจัดบริการด้านอาสาสมัคร งานสังคมเพื่อขอความสนับสนุนทางด้านแหล่งเงินทุน ซึ่งคนสูงอายุสามารถให้ความร่วมมือได้ดี และเป็นประโยชน์ต่อสังคม

ถนอมวรรณ อยู่ขำ (ถนอมวรรณ อยู่ขำ, 2546) ได้กล่าวว่า กิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุสามารถแบ่งได้ดังนี้

1) กิจกรรมนันทนาการที่เข้าร่วมแล้วก่อให้เกิดการพัฒนาอารมณ์สุข สนุกสนาน ในทางที่พึงประสงค์ของสังคม เป็นกิจกรรมนันทนาการที่เน้นเรื่องการเคลื่อนไหว กิจกรรมกระตุ้นความรู้สึกรื่นเริง ใจ หรือตลก ขำขัน กิจกรรมเหล่านี้มีให้เลือกมากมาย ดังนี้

1.1) กิจกรรมนันทนาการพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ เป็นกิจกรรมประเภทที่เสริมสร้างสุขภาพและสมรรถภาพของผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงไปในด้านความเสื่อมของร่างกาย จึงต้องมีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กีฬาเพื่อสุขภาพ

1.2) กิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก คือ งานพิเศษที่ทำเพื่อความเพลิดเพลิน งานอดิเรกควรเป็นงานที่ไม่มัดตัว ไม่ซ้ำซาก เพราะจะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ผู้สูงอายุต้องไม่ปล่อยเวลาให้ว่างหรือเอาแต่นั่ง ๆ นอน ๆ ให้ผ่านไปวัน ๆ หนึ่ง คนเราต้องมีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ เปลี่ยนไปทำกิจกรรมอย่างอื่นที่พอใจ ทำให้เพลิดเพลินและเป็นการผ่อนคลายความเครียด ได้แก่ การสะสมการประดิษฐ์สร้างสรรค์ การปลูกต้นไม้ การเลี้ยงสัตว์

1.3) กิจกรรมนันทนาการประเภทกิจกรรมนอกเมือง เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นนอกสถานที่เพื่อเป็นการเปลี่ยนบรรยากาศ

1.4) กิจกรรมนันทนาการประเภทอาสาสมัครเพื่อพัฒนาสังคม เป็นกิจกรรมประเภทอาสาสมัคร ช่วยเหลือบริการชุมชน นอกจากจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองแล้ว ยังได้เสียสละและทำประโยชน์ต่อส่วนรวม ได้รับความภูมิใจในตนเองที่

สามารถช่วยเหลือบริการผู้อื่น ๆ เช่น การพัฒนาชุมชน พัฒนาวัด ค่ายอาสาพัฒนาท้องถิ่นชนบท หรือ พัฒนาสาธารณสุขสถาน เป็นต้น

1.5) ดนตรีและการร้องเพลง เป็นกิจกรรมนันทนาการที่ผู้สูงอายุสามารถ เข้าร่วมได้หลายรูปแบบ เช่น การร้องเพลง ไม่ว่าจะเป็นเพลงเสียงประสาน ร้องเพลงคาราโอเกะ ร้องเพลงสากลร้องเพลงพื้นบ้าน หรืออาจจะเป็นการเล่นเครื่องดนตรี สามารถเลือกเองได้ตาม ความชอบและความถนัด

1.6) กิจกรรมนันทนาการประเภทอ่าน พูด เขียน เป็นกิจกรรม นันทนาการที่ทำให้มีความรู้ ทันโลก ความเพลิดเพลิน ช่วยให้มีความคิดมีจินตนาการ แก้เหงา และ คลายเครียดได้เป็นอย่างดี ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ โดยเลือกกิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้ตามที่ ตนเองชื่นชอบ

1.7) กิจกรรมนันทนาการประเภทศิลปหัตถกรรม ผู้สูงอายุอาจใช้เวลาว่าง ให้เป็นประโยชน์โดยการประดิษฐ์งานฝีมือที่ตนเองต้องการและสนใจ เช่น วาดภาพ การแกะสลัก ผลไม้การเย็บปักถักร้อย การประดิษฐ์เครื่องใช้ เป็นต้น ทำให้เกิดความสุข ความเพลิดเพลิน

1.8) กิจกรรมนันทนาการทางสังคมและกิจกรรมนันทนาการพิเศษ ผู้สูงอายุ ควรมีโอกาสที่ทำให้ได้พบปะสังสรรค์กับผู้อื่นในสังคม เช่น เข้าร่วมงานบวช งานแต่งงาน งาน เทศกาลประเพณี ทำให้ได้รับความสนุกสนาน มีการสมาคมกับผู้อื่น เป็นการเปลี่ยนบรรยากาศ คลายเครียด คลายเหงา เกิดความกระชุ่มกระชวยได้

2) กิจกรรมนันทนาการที่เข้าร่วมแล้วก่อให้เกิดการพัฒนาอารมณ์ กิจกรรมนี้ จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากธรรมชาติของผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้าน ร่างกาย จิตใจอารมณ์ และสังคม ดังนั้นเพื่อลดปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นผู้สูงอายุจึงควรมีกิจกรรม นันทนาการประเภทที่พัฒนาจิตใจและความสงบสุข สันติ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เน้นการพัฒนาจิตใจ ไม่ เน้นการเคลื่อนไหวหรือกระตุ้นอารมณ์ เป็นกิจกรรมที่ทำให้คนได้มีโอกาสเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง เรียนรู้ ผู้อื่นพัฒนาตนเองในด้านของจิตใจและสติปัญญา เกิดความสงบยิ่งขึ้น เกิดความสบายใจ พัฒนาระบบ ต่าง ๆ ของร่างกายควบคู่ไปกับจิตใจ สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทำให้เกิดการพัฒนาอารมณ์ สุข ในลักษณะ สุขสงบ ได้แก่ การนั่งสมาธิ การปฏิบัติโยคะ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การศึกษาธรรมชาติ การคลายเครียด การฟังเพลงและผ่อนคลายตามเสียงเพลง

แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรม

ความหมายของโปรแกรม

ตามพจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542) ได้บัญญัติ ความหมายของคำว่า โปรแกรม หมายถึง ระเบียบการที่บอกถึงขั้นตอนของสิ่งที่จะต้องทำตามลำดับ

จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ (จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) ให้ความหมายของโปรแกรม หมายถึง การจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่เป็นเรื่องเฉพาะเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่มีการ จัดระบบ ตั้งแต่การวิเคราะห์ความต้องการ การวางแผนกิจกรรมการจัดการเรียนรู้และการประเมินผล

นิตา ชูโต (2536, อ้างใน จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) ได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า โปรแกรม หมายถึง “ความคิด” หรือ “แนวทาง” “กิจกรรม” หรือผลรวม ที่เกิดจากกิจกรรม ที่ได้จัดวางไว้ในโปรแกรม ๆ วางแนวคิด การจัดกิจกรรมหรือกลุ่มกิจกรรมที่ดำเนินการอย่างมีระบบระเบียบ มีงบประมาณ และระยะเวลาดำเนินการ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

Boyle (1981, อ้างใน จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) ได้ให้ความหมายว่า หมายถึง สิ่งที่เกิดจากกิจกรรม การวางแผนโปรแกรม โปรแกรมประกอบด้วย การวิเคราะห์ความต้องการ การวางแผน การสอน การประเมิน และการรายงานผล

Tyler (1986, อ้างใน จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) ได้ให้ความหมายของโปรแกรมว่า คือ โครงร่างของงานที่จะกระทำ หรือการจัดเตรียมแผนงานที่จะทำ หรือชุดเหตุการณ์ที่รวบรวมไว้ซึ่งรวมทั้งกิจกรรมทุกอย่างที่กระทำในค่าย หรือศูนย์ต่าง ๆ เป็นต้น

แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

โปรแกรมการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน มีการแบ่งประเภทของโปรแกรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน ตามแนวคิดของนักวิชาการ ดังนี้

Boyle (1981, อ้างใน จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) จำแนกเป็น 3 ประเภทคือ

1. โปรแกรมเชิงพัฒนา (Development Program) เน้นระบุปัญหาของกลุ่มคน ชุมชนปรับต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม จุดเริ่มต้นของโปรแกรมเกิดในสถานการณ์ที่คลุมเครือ มักไม่ทราบสาเหตุปัญหาที่แท้จริง แต่ทุกคนเห็นพ้องว่าควรมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ใช้ความรู้เป็นเครื่องมือนำไปสู่การแก้ปัญหา เป้าหมายของโปรแกรมเน้นเรื่อง องค์ความรู้ เจตคติ ทักษะ ความชำนาญ

2. โปรแกรมเชิงสถาบัน (Institutional Program) เน้นการปรับปรุงและพัฒนาบุคคลให้ก้าวหน้า เน้นการสอนเนื้อหาวิทยาการพื้นฐาน มีลำดับการจัดวางเนื้อหา มีวัตถุประสงค์ชัดเจน เพื่อให้เกิดการจัดการเรียนรู้สิ่งใหม่

3. โปรแกรมเชิงสารสนเทศ (Informal Program) เน้นการแลกเปลี่ยนข่าวสาร เน้นการวิจัยใหม่ การค้นคว้า ความสำเร็จของโปรแกรมอยู่ที่ระดับความพร้อมในการเผยแพร่เนื้อหาความรู้และการนำไปใช้

แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบในการพัฒนาโปรแกรม

Boyle (1981, อ้างใน จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) มีแนวคิดในการพัฒนาโปรแกรม 15 ข้อ คือ

1. สร้างพื้นฐานทางปรัชญาในการพัฒนาโปรแกรม (Establishing a philosophical basic for Program) การนำปรัชญาเกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียนมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาโปรแกรมไม่ใช่เรื่องง่าย แต่ความเชื่อ ค่านิยมของนักพัฒนาโปรแกรมแต่ละคนที่แตกต่างกันจะส่งผลกระทบต่อการพัฒนาโปรแกรม

2. วิเคราะห์สถานการณ์ปัญหาความต้องการหรือสิ่งที่ประชาชนห่วงใย (Situational Analysis of Problems and needs or concerns of people and communities) เป้าหมายที่สำคัญที่สุดของการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนคือ การช่วยให้ประชาชนบรรลุความสำเร็จในเรื่องที่จะก่อประโยชน์แก่ตัวประชาชนเอง การกำหนดปัญหา ประเด็นสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ควรจะเปลี่ยนแปลงหรือมีการปรับปรุงแก้ไขเป็นสิ่งที่ท้าทายที่สุดในการพัฒนาโปรแกรม การวิเคราะห์สถานการณ์ตามแนวคิดทางการพัฒนาโปรแกรมหมายถึงการเน้นเรื่องการศึกษา วิเคราะห์ ตีความหมาย และตัดสินใจเรื่องเกี่ยวกับชุมชนและผู้รับบริการ

3. การมีส่วนร่วมของผู้รับบริการ (Involvement of Clientele) การให้ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในการพัฒนาโปรแกรม หมายถึง การส่งเสริมให้บุคคลสนใจกลุ่มและบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการของโปรแกรมและกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะจัดขึ้น แนวความคิดเรื่องการมีส่วนร่วมของผู้รับบริการเป็นเรื่องสำคัญสำหรับการพัฒนาโปรแกรมทุกประเภท

4. ระดับทางสติปัญญาและสถานภาพทางสังคมของผู้รับบริการ (Level of Intellectual and Social Development of Potential Clientele) นักการศึกษานอกระบบโรงเรียนต้องให้ความสำคัญเรื่องความแตกต่างของบุคคล ผู้ใหญ่จะมีวุฒิภาวะและประสบการณ์ชีวิตที่หลากหลาย แม้จะอยู่ในกลุ่มวิชาชีพเดียวกัน ก็มีความแตกต่างกันเกี่ยวกับเจตคติในการเรียนรู้ ภูมิหลังทางสังคม เศรษฐกิจ เชื้อชาติ และประสบการณ์ในชีวิต ความแตกต่างของบุคคลมีผลต่อกระบวนการพัฒนาโปรแกรม นักพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนจะต้องคำนึงถึงความแตกต่างของบุคคลและพัฒนาโปรแกรมให้เหมาะสมกับความแตกต่างทางเศรษฐกิจและการศึกษาของผู้เรียน โดยมีการศึกษาและกำหนดระดับและปัจจัยเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างบุคคล

5. ศึกษาแหล่งข้อมูลเพื่อการวิเคราะห์และกำหนดวัตถุประสงค์โปรแกรม (Source to Investigate and Analyze in Determining Program Objectives) แหล่งข้อมูลที่นักพัฒนาโปรแกรมควรศึกษาและวิเคราะห์เพื่อกำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรมคือ ตัวผู้รับบริการ สถานการณ์ปัจจุบันเกี่ยวกับสังคม หรือสภาพแวดล้อมทางสังคมเศรษฐกิจของผู้เรียน และเนื้อหาทางวิชาการ และต้องเข้าใจว่าแหล่งข้อมูลใดแหล่งข้อมูลหนึ่งไม่เพียงพอในการกำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรมที่ดี แหล่งข้อมูลแต่ละแหล่งจะให้ข้อมูลเพียงส่วนหนึ่ง ดังนั้น นักการศึกษานอกระบบโรงเรียนจะต้องช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาทักษะในการกำหนดความต้องการของตนเอง

6. การยอมรับเรื่องข้อจำกัดเกี่ยวกับสถาบันและบุคคล (Recognition of Institution and Individual Constraints) ในการพัฒนาโปรแกรม นักการศึกษานอกระบบโรงเรียนควรยอมรับว่าสถาบันและบุคคลมีข้อจำกัดที่อาจทำให้โปรแกรมไม่สมบูรณ์แบบตามที่ต้องการในหลาย ๆ กรณี ข้อจำกัดอาจเป็นเรื่อง 1) ข้อจำกัดด้านปรัชญาองค์กรขัดแย้ง 2) งบประมาณหรือทรัพยากรที่ไม่สามารถจัดสรรได้ 3) ความเชื่อของผู้ที่ให้การสนับสนุนด้านการเงิน 4) ความเชื่อของผู้บริการ 5) ความเชื่อของฝ่ายบริหารองค์กรด้านความสำคัญของโปรแกรม 6) ความเชื่อของนักพัฒนาโปรแกรมกับการพัฒนาโปรแกรม

7. เกณฑ์จัดลำดับความสำคัญ (Criteria for Establishing Program Priorities) นักการศึกษานอกโรงเรียนจะต้องตัดสินใจในการพัฒนาโปรแกรมที่หลากหลายเพื่อตอบสนองประชาชนจำนวนมากในเวลาและด้วยทรัพยากรอันจำกัด ดังนั้น การจัดลำดับความสำคัญในเรื่องต่าง ๆ

จึงสำคัญมาก เช่น การกำหนดความต้องการให้เป็นเป้าหมายเฉพาะ การกำหนดกลุ่มผู้รับบริการ การแสวงหาทรัพยากรที่มีอยู่และกำหนดเรื่องวิธีปฏิบัติ เป็นต้น งานหลักของการจัดลำดับความสำคัญของการพัฒนาโปรแกรมคือ การกำหนดว่าจะใช้เกณฑ์อะไรบ้างในการตัดสินใจในแต่ละขั้นตอนและกิจกรรมต่าง ๆ รวมทั้งควรให้ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในการกำหนดเกณฑ์ในการจัดลำดับความสำคัญขั้นตอนโปรแกรม

8. ระดับความยืดหยุ่นการวางแผน (Degree of Rigidity of Flexibility of planned Programs) ความยืดหยุ่นและความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้เสมอเป็นหลักการที่สำคัญในการพัฒนาโปรแกรม เนื่องจากการพัฒนาโปรแกรมมีลักษณะเป็นการพัฒนาและเกี่ยวกับปัญหาของประชาชน การกำหนดและพยายามควบคุมทุกปัจจัยทุกขั้นตอนเป็นเรื่องยาก การประเมินผลวัตถุประสงค์และวิธีการต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง จะช่วยให้ได้อย่างหลายทางเลือก ทำให้โปรแกรมมีความยืดหยุ่น

9. ความเห็นชอบเชิงกฎหมายและการสนับสนุนจากกลุ่มที่มีอำนาจอย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ (Legitimizing and Support with Formal and Informal Power situation) ในการพัฒนาโปรแกรมเรื่องการได้รับความเห็นชอบเชิงกฎหมายจากกลุ่มต่าง ๆ ที่มีอำนาจในชุมชนเป็นเรื่องสำคัญ ถึงแม้ว่าฝ่ายที่จะให้ความเห็นชอบเชิงกฎหมายไม่ได้ให้ความสนับสนุนในเรื่องกิจกรรมต่าง ๆ โดยตรง แต่ถ้านักพัฒนาโปรแกรมได้รับความเห็นชอบทางกฎหมายจากกลุ่มที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ กลุ่มดังกล่าวอาจจะขัดขวางโปรแกรมได้ ดังนั้นการติดต่อและสร้างความสัมพันธ์ที่ดี การขอความเห็นชอบเชิงกฎหมายและการสนับสนุนของกลุ่มต่าง ๆ ที่มีอำนาจในชุมชนเป็นเรื่องที่ละเอียดไม่ได้

10. การเลือกและการจัดกิจกรรมเชิงประสบการณ์การจัดการเรียนรู้ (Selecting and Organizing Learning Experience) นิยามที่เป็นที่ยอมรับมากที่สุดเกี่ยวกับการเรียนรู้ คือ การเรียนรู้หมายถึงการใช้ประสบการณ์ในการได้แบบแผนใหม่ทางพฤติกรรม โดยที่พฤติกรรมหมายถึงวิธีคิด อารมณ์ ความรู้สึก และการกระทำต่าง ๆ การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพผลจะเกิดขึ้นได้เมื่อผู้เรียนและผู้สอนร่วมมือกัน ให้ผู้เรียนเข้ามามีส่วนร่วม เช่น ให้ผู้เรียนสังเกต ฟัง คิด เขียน ซักถาม และอภิปราย ดังนั้นประสบการณ์ในการเรียนรู้คือปฏิกริยาในด้านสติปัญญาและด้านกายภาพเกี่ยวกับเนื้อหาที่เป็นวัตถุประสงค์ของการเรียนการสอน

11. การเลือกวิธีการเทคนิคและอุปกรณ์การเรียนการสอนอย่างเหมาะสม (Identifying Instructional Design with Appropriate Methods, Technique and Devices) นักการศึกษา นอกระบบโรงเรียนมีหน้าที่และความรับผิดชอบในการเลือกวิธีการ เทคนิค และอุปกรณ์ในการเรียนการสอนอย่างเหมาะสมโดยผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเลือกด้วย วิธีการ (Methods) หมายถึงวิธีการในการปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งหรือแนวทางที่เป็นระบบในการเข้าถึงประชาชน เทคนิค (Technique) หมายถึง รูปแบบการเสนอเอกสารที่ต้องการให้มีการเรียนรู้ (รูปแบบการบรรยาย การสัมมนาเป็นคณะ การอภิปรายกลุ่มหรือการศึกษาดูงาน) ส่วนอุปกรณ์ (Device) หมายถึง อุปกรณ์และสภาพแวดล้อมที่จัดขึ้นเพื่ออำนวยความสะดวกในการเรียนการสอน (ภาพยนตร์ วิทยู การจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพ)

12. การใช้ประโยชน์จากการประชาสัมพันธ์ (Utilizing Effective Promotional Priorities) โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีอยู่หลากหลายและจะต้องแข่งขันกันในการดึงดูด

ความสนใจ งบประมาณ และการสนับสนุนในชุมชนต่าง ๆ การประชาสัมพันธ์ที่ดีจะต้องมีการวางแผนที่ดีเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ในการประชาสัมพันธ์ เป้าหมายการประชาสัมพันธ์ ลักษณะของสื่อที่จะใช้ ข้อบังคับ และระยะเวลา การประชาสัมพันธ์ควรใช้วิธีการและเทคนิคที่หลากหลายเพื่อให้ข้อมูลถึงเป้าหมายให้ได้มากที่สุด

13. การได้รับการสนับสนุนทางทรัพยากรสำหรับโปรแกรม (Obtaining Resources Necessary to support the program) จำนวนประชาชนที่ต้องการได้รับการศึกษาจะเพิ่มขึ้นในอนาคตนั้น นักพัฒนาโปรแกรมจะต้องแสวงหาการสนับสนุนและความเห็นชอบเชิงกฎหมายที่จะช่วยให้องค์กรได้งบประมาณอย่างต่อเนื่องและเพียงพอ การให้ผู้มีอิทธิพลในการสนับสนุนโปรแกรมได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาโปรแกรม จะช่วยให้เกิดความเข้าใจและยอมรับโปรแกรมเพิ่มขึ้น

14. การประเมินประสิทธิภาพและผลกระทบ (Determining the Effectiveness, Results and Impact) การประเมินโปรแกรม หมายถึง การประเมินคุณค่าโปรแกรม การประเมินหรือการพิจารณาตัดสินคุณค่าโปรแกรม คือ การนำข้อมูลที่ได้เกี่ยวกับโปรแกรมไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดไว้ว่าโปรแกรมควรมีลักษณะอะไรบ้าง ดังนั้น การประเมินผลโปรแกรมจึงเกี่ยวข้องกับเรื่อง 1) กำหนดมาตรฐานหรือเกณฑ์ 2) การรวบรวมข้อมูลหลักฐานเกี่ยวกับเกณฑ์ที่กำหนดขึ้น 3) การพิจารณาตัดสินโดยเปรียบเทียบระหว่างเกณฑ์กับข้อมูลที่รวบรวมไว้

15. การสื่อค่าของโปรแกรมให้ผู้ที่ทำหน้าที่ต้องตัดสินใจ (Communication the Value of the program to Appropriate Decision Makers) วิธีการสื่อผลของโปรแกรมมีตั้งแต่ที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ เช่น การพบปะสนทนาอย่างไม่เป็นทางการไปจนถึงการรายงานด้วยการวิจัย นักการศึกษาในระบบโรงเรียนควรวางแผนว่าวิธีใดจะเหมาะสมที่สุดสำหรับบุคคลและกลุ่มที่ต้องการติดต่อและรายงานผลโปรแกรม

กระบวนการพัฒนาโปรแกรม

Boyle (1981, อ้างใน จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) เสนอกระบวนการพัฒนาโปรแกรมที่มีรายละเอียด ดังนี้

1. **กระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนา** มีลักษณะสำคัญที่การกำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรม เริ่มจากสภาพความต้องการและปัญหาชุมชน อาจไม่ชัดเจนในเบื้องต้นแต่เมื่อดำเนินการจะมีการเปลี่ยนแปลงชัดเจนขึ้น ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานสำหรับโปรแกรม

- กำหนดพื้นฐานทางปรัชญาที่จะนำมาใช้ในการวางโปรแกรม
- พิจารณาความเชื่อหรือปรัชญาของนักพัฒนาโปรแกรมที่เกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน ลักษณะของผู้เรียน วิทยาการและผู้ช่วยวิจัยประจำกลุ่ม
- พิจารณาเรื่องนโยบายระเบียบ แนวทางปฏิบัติ และทำความเข้าใจเกี่ยวกับเจ้าหน้าที่ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรม

ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์สำหรับชุมชนและกลุ่มผู้รับบริการ

- รวบรวมข้อมูล วิเคราะห์สภาพปัจจุบัน อดีตเกี่ยวกับสถานการณ์ ด้านประชากร พื้นที่ ศาสตร์ที่เกี่ยวข้องและลักษณะทางสังคม

- สนทนา ศึกษาบุคคล กลุ่มองค์กร ที่จะช่วยให้ข้อมูล โดยเฉพาะกลุ่มที่มีผลต่อโปรแกรม

- ศึกษาแหล่งทรัพยากรที่จะนำมาใช้

ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์

- ให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลเข้าร่วมกันกรองความต้องการและปัญหาเพื่อกำหนดผลที่พึงประสงค์จากการพัฒนาโปรแกรม

- ระบุผลที่พึงประสงค์ และพัฒนาให้เป็นวัตถุประสงค์เฉพาะ (Specific Objective) กำหนดคุณสมบัติของกลุ่มเป้าหมายให้ชัดเจน จะสอนอะไร ต้องการการเปลี่ยนแปลงลักษณะใดเกี่ยวกับการกระทำ หรือความเชื่อ ให้ความรู้ในเรื่องอะไร พิจารณาระดับความรู้ของผู้เข้าร่วมโปรแกรม

- จัดลำดับผลที่พึงประสงค์จากการพัฒนาโปรแกรมว่า 1) วัตถุประสงค์เฉพาะตรงกับภาวะหรือความต้องการสถานการณ์และปัญหาหรือไม่ 2) วัตถุประสงค์เฉพาะการดำเนินการได้ในสภาพความเป็นจริง ตามเงื่อนไขของกลุ่มเป้าหมายผู้รับบริการ กลุ่มงบประมาณ และเวลาที่มีอยู่ 3) ผลที่พึงประสงค์ตอบสนองความต้องการของคนส่วนมาก แต่มีความยืดหยุ่นสำหรับบุคคล บางคน เพื่อตอบสนองความต้องการที่แตกต่างไป

- ตัดสินลำดับความสำคัญของโปรแกรมโดยใช้เกณฑ์ว่าเรื่องใดมีความจำเป็นเร่งด่วนและสำคัญ

ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากร และการสนับสนุน

- พิจารณาว่าทรัพยากรที่จะต้องนำมาใช้ เช่น คน เวลา เงิน และวัสดุอุปกรณ์เพียงพอ หรือไม่ และทรัพยากรเหล่านี้ มีอยู่พร้อมเพรียงหรือไม่

- กำหนดบุคคลที่มีความชำนาญการจากศาสตร์ต่าง ๆ ที่สามารถช่วยให้โปรแกรมมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

- พิจารณาว่าผู้ที่จะเป็นผู้นำโปรแกรมมีเวลาที่จะร่วมโปรแกรมได้จริงหรือไม่

ขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้

- พิจารณาเลือกประสบการณ์การจัดการเรียนรู้ที่ผู้เรียนควรได้รับตามประสบการณ์เดิม จัดลำดับเนื้อหาเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของโปรแกรม

- ตัดสินว่าผู้พัฒนาโปรแกรมจะมีบทบาทร่วมกับผู้เรียนมากน้อยเพียงใด ในกระบวนการเรียนการสอน

- กำหนดวิธีการเรียนการสอนและกิจกรรมเฉพาะเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของโปรแกรม (เช่น การฝึกอบรม การประชุมปฏิบัติการ การสัมมนา การปรึกษาเป็นรายบุคคล หรือการผสมผสานวิธีการต่าง ๆ ที่ยกมา)

ขั้นที่ 6 โปรแกรมการปฏิบัติงาน

- เลือกเนื้อหาวิชา กิจกรรม และสภาพการณ์ เพื่อ 1) สร้างความสนใจ 2) ให้เกิดประสบการณ์การจัดการเรียนรู้ที่จะทำให้บรรลุผลที่คาดหวัง หรือ 3) สามารถติดตามผลได้

- ดำเนินการเรียนการสอนให้มีความต่อเนื่องและเพื่อให้ผู้เรียนเข้ามามีส่วนร่วม

- ทำปฏิทินกิจกรรม 1) การจัดลำดับกิจกรรมถูกต้อง ต่อเนื่อง 2) ระบุความรับผิดชอบของฝ่ายต่าง ๆ และเวลาเตรียมการ

- นำโปรแกรมไปปฏิบัติและแก้ไขปรับปรุง

ขั้นตอนที่ 7 ความน่าเชื่อถือของการใช้ทรัพยากร

- วางแผนการประเมินทุกขั้นตอน ประเมินก่อนหลัง วางแผนการประเมิน
- ระบุเหตุผลผลการประเมิน
- ระบุการประเมินโปรแกรมเรื่องอะไร
- ระบุเกณฑ์และตัวบ่งชี้ชัดเจน
- กำหนดวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ อภิปรายผลอย่างไร

ขั้นตอนที่ 8 การรายงานค่าของโปรแกรม

- จัดทำรายงานประกอบด้วย 1) ความจำเป็นที่ต้องมีโปรแกรม 2) โปรแกรมเป็นเรื่องอะไร 3) บทบาทของผู้ให้ความรู้ 4) ผลที่คาดหวัง 5) ประโยชน์ 6) การปฏิบัติงาน 7) ปฏิกริยาของผู้เข้าร่วมโปรแกรมและผู้ที่เกี่ยวข้อง

2. **กระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงสถาบัน** กรอบแนวคิดของโปรแกรมเชิงสถาบันมีรูปแบบที่เป็นทางการมากกว่าเชิงพัฒนา ซึ่งโปรแกรมเกิดจากความต้องการขององค์กรหรือสถาบันเป็นผู้จัด ที่ต้องการการพัฒนาความรู้เป็นหลัก มุ่งความเจริญเติบโตและพัฒนาความสามารถพื้นฐานของปัจเจกบุคคลเป็นหลัก ซึ่งโปรแกรมจะเน้นการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงที่องค์ความรู้ เจตคติ หรือทักษะความชำนาญในปัจเจกบุคคล เน้นการวิเคราะห์ผู้เรียนเป็นหลัก มากกว่าการวิเคราะห์สถานการณ์ในชุมชน ดังนั้นในการวางแผนความจำเป็นจึงอยู่ที่การเลือกเนื้อหาทางวิชาการที่เหมาะสมและจัดให้มีความต่อเนื่อง (Continuity) การเรียงลำดับ (Sequence) และการผสมผสาน (Integration) โปรแกรมเชิงสถาบันจะถูกนำมาใช้ในการเกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียน ประเภทที่มีประกาศนียบัตรการรับรองผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา การฝึกอบรมระหว่างประจำการ ขั้นตอนการวางแผนโปรแกรมมีดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 กำหนดกลุ่มผู้รับบริการ

- กำหนดว่าใครเป็นกลุ่มผู้รับบริการ ถ้าหากกลุ่มดังกล่าวสังกัดสถาบัน องค์กร สมาคมวิชาชีพ หรือกลุ่มในชุมชน การประสานงานกับองค์กรและกลุ่มดังกล่าวจะช่วยให้วัตถุประสงค์ของโปรแกรมกระจ่างขึ้น
- ศึกษาวิเคราะห์ภูมิหลังของกลุ่มผู้รับบริการว่ามีความต้องการ คุณลักษณะ ความสามารถ ปัญหา อะไรบ้าง
- ศึกษาว่าหน่วยงานหรือองค์กรอื่นจัดโปรแกรมที่คล้ายคลึงกัน

ขั้นตอนที่ 2 ระบุเนื้อหาวิชา

- ศึกษาความต้องการ พิจารณาเฉพาะของผู้เรียน เนื้อหาและแผนการสอน และความปรารถนาและแรงจูงใจของผู้เรียน
- เปรียบเทียบระดับความสามารถของผู้เรียนกับเนื้อหาวิชา สามารถทำได้โดยการทดสอบก่อนการเรียนการสอน

- ศึกษาประสบการณ์และภูมิหลังของกลุ่มผู้รับบริการในด้านการศึกษา สถานภาพทางสังคม เศรษฐกิจ ประสบการณ์ เกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในโปรแกรมต่าง ๆ ข้อมูลดังกล่าวอาจหาได้จากผู้เข้าโปรแกรมก่อนการลงทะเบียน

ขั้นตอนที่ 3 วางแผนการเรียนรู้ โดยคำนึงถึง

- ประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผู้เรียนจะได้รับ ทั้งจากการเห็น การได้ยิน หรือ การปฏิบัติระหว่างเข้าชั้นเรียน การทำกิจกรรมหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ

- ส่งเสริมการนำเสนอหรือประชาสัมพันธ์โปรแกรมด้วยวิถีทางที่เหมาะสม เช่น ทางหนังสือพิมพ์ ประกาศต่าง ๆ หรือทางสื่อสารมวลชนอื่น ๆ

- ช่วยให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการกำหนดวัตถุประสงค์ รูปแบบและแนวทางปฏิบัติของโปรแกรม

- กำหนดให้โปรแกรมมีความสัมพันธ์กับแผนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องของผู้เรียน เช่น ในประกาศนียบัตรหรือมาตรฐานอื่น ๆ

- ระบุทรัพยากร/แหล่งเรียนรู้ ในการสอนที่จำเป็น เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด ในการสร้างโอกาสในการเรียนรู้

- ระบุหน้าที่ที่รับผิดชอบของทุกคนที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรม

ขั้นตอนที่ 4 การนำเสนอแผนการเรียนรู้ไปปฏิบัติ

- จัดให้มีการสอนที่มีคุณภาพเพื่อพัฒนาความสามารถของผู้เรียน

- มีความยืดหยุ่น ด้วย วิธีการ เทคนิค และอุปกรณ์ที่เหมาะสมเพื่อใช้ในการสร้างแรงจูงใจและความสนใจ

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินผลโปรแกรม

- กำหนดให้มีการประเมินผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนโดยการมีส่วนร่วมในการประเมิน โดยการทดสอบก่อนและหลังเรียนเพื่อเปรียบเทียบ

- ในการตัดสินใจเกี่ยวกับผลหรือความสำเร็จของโปรแกรม ควรให้ผู้เรียนเป็นผู้ตัดสินใจว่า หรือวัตถุประสงค์ของการศึกษามีความเหมาะสมหรือไม่ ควรจะมีการเปลี่ยนแปลงระหว่างการสอนหรือไม่

- การตัดสินใจเกี่ยวกับแผนการสอนความเหมาะสม มีประสิทธิภาพหรือไม่ ควรจัดทำอย่างไรให้ดีขึ้น ผู้เรียนมีความพึงพอใจหรือไม่

- การกำหนดผลของโปรแกรมที่จะนำมาใช้ในอนาคตหรือไม่ ผลลัพธ์ควรจะได้มีการแลกเปลี่ยนกับผู้เรียน และผู้เขียนโปรแกรม และผู้เรียนจะสามารถแลกเปลี่ยนกับผู้บริหารหรือผู้ตัดสินใจด้านเงินทุนอย่างไร

3. กระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงสารสนเทศ ให้ความสำคัญกับการแลกเปลี่ยนเนื้อหาความรู้อย่างทันทีและทันสมัย ดังนั้นหน้าที่หลักของนักพัฒนาโปรแกรมคือ การกำหนดว่าจะจัดเนื้อหาสารสนเทศที่ทันสมัย และทันสมัยการณื่องใดบ้างและควรจะใช้วิธีใดที่ดีที่สุดในการนำเสนอสารสนเทศเหล่านั้น การวางแผนโปรแกรมสารสนเทศ คือ การสำรวจและพิจารณาว่าเนื้อหาของความรู้ที่องค์กรมีอยู่แล้วคืออะไร มีสารสนเทศเนื้อหาอะไรใหม่ ๆ ที่ควรนำมาเพิ่มเติม ดังนั้นขั้นตอนการวางแผนสารสนเทศคือ

- ขั้นตอนที่ 1 กำหนดเนื้อหาพิจารณาเนื้อหาที่จะถ่ายทอด
 ขั้นตอนที่ 2 วางแผนการให้ประชาชนได้รับสารสนเทศหรือความรู้
 ขั้นตอนที่ 3 เผยแพร่ความรู้ข่าวสาร

การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนและการวางแผนการเรียนรู้

Boyle (1981, อ้างใน จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) ได้กล่าวถึงการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนหมายถึงความพยายามของนักการศึกษานอกระบบโรงเรียนในการวางแผนจัดโปรแกรมทางการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะ และความสามารถของประชาชนในการแก้ปัญหาของชุมชนหรือพัฒนาให้ชุมชนมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ส่วนการออกแบบหรือวางแผนการเรียนรู้เป็นส่วนหนึ่งของการจัดกิจกรรมที่สำคัญในการจัดโปรแกรมการศึกษาให้ประสบผลสำเร็จหรือมีประสิทธิภาพ เมื่อนำโปรแกรมไปปฏิบัติอาจใช้เวลา 2 วัน ถึง 2 ปี ซึ่งในขั้นตอนนี้เป็นขั้นตอนที่สำคัญ นักพัฒนาโปรแกรมต้องออกแบบหรือวางแผนในการจัดกิจกรรมเพื่อสร้างประสบการณ์และโอกาสการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน อาจจะเป็นการประชุมปฏิบัติการ การประชุมกลุ่ม การกำหนดเนื้อหาสาระ วิธีการสอน และแหล่งทรัพยากรในการเรียนรู้ที่นักพัฒนาโปรแกรมต้องตัดสินใจในการเลือกให้เหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของโปรแกรม ในการพัฒนาโปรแกรมมี 9 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 แสดงถึงปรัชญาและเป้าหมายขององค์กร ในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนซึ่งจะมีผลต่อการกำหนดแนวทางปฏิบัติกับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องต่อไป

ระยะที่ 2 วิเคราะห์สถานการณ์ปัญหาของชุมชนหรือความต้องการการเรียนรู้ของประชาชน เพื่อประเมินความต้องการของโปรแกรม ปัญหาและอุปสรรค และแหล่งทรัพยากรในการสนับสนุน และความสามารถในการแก้ปัญหาด้วยโปรแกรมที่พัฒนาขึ้น

ระยะที่ 3 ระบุวัตถุประสงค์กว้าง ๆ ของโปรแกรม เช่น ปัญหาที่ต้องการแก้ไข ความสามารถที่ต้องการพัฒนากลุ่มเป้าหมาย

ระยะที่ 4 กำหนดความต้องการแหล่งทรัพยากรและการสนับสนุน ทั้งจากบุคคลและเอกสารในการเรียนการสอนที่จะนำมาใช้ในโปรแกรม

ระยะที่ 5 ออกแบบโปรแกรม จากปัญหาของกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการบรรลุวัตถุประสงค์อะไร ระบุเนื้อหาสาระที่สอดคล้องกับปัญหาหรือความต้องการการเรียนรู้ และออกแบบวิธีการสอนเพื่อสร้างประสบการณ์เรียนรู้ให้เหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละประเภท

ระยะที่ 6 วางแผนกิจกรรมการเรียนรู้ แผนการเรียนรู้ประกอบด้วยกิจกรรมที่มีความเฉพาะเจาะจง ประกอบด้วย โอกาสในการเรียนรู้ เวลา วัตถุประสงค์เฉพาะ กลุ่มผู้เรียน แผนการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ เนื้อหาวิชา ทรัพยากรการเรียนรู้ และการประเมินผล

ระยะที่ 7 นำแผนการเรียนรู้ลงไปปฏิบัติ จะต้องมีการประชาสัมพันธ์ และสื่อสารแผนเป็นอย่างดี ก่อนนำลงไปปฏิบัติ และต้องมีความมั่นใจว่ากิจกรรมต่างมีความเหมาะสมเป็นขั้นเป็นตอน และประสานกันอย่างเป็นระบบและมีความยืดหยุ่น

ระยะที่ 8 กำหนดคุณค่าของโปรแกรม เพื่อตัดสินใจว่าโปรแกรมประสบผลสำเร็จสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ในอนาคต เช่น ปฏิติกริยาของผู้เรียน บรรลุวัตถุประสงค์ สามารถแก้ปัญหาได้ ผู้เรียนพึงพอใจ เป็นต้น

ระยะที่ 9 การสื่อสารผลลัพธ์ของโปรแกรม ต่อบุคคลสำคัญของโปรแกรม เช่น ผู้เข้าร่วมโปรแกรม ผู้นำ ผู้บริหาร ที่ปรึกษาของกลุ่ม ผู้ร่วมงาน และสาธารณชน ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ

อย่างไรก็ตาม สำหรับการออกแบบโปรแกรมสำหรับผู้สูงอายุ Keller and Osgood (Keller and Osgood, 1987) ที่กล่าวว่า วิธีการออกแบบโปรแกรมอย่างมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดการใช้อำนาจของตนเอง ทำให้เกิดความมั่นใจ การให้ความรู้สึกที่มั่นคงเกี่ยวกับความเป็นเจ้าของโปรแกรมและผลลัพธ์ของโปรแกรม ส่งเสริมทัศนคติในแง่บวก พัฒนาทักษะต่าง ๆ และสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โปรแกรมเน้นหนทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ มีแผนการดำเนินการสร้างกิจกรรมภายในโปรแกรม คือ 1) กำหนดวัตถุประสงค์ 2) แนวทางการจัดกิจกรรม และ 3) แนวทางการประเมินผล

สรุป ในการพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน มี 3 กระบวนการ ได้แก่ กระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนา กระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงสถาบัน และกระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงสารสนเทศ ซึ่งแต่ละกระบวนการมีขั้นตอนและกระบวนการพัฒนาที่แตกต่างกัน โดยที่ โปรแกรมเชิงพัฒนาเกิดจากสภาพความต้องการและปัญหาของชุมชน ดำเนินกิจกรรมเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ตอบสนองความต้องการของคนส่วนมาก มีความยืดหยุ่นและตอบสนองความต้องการที่แตกต่าง โปรแกรมเชิงสถาบันเกิดจากความต้องการขององค์กรหรือสถาบันเป็นผู้จัด ที่ต้องการการพัฒนาความรู้เป็นหลัก มุ่งความเจริญเติบโตและพัฒนาความสามารถพื้นฐานของปัจเจกบุคคลเป็นหลัก โปรแกรมมีความสัมพันธ์กับแผนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องของผู้เรียน มีการประเมินผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนและการรับรองความรู้ด้วยวุฒิบัตรหรือประกาศนียบัตร ส่วนกระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงสารสนเทศ เป็นการสำรวจ กำหนด วางแผน สารสนเทศที่เป็นเนื้อหาองค์ความรู้เพื่อถ่ายทอดหรือเผยแพร่ให้แก่ประชาชนได้รับรู้ข่าวสารที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ดังนั้นการวิจัยนี้จึงเป็นการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนา โดยมีจุดมุ่งหมายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยขั้นตอนที่ 1 การกำหนดพื้นฐานสำหรับโปรแกรม ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถานการณ์สำหรับชุมชนและกลุ่มผู้รับบริการ ขั้นตอนที่ 3 การพิจารณาผลที่พึงประสงค์ ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดแหล่งทรัพยากร และการสนับสนุน ขั้นตอนที่ 5 การสร้างแผนการเรียนรู้ ขั้นที่ 6 โปรแกรมการปฏิบัติงาน ขั้นตอนที่ 7 ความน่าเชื่อถือของการใช้ทรัพยากร และขั้นตอนที่ 8 การรายงานค่าของโปรแกรม

แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมนันทนาการ

1. ความหมายของโปรแกรมนันทนาการ

Torkildsen (Torkildsen, G., 1992) ให้ความหมายว่า โปรแกรมเป็นกระบวนการวางแผนที่จะบรรลุนความต้องการอันหลากหลายของประชาชน โปรแกรมมีความสำคัญต่อการให้บริการทางนันทนาการ

Kraus (Kraus, R., 1997) กล่าวว่า โปรแกรมเป็นกระบวนการที่ใช้มนุษย์งบประมาณ และทรัพยากรอื่น ๆ เป็นตัวแทนในการจัดเตรียมนันทนาการ และกิจกรรมการใช้เวลาว่างและการบริการในแหล่งชุมชนหรือสมาชิกในองค์กร

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2549) ได้สรุปแนวคิดโปรแกรมนันทนาการไว้ ดังนี้

โปรแกรมนันทนาการ คือ กระบวนการในการวางแผนเพื่อที่จะสร้างโอกาสให้แต่ละคนเข้าร่วมและเกิดประสบการณ์ทางนันทนาการ (ขึ้นอยู่กับความคาดหวังของแต่ละคน) โดยที่สรุปแล้ว แนวคิดของโปรแกรมนันทนาการและการกำหนดการให้บริการว่ามีส่วนประกอบต่าง ๆ ดังนี้

- 1) แนวคิดพื้นฐานของ นันทนาการ การใช้เวลาว่าง และการเล่น
- 2) ปรัชญา เป้าประสงค์ และวัตถุประสงค์ขององค์กร
- 3) ความต้องการของผู้เข้าร่วม
- 4) ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่พึงปรารถนาของผู้เข้าร่วม
- 5) โอกาสของชุมชน

องค์ประกอบหลักของโปรแกรมนันทนาการ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ คือ

- 1) หน่วยงานที่สนับสนุน
- 2) ผู้เข้าร่วมหรือศักยภาพของผู้เข้าร่วม
- 3) สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก
- 4) ผู้นำกิจกรรม

วิธีการจัดโปรแกรมนันทนาการนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนี้

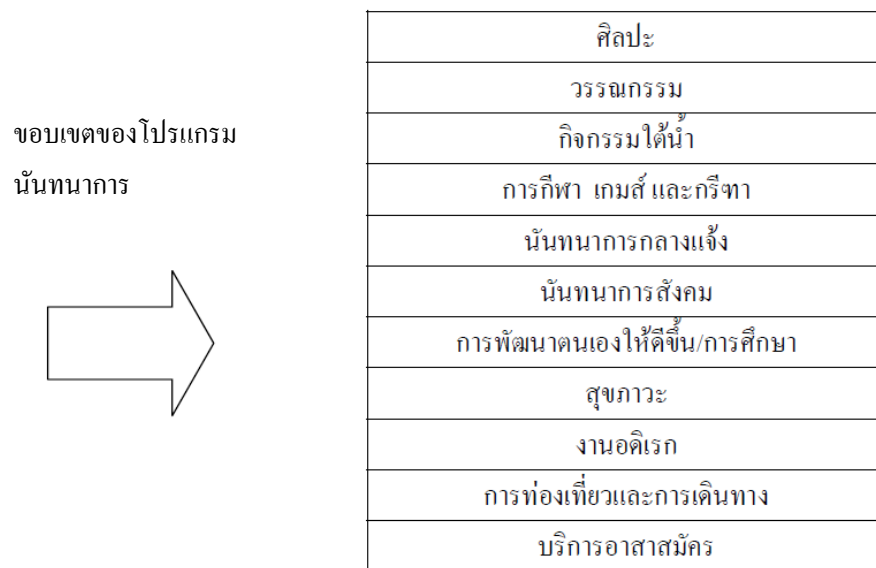
- 1) ปรัชญาในการจัด (Philosophy)
- 2) หลักการ (Principles)
- 3) นโยบาย (Policies)
- 4) กรรมวิธีในการจัด (Procedure)

ดังนั้น เมื่อนำความหมายของคำว่า “โปรแกรม” และ “นันทนาการ” รวมกันกล่าวคือ “โปรแกรมนันทนาการ” หมายถึง การวางแผนหรือกระบวนการที่มีความต่อเนื่องโดยทำตามความต้องการของผู้รับบริการเพื่อให้เกิดประสบการณ์ทางนันทนาการ

2. บทบาทหน้าที่ของโปรแกรมนันทนาการ

Kraus (Kraus, R., 1997) ได้กล่าวว่า มี 3 บทบาทหน้าที่ของโปรแกรมนันทนาการ ได้แก่

1. เป็นแนวทางนำส่งบริการ
2. การจัดหาและการรักษาสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับเป็นแนวทางในการเล่นเป็นอย่างมาก
3. สิ่งอำนวยความสะดวกหรือความผสมผสานของโปรแกรม ในชุมชนขนาดใหญ่



ภาพประกอบที่ 2.4 ขอบเขตของโปรแกรมนันทนาการ
ที่มา : Edginton (Edginton, C.R., 1992)

3. หลักการสร้างโปรแกรมนันทนาการ

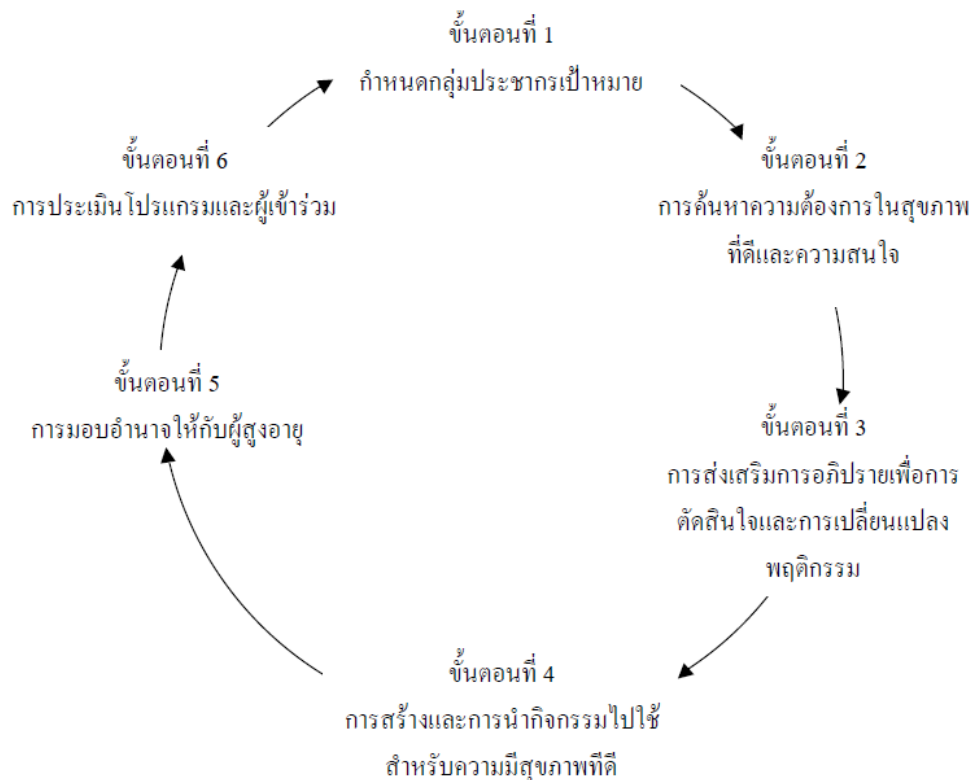
สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2549) ได้อธิบายองค์ประกอบในการออกแบบโปรแกรมเพื่อนำไปใช้ได้ ดังนี้

- 1) บทบาทของผู้นำ ประกอบด้วยวิธีการ 4 วิธีการ คือ
 - 1.1) การนิเทศทั่วไป (General supervision) ได้แก่ กฎของความปลอดภัย (สิ่งอำนวยความสะดวก)
 - 1.2) โครงสร้างของผู้นำในโปรแกรม (Structural leadership programs)
 - 1.3) นำกิจกรรมให้กับบุคคลที่เป็นผู้เข้าร่วมแบบเผชิญหน้า (Face-to-face)
 - 1.4) เป็นผู้อำนวยการความสะดวก (Facilitation) เป็นผู้ช่วยให้ผู้เข้าร่วมพึ่งตนเองได้และควบคุมกิจกรรมหรือการจัดการได้ด้วยตัวของตัวเอง
 - 1.5) ความเป็นผู้นำทางอ้อม (Indirect leadership) เป็นผู้ที่จัดหาอุปกรณ์เพื่อให้บริการกับผู้ที่ใช้บริการที่เสียหรือไม่เสียค่าธรรมเนียมในการใช้บริการ
- 2) ขอบข่ายของเนื้อหาโปรแกรม แบ่งเป็นกลุ่ม ๆ โดยดูแลแต่ละสาขา เช่น ทางนันทนาการนอกสถานที่ การเดินทางและการท่องเที่ยว เป็นต้น
- 3) ชนิดที่ผู้เข้าร่วม ต้องคำนึงถึง ขนาดของกลุ่มและปฏิสัมพันธ์ของผู้เข้าร่วม ธรรมชาติ ความมากน้อยของการเข้าร่วม และ ระดับของความรับผิดชอบของผู้เข้าร่วม
- 4) รูปแบบของโครงสร้าง ประกอบด้วย การแข่งขัน ชั้นเรียน สโมสร กลุ่มที่มีความสนใจเฉพาะ เทศกาลพิเศษ เข้าร่วมได้อย่างอิสระ

Keller (Keller, J. M., 1987) ได้เสนอแนะวิธีการสร้างโปรแกรมเพื่อการมีสุขภาพที่ดีในชุมชนผู้เกษียณอายุ ซึ่งวิธีการนี้ได้รับการใช้ในการพัฒนาและการนำไปใช้ในโปรแกรมเพื่อการมีสุขภาพที่ดีสำหรับผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนของผู้เกษียณอายุ เนื่องจากไม่มีกิจกรรมที่เหมาะสม ผู้เชี่ยวชาญด้านนันทนาการและผู้สูงอายุสามารถใช้กระบวนการนี้ในฐานะที่เป็นวิธีการของการออกแบบกิจกรรมให้ตรงกับความต้องการของพวกเขา ซึ่งมีด้วยกันอยู่ 6 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 กำหนดกลุ่มประชากรเป้าหมาย ซึ่งผู้สูงอายุที่มีอายุมากขึ้นมักจะมี ความแตกต่างกันมากขึ้น แม้แต่ความต้องการที่มีอยู่เพื่อที่จะแยกแยะว่าบุคคลไหนที่จะใช้บริการ โปรแกรม ซึ่งจะต้องคำนึงถึง ข้อมูลเชิงประชากร ทรัพยากรที่เป็นไปได้ และพฤติกรรมทาง นันทนาการและพฤติกรรมทางสุขภาพที่ดี และทัศนคติ ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะได้รับมาจากการสำรวจ แบบสอบถาม การสัมภาษณ์ หรือบทความทางวิชาการ

ขั้นตอนที่ 2 การค้นหาความต้องการในสุขภาพที่ดีและความสนใจ ควรเน้นให้ ผู้สูงอายุได้ทำการสำรวจความต้องการทางสุขภาพและความสนใจของตนเองภายในสภาพแวดล้อมที่ ตนเองอยู่อาศัย ซึ่งข้อมูลเหล่านี้จะรวมไปถึง ทัศนคติ ค่านิยม พฤติกรรม วิถีชีวิตและประโยชน์ที่พวกเขาคาดว่าจะได้รับจากโปรแกรมนี้ ข้อมูลสามารถรวบรวมได้โดยการสัมภาษณ์ในเชิงลึก การอภิปราย หรือการสำรวจผู้ที่อาศัยอยู่ในชุมชน



ภาพประกอบที่ 2.5 กระบวนการการสร้างโปรแกรมเพื่อการมีสุขภาพที่ดีในชุมชนผู้เกษียณอายุ
ที่มา : Keller (Keller, J. M. 1987)

ขั้นตอนที่ 3 การส่งเสริมการอภิปรายเพื่อการตัดสินใจและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ในขั้นตอนนี้มีอยู่ 3 ระยะด้วยกันคือ ระยะแรก การได้รับความเข้าใจอย่างถ่องแท้และการได้รับข้อมูล ระยะต่อมาเป็นการพัฒนาทางเลือกและการแก้ปัญหาและความเข้าใจในผลที่เกิดขึ้นภายหลังของแต่ละอย่าง ระยะสุดท้ายเป็นการสร้างตัวเลือกและจากนั้นทำการรับรอง ปฏิบัติ และประเมิน ซึ่งในขั้นตอนการส่งเสริมการอภิปรายเพื่อการตัดสินใจและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนี้เป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุเข้าใจในพฤติกรรมของตนเอง โดยผ่านการบันทึกเวลาและสถานที่ที่พวกเขาแสดงพฤติกรรมในทางลบ สิ่งที่กระตุ้นพวกเขา และรางวัลที่พวกเขาได้ และบ่งชี้ถึงว่าทำอย่างไรถึงจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้

ขั้นตอนที่ 4 การสร้างและการนำกิจกรรมไปใช้สำหรับความมีสุขภาพที่ดี จะต้องคำนึงถึงทั้งเนื้อหาและรูปแบบ ผู้เข้าร่วมต้องสามารถเข้าร่วมในการวางแผนและการออกแบบกิจกรรมเท่าที่จะสามารถเป็นไปได้ เมื่อเป็นเช่นนี้แล้วพวกเขาจะรู้สึกว่าเป็นเจ้าของโปรแกรมนั้น หลักของโปรแกรมการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดีนั้นจะมีอยู่ด้วยกัน 5 ขอบเขต คือ โภชนาการและการควบคุมน้ำหนัก สมรรถภาพทางกาย การบริหารจัดการความเครียด ความปลอดภัย และกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ผู้นำโปรแกรมควรได้รับข้อมูลจากผู้เข้าร่วมเกี่ยวกับวิธีที่พวกเขาชอบที่จะเรียนรู้ ความเหมาะสมของเวลาและสถานที่ ปัญหาเกี่ยวกับการเดินทาง และปัจจัยอื่น ๆ ที่มีผลต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมควรเป็นกิจกรรมที่เร้าใจและสนุกสนาน ซึ่งจะกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมมีการพัฒนาในการตระหนักรู้ในตนเอง ส่งเสริมความสัมพันธ์ทางสังคม เพิ่มความพึงพอใจในตนเอง และความเครียดที่มีความสำคัญเกี่ยวกับวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี วิธีการสอนนั้นมิตัวกันหลากหลายวิธี ได้แก่ การอภิปรายกลุ่ม การทดลอง บทบาทสมมติ ภาพยนตร์ การอ่าน ฯลฯ ซึ่งเทคนิคต่าง ๆ เหล่านี้สามารถส่งเสริมผู้เข้าร่วมได้

ขั้นตอนที่ 5 การมอบอำนาจให้กับผู้สูงอายุ กระบวนการสำหรับการสร้างโปรแกรมเพื่อสุขภาพที่ดีได้นำเสนอที่ประกอบไปด้วย วิธีการออกแบบอย่างมีส่วนร่วมของการใช้อำนาจของผู้สูงอายุที่เข้าร่วม ความสามารถที่เกิดจากการใช้อำนาจของพวกเขา การฝึกฝนความมั่นใจ และการให้ความรู้สึกที่มั่นคงเกี่ยวกับความเป็นเจ้าของโปรแกรมและผลลัพธ์ของโปรแกรม วิธีการนี้สนับสนุนมิติเกี่ยวกับข้อมูลข่าวสาร ความเข้าใจในค่านิยม ส่งเสริมทัศนคติในแง่บวก พัฒนาทักษะต่าง ๆ และการสนับสนุนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งการแนะนำ การสนับสนุนและการปรึกษาอย่างต่อเนื่องมีความจำเป็นตั้งแต่ต้นจนจบในการทำกระบวนการนี้ให้เป็นไปได้

ขั้นตอนที่ 6 การประเมินโปรแกรมและผู้เข้าร่วม การประเมินผลเป็นกระบวนการที่มีความต่อเนื่องซึ่งมีประสิทธิผลมากขึ้นในแต่ละระยะของโปรแกรม เพื่อการมีสุขภาพที่ดี การประเมินผลเป็นการออกแบบเบื้องต้นเพื่อที่จะให้ข้อมูลสำหรับการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลเกี่ยวกับการออกแบบการนำไปใช้และผลที่ผู้เข้าร่วมได้รับจากโปรแกรม ในแต่ละขั้นตอนของกระบวนการต้องการการทบทวนและได้รับการวิเคราะห์ ผู้นำโปรแกรม ผู้เข้าร่วม และเจ้าหน้าที่ควรเข้าร่วมในการประเมินผล และหลังจากการประเมินผลสิ้นสุดลง ผลลัพธ์ควรจะได้รับค่าไปสู่อะไร การเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับการเมือง กระบวนการ และกิจกรรมของโปรแกรมเพื่อสุขภาพที่ดี

Stanley (Stanley, W. W., 1964) ได้เสนอสิ่งที่ต้องคำนึงถึงและแนวทางเกี่ยวกับการสร้างและการพัฒนาโปรแกรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุไว้ด้วยกัน 6 ข้อ คือ

- 1) จำนวนของผู้เข้าร่วม

2) ผู้เข้าร่วมซึ่งมีประสบการณ์และทักษะน้อยจะได้รับสิ่งตอบแทนที่ยิ่งใหญ่กว่าความคาดหวังของพวกเขา

3) ผู้เข้าร่วมในงานศิลปะมีความสนุกสนานแตกต่างกันเกี่ยวกับกิจกรรมการใช้เวลาว่างและสถานที่

4) โปรแกรมควรได้รับการพัฒนาบนพื้นฐานของความสนใจ ประโยชน์และผลลัพธ์มากกว่าข้อมูลเชิงประชากรของผู้เข้าร่วม

5) โปรแกรมไม่ควรมีความหลากหลายและประเภทของสื่อทางศิลปะมากเกินไป

6) โปรแกรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุควรเน้นที่วัฒนธรรมและความคุ้นเคย หรือประสบการณ์ของผู้สูงอายุ

เอนก หงษ์ทองคำ (เอนก หงษ์ทองคำ, 2542) ได้เสนอลำดับขั้นตอนการเขียนและองค์ประกอบการสร้างโปรแกรมนันทนาการไว้ ดังนี้

1) กำหนดวัตถุประสงค์โปรแกรมให้ชัดเจน ได้แก่

1.1) ส่งเสริมให้มีสุขภาพดี (Emotional and Physical Health)

1.2) ส่งเสริมพัฒนาการทางบุคลิกภาพ (Character Development)

ส่งเสริมให้ความสนใจกว้างขวาง (Widening Interest)

1.3) ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี (Citizenship)

1.4) ส่งเสริมทักษะ (Skill)

1.5) ส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีในสังคม (Social Living)

1.6) ส่งเสริมให้รู้คุณค่าทางเศรษฐกิจ (Economic Value)

1.7) ส่งเสริมใช้เพื่อความบันเทิงได้ยาวนาน (Long – range

Enjoyment)

2) ศึกษารายละเอียดของสมาชิกที่จะเข้าร่วมโครงการในด้านการเจริญเติบโต พัฒนาการ ความสนใจของแต่ละระดับอายุ

3) ศึกษารายละเอียดของสมาชิกที่จะเข้าร่วมโครงการในด้านสังคมและจิตวิทยา

4) ศึกษารายละเอียดสภาพสิ่งแวดล้อมและแนวโน้มของชุมชน

5) สำรวจสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวกที่ใช้ในกิจกรรม

6) กำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลักการดังกล่าวข้างต้น

4. องค์ประกอบการสร้างโปรแกรมนันทนาการ

4.1 อายุของผู้เข้าร่วมกิจกรรม (Age) ประกอบด้วยการเจริญเติบโตทางกาย (Growth) พัฒนาความสามารถ (Development) และความสนใจ (Interest)

4.2 ความแตกต่างเรื่องเพศ ซึ่งประกอบด้วยการเจริญเติบโตทางกาย พัฒนาการ ความสามารถ ความสนใจ และความแตกต่างระหว่างบุคคล

4.3 ชนิดของชุมชน (Type of Community) ซึ่งแบ่งได้เป็น

1) ชุมชนเมือง แบ่งเป็น ชุมชนเมืองหนาแน่น และชุมชนเมืองแออัด

2) ชุมชนชนบท แบ่งเป็น ชุมชนชนบทเป็นกลุ่ม และชุมชนชนบทกระจาย
กระจาย

4.4 สภาพของสังคม (Sociology) ประกอบด้วย
1) บรรทัดฐาน (Norms) มีองค์ประกอบ เรื่องวิถีประชา ศีลธรรม และ
กฎหมาย

2) สถานภาพและบทบาท (Status and Role)

3) วัฒนธรรม (Culture)

4.5 ประเภทของหน่วยงานที่จัดนันทนาการ

1) หน่วยงานของรัฐ (Public Agency)

2) หน่วยงานเอกชน (Private Agency)

3) หน่วยงานธุรกิจ (Commercial Agency)

4) หน่วยงานอาสาสมัคร (Voluntary Agency)

4.6 ขนาดของกลุ่มผู้เข้าร่วมกิจกรรม (Size of Group) ซึ่งแบ่งได้เป็น 2 ขนาด
คือ กลุ่มเล็ก และกลุ่มใหญ่

4.7 ประเภทของผู้ให้บริการ ผู้บริหาร ผู้จัดการ ผู้นำ

4.8 สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก (Place and Facilities) ให้พิจารณาเรื่อง
ขนาดพื้นที่ จำนวนเพียงพอใช้ และความทันสมัย

4.9 ทักษะพื้นฐานของผู้เข้าร่วม (Basic Skill)

4.10 ระยะเวลา (Time) ความเหมาะสมของเวลาที่เหมาะสมกับกิจกรรมรวมถึง
ความยากง่ายของกิจกรรมกับเวลา

4.11 กิจกรรมอื่นที่มีอยู่แล้วในพื้นที่ (Other Local Recreation Program) อันได้แก่
กิจกรรมและโปรแกรมนันทนาการที่เป็นประโยชน์ต่อกิจกรรมที่จัดขึ้น

สรุป การสร้างโปรแกรมนันทนาการ ประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ ได้แก่ การกำหนด
กลุ่มเป้าหมายที่ร่วมกิจกรรม การศึกษาความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย การเลือกกิจกรรมให้ตรง
ตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย แล้วสร้างโปรแกรมนันทนาการนำไปใช้ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
โดยให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีส่วนร่วมในขั้นตอนของกิจกรรมต่าง ๆ แล้วประเมินผล
โปรแกรมนั้น ๆ โดยการสร้างโปรแกรมนันทนาการนั้นต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล เวลา
ในการจัดกิจกรรม มีขั้นตอนที่ไม่ซับซ้อนยุ่งยากจนเกินไป

ความรู้เกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์

1. ความหมายของศิลปะประดิษฐ์

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542) ได้ให้ความหมายของคำว่า ศิลปะ ว่าหมายถึง ฝีมือ การทำให้วัตถุหรือการแสดงออกซึ่งอารมณ์สะท้อนใจให้ประจักษ์ด้วยสื่อต่าง ๆ เช่น เสียง สี เส้น ผิว รูปทรง

สิริพรรณ ตันติรัตน์ไพศาล (สิริพรรณ ตันติรัตน์ไพศาล, 2545) ให้ความหมายของ ศิลปะ ว่า ศิลปะมีรากฐานมาจากภาษาสันสกฤตว่า ศิลปะ ภาษาบาลีว่า ลิปป์ ซึ่งมีความหมายว่า ฝีมือยอดเยี่ยม หรือศิลปะอันเกี่ยวข้องกับทักษะหรืองานฝีมือ

ชัยณรงค์ เจริญพานิชย์กุล (ชัยณรงค์ เจริญพานิชย์กุล, 2532) ให้ความหมายของศิลปะว่า เป็นศาสตร์ที่มุ่งเป้าหมายไปที่กระบวนการอันเกี่ยวกับความคิดสร้างสรรค์ การแสดงออก และการรับรู้เกี่ยวกับความงาม

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542) ให้ความหมายคำว่าประดิษฐ์ หมายถึง สร้าง แต่ง หรือจัดทำขึ้น ให้เหมือนจริง

พนมพร ศิริภาพร (พนมพร ศิริภาพร, 2549) กล่าวว่า คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ได้จัดให้การประดิษฐ์ เป็นส่วนหนึ่งในประเภทของกิจกรรมศิลปะ ซึ่งได้แก่ การประดิษฐ์สิ่งของจากเศษวัสดุ การร้อยลูกปัด หรือการร้อยดอกไม้

ความเป็นมาของงานประดิษฐ์ สิ่งประดิษฐ์เกิดขึ้นเพราะมนุษย์เป็นผู้สร้างผู้พัฒนา ปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงแบบ ผลงานด้วยความคิดสร้างสรรค์ที่มีอยู่ในแต่ละบุคคล มีวัตถุประสงค์ในการสร้างสิ่งประดิษฐ์เพื่อตอบสนอง ความต้องการด้านประโยชน์ใช้สอย งานประดิษฐ์มีความสัมพันธ์และเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของคนไทยตั้งแต่สมัยโบราณ เกี่ยวข้องกับขนบธรรมเนียมและประเพณีทางศาสนา

หลักการสร้างสรรค์งานประดิษฐ์ให้ประดิษฐ์ให้ประสบผลสำเร็จนั้นผู้เรียนต้องมีความพึงพอใจ ในการทำงาน โดยยึดหลักการดังนี้

1) หมั่นศึกษาหาความรู้ในงานที่ตนเองสนใจ โดยศึกษาจากผู้เชี่ยวชาญการในชุมชน การโรงเรียน จากตัวอย่างสิ่งประดิษฐ์ที่สนใจ

2) ศึกษาหลักการ วิธีการ หรือขั้นตอนการปฏิบัติงาน ในการประดิษฐ์ชิ้นงานโดยการวิเคราะห์ ด้วยตนเองหรือศึกษาจากผู้รู้ ผู้เชี่ยวชาญ หรือจากสื่อต่าง ๆ เช่น วารสาร หนังสือ เป็นต้น

3) ทดลองการปฏิบัติการประดิษฐ์ ผู้เรียนต้องศึกษาค้นคว้าและทดลองปฏิบัติตามแนวคิดที่ได้สร้างสรรค์ไว้ และมีการปรับปรุงแก้ไข ข้อบกพร่องจนสำเร็จเป็นชิ้นงานประดิษฐ์ที่พึงพอใจ

ประเภทของงานประดิษฐ์

- 1) งานประดิษฐ์ที่เป็นเอกลักษณ์ไทย
 - 1.1) งานประดิษฐ์ด้วยดอกไม้สด
 - 1.2) งานประดิษฐ์ด้วยใบตอง
 - 1.3) งานแกะสลักพืชผักและผลไม้
 - 1.4) งานจักสาน

- 2) งานประดิษฐ์ทั่วไป
 - 2.1) งานปั้น
 - 2.2) งานประดิษฐ์ดอกไม้ ต้นไม้ด้วยกระดาษหรือผ้า
 - 2.3) งานประดิษฐ์จากเศษวัสดุหรือวัสดุเหลือใช้
 - 2.4) งานประดิษฐ์จากวัสดุธรรมชาติ

2. การออกแบบงานประดิษฐ์

การออกแบบงานประดิษฐ์ เป็นการสร้างรูปลักษณะของชิ้นงาน โดยอาศัยความคิดสร้างสรรค์ความรู้ความเข้าใจ ในหลักการออกแบบและนำมาใช้ ทำให้การออกแบบชิ้นงานนั้นมีคุณค่าและน่าสนใจยิ่ง

1) การออกแบบ หมายถึง การทำต้นแบบ หรือการทำโครงสร้างของชิ้นงานที่ต้องการประดิษฐ์ เพื่อให้ได้ผลงานสำเร็จตามที่มุ่งหวัง โดยการเลือกวัสดุ เลือกลี ที่นำมาใช้ให้เหมาะสมสวยงาม

2) ที่มาของการออกแบบงานประดิษฐ์

- 2.1) การศึกษาแบบของงานที่ตนสนใจจากหนังสือ นิตยสารแล้วทดลองปฏิบัติ
- 2.2) การดัดแปลงแบบที่มีอยู่เดิม หรือแบบตัวอย่างโดยทำการศึกษารูปแบบจนเกิดความเข้าใจ จึงปฏิบัติตามการสร้างแบบ โดยการนำเอาแนวความคิดหรือความคิดสร้างสรรค์ของตนเองไปผสมผสานทำให้ได้แบบที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะไม่เหมือนใคร
- 2.3) การออกแบบด้วยตนเองคือการออกแบบที่เกิดจากแนวคิดของตนเองและทดลองปฏิบัติสร้างแบบจนได้แบบที่สวยงาม เหมาะสมตามความต้องการ

3. งานประดิษฐ์ทั่วไป

งานประดิษฐ์ที่เกิดจากแนวความคิดหรือความคิดสร้างสรรค์ที่มุ่งสร้างผลงานโดยมีจุดมุ่งหมายอย่างใดอย่างหนึ่ง

- 1) ประดิษฐ์เพื่อเป็นของเล่น
- 2) ประดิษฐ์เพื่อเป็นของใช้
- 3) ประดิษฐ์ของตกแต่งบ้าน

ประโยชน์ของงานประดิษฐ์

- 1) งานประดิษฐ์มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของไทย
- 2) งานประดิษฐ์มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับขนบธรรมเนียมและประเพณีทางศาสนา
- 3) งานประดิษฐ์ช่วยทำให้เกิดความรัก ความสามัคคีในหมู่คณะ
- 4) งานประดิษฐ์ช่วยให้งานทำงานของสมองและประสาทสัมผัส ประสานสัมพันธ์กัน
- 5) ใช้เป็นเครื่องประดับตกแต่ง ของเล่น ของขวัญที่ระลึก
- 6) รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
- 7) เป็นการฝึกลักษณะนิสัยในการทำงานให้มีความอดทน

ดังนั้นจึงพอสรุปได้ว่า ศิลปะประดิษฐ์ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เสริมทักษะความสามารถในการใช้มือในการสร้างสรรค์ผลงาน ทำให้เกิดความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลิน และภาคภูมิใจ เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัย

แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

1. ความหมายของคุณภาพชีวิต (Quality of Life)

ปัจจุบันนักวิชาการหลายท่านให้คำจำกัดความหรือความหมายของคำว่า “คุณภาพชีวิต” กันอย่างกว้างขวาง ซึ่งมักจะเป็นความหมายที่มีความคล้ายคลึง สอดคล้องกัน ดังต่อไปนี้

คุณภาพชีวิต ความหมายตามพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542) ประกอบด้วยคำ 2 คำ คือ คุณภาพหมายถึง ลักษณะความดี ลักษณะประจำบุคคลส่วนชีวิต หมายถึง ความเป็นอยู่ ดังนั้น คุณภาพชีวิตจึงหมายถึง ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล

Cambell (Cambell, R. F. et al. 1972) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตมีองค์ประกอบ 3 ด้านคือ

- 1) ด้านกายภาพ ประกอบด้วย ปัจจัยด้านมลภาวะ ความหนาแน่นของประชากร และสภาพที่อยู่อาศัย
- 2) ด้านสังคม ประกอบด้วย ปัจจัยด้านการศึกษา สุขภาพอนามัย ความมั่นคงของครอบครัว
- 3) ด้านจิตวิทยา ประกอบด้วย ปัจจัยด้านความพอใจ ความสำเร็จ ความผิดหวัง และความคับข้องใจในชีวิต

Liu (Liu, B.C., 1975) ได้กล่าวถึงคุณภาพชีวิตว่า “คุณภาพชีวิต” เป็นชื่อใหม่ของความคิดเดิม (Old Notion) ซึ่งถ้าเรียกเป็นชื่อทางด้านจิตวิสัย (Subjective) ก็จะใช้คำว่า อยู่ดี กินดี มีสุข (Well Being) คือ การอยู่ดีของคนและสิ่งแวดล้อมตามสภาพทั่ว ๆ ไป ส่วนในด้านบุคคล คุณภาพชีวิตจะแสดงออกในรูปของความต้องการ (Wants) เมื่อได้รับการตอบสนองแล้ว จะทำให้บุคคลนั้น ๆ มีความสุขหรือความพอใจ

ในปี 1982 องค์การ UNESCO (สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2549) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิต ว่าคือระดับของความเป็นอยู่ที่ดีในสังคมและระดับความพึงพอใจพื้นฐานของความต้องการของมนุษย์

สุพรรณณี ไชยอำพร และสนธิ สมัครการ (สุพรรณณี ไชยอำพร และสนธิ สมัครการ, 2534) อธิบายว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง สภาพของการดำรงชีวิตในสังคมที่เจ้าของชีวิตมีความพึงพอใจในช่วงเวลาหนึ่ง และความพึงพอใจนี้สามารถวัดหรือประเมินได้ทั้งด้านจิตใจและวัตถุปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตในช่วงเวลานั้นไม่ว่าจะเป็นเรื่องของส่วนตัวหรือสังคมก็ตาม

อัจฉรา ชิวพันธ์ (อัจฉรา ชิวพันธ์, 2549) ได้สรุปคานิยามของคุณภาพชีวิตว่า คุณภาพชีวิตของบุคคล คือ ความพึงพอใจของบุคคลที่เกิดจากการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจและการมีส่วนร่วมในการพัฒนาสภาพแวดล้อมด้านเศรษฐกิจ และสังคมอย่างเพียงพอให้เกิดความมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี

Zhan (Zhan, L., 1992) ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่า หมายถึง ระดับที่บุคคลมีความพึงพอใจในชีวิต ที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคล อันเป็นผลมาจากปัจจัยพื้นฐานของบุคคล สภาวะทางสังคมวัฒนธรรม สิ่งแวดล้อมและอายุ มีอิทธิพลต่อการรับรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม ประเมินได้ทั้งด้านวัตถุวิสัยและจิตวิสัย ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านความพึงพอใจในชีวิต แนวคิดของตนเอง ด้านสุขภาพและการทำงานของร่างกาย และด้านสังคม เศรษฐกิจ

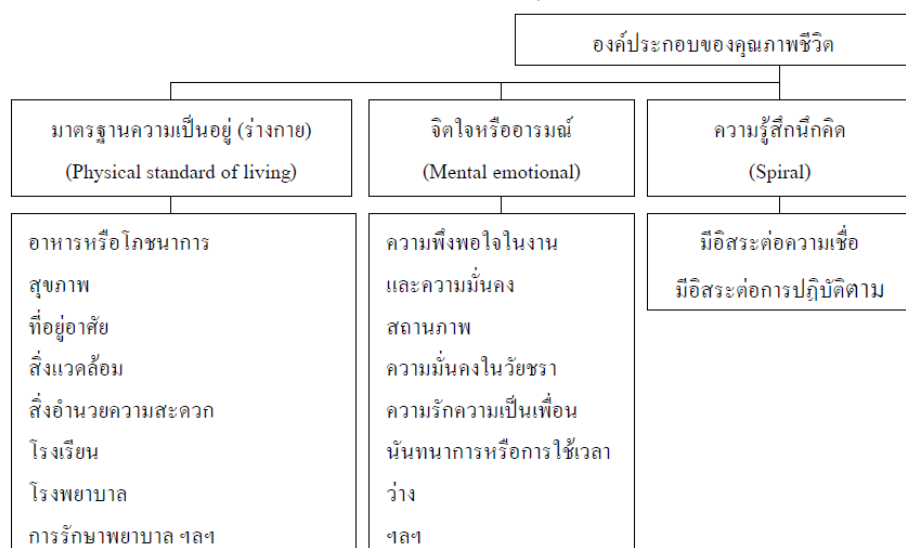
อนุชาติ พวงสำลี และอรทัย อาจอ่ำ (อนุชาติ พวงสำลี และอรทัย อาจอ่ำ, 2541) ได้สรุปว่า “คุณภาพชีวิต” เป็นระดับของการมีชีวิตที่ดีความสุข ความพึงพอใจในชีวิต เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสภาพความเป็นอยู่ การดำเนินชีวิตของปัจเจกบุคคล และเกี่ยวข้องกับมาตรฐานความเป็นอยู่ที่ดีของสังคมโดยรวม

ธเนศ ขำเกิด (ธเนศ ขำเกิด, 2541) สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตว่าเป็นสภาพการดำรงชีวิตในสังคมตามความพึงพอใจของแต่ละบุคคลในช่วงระยะเวลาหนึ่ง มีความสุขตามอัตภาพ และเป็นชีวิตที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคม ตลอดจนสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมทางสังคม เศรษฐกิจและการเมืองที่เปลี่ยนแปลงไปได้

สุจิตรา บุญยรัตพันธุ์ (สุจิตรา บุญยรัตพันธุ์, 2546) ได้สรุปความหมายของคุณภาพชีวิตว่า หมายถึง ระดับความมีชีวิตที่ดีและความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ และการดำเนินชีวิตของปัจเจกบุคคลในสังคม โดยผ่านการรับรู้และประเมินด้วยตนเอง สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ภายใต้วินัย ค่านิยม และเป้าหมายในชีวิตของแต่ละบุคคล

2. องค์ประกอบคุณภาพชีวิต

Kondo (1985, อ้างใน สมพจน์ กวางแก้ว, 2547) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ครอบคลุมด้วยองค์ประกอบต่าง ๆ ดังภาพประกอบที่ 2.6 ต่อไปนี้



ภาพประกอบที่ 2.6 องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต

ที่มา : Kondo (1985 อ้างใน สมพจน์ กวางแก้ว, 2547)

Liu (Liu, B.C., 1975) กล่าวถึงองค์ประกอบคุณภาพชีวิตว่า คุณภาพชีวิตมีองค์ประกอบ อยู่สององค์ประกอบคือ องค์ประกอบด้านจิตวิสัย (Subjective) องค์ประกอบนี้เป็นเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคล อันได้แก่ความเชื่อ ค่านิยมและความรู้สึกนึกคิดของบุคคลเป็นต้นองค์ประกอบ ด้านจิตวิสัยบางครั้งจึงเรียกว่าองค์ประกอบด้านจิตวิทยา (Psychological) องค์ประกอบที่สำคัญ อีگونهองค์ประกอบหนึ่งคือ องค์ประกอบด้านวัตถุวิสัย (Objective) องค์ประกอบด้านนี้ได้แก่ ปัจจัย หรือสภาพแวดล้อมของบุคคล เช่น องค์ประกอบด้านสังคม เศรษฐกิจ การเมืองและสิ่งแวดล้อม โดยสรุปจะเห็นได้ว่าองค์ประกอบด้านจิตวิสัยนั้นเป็นองค์ประกอบเชิงคุณภาพซึ่งใช้การรับรู้และความรู้สึกนึกคิด

ESCAP (ESCAP, 1990) ได้กำหนดแนวคิดในการวัดการพัฒนาคุณภาพชีวิตและได้มีการปรับปรุงตลอดมาหลังสุดได้มีการกำหนดจากองค์ประกอบ 7 ตัว แยกเป็นตัวชี้วัดรวม 28 ตัวได้แก่

1) ความมั่นคงปลอดภัยทางเศรษฐกิจ (Economic Security)

1.1) รายได้ (Income)

1.1.1) การกระจายรายได้แยกตามกลุ่มรายได้ (Distribution of income, by income class)

1.1.2) การกระจายรายได้แยกตามแหล่งของรายได้ (Distribution of income” by factor source)

1.2) การใช้จ่ายและการออม (Expenditure and saving)

1.2.1) การใช้จ่ายและการออม (Expenditure and saving)
(Percentage of household expenditure on specific basic needs)

1.2.2) สัดส่วนของประชากรที่อยู่ต่ำกว่าเส้นความยากจน (Percentage of Population below the poverty line, as identified)

2) สุขภาพ (Health)

2.1) อายุขัยเฉลี่ย (Life expectancy)

2.2) การเป็นโรค (Morbidity)

2.2.1) การเป็นโรคสำคัญ ๆ และอัตราการเกิดโรค (Major types of morbidity)

2.2.2) ความเจ็บป่วยซึ่งนำไปสู่ความไร้สมรรถภาพ (Illness leading to disability)

2.3) การตาย (Mortality)

2.3.1) อัตราการตายของทารก (Infant mortality rate)

2.3.2) อัตราการตายของเด็ก (Child mortality rate)

2.3.3) สาเหตุสำคัญของการตาย (Major causes of death)

2.4) โภชนาการ (Nutrition) ของทารกแรกเกิด (Weight at birth)

2.4.1) การบริโภคในเชิงเป็นพลังงาน (Calorie consumption as percentage of national normative requirement)

- 2.4.2) การบริโภคโปรตีน (Protein consumption as percentage of national normative requirement)
- 2.5) ภัยพิบัติหรือความหายนะ (Disasters)
 - 2.5.1) ความตาย/ความไร้สมรรถภาพจากภัยพิบัติ (Deaths/disabilities from disasters)
 - 2.5.2) การชดเชยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ (Compensation for disaster victims)
- 3) ชีวิตด้านการใช้สติปัญญา (Intellectual Life)
 - 3.1) การอ่านออกเขียนได้ (Literacy) อัตราส่วนของการอ่านออกเขียนได้ (Literacy rate)
 - 3.2) การศึกษาในโรงเรียน (Formal education)
 - 3.2.1) อัตราการเข้าเรียนแต่ละระดับชั้น (Enroll)
 - 3.2.2) อัตราการสำเร็จการศึกษา (Completers)
 - 3.3) การเรียนรู้ตลอดชีวิต (Life-long learning)
 - 3.3.1) จำนวนห้องสมุดต่อประชากร 1,000 คน (Libraries per 1,000 populations)
 - 3.3.2) จำนวนหนังสือพิมพ์ต่อประชากร 1,000 คน (Newspaper and periodical circulation per 1,000 populations)
 - 3.3.3) จำนวนวิทยุต่อประชากร 1,000 คน (Radios per 1,000 populations)
 - 3.3.4) จำนวนโทรทัศน์ต่อประชากร 1,000 คน (TVs per 1,000 populations)
 - 3.3.5) จำนวนศูนย์การศึกษาผู้ใหญ่ (Number of adult education centers)
 - 3.4) ชีวิตเชิงวัฒนธรรม (Cultural life)
 - 3.4.1) การเพิ่มสิ่งอำนวยความสะดวกทางวัฒนธรรม (Extent of cultural facilities)
 - 3.4.2) อัตราการมีส่วนร่วมในองค์กรทางวัฒนธรรม (Rate of participation in cultural organizations)
 - 3.5) ชีวิตด้านการใช้หลักเหตุผล (Spiritual life)
- 4) ชีวิตการทำงาน (Working Life)
 - 4.1) การว่างงาน/การทำงานระดับต่ำ (Unemployment/underemployment)
 - 4.1.1) อัตราการว่างงาน (Unemployment rate)
 - 4.1.2) อัตราการทำงานระดับต่ำ (Underemployment rate)
 - 4.2) อุบัติเหตุจากการทำงาน (Work-related accidents/injuries)

- 4.2.1) อัตราการได้รับอุบัติเหตุและเจ็บป่วยจากการทำงาน (Work-related accident/injury rate)
- 4.3) การขัดแย้งทางอุตสาหกรรม (Industrial conflict)
 - 4.3.1) จำนวนครั้งการหยุดงานประท้วง (Number of strikes and lock-outs)
 - 4.3.2) จำนวนวันทำงานที่หยุดงานประท้วง (Number of work days lost)
- 4.4) สภาพการทำงาน (Working conditions)
 - 4.4.1) จำนวนชั่วโมงการทำงานต่อวัน (Hours of work per day)
 - 4.4.2) จำนวนวันหยุด (Number of holidays)
 - 4.4.3) ความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย (Health and safety hazards)
- 5) สภาพแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment)
 - 5.1) ที่อยู่อาศัย (Housing)
 - 5.1.1) ร้อยละของครัวเรือนที่มีน้ำดื่ม (Percentage of households with portable water)
 - 5.1.2) ร้อยละของครัวเรือนที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกด้านสุขาภิบาล (Percentage of households with sanitation facilities)
 - 5.1.3) ร้อยละของครัวเรือนที่มีไฟฟ้าใช้ (Percentage of households with electricity)
 - 5.1.4) พื้นที่อยู่อาศัยต่อหัว (Housing space per capita)
 - 5.1.5) อัตราส่วนของครัวเรือนต่อจำนวนหน่วยที่อยู่อาศัย (Ratio of households to dwelling units)
 - 5.2) โครงสร้างพื้นฐานในการคมนาคมและการติดต่อสื่อสาร (transport and communications infrastructure)
 - 5.2.1) จำนวนกิโลเมตรของถนนลาดยางต่อประชากร 1,000 คน (Kilometers of paved roads per 1,000 populations)
 - 5.2.2) การคมนาคมสาธารณะต่อประชากร 1,000 คน (Public transport per 1,000 populations)
 - 5.2.3) จำนวนโทรศัพท์ ต่อประชากร 1,000 คน (Telephone per 1,000 populations)
 - 5.2.4) จำนวนอุบัติเหตุการจราจร (Traffic accidents)
 - 5.3) สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ (Natural environment)
 - 5.3.1) การเกิดอุบัติภัยตามธรรมชาติ (Incidence of natural disasters)
 - 5.3.2) มลภาวะตามธรรมชาติ (Environmental pollution)

- 5.3.3) ความเสื่อมโทรมของทรัพยากรทางธรรมชาติ (Natural resources depletion and degradation)
- 6) ชีวิตในครอบครัว (Family Life)
- 6.1) เด็ก (Children)
- 6.1.1) เด็กเร่ร่อนต่อเด็ก 1,000 คน (Homeless children per 1,000 children)
- 6.1.2) เด็กที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่จริงต่อเด็ก 1,000 คน (Children living apart from biological parents per 1,000 children)
- 6.1.3) เด็กในครอบครัวที่มีพ่อหรือแม่เพียงคนเดียวต่อเด็ก 1,000 คน (Children in single-parent households per 1,000 Children)
- 6.2) วัยรุ่น (Adolescents)
- 6.2.1) อัตราเด็กวัยรุ่นติดยาเสพติด (Youth drug abuse rate)
- 6.2.2) การเกิดปัญหาเด็กเสเพล (Incidence of juvenile delinquency)
- 6.3) ผู้ใหญ่ (Adults)
- 6.3.1) อัตราส่วนคนแก่ที่อาศัยอยู่คนเดียว (Elderly, living alone as percentage of all elderly)
- 6.3.2) อัตราการหย่าร้าง (Divorce rate)
- 6.3.3) ครัวเรือนที่มีผู้หญิงเป็นผู้นำ (Female-headed households)
- 6.4) ความแตกแยกรุนแรงในครอบครัว (Family violence)
- 6.4.1) จำนวนครอบครัวที่แตกแยก (Reported cases of domestic violence)
- 6.4.2) จำนวนเด็กถูกทอดทิ้ง (Reported cases of child abuse and neglect)
- 7) ชีวิตในชุมชน (Community Life)
- 7.1) การมีส่วนร่วมในสังคม (Social community/civic participation)
- 7.1.1) จำนวนองค์กรอาสาสมัครประเภทต่าง ๆ (Number of voluntary organization)
- 7.1.2) อัตราการเข้าเป็นสมาชิกในองค์กรอาสาสมัคร (Membership rate in voluntary organization)
- 7.2) การมีส่วนร่วมทางการเมือง (political participation)
- 7.2.1) อัตราส่วนของการให้สิทธิออกเสียงแก่ผู้ใหญ่ (Adult suffrage react)
- 7.2.2) ความถี่ของการเลือกตั้ง (Frequency of election)
- 7.2.3) อัตราการไปใช้สิทธิออกเสียง (Percentage of population voting)

- 7.2.4) จำนวนพรรคการเมือง (Number of political parties)
- 7.3) ความวุ่นวายในชุมชน (Civil Stiff)
 - 7.3.1) จำนวนการประท้วงโดยคนหมู่มาก (Number of mass protests)
 - 7.3.2) การบาดเจ็บและตายในการเดินขบวน (Deaths/casualties in public demonstrations)
 - 7.3.3) ผู้อพยพออก (Refugees outflow)
 - 7.3.4) จำนวนผู้ย้ายถิ่นโดยขาดหลักแหล่ง (Internally-displaced persons)
- 7.4) อัตรอาชญากรรม (Crimes against the persons)
 - 7.4.1) อัตราการเกิดอาชญากรรมประเภทต่าง ๆ (Crime rate, by type of crime)

Zhan (Zhan, L., 1992) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบ และให้แนวทางในการประเมินคุณภาพชีวิตว่าควรครอบคลุมทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม และครอบคลุมโครงสร้าง 4 ด้าน คือ

1) ด้านความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) เป็นสิ่งที่บุคคลรับรู้ถึงสิ่งที่ตนครอบครองอยู่ระหว่างความปรารถนาที่ตั้งไว้และความสำเร็จที่ได้รับ ซึ่งอาจเปลี่ยนแปลงได้จากอิทธิพลของปัจจัยภายนอก ได้แก่ ภูมิหลังของแต่ละบุคคล ลักษณะเฉพาะสิ่งแวดล้อมและภาวะสุขภาพ

2) ด้านการมีแนวคิดเป็นของตนเอง (self - concept) เป็นความเชื่อและความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองในช่วงเวลาหนึ่งจากการรับรู้ปฏิบัติกริยาและพฤติกรรมของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง รวมถึงความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และภาพลักษณ์ของตนเองด้วย

3) ด้านสุขภาพและการทำงานของร่างกาย (health and functioning) เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม สุขภาพจะสะท้อนให้เห็นคุณภาพชีวิตได้ทั้งเชิงวัตถุวิสัยและจิตวิสัยซึ่งมิได้ประเมินทางคลินิกเท่านั้น ยังประเมินการรับรู้สุขภาพของบุคคล สิ่งที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพ ความสัมพันธ์กับครอบครัว สังคม และภาวะทางด้านร่างกาย

4) ด้านสังคมและเศรษฐกิจ (socio-economic factors) สถานะทางเศรษฐกิจและสังคม ถูกกำหนดออกมาเป็นมาตรฐานทางสังคม ได้ 3 ประการ คือ ระดับการศึกษา อาชีพและรายได้ ซึ่งถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการประเมินคุณภาพชีวิตเชิงวัตถุวิสัย

สุวัฒน์ วัฒนวงศ์ (สุวัฒน์ วัฒนวงศ์, 2533) ได้พัฒนาเครื่องมือชี้วัดคุณภาพชีวิต ขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ 26 ตัวชี้วัดฉบับภาษาไทย (WHOQOL-BREF-THAI) ประกอบด้วยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต 4 ด้าน ดังนี้

1) ด้านร่างกาย (physical domain) คือ การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล ซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสุขสบายไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดของร่างกายได้ การรับรู้ถึงผลกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้เรื่องการนอนหลับและพักผ่อน ซึ่งการรับรู้เหล่านี้ มีผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้ถึงความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น

การรับรู้ถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตน การรับรู้ถึงความสามารถในการทำงานการรับรู้ว่าคุณไม่ต้องพึ่งพายาต่าง ๆ หรือการรักษาทางการแพทย์อื่น ๆ เป็นต้น

2) ด้านจิตใจ (psychological domain) การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง การรับรู้ถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ถึงความมั่นใจในตนเอง การรับรู้ถึงความคิด ความจำ สมาธิ การตัดสินใจ และความสามารถในการเรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของตนที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ถึงความเชื่อด้านจิตวิญญาณ ศาสนา การให้ความหมายของชีวิต และความเชื่ออื่น ๆ ที่มีผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิตมีผลต่อการเอาชนะอุปสรรค เป็นต้น

3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) คือ การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าคุณเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์เพศ หรือการมีเพศสัมพันธ์

4) ด้านสิ่งแวดล้อม (environment) คือ การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่าคุณมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัยและมั่นคงในชีวิต การรับรู้ว่าคุณได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ปราศจากมลพิษต่าง ๆ การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงินสถานบริการทางสุขภาพและสังคมสงเคราะห์ การรับรู้ว่าคุณมีโอกาสที่จะได้รับข่าวสาร หรือฝึกฝนทักษะต่าง ๆ การรับรู้ว่าคุณได้มีกิจกรรมนันทนาการ และมีกิจกรรมในเวลาว่าง เป็นต้น

องค์ประกอบของการมีชีวิตที่ดี ประกอบด้วยตัวแปร 5 ตัว (สุมิล ตั้งสัจพจน์, 2549) คือ

1) ตัวแปรด้านชีววิทยา ความพึงพอใจเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานทางชีววิทยาที่จำเป็นต่อความอยู่รอดและคุณภาพชีวิต

2) ตัวแปรด้านเศรษฐกิจ ประกอบด้วย

2.1) งาน มีรายได้ที่เพียงพอและความสัมฤทธิ์ผลของการมีสัจการแห่งตน

2.2) เงิน ที่จะซื้อสินค้าสมัยใหม่

3) ตัวแปรด้านสังคม ประกอบด้วย

3.1) มิตินองมองทางด้านประชาธิปไตย มีเสรีภาพในการเลือกและตัดสินใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคม

3.2) การขาดมิติทางเพศ สถานที่อยู่อาศัย ศาสนา เชื้อชาติ ความบกพร่องทางกายหรือจิตใจ ในการให้บริการทางสังคมและกิจกรรมทางด้านวัฒนธรรม

4) ตัวแปรด้านสภาพแวดล้อม ประกอบด้วย

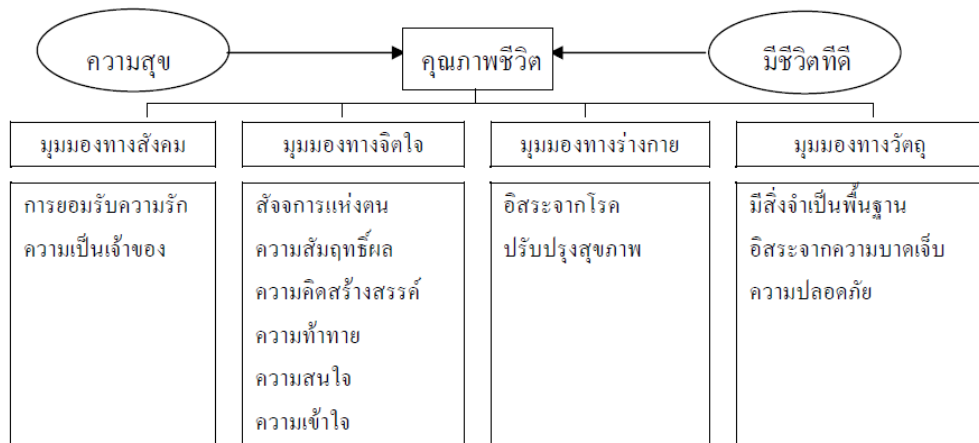
4.1) ทรัพยากรธรรมชาติ

4.2) สิ่งแวดล้อมที่มนุษย์สร้างขึ้น ประกอบด้วย กลุ่มประชากร และ สังคม

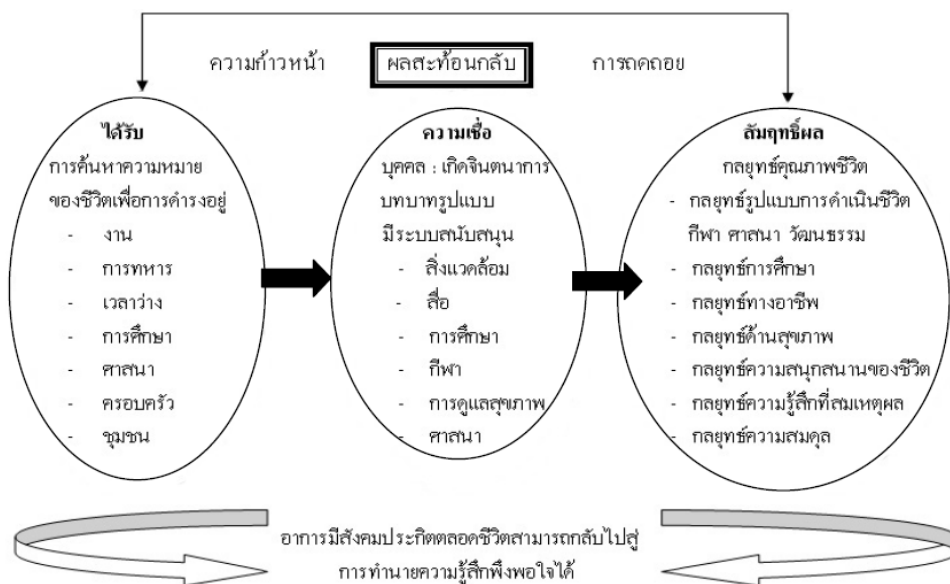
5) ตัวแปรทางด้านมนุษยวิทยา ประกอบด้วย

5.1) ลักษณะทางจิตวิทยาของชีวิตมนุษย์ สุขภาพจิตที่ดี กระบวนการเป็นอยู่

5.2) ประสิทธิภาพของการมีชีวิตอยู่ของมนุษย์ ความรู้สึกและอารมณ์



ภาพประกอบที่ 2.7 องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต
ที่มา : สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2549)



ภาพประกอบที่ 2.8 ปัจจัยส่วนบุคคล สิ่งแวดล้อม การดำเนินชีวิตอย่างมีความหมายและ
ผลสะท้อนกลับของการมีคุณภาพชีวิตที่ดี
ที่มา : สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2549)

3. แนวคิดทางด้านสุขภาพจิต

Bernard (Herzberg, Bernard and Barbara, 1959) ได้กล่าวว่า สุขภาพจิต หมายถึง การปรับตัวของแต่ละบุคคลให้เข้ากับตัวเอง และสภาวะของโลกได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความพอใจสูงสุด โดยคำนึงถึงพฤติกรรมทางสังคม กล้าเผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต

องค์การอนามัยโลก (ณัฐตะวัน ลิมประสงค์, 2546) ได้ให้ความหมาย “สุขภาพจิตดี” ว่าเป็นความสามารถของบุคคลที่จะปรับตัวให้มีความสุข สามารถอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วได้เป็นอย่างดี มีสัมพันธภาพอย่างดีงามกับบุคคลอื่น และดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสะดวกสบาย รวมทั้งสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ โดยมีได้หมายความเฉพาะเพียงแต่ปราศจากอาการของโรคจิต โรคประสาทเท่านั้น

Egbert (n.d., อ้างใน สุจินต์ วิศวีรานนท์, 2536) กล่าวว่า ผู้มีสุขภาพจิตดี มีลักษณะดังนี้

- 1) รู้จักตนเองสามารถพัฒนาบุคลิกภาพผสมผสานกันได้เหมาะสมกับความเป็นจริง
- 2) เป็นผู้ที่ตั้งความหวังไปในทางที่เป็นจริงได้
- 3) เป็นผู้ที่เข้าใจชีวิตและจุดมุ่งหมายในชีวิต
- 4) เป็นผู้ที่มีพลังในการดำรงชีวิตและสามารถก่อให้เกิดความหวังของชีวิต
- 5) มีความสามารถในการปรับความคิด พฤติกรรมตามประสบการณ์ของชีวิต

แต่ละช่วงได้

- 6) สามารถเปิดเผยตนเอง และสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้

อัมพร โอตระกูล (อัมพร โอตระกูล, 2540) ได้ให้ความหมายของ “สุขภาพจิตดี” ว่า สุขภาพจิตคือสภาพชีวิตที่เป็นสุข มีความสมบูรณ์ทั้งทางกายและทางใจ สามารถปรับตัวหรือความต้องการของตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อม เข้ากับบุคคลที่อยู่ร่วมและสังคมที่เกี่ยวข้องด้วยดี โดยไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่น ทั้งยังก่อให้เกิดผลดีและประโยชน์สุขแก่ตนเองอีกด้วย

กรมสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต, 2547) ให้คำนิยามว่า “สุขภาพจิตดี” คือ สภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลมาจากมีวิธมองตน มองโลก รวมทั้งสามารถจัดการกับความคิดอารมณ์ และการแสดงออกต่อตนเองผู้อื่นและสังคมอย่างเหมาะสม และสร้างสรรค์ภายใต้สภาพแวดล้อมและเวลาที่เปลี่ยนแปลง

พระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (ณัฐตะวัน ลิมประสงค์, 2546) ทรงมีพระราชดำรัสถึงสุขภาพจิตและสุขภาพกายไว้ว่า

“...สุขภาพจิตสำคัญกว่าสุขภาพกายด้วยซ้ำเพราะว่าคนไหนที่ร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรงแต่จิตใจฟั่นเฟือนไม่ได้เรื่องนั้น ถ้าทำอะไรก็ยุ่งกันใหญ่ กายที่แข็งแรงนั้น จะไม่เป็นประโยชน์ต่องานหรือสังคมอย่างไร ส่วนคนที่สุขภาพกายไม่สู้แข็งแรง ต่อสุขภาพจิตดี หมายความว่า จิตใจดี รู้จักจิตใจของตัวเองและรู้จักปฏิบัติ ให้ถูกต้อง ย่อมเป็นประโยชน์ต่อตัวเองและเป็นประโยชน์ต่อสังคมได้มาก ในที่สุด สุขภาพจิตที่ดีก็อาจจะพามาซึ่งสุขภาพกายที่ดี...”

Warr (1987, cited in Muchinsky, 1997) กล่าวถึงสุขภาพจิตว่ามีองค์ประกอบอยู่ 5 ส่วนคือ

1) ความผาสุก (Affective well-being) มี 2 มิติ คือ ความสุขและการกระตุ้นระดับความสุขจะเพิ่มขึ้นหรือลดไปพร้อมกับการกระตุ้น และระดับความสุขที่สูงสุดต้องประกอบด้วยความสุขและการกระตุ้นในระดับสูงด้วยเช่นกัน

2) สมรรถนะ (Competence) สุขภาพจิตที่ดีส่วนหนึ่งพิจารณาจากระดับความสำเร็จหรือสมรรถนะของคนในแต่ละกิจกรรมที่ทำ คนที่มีความสามารถจะจัดการกับความกดดันต่าง ๆ ในชีวิตได้

3) การมีอิสระ (Autonomy) หมายถึงความสามารถของบุคคลหนึ่งในการต่อต้านอิทธิพลจากสภาพแวดล้อม และคิดออกความเห็นหรือกระทำการใด ๆ ด้วยตนเอง

4) ความปรารถนา (Aspiration) การมีความมุ่งมั่นจะเพิ่มการกระตุ้น การรับรู้ต่อโอกาสใหม่ ๆ และความตั้งใจที่จะไปสู่เป้าหมายส่วนตัวให้มากขึ้น

5) การทำหน้าที่ร่วมกัน (Integrated Functioning) หมายถึง การที่บุคคลสามารถสร้างสมดุลทางจิตต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมได้ เช่น สามารถรับมือกับสถานการณ์ที่ตึงเครียด ยากที่จะทำให้สำเร็จ ในขณะที่เดียวกันก็สามารถผ่อนคลายในสถานการณ์นั้นได้

ก้ำธร ธรรมพิทักษ์ (ก้ำธร ธรรมพิทักษ์, 2541) กล่าวถึงการมีสุขภาพจิตดีหรือสุขภาพจิตเสื่อมขึ้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่อไปนี้

1) ร่างกาย (Body) เป็นองค์ประกอบสำคัญที่รองรับสภาวะจิตใจ ความแข็งแรงของร่างกาย ความไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ย่อมก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพจิต

2) บุคลิกภาพ (Personality) เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นมาตั้งแต่วัยเด็กให้มีลักษณะเช่นไรอันได้แก่ การมีวุฒิภาวะสมกับวัย การเชื่อมั่นในตนเอง การมีคุณธรรม สิ่งเหล่านี้ย่อมเป็นเครื่องช่วยให้เกิดการปรับตัวได้

3) สติปัญญา (Intelligence) เป็นผลจากการศึกษาอบรมสั่งสอนหรือมีของตนเองมาตั้งแต่กำเนิด เป็นเครื่องช่วยให้มีความสามารถ และใช้เหตุผลในการดำเนินชีวิต และการปรับตัวได้ในสภาวะที่แตกต่างกัน ระดับสติปัญญา (I.Q.) มีใช้ตัวชี้วัดสุขภาพจิตที่ดีเสมอไป แต่อยู่ที่ประสบการณ์และการใช้ดุลยพินิจของแต่ละบุคคลมากกว่า

4) สิ่งแวดล้อม (Environment) เป็นสิ่งที่ทุกคนย่อมตกอยู่ภายใต้อิทธิพลอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเริ่มต้นที่ครอบครัว ชุมชน ประเทศชาติเป็นสิ่งแวดล้อมทางสังคม นอกจากนี้สิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจ วัฒนธรรม วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ซึ่งต่างมีส่วนช่วยเสริมหรือบั่นทอนภาวะสุขภาพจิตและการปรับตัวของบุคคลเป็นอย่างมาก

4. แนวคิดทางด้านสภาวะทางสังคม

นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของคำว่า “สังคม” แตกต่างกันไป ได้แก่ สังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันของบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปอย่างถาวร ภายใต้อำนาจเดียวกันในอันที่จะดำเนินไปสู่จุดหมายร่วมกัน ซึ่งต้องใช้ความพยายามร่วมกัน

สังคม หมายถึง คนจำนวนมากอยู่ในอาณาบริเวณเดียวกัน และมีภาษาตลอดจนวัฒนธรรมเป็นแบบเดียวกัน ยึดถือคุณค่าทางสังคมอย่างเดียวกัน

สังคม หมายถึง กลุ่มคนที่มีรูปร่างลักษณะความรู้สึกร่วมกัน ตลอดจนทัศนคติร่วมกัน มีการกระทำโต้ตอบกันอย่างต่อเนื่อง ในอันที่จะรวมกลุ่มกันเป็นหน่วยเดียวกัน ตลอดจนมีการสร้างสรรค์ระหว่างกัน

องค์การสังคมแต่ละองค์การมีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 ประการ

1) การกระทำระหว่างกันทางสังคม (social interaction) ได้แก่ การมีบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มีการกระทำทางสังคมหรือมีการติดต่อกัน เช่น ในกรณีของกลุ่มสังคม อาจเป็นการร่วมตัวกันเพื่อเล่นกีฬา ร้องเพลง เรียนหนังสือ หรือ ทำงานร่วมกัน

2) หน้าที่ (function) ทุกองค์การสังคม ต่างก็มีภาระหน้าที่ที่จะต้องปฏิบัติ หรือจะเรียกว่าต่างก็มีเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ เพราะนั่นคือ เหตุผลว่าทำไมองค์การนั้น ๆ จึงดำรงอยู่ องค์การแต่ละองค์การต่างก็มีหน้าที่ต่างกัน เช่น กลุ่มสังคม มีหน้าที่สนองความต้องการทางสังคมของสมาชิก เช่น เป็นแหล่งพบปะพูดคุยสนทนากัน หรือคุยสารทุกข์สุกดิบระหว่างกัน ส่วนครอบครัวเป็นองค์การหลักของสังคม ทำหน้าที่สนองความรักทางเพศกันระหว่างสามีภรรยา และสนองความรักความอบอุ่นระหว่างพ่อแม่และลูก รวมทั้งพี่น้อง เป็นต้น

3) แบบแผนพฤติกรรม (pattern of behavior) ได้แก่ กฎ ระเบียบ หรือ รวมเรียกว่าวัฒนธรรม อันเป็นแบบในการคิด การกระทำ รวมทั้งเป็นแบบทางวัตถุของสังคม ทุกองค์การจะต้องยึดถือปฏิบัติตามแบบแผนต่าง ๆ เหล่านี้ เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเพื่อความมั่นคงขององค์การสังคม และตัวสังคมเอง

4) องค์กรวัตถุ (material component) เป็นองค์ประกอบที่เป็นเครื่องมือเครื่องใช้ อาหาร ยารักษาโรค เครื่องประดับ เป็นต้น แต่ละองค์การจะมีองค์ประกอบทางวัตถุต่าง ๆ กัน ไปตามความจำเป็น มากบ้างน้อยบ้าง

5. การประเมินคุณภาพชีวิต

การประเมินคุณภาพชีวิตหรือการวัดระดับของคุณภาพชีวิตจะมีความแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับแนวคิดและวัตถุประสงค์ในการวิจัย การประเมินคุณภาพชีวิตสามารถประเมินได้ดังนี้

Stromberg (1984 อ้างใน อนุชาติ พวงสำลี และอรทัย อาจอ่ำ, 2541) ได้แสดงทัศนะในการประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไว้ 3 ลักษณะ คือ

1) การประเมินเชิงวัตถุวิสัยโดยวัดเป็นปริมาณ (Objective scale yielding quantitative) เป็นการประเมินผู้ป่วยโดยผู้อื่น เช่น แพทย์ หรือบุคลากรอื่น ๆ ในทีมสุขภาพ โดยประเมินออกมาเป็นคะแนน

2) การประเมินเชิงจิตวิสัยโดยวัดเป็นปริมาณ (Subjective scale yielding quantitative) เป็นการประเมินโดยตัวผู้ป่วยเอง ขึ้นอยู่กับค่านิยามคุณภาพชีวิตของตนเองหรือประสบการณ์ในชีวิตของตนเอง เช่น ความพึงพอใจและความสุขที่ตนเองได้รับ โดยประเมินออกมาเป็นคะแนน

3) การประเมินเชิงจิตวิสัยโดยวัดเป็นคุณภาพ (Subjective scale yielding qualitative) เป็นการประเมินโดยตัวผู้ป่วยเอง ผลออกมาเป็นการบรรยายและบอกถึงสภาพที่ผู้ป่วยเป็นอยู่ องค์การยูเนสโก (อนุชาติ พวงสำลี และอรทัย อาจอ่ำ, 2541) ให้เกณฑ์ในการประเมินคุณภาพชีวิต 2 ด้าน คือ

3.1) ด้านวัตถุวิสัย (Objective) การประเมินด้านวัตถุวิสัย วัดโดยอาศัย ข้อมูลด้านรูปธรรมที่มองเห็นได้ นับได้ วัดได้ เช่น ข้อมูลทางด้านเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม

3.2) ด้านจิตวิสัย (Subjective) เป็นการประเมินข้อมูลด้านจิตวิทยาซึ่ง อาจทำได้โดยการสอบถามความรู้สึกและเจตคติต่อประสบการณ์ของบุคคลเกี่ยวกับชีวิต การรับรู้ ต่อ สภาพความเป็นอยู่ การดำรงชีวิต รวมทั้งสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิต ความพึงพอใจในชีวิต

แนวคิดความพึงพอใจ

1. ความหมายของความพึงพอใจ

เกี่ยวกับแนวคิดความพึงพอใจ มีนักวิชาการ และผู้เชี่ยวชาญ ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับ ความพึงพอใจไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (ราชบัณฑิตยสถาน, 2542) ให้ความหมาย ความพึงพอใจว่า พึงพอใจ หมายถึง รัก ชอบใจ และพึงใจ หมายถึง พอใจ ชอบใจ

Vroom (Vroom, H. V., 1970) ให้ความหมายความพึงพอใจว่ามีความหมายคล้ายคลึง กับคำว่าทัศนคติจนสามารถใช้แทนกันได้ โดยให้คำอธิบายความหมายของคำทั้งสองคำนี้ว่า หมายถึง ผลจากการที่บุคคลเข้าไปมีส่วนร่วมในสิ่งนั้นและทัศนคติด้านลบจะแสดงให้เห็นถึงสภาพความไม่พึงพอใจ

ณัฐธิดา แดงประเสริฐ (ณัฐธิดา แดงประเสริฐ, 2556) ให้ความหมายความพึงพอใจ ว่าหมายถึง ความรู้สึก หรือทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งหนึ่ง ที่เป็นไปในทางที่ดีและไม่ดี หรือในด้าน บวกและในด้านลบหรือ ไม่มีปฏิกิริยา คือเฉย ๆ ก็ได้ ซึ่งจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อสิ่งนั้นสามารถตอบสนอง ความต้องการแก่บุคคลนั้น โดยอาจแบ่งตามปัจจัยที่เกิดความพึงพอใจได้ 2 แบบ คือ ความพึงพอใจที่ เกิดจากปัจจัยเบื้องต้น ได้แก่ ความพึงพอใจที่ได้รับจากการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน เช่น อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค และความพึงพอใจที่เกิดจากปัจจัยระดับสูง ได้แก่ ความ พึงพอใจที่ได้รับการตอบสนองความรู้สึกภายใน เช่น ความรู้สึกรัก ชอบ โกรธ เกลียด เป็นต้น

กชกร เป้าสุวรรณ (กชกร เป้าสุวรรณ และคณะ, 2550) ความพึงพอใจหมายถึงสิ่งที่ ควรจะเป็นไปตามความต้องการ ความพึงพอใจเป็นผลของการแสดงออกของทัศนคติของบุคคลอีก รูปแบบหนึ่ง ซึ่งเป็นความรู้สึกเอนเอียงของจิตใจที่มีประสบการณ์ ที่มนุษย์เราได้รับอาจจะมากหรือน้อยก็ได้และเป็นความรู้สึกที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งเป็นไปได้ทั้งทางบวกและทางลบ แต่ก็เมื่อใดสิ่งนั้น สามารถตอบสนองความต้องการหรือทำให้บรรลุจุดมุ่งหมายได้ ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกบวก เป็นความรู้สึก ที่พึงพอใจ แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าสิ่งนั้น สร้างความรู้สึกผิดหวัง ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกทางลบ เป็นความรู้สึกไม่พึงพอใจ

สรชัย พิศาลบุตร (สรชัย พิศาลบุตร, 2550) ความพึงพอใจของลูกค้าหรือผู้ใช้บริการ หมายถึง การที่ลูกค้าหรือผู้ใช้บริการได้รับสิ่งที่ต้องการแต่ต้องอยู่ในขอบเขตที่ผู้ให้บริการสามารถจัดหาบริการให้ได้ โดยไม่ขัดต่อกฎหมายและศีลธรรมอันดีงาม

จากความหมายและคำจำกัดความเกี่ยวกับความพึงพอใจ พอสรุปได้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรักหรือความชอบพอ ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่กระทบต่อความรู้สึกของบุคคลนั้น ถ้ารู้สึกทางบวกก็จะรู้สึกพึงพอใจ ถ้ากระทบความรู้สึกในด้านลบก็จะรู้สึกไม่พึงพอใจต่อสิ่งนั้น ๆ

2. แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจ

Maslow (Maslow, A. H., 1954) ได้ตั้งทฤษฎีทั่วไปเกี่ยวกับการจูงใจ โดยมีสมมติฐานว่ามนุษย์มีความต้องการอยู่เสมอและไม่มีที่สิ้นสุด เมื่อความต้องการใดได้รับการตอบสนองแล้วความต้องการอย่างอื่นก็จะเข้ามาแทนที่ ความต้องการของคนเราอาจจะซ้ำซ้อนกัน ความต้องการอย่างหนึ่งอาจจะยังไม่ทันหมดไป ความต้องการอีกอย่างหนึ่งก็จะเกิดขึ้นได้ ซึ่งความต้องการจะเป็นไปตามลำดับดังนี้

1) ความต้องการด้านสรีระ (Physiological Need) เป็นความต้องการขั้นมูลฐานของมนุษย์ได้แก่ อาหาร อากาศ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ความต้องการการพักผ่อน และความต้องการทางเพศ

2) ความต้องการความปลอดภัย (Safety Need) เป็นความรู้สึกที่ต้องการความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ซึ่งรวมถึงความก้าวหน้าและความอบอุ่นใจ

3) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Love and Belonging) เมื่อความต้องการทางร่างกายและความต้องการความปลอดภัย ได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของก็จะเริ่มเป็นสิ่งจูงใจที่สำคัญต่อพฤติกรรมของบุคคล ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ หมายถึง ความต้องการที่จะเข้าร่วมและได้รับการยอมรับ ได้รับความเป็นมิตรและความรักจากเพื่อนร่วมงาน

4) ความต้องการการเห็นตนเองมีคุณค่า (Esteem Need) ความต้องการด้านนี้เป็นความต้องการระดับสูงที่เกี่ยวกับ ความอยากเด่นในสังคม ต้องการให้บุคคลอื่น รวมถึงความเชื่อมั่นในตนเอง ความรู้ ความสามารถ ความเป็นอิสระ และเสรีภาพ

5) ความต้องการที่จะทำความเข้าใจตนเอง (Need For Self Actualization) เป็นความต้องการที่จะเข้าใจตนเองตามสภาพที่ตนเองเป็นอยู่ เข้าใจถึงความสามารถ ความสนใจ ความต้องการของตนเอง ยอมรับได้ในส่วนที่เป็นจุดอ่อนของตนเอง

Herzberg (Herzberg, Bernard and Barbara, 1959) ได้ศึกษาทฤษฎีจูงใจค้ำจุน (Motivation Maintenance Theory) หรือ ทฤษฎีจูงใจสุขอนามัย (Motivation Hygiene Theory) เป็นทฤษฎีที่ชี้ให้เห็นถึงปัจจัยสำคัญ 2 ประการ ที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจและไม่พึงพอใจในการปฏิบัติงาน ปัจจัยทั้งสองได้แก่ ปัจจัยจูงใจ (Motivation Factor) และปัจจัยสุขอนามัย หรือ ปัจจัยค้ำจุน (Hygiene Factor) ปัจจัยจูงใจ (Motivation Factor) เป็นปัจจัยที่เกี่ยวกับงานที่ปฏิบัติโดยตรง เป็นปัจจัยที่จูงใจให้บุคลากรในหน่วยงานเกิดความพึงพอใจ และปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ปัจจัยจูงใจมี 5 ประการ คือ

- 1) ความสำเร็จของงาน (Achievement)
- 2) การได้รับการยอมรับนับถือ (Recognition)
- 3) ความก้าวหน้าในตำแหน่งการงาน (Advancement)
- 4) ลักษณะงานที่ปฏิบัติ (Work Itself)
- 5) ความรับผิดชอบ (Responsibility)

Fitzgerald and Durant (Fitzgerald, R.M. and F. Durant, 1980) ให้แนวคิดความพึงพอใจว่า ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อบริการสาธารณะ (public service satisfactions) คือผลการประเมินการปฏิบัติงานด้านการให้บริการของหน่วยงานที่รับผิดชอบ โดยมีพื้นฐานจากการรับรู้ (perception) ถึงการส่งมอบการบริการที่แท้จริง และการประเมินผลนี้จะแตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของแต่ละบุคคลที่ได้รับเกณฑ์ (criteria) ที่แต่ละบุคคลตั้งไว้รวมทั้งการตัดสิน (judgment) ของบุคคลนั้น ด้วยการประเมินผลแบ่งออกได้เป็น 2 ด้าน คือ

ด้านอัตวิสัย (Subjective) ซึ่งเกิดจากการรับรู้ถึงการส่งมอบการบริการ

ด้านวัตถุวิสัย (objective) ซึ่งเกิดจากการได้รับปริมาณและคุณภาพการบริการ

สมิต สัชฌุกร (สมิต สัชฌุกร, 2542) กล่าวถึงความพึงพอใจของการบริการว่าจะเกิดความพึงพอใจมากน้อยเพียงใด ถ้าได้รับการบริการต่ำกว่าความคาดหวังทำให้เกิดความไม่พอใจ แต่ถ้าระดับผลของการบริการสูงกว่าความคาดหวัง ก็จะทำให้เกิดความพึงพอใจ แต่ถ้าผลที่ได้รับจากการบริการสูงกว่าความคาดหวังผู้ใช้ก็จะเกิดความประทับใจ ก็จะส่งผลให้ผู้ใช้กลับไปใช้บริการซ้ำอีก จึงกล่าวได้ว่าความพึงพอใจในการบริการ หมายถึง ภาวะการณ์แสดงออกถึงความรู้สึกในทางบวกของบุคคลอันเป็นผลมาจากการเปรียบเทียบ การรับรู้สิ่งที่ได้รับการบริการ ไม่ว่าจะเป็นการรับบริการหรือการให้บริการในระดับที่ตรงกับการรับรู้สิ่งที่คาดหวังเกี่ยวกับการบริหารนั้น ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับ ความพึงพอใจของผู้รับบริการและความพึงพอใจในงานของผู้ให้บริการ ระดับความพึงพอใจของผู้รับบริการแบ่งเป็น 2 ระดับคือ

ระดับที่ 1 ความพึงพอใจที่ตรงกับความคาดหวัง เป็นการแสดงความรู้สึกยินดีมีความสุขของผู้รับบริการ เมื่อได้รับการบริการที่ตรงกับความคาดหวัง เช่น ผู้ใช้จองหนังสือซื้อแล้วรวยก็ได้รับหนังสือซื้อดังกล่าวตามเวลาที่กำหนด พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่ก็ให้บริการได้รวดเร็ว

ระดับที่ 2 ความพึงพอใจที่เกินความคาดหวัง เป็นการแสดงความรู้สึกปลาบปลื้มใจหรือประทับใจของผู้รับบริการ เมื่อได้รับการบริการที่เกินความคาดหวังที่มีอยู่

ศิริวรรณ ศิริบุญและมาลินี วงษ์สิทธิ์ (ศิริวรรณ ศิริบุญและมาลินี วงษ์สิทธิ์, 2541) อ่างแนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจของลูกค้า (Customer Satisfacion) Philip Kotler แนวคิดเรื่องความพึงพอใจของลูกค้า ว่า ความพึงพอใจเป็นความรู้สึกหลังการซื้อของบุคคลหรือลูกค้า ซึ่งเป็นผลมาจากการเปรียบเทียบระหว่างการรับรู้ต่อการปฏิบัติงานของผู้ให้บริการ หรือประสิทธิภาพของสินค้า (Perceived Performance) กับการให้บริการที่ลูกค้าคาดหวัง โดยถ้าระดับของผลที่ได้รับจากสินค้าหรือบริการตรงกับความคาดหวังของลูกค้าจะทำให้ลูกค้าเกิดความพึงพอใจ (Satisfied Customer) และถ้าผลที่ได้รับจากสินค้าหรือบริการสูงกว่าความคาดหวังที่ลูกค้าตั้งใจไว้ก็จะทำให้ลูกค้าเกิด

ความประทับใจ (Delighted Customer) แต่ถ้าระดับผลที่ได้รับจากสินค้าหรือบริการต่ำกว่าความคาดหวังจะทำให้ลูกค้าเกิดความไม่พึงพอใจ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ

พรอนันต์ กิตติมั่นคง (พรอนันต์ กิตติมั่นคง, 2547) ศึกษาเปรียบเทียบความต้องการสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุในจังหวัดนครราชสีมา จำแนกตามภูมิลำเนาเขตเทศบาลนคร เขตเมือง และเขตชนบท กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งชายและหญิง จำนวน 400 คน สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือเป็นแบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ผลการวิจัย พบว่าความต้องการสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุในภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก ยกเว้นด้านที่อยู่อาศัยที่มีความต้องการในระดับปานกลาง เขตเทศบาลนครผู้สูงอายุมีความต้องการสวัสดิการสังคมในภาพรวมระดับมาก ด้านที่มีความต้องการมากที่สุดได้แก่ ด้านสุขภาพอนามัย เขตเมือง ผู้สูงอายุมีความต้องการสวัสดิการสังคมในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ด้านที่มีความต้องการมากที่สุด ได้แก่ ด้านนันทนาการ ผู้สูงอายุต้องการสวัสดิการสังคมในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ด้านที่มีความต้องการมากที่สุด ได้แก่ การแก้ไขปัญหาความยากจนและด้อยโอกาส เปรียบเทียบความต้องการสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุ ภาพรวมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่พบว่าเขตชนบทและเขตเมือง มีความแตกต่างกันโดยค่าเฉลี่ยความต้องการสวัสดิการสังคมในภาพรวมของผู้สูงอายุ ในเขตชนบทมากกว่าในเขตเมือง ความต้องการสวัสดิการสังคมด้านการศึกษา ด้านที่อยู่อาศัย และด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครราชสีมา จำแนกตามภูมิลำเนา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เขตชนบทกับเขตเมือง และเขตเทศบาลนครกับเขตเมืองค่าเฉลี่ยความต้องการสวัสดิการสังคมด้านการศึกษาด้านที่อยู่อาศัย และด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของผู้สูงอายุในเขตชนบทมากกว่าในเขตเมือง และในเขตเทศบาลนครมากกว่าในเขตเมือง ความต้องการสวัสดิการสังคมด้านนันทนาการของผู้สูงอายุ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ศุภภากร รุ่งอุดม (ศุภภากร รุ่งอุดม, 2547) ศึกษาผลของโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุบ้านเขานน จังหวัดภูเก็ต โดยวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มเดียว วัตถุประสงค์ หลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาได้แก่ผู้สูงอายุสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ บ้านเขานน ตำบลเทพกระษัตรี อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต จำนวน 30 คน ที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรม ทดลองปฏิบัติกับผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ใช้เวลาในการทดลอง 4 สัปดาห์ ๆ ละ 2 วัน พบว่า ผู้สูงอายุเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการครบทุกครั้งทุกคน ผู้สูงอายุพึงพอใจผลการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการทั้งด้านสุขภาพและด้านการจัดโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการ ในระดับมาก

สุวัฒน์ ช่างเหล็ก (สุวัฒน์ ช่างเหล็ก, 2547) ศึกษาการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ตำบลหนองบ่อ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยศึกษาลักษณะทั่วไปและระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีชื่ออยู่ในทะเบียนของสถานีอนามัย จำนวน 376 คน ใช้การสุ่มตัวอย่างง่าย โดยการจับฉลากได้กลุ่มตัวอย่าง 150 คน เครื่องมือ

เป็นแบบสัมภาษณ์ที่มีโครงสร้างและแบบสัมภาษณ์แบบปลายเปิด การรวบรวมข้อมูลใช้วิธีสัมภาษณ์เป็นรายบุคคล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ จำนวน และ ร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุระหว่าง 60 - 90 ปี นับถือศาสนาพุทธ มีปัญหาสุขภาพ เช่น อาการปวดบวมตามข้อ ขาดตามมือและเท้า ฟันหลุดหลายซี่ อารมณ์หงุดหงิด นอนไม่หลับ ปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพ แต่มีรายได้จากบุตรหลาน ซึ่งเพียงพอต่อการใช้จ่ายในเรื่องส่วนตัวของผู้สูงอายุเอง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษาปีที่ 4 อาศัยอยู่ในบ้านซึ่งเป็นของตนเอง มีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว อยู่ร่วมกับสมาชิกในจำนวน 1 - 5 คน ประกอบด้วยคู่สมรสและบุตรหลาน มีหน้าที่ทำงานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวเป็นอย่างดี ได้แก่ การปรนนิบัติอำนวยความสะดวกเมื่อมีธุระนอกบ้าน ให้ความเคารพเชื่อฟัง ลูกหลาน เยี่ยมเยียนตามเทศกาล ชื่อของกินของใช้ให้ การชวนพูดคุย ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาในระดับปานกลาง ส่วนการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อชุมชน การเข้าร่วมกิจกรรมทางการศึกษาและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในระดับน้อย

ขวัญฤทัย อิมสมโภช (ขวัญฤทัย อิมสมโภช, 2549) ศึกษาผลของศิลปะเพื่อการบำบัดต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค โดยการวิจัยเชิงทดลองเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการบำบัดและได้รับข้อมูลการเพิ่มคุณค่าในตนเอง กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุกลุ่มที่ได้รับข้อมูลการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองเพียงอย่างเดียว กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุหญิง ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ บ้านบางแค จำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างละ 15 คน โดยกลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมบำบัดครั้งละ 1 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ รวม 10 ครั้ง พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นเมื่อเทียบกับก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

นภัสนันท์ สินสุ (นภัสนันท์ สินสุ, 2550) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี โดยการวิจัยเชิงทดลองแบบกลุ่มเดียว ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง จำนวน 15 คน ทดลองโดยใช้กิจกรรมกลุ่มจำนวน 10 กิจกรรม จัดกิจกรรม 10 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า หลังการทำกิจกรรมกลุ่มผู้สูงอายุมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ไพฑูรย์ ดารา (ไพฑูรย์ ดารา, 2551) ได้ศึกษาประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาความรู้และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ อำเภอเมืองสระบุรี จังหวัดสระบุรี โดยมีความมุ่งเพื่อศึกษาประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาความรู้และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ อำเภอเมืองสระบุรี จังหวัดสระบุรี ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังจากทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้ลดลง แต่พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ กิจกรรมทางด้านร่างกาย โภชนาการ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล พัฒนาการทางจิตวิญญาณและการจัดการความเครียดดีกว่าก่อนได้รับโปรแกรมพัฒนาความรู้และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุพิชชา ชุ่มภาณี (สุพิชชา ชุ่มภาณี, 2551) ศึกษาผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุชายที่พักอาศัยอยู่ในสถานพักฟื้นคนชราบางเขน (มูลนิธิธารนุเคราะห์) กรุงเทพมหานคร จำนวน 34 คน ทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการทดลอง 8 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 45 นาที ถึง 1 ชั่วโมง พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด มีการเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตที่ดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีการเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตด้านสภาวะทางสังคมที่ดีกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีการเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตโดยรวมที่ดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จิราพัทธ์ แก้วศรีทอง (จิราพัทธ์ แก้วศรีทอง, 2553) ศึกษาผลการใช้โปรแกรมฝึกอบรมเรื่องศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค กรุงเทพมหานคร โดยการวิจัยเชิงทดลอง แบบ one - shot case study กลุ่มเป้าหมาย คือผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค ปี พ.ศ. 2553 ที่สมัครใจเข้ารับการฝึกอบรม จำนวน 15 คน โดยใช้โปรแกรมฝึกอบรมเรื่องศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ จัดกิจกรรมเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุมีคะแนนทักษะการปฏิบัติงานอยู่ในระดับดี และมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมฝึกอบรมทั้งด้านวิทยากร ด้านเวลาในการจัดฝึกอบรม ด้านวัสดุอุปกรณ์ ด้านการฝึกอบรม ด้านหัวข้อการฝึกอบรมอยู่ในระดับมาก

พรทิพย์ หมวดใหม่ (พรทิพย์ หมวดใหม่, 2553) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลอันเกิดจากการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามมาตรฐานของกรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น 6 ด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพและการรักษาพยาบาล ด้านรายได้ ด้านที่พักอาศัย ด้านนันทนาการ ด้านความมั่นคงทางสังคมและครอบครัว ผู้ดูแลและการคุ้มครอง และด้านการสร้างบริการและเครือข่ายการเกื้อหนุน พบว่า การจัดกิจกรรมด้านนันทนาการส่งผลดีต่อร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุในชุมชน ทำให้ไม่รู้สีกว่าเหงาและรู้สึกว่ามีคุณค่ามากขึ้น

เมตตา ยิ่งชัยภูมิ (เมตตา ยิ่งชัยภูมิ, 2554) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจต่อความสามารถในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในศูนย์สุขภาพชุมชนซับใหญ่ อำเภอซับใหญ่ จังหวัดชัยภูมิ โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสามารถในการดูแลตนเองของกลุ่มผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลอง และเพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการดูแลตนเองของกลุ่มผู้สูงอายุโรคเบาหวาน ก่อนและหลังการทดลอง รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยกึ่งทดลองก่อนและหลัง การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยใช้วิธีการแบบผสมผสาน ทั้งข้อมูลเชิงปริมาณและข้อมูลเชิงคุณภาพ ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังจากทดลอง ผู้สูงอายุโรคเบาหวานมีความสามารถในการดูแลตนเอง โดยรวมด้านการควบคุมอาหาร ด้านการออกกำลังกาย และด้านการดูแลสุขภาพจิตมากกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ลัดดาวรรณ กอมณีย์ (ลัดดาวรรณ กอมณีย์, 2554) ได้ศึกษาการประยุกต์กระบวนการกลุ่มและแรงจูงใจเพื่อพัฒนาทักษะการจัดการชมรมผู้สูงอายุ ตำบลคำโพน อำเภอปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาการพัฒนาทักษะการจัดการชมรมผู้สูงอายุ โดยประยุกต์กระบวนการกลุ่มและแรงจูงใจ เพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะการจัดการชมรมผู้สูงอายุ ตำบลคำโพน อำเภอปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ ผลการวิจัย พบว่า ภายหลังจากทดลอง กลุ่ม

ทดลองมีทักษะในการจัดการชมรมผู้สูงอายุ ด้านการสื่อสารประชาสัมพันธ์ การเป็นนักเจรจาต่อรอง การสอนงาน การเป็นผู้สร้างทีมงาน การบริหารงานแบบทีม ความสามารถในการแก้ปัญหาด้านเทคนิค การให้คำปรึกษาและตัดสินใจ เพิ่มขึ้นก่อนการทดลอง และมากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีการพัฒนาการจัดการในชมรมผู้สูงอายุด้านการวางแผน การจัดการองค์กร การนำ การควบคุม มากกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วีรลพัชร สีสุมาตย์ (วีรลพัชร สีสุมาตย์, 2554) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลโนนศิลาเลิง อำเภอหนองชัย จังหวัดกาฬสินธุ์ โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลโนนศิลาเลิง อำเภอหนองชัย จังหวัดกาฬสินธุ์ ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพทั้ง 6 ด้าน มากกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. งานวิจัยต่างประเทศ

Beal (Beal, R. K., 1986) ศึกษาผลกระทบของการเดินรำหรือโปรแกรมการเคลื่อนไหว ต่อการปรับปรุงสำหรับผู้สูงอายุที่ออกกำลังกาย ที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป โดยการทดลอง กลุ่มเดียว สัมภาษณ์หลังทดลอง พบว่า โปรแกรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุช่วยส่งเสริมการทำงานทั้งด้านร่างกายและจิตใจให้ดีขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการออกกำลังกายแบบเข้าจังหวะของกลุ่มกล้ามเนื้อใหญ่ ช่วยลดความวิตกกังวลและความกดดัน

Freysinger and Nevius (Freysinger, V.J. and Nevius, C., 1992) ได้ศึกษาการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างและความมั่นใจในตนเองในผู้สูงอายุ ซึ่งการศึกษานี้ เพื่อสำรวจว่า กิจกรรมการใช้เวลาว่างของบุคคลอาจทำให้พวกเขามีความรู้สึกเกี่ยวกับความเพียงพอและความมั่นใจในตนเอง และซึ่งความรู้สึกเหล่านี้จะทำให้ผู้สูงอายุมีขวัญและกำลังใจเพิ่มมากขึ้นหรือไม่ การวิเคราะห์เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมและความมั่นใจในตนเองระหว่างกลุ่มของชุมชนที่อยู่อาศัยของบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป ทั้งชายและหญิง จำนวน 663 คน ซึ่งแบ่งเป็นเพศชาย 283 คน และเพศหญิง 380 คน ในปี ค.ศ. 1975 ถึง ค.ศ. 1981 ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมและความมั่นใจในตนเอง (เบต้า = .33; $p = .000$) อายุ ภาวะทางสุขภาพ และสภาวะการจ้างงานมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับทั้งการเข้าร่วมกิจกรรมและความมั่นใจในตนเอง การวิเคราะห์ ส่วนมากมีความต้องการที่จะค้นคว้าการมีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรและทิศทางของความสัมพันธ์ของกิจกรรมและความมั่นใจในตนเอง

Memurdo and Burnett (Mcmurdo, M. E. and L. Burnelt., 1992) ศึกษาผลของการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ โดยการวิจัยแบบทดลอง 2 กลุ่มและวัดก่อนหลังการทดลองกับผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 - 81 ปี และสมัครใจเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 88 คน โดยกลุ่มทดลองจะได้รับโปรแกรมการออกกำลังกายแบบแอโรบิก สัปดาห์ละ 3 วัน ๆ ละ 20 นาทีเป็นเวลา 32 สัปดาห์ ส่วนกลุ่มควบคุม จะได้รับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายแบบแอโรบิกใช้เวลาเท่ากัน ประเมินโดยวัดระดับสมรรถภาพทางกาย ได้แก่ อัตราชีพจร ความดันโลหิตความแข็งแรงของขาและหลัง ความอ่อนตัวของกระดูกสันหลัง การควบคุมอารมณ์ และการรับรู้สภาวะสุขภาพ ผลการทดลอง พบว่า กลุ่มทดลอง มีคะแนนสมรรถภาพทางกาย การรับรู้สภาวะสุขภาพ ความพึงพอใจในชีวิต ดีกว่ากลุ่มควบคุม

Bollin et al. (Bollin, S., E. Judith, Voelkl and C. Lapidus., 1998) ศึกษาการจัดโปรแกรมนันทนาการเฉพาะบ้านแบบอิสระ โดยการใช้โปรแกรมนันทนาการ ที่มีลักษณะยืดหยุ่นตามความต้องการของผู้ใช้โปรแกรมจัด เป็นเวลา 6 สัปดาห์ กับชายชราอายุ 89 ปี จำนวน 28 คน ซึ่งเป็นโรคเครียด และมีอาการซึมเศร้า พบว่า หลังการเข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการ โรคเครียด และโรคซึมเศร้ามลดลง

Tsai and Wu (Tsai, C. Y. and M. T. Wu., 2005) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างและการได้รับความเข้าใจในควมมีสุขภาพดีของผู้สูงอายุในประเทศไต้หวัน เป็นการสำรวจอิทธิพลของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างที่มีผลต่อมิติของการได้รับความเข้าใจในควมมีสุขภาพดี ซึ่งประกอบไปด้วย จิตวิทยา อารมณ์ สังคม ร่างกาย จิตวิญญาณ สติปัญญา และการได้รับความเข้าใจในควมมีสุขภาพดี กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุจากตอนใต้ของประเทศไต้หวัน จำนวน 394 คน ตัวแปรที่ได้ศึกษา คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษาและการรับรู้เกี่ยวกับสภาวะทางเศรษฐกิจ ผลการศึกษา พบว่า มีความสัมพันธ์กันระหว่างการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง และในแต่ละมิติของการได้รับความเข้าใจในควมมีสุขภาพดี และระหว่างการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างและการได้รับความเข้าใจในควมมีสุขภาพดีในภาพรวม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ ($p = 0.003$)

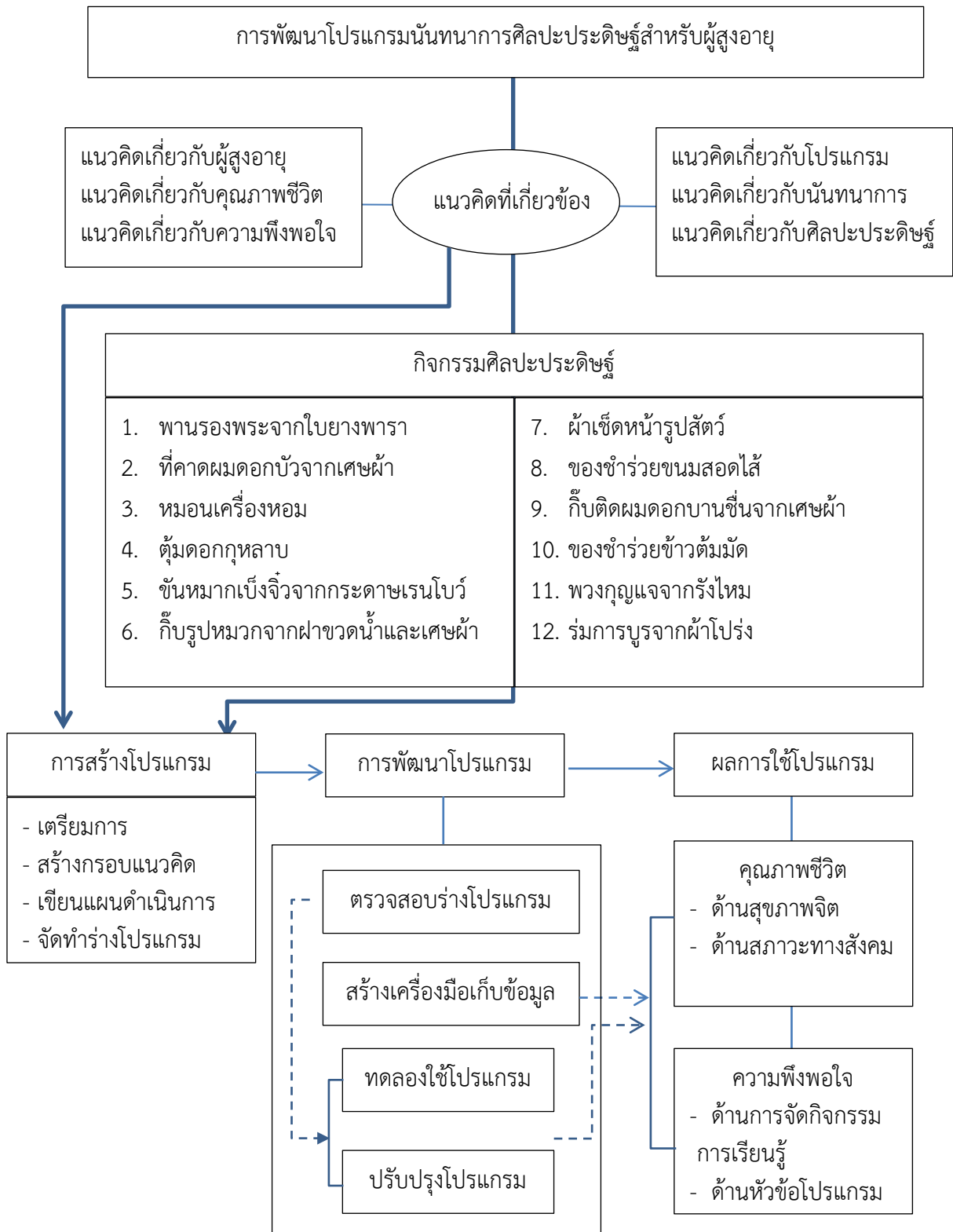
Onishi et al. (Onishi et al., 2006) ได้ศึกษาเรื่อง “กิจกรรมนันทนาการที่เป็นที่พอใจของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชุมชน” เพื่อค้นหาความชัดเจนของกิจกรรมนันทนาการที่ผู้สูงอายุชอบที่จะเข้าร่วม และเพื่อสำรวจความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมเหล่านั้นและคุณภาพชีวิตโดยใช้แบบสอบถามส่งไปยังผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไปอาศัยอยู่ในชุมชนชนบทของประเทศญี่ปุ่น ผลการศึกษาพบว่า การสนทนากับครอบครัวหรือกับเพื่อนบ้านได้แสดงความมีนัยสำคัญที่เกี่ยวเนื่องกับคะแนนของความ สุข แต่มีกิจกรรมเพียงเล็กน้อยที่แสดงให้เห็นถึงความเกี่ยวเนื่องกับคะแนนของศีลธรรมและความเพลิดเพลิน ผลการวิเคราะห์การถดถอยได้บ่งชี้ว่าระหว่างความเพลิดเพลินในการออกกำลังกาย ความลำบากในการบริการการเงิน และระหว่างความเพลิดเพลินที่ได้รับจากการดูโทรทัศน์ เป็นตัวแปรที่มีนัยสำคัญในการทำนายคะแนนของความ สุข ผลลัพธ์แสดงให้เห็นว่าระหว่างความเพลิดเพลินของผู้สูงอายุที่ได้รับประสบการณ์เมื่อเข้าร่วมในกิจกรรม มีนัยสำคัญกับความ สุขของผู้สูงอายุ ผลลัพธ์เหล่านี้สามารถช่วยให้เกิดความเข้าใจได้ในการสนับสนุนกิจกรรมที่หลากหลายให้แก่ผู้สูงอายุ

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ มีประเด็นที่จะนำมาใช้ในการจัดทำกรอบการวิจัยได้ดังนี้

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องประกอบด้วยเนื้อหาเกี่ยวกับโปรแกรม นันทนาการ ศิลปะ-ประดิษฐ์ ผู้สูงอายุ คุณภาพชีวิต และความพึงพอใจ

แนวคิดเกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์ที่จะนำมาใช้ในการจัดกิจกรรม ประกอบด้วยประเด็นเกี่ยวกับ พานรองพระจากใบยางพารา หมอนเครื่องหอม ตุ่มดอกกุหลาบ ชันหมากเบ็งจิว จากกระดาษเรนโบว์ ผ้าขนหนูรูปสัตว์ กีบติดหมดอกบานขึ้นจากเศษผ้า กีบรูปหมวกจากเศษผ้าและผ้าขดน้ำ ของชำร่วยขนมสอดไส้ ที่คาดหมดอกบัวจากเศษผ้า ของชำร่วยข้าวต้มมัด พวงกุญแจจากรังไหม ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง

หลักการดำเนินการเกี่ยวกับ การสร้างโปรแกรม การพัฒนาโปรแกรม และการศึกษา ผลการใช้โปรแกรม แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย ด้วยภาพประกอบ ดังนี้



ภาพประกอบที่ 2.9 กรอบแนวคิดการวิจัยเรื่องการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาโปรแกรมเน้นหนทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ดำเนินการศึกษาในลักษณะการวิจัยและพัฒนา (The Research and Development : R&D) ในแบบของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีทั้งในส่วนของการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ด้วยการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง และการวิจัยภาคสนาม (Field Research) ด้วยการสังเกต สัมภาษณ์ และการสำรวจด้วยแบบสอบถาม ประเด็นในการนำเสนอวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

การออกแบบการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การนำเสนอโปรแกรมและการนำโปรแกรมไปใช้

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

การออกแบบการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัยแบบการวิจัยและพัฒนา (R&D) ที่นำมาใช้ในการศึกษาการพัฒนาโปรแกรมเน้นหนทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุนี้ เพื่อใช้ในการสร้างโปรแกรม การพัฒนาโปรแกรม และการประเมินผลโปรแกรม ดังนี้

1. การวิจัยเอกสาร (Documentary Research_ R1)

เป็นการศึกษาเอกสาร (Documentary Study) จากเอกสาร หนังสือ ตำรา และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ เชิงเนื้อหาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ โปรแกรมเน้นหนทางการ ศิลปะประดิษฐ์ ผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมเรียนรู้ คุณภาพชีวิต และความพึงพอใจ

การศึกษาเอกสารนี้ ใช้เพื่อการศึกษาในขั้นการสร้างโปรแกรม ซึ่งเป็นการเตรียมการ และนำไปสู่กิจกรรมการสร้างโปรแกรม (Development_D1) ด้วยการการสังเคราะห์แนวคิด เขียนแผนดำเนินการ และจัดทำร่างโปรแกรมนั้นหนทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

2. วิจัยภาคสนาม (Field Research_ R2, R3)

การวิจัยภาคสนาม เป็นการดำเนินการวิจัยทั้งการวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงปริมาณ ใช้ศึกษาในขั้นการพัฒนาโปรแกรม ด้วยการตรวจสอบและทดลองใช้โปรแกรม นำไปสู่การปรับปรุงโปรแกรม (Development_D2, D3) ดังนี้

- (1) การตรวจสอบโปรแกรมฉบับร่าง
ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน
- (2) การทดลองใช้โปรแกรมกับผู้สูงอายุ
การทดลองใช้ครั้งที่ 1 กับผู้สูงอายุ 1 คน
การทดลองใช้ครั้งที่ 2 กับผู้สูงอายุ 20 คน
- (3) การประเมินผลการใช้โปรแกรม
กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 30 คน

ขั้นตอนการทดลองใช้โปรแกรมนั้นหนทางการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1. กำหนดแบบแผนการทดลองใช้โปรแกรม โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบแผนที่ 1 ศึกษากลุ่มเดียว วัตถุประสงค์การทดลอง The One-Shot Case Study (ยูทง โภยวรรณ, 2545) เป็นแบบแผนการทดลองที่มีลักษณะดังนี้

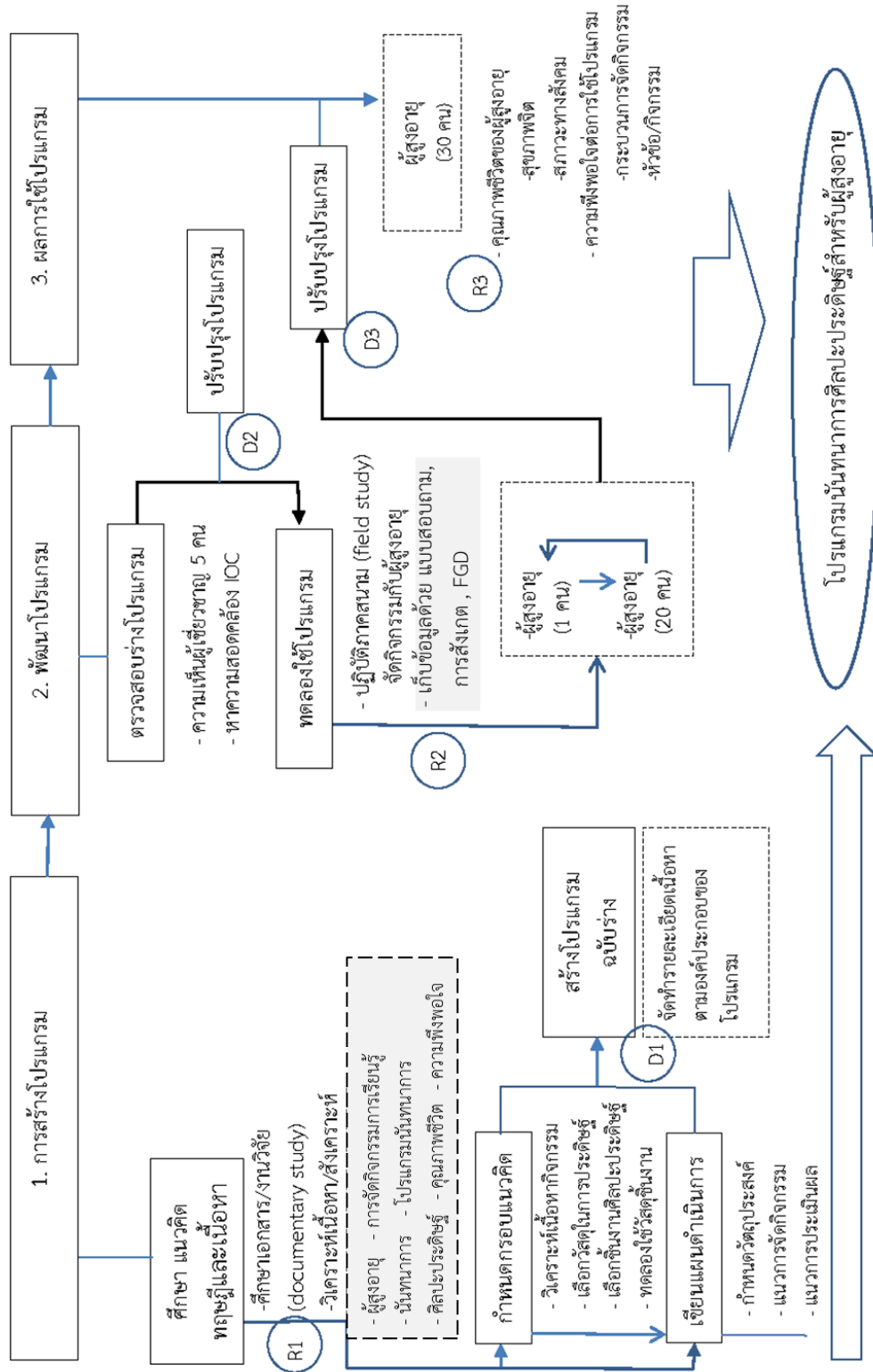
ตารางที่ 3.1 แสดงแบบแผนการทดลอง

ทดลอง (Treatment)	ทดสอบหลัง (Posttest)
X	O

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการทดลอง

- X หมายถึง ตัวแปรอิสระหรือสิ่งทดลองที่ผู้วิจัยกำหนดให้แก่กลุ่มทดลอง
- O หมายถึง การวัดตัวแปรตาม

แสดงกรอบแนวคิด การดำเนินการวิจัยและพัฒนา (R&D) ดังนี้



ภาพประกอบที่ 3.1 กรอบแนวคิดการดำเนินการวิจัยและพัฒนา (R&D) เรื่อง การพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร และกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย มีดังนี้

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้สูงอายุในชมรมสถานีกาชาดที่ 7 และ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกอยู่ในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดอุบลราชธานี ในปีงบประมาณ พ.ศ. 2554 – 2556 จำนวน 147 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้สูงอายุในชมรมสถานีกาชาดที่ 7 และ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกอยู่ในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดอุบลราชธานี ในปีงบประมาณ พ.ศ. 2554 - 2556 ที่มีความสนใจ และสมัครใจเข้าเรียนรู้ตามโปรแกรมเน้นพัฒนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ สำหรับทดลองใช้ จำนวน 20 คน สำหรับศึกษาผลการใช้โปรแกรม จำนวน 30 คน โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่างเจาะจง (purposive sampling) ได้แก่กลุ่มผู้สมัครเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด

การเจาะจงกลุ่มตัวอย่าง มีรายละเอียดดังนี้

2.1 กลุ่มตัวอย่างสำหรับการทดลองใช้โปรแกรม จำนวน 20 คน

เป็นผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 โดยผู้วิจัยประสานไปยัง ประธานชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี (นางทองศรี บุตรศรี) เพื่อสอบถามและสำรวจความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรม หลังจากนั้นชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 ได้จัดทำหนังสือขอความอนุเคราะห์จัดกิจกรรมมายังสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ตามหนังสือชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 จังหวัดอุบลราชธานี ที่ ชส.กช.7/13/2553 ลงวันที่ 1 กันยายน 2553 โดยนัดหมายผู้สูงอายุในชมรมชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 จำนวน 20 คน เข้าร่วมกิจกรรมทุกวันพุธที่ 1 ของเดือนโดยเริ่มจัดกิจกรรมในปีงบประมาณ พ.ศ. 2554 ตั้งแต่เดือนตุลาคม 2553 ถึง กันยายน 2554 ระยะเวลา 12 เดือน มีผู้สมัครเข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 20 คน (การจัดกิจกรรมเป็นรายเดือนนี้เป็นความต้องการของผู้สูงอายุ ซึ่งมีการนัดหมายพบกันเป็นประจำทุกเดือนอยู่แล้ว เนื่องจากไม่ต้องการออกจากบ้านบ่อย ๆ ด้วยสาเหตุหลายประการ เช่น การไปมาต้องเป็นภาระลูกหลานมารับมาส่ง ห่วงบ้าน ห่วงหลาน เจ็บป่วย เป็นต้น)

2.2 กลุ่มตัวอย่างสำหรับการศึกษาผลการใช้โปรแกรม จำนวน 30 คน

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยผู้วิจัยได้จัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion_FGD) สำรวจความต้องการผู้สูงอายุ โดยเชิญประธาน กรรมการ และเลขานุการชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เข้าร่วมประชุมในวันที่ 11 มิถุนายน 2555 ณ ห้องประชุม 111 สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เพื่อวางแผนและพิจารณาโปรแกรมและกำหนดวันจัดกิจกรรมร่วมกัน มีผู้เข้าร่วมประชุมจำนวน 21 คน ภายหลังจากฟังคำชี้แจง ผู้สูงอายุในชมรมฯ ทำหนังสือขอความอนุเคราะห์จัดกิจกรรมและจัดส่งรายชื่อผู้สูงอายุที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรม มายังสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ผู้วิจัยดำเนินการขออนุญาตจัดกิจกรรมและจัดทำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรม เพื่อขออนุมัติ โดยใช้งบประมาณโครงการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษา-

ตามอรรถาธิบายร่วมกับภาคีเครือข่าย ปีงบประมาณ พ.ศ. 2556 ของสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และดำเนินการตามแผนการจัดกิจกรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1. โปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
2. แบบสอบถาม ประกอบด้วย
 - 2.1 แบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ชุมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
 - 2.2 แบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ชุมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

1. การสร้างโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

โปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยมีขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

1.1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน แนวคิด ทฤษฎี และเนื้อหา (Documentary Study) จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับประเด็นต่อไปนี้

- 1) แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ
 - ความหมายและการแบ่งกลุ่มของผู้สูงอายุ
 - ปัญหาของผู้สูงอายุและแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ
 - ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ
 - การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ การเรียนรู้ในผู้สูงอายุ การจัดสถานการณ์การเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ วิธีการให้ความรู้กับผู้สูงอายุ
- 2) แนวคิดเกี่ยวกับนันทนาการ
 - ความหมายของนันทนาการ
 - ประโยชน์และคุณค่าของนันทนาการ
 - ประเภทของนันทนาการ
- 3) แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรม
 - ความหมายของโปรแกรม
 - แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน
 - การพัฒนาโปรแกรมและการวางแผนการเรียนรู้
 - แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมนันทนาการ
 - หลักการสร้างโปรแกรมนันทนาการ
- 4) ความรู้เกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์
 - ความหมายของศิลปะประดิษฐ์

- ประเภทของงานประดิษฐ์
- 5) แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต
 - ความหมายของคุณภาพชีวิต
 - องค์ประกอบคุณภาพชีวิต
 - แนวคิดทางด้านสุขภาพจิต
 - แนวคิดทางด้านสภาวะทางสังคม
 - การประเมินคุณภาพชีวิต
- 6) แนวคิดความพึงพอใจ
 - ความหมายของความพึงพอใจ

1.2 ดำเนินการวิเคราะห์และสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรม การเขียนแผนดำเนินการ เพื่อนำไปสู่การสร้างโปรแกรมฉบับร่าง ดังนี้

1.2.1 การกำหนดกรอบแนวคิด ดำเนินการ ดังนี้

- 1.2.1.1 วิเคราะห์เนื้อหากิจกรรม
- 1.2.1.2 เลือกวัสดุอุปกรณ์ในการประดิษฐ์
- 1.2.1.3 เลือกชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์
- 1.2.1.4 ทดลองประดิษฐ์ชิ้นงานนั้นๆ

1.2.2 การเขียนแผนการดำเนินการ ได้แก่

- 1.2.2.1 กำหนดวัตถุประสงค์
- 1.2.2.2 แนวทางการจัดกิจกรรม
- 1.2.2.3 แนวทางการประเมินผล

1.3 สร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ฉบับร่าง ดำเนินการจากการกำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรม ประกอบด้วยประเด็น ดังต่อไปนี้

1.3.1 สภาพปัญหาความจำเป็น ความต้องการของผู้สูงอายุในการดำเนินกิจกรรม โดยการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion_FGD) สำหรับใช้ในโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 3.2 แสดงข้อมูลการศึกษาความต้องการของผู้สูงอายุในการดำเนินกิจกรรมโดยการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion)

ประเด็นคำถาม	ความต้องการของผู้สูงอายุในการดำเนินกิจกรรม
1. ท่านคิดว่ากิจกรรมที่สถาบัน กศน. ควรจัดให้แก่สมาชิกชมรมผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมหลักอะไรบ้าง (รายละเอียดการจัดกิจกรรมในโปรแกรมฯ)	<p>ต้องการให้จัดกิจกรรมเกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์ ได้แก่</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) การทำของชำร่วย 2) การทำเครื่องบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ 3) ของใช้หรือของประดับ 4) เครื่องหอมต่างๆ <p>หรือกิจกรรมอื่น ๆ ตามที่วิทยากรเห็นว่าเกี่ยวข้องกับศิลปะประดิษฐ์</p>

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

2. กิจกรรมตามความต้องการนั้นควรจัดอย่างไร	กิจกรรมที่จัดควรใช้ระยะเวลาสั้น ๆ มีขั้นตอนไม่ยุ่งยากมากนัก และควรจัดให้เฉพาะสมาชิกที่สมัครใจหรือสนใจเข้าร่วมกิจกรรมเท่านั้น เพื่อไม่เป็นการบังคับ
3. สถานที่จัดควรเป็นที่ไหน	สถานที่จัดควรเป็นที่ชมรมผู้สูงอายุ หรือที่ได้ก็ได้ตามความเหมาะสม
4. เวลาที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรม	การจัดกิจกรรมควรจัดในวันที่สมาชิกร่วมกันเป็นประจำทุกเดือน เช่นทุกวันพฤหัสบดีที่ 3 ของเดือน
5. จากกิจกรรมหลัก (ข้อ 1) ควรมีกิจกรรมย่อยอะไรบ้าง	<p>ควรมีกิจกรรมย่อย 12 กิจกรรม ดังนี้</p> <p>การทำของชำร่วย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้ 2) การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด 3) การประดิษฐ์เหรียญโปรยทาน <p>การทำเครื่องบูชาสิ่งศักดิ์สิทธิ์</p> <ol style="list-style-type: none"> 4) การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา 5) การประดิษฐ์ขันหมากเบ็งใบตอง <p>ของใช้หรือของประดับ</p> <ol style="list-style-type: none"> 6) การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า 7) การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า 8) การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า 9) การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ 10) การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์ <p>เครื่องหอมต่างๆ</p> <ol style="list-style-type: none"> 11) การประดิษฐ์ถุงบุหงารำไปดอกไม้สด 12) การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง

1.3.2 หลักการของโปรแกรม เป็นโปรแกรมนันทนาการที่สามารถพัฒนาสุขภาพจิตและสภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุได้

1.3.3 วัตถุประสงค์ของโปรแกรม คือ เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตและสภาวะทางสังคม และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ของผู้สูงอายุโดยใช้ศิลปะประดิษฐ์

1.3.4 หัวข้อกิจกรรมในโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นเนื้อหาเกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์ที่นำมาจัดเป็นกิจกรรมย่อย ภายใต้โปรแกรมนันทนาการ

1.3.5 วันเวลาในการจัดกิจกรรม โดยกำหนดเวลาที่ยืดหยุ่นตามความต้องการของผู้สูงอายุ

1.3.6 รูปแบบและลักษณะการจัดกิจกรรม เป็นรูปแบบการจัดการศึกษาตามอัธยาศัย โดยการจัดประสบการณ์ บุคคล และแหล่งเรียนรู้ให้ง่ายต่อการเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเน้นความผ่อนคลายสอดคล้องกับสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ

1.3.7 การประเมินผล ไม่เน้นการประเมินทักษะปฏิบัติ แต่เน้นการประเมินเฉพาะด้านจิตใจ ด้านสภาวะทางสังคม และความพึงพอใจของผู้สูงอายุหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม

1.4 สร้างโปรแกรม ฉบับร่าง ต่อเนื่องจากการสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีและหลักการที่เกี่ยวข้องกับหลักการพัฒนาโปรแกรม นันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์ การเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยกำหนดองค์ประกอบของโปรแกรมให้สมบูรณ์พร้อมรายละเอียดการจัดกิจกรรมภายในโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยมี 9 องค์ประกอบ ได้แก่

- 1) ชื่อโปรแกรม
- 2) วัตถุประสงค์
- 3) กลุ่มเป้าหมาย
- 4) หัวข้อกิจกรรม
- 5) จำนวนชั่วโมงที่จัดกิจกรรม
- 6) วันและเวลาในการจัดโปรแกรม
- 7) สถานที่
- 8) ลักษณะการจัดกิจกรรม
- 9) ตารางการจัดกิจกรรม

1.5 กำหนดองค์ประกอบภายในหัวข้อกิจกรรมจากการสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีและหลักการที่เกี่ยวข้องกับหลักการพัฒนาโปรแกรม นันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์ การเรียนรู้ของผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

- 1) สาระสำคัญ
- 2) จุดประสงค์การเรียนรู้
- 3) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม
 - ชี้นำ
 - ขั้นตอนจัดการเรียนรู้
 - สรุป
- 4) สื่อการเรียนรู้
- 5) การวัดและประเมินผล
- 6) บันทึกผลการจัดการเรียนรู้
- 7) ใบความรู้

1.6 พัฒนาโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ในขั้นนี้เป็น การประเมินความเหมาะสมของโปรแกรม ด้วยวิธีการ

การตรวจสอบโปรแกรมฉบับร่าง

การทดลองใช้โปรแกรม

การปรับปรุงโปรแกรม

1.6.1 การตรวจสอบโปรแกรมฉบับร่าง เป็นการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ โดยการประเมิน 2 ลักษณะ คือการประเมินความเหมาะสม และการประเมินความสอดคล้องของ โปรแกรม ดังนี้

1.6.1.1 การประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมฉบับร่าง โดยพิจารณา สภาพปัญหาความจำเป็น ปรัชญาของโปรแกรม วัตถุประสงค์ของโปรแกรม หัวข้อโปรแกรม ระยะเวลา ในการจัดกิจกรรม รูปแบบและลักษณะการจัดกิจกรรม และการประเมินผล ผลการประเมิน ความเหมาะสมของโปรแกรมฉบับร่างโดยผู้เชี่ยวชาญ ภาพรวมโปรแกรมมีความเหมาะสมในระดับ มาก ($\mu = 4.35$, $\sigma = .09$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความเหมาะสมในระดับมาก ถึง มากที่สุด

1.6.1.2 การประเมินความสอดคล้องของโปรแกรมฉบับร่าง และเครื่องมือ วิจัย โดยพิจารณาแต่ละองค์ประกอบ ได้แก่ สภาพปัญหาความจำเป็นในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ วัตถุประสงค์ หัวข้อกิจกรรมภายในโปรแกรม กลุ่มเป้าหมาย ชั่วโมง ระยะเวลาในการจัด กิจกรรม รูปแบบและลักษณะการจัดกิจกรรม และการประเมินผล มีความสอดคล้องกันเพียงใด ทำ การประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาและนันทนาการ ผู้เชี่ยวชาญ ด้านการวิจัยและการวัดและประเมินผลการศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา ผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะ- ประดิษฐ์ และผู้เชี่ยวชาญด้านการผลิตและพัฒนาสื่อการศึกษา ผลการประเมินความสอดคล้อง โครงสร้างโปรแกรมของผู้เชี่ยวชาญ โดยภาพรวม มีความสอดคล้องกัน มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ระหว่าง 0.60 - 1.00

1.6.2 การทดลองใช้โปรแกรม

การทดลองใช้โปรแกรมครั้งที่ 1

เป็นการนำโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุไปศึกษา ความเหมาะสม สภาพปัญหา ข้อบกพร่องต่าง ๆ ของโปรแกรมและกระบวนการจัดกิจกรรม และ ความเอื้ออำนวยของชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์ โดยทดลองกับผู้สูงอายุที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง คือเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 1 คน เป็นผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุวัดบ้านนาคำ หมู่ 15 ตำบลขามใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

การทดลองใช้โปรแกรมครั้งที่ 2

เป็นการนำโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน จากชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 อำเภอเมืองอุบลราชธานี เพื่อศึกษาความเหมาะสมปัจจัย สภาพปัญหา และข้อบกพร่องต่าง ๆ ของโปรแกรม

1.6.3 การปรับปรุงโปรแกรม

การปรับปรุงโปรแกรมตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

จากการนำโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุให้ผู้เชี่ยวชาญประเมินความเหมาะสม และการประเมินความสอดคล้องของโปรแกรม ผู้วิจัยได้นำมาปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ดังตารางที่ 3.3

ตารางที่ 3.3 แสดงข้อมูลการปรับปรุงโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ	สิ่งที่ผู้วิจัยปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ
ใบความรู้ควรเพิ่มความเป็นมาหรือประวัติหรือบอกเล่าเรื่องราวของสิ่งที่จะประดิษฐ์ก่อนเข้าสู่ขั้นตอนการฝึกปฏิบัติทำชิ้นงาน	เพิ่มความรู้ประวัติความเป็นมาของงานประดิษฐ์นั้น ๆ เช่น การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา เพิ่มเติมความรู้เรื่องใบยางพาราและขั้นตอนการทำให้ใบยางพาราให้เหลือแต่เยื่อเป็นใบบางเพื่อนำมาใช้ในงานประดิษฐ์
ใบความรู้ควรพิมพ์ตัวหนังสือขนาดใหญ่	ปรับขนาดตัวอักษรในใบความรู้จาก 16 พ้อยท์ เป็น 18 พ้อยท์
ใบความรู้ถ้าสามารถพิมพ์ภาพสีได้จะดีมาก	ปรับใบความรู้จากพิมพ์เอกสารขาวดำ เป็นพิมพ์สี
ภาพในใบความรู้ควรอธิบายทุกภาพทุกขั้นตอน แทนการเขียนเรียงเป็นลำดับข้อแล้วดูภาพประกอบ	ปรับคำอธิบายรูปภาพในใบความรู้จากการเรียงรูปภาพก่อนแล้วมาอธิบายพร้อมกัน เป็นอธิบายใต้ภาพทุกภาพที่ละขั้นตอน
ให้ลดเวลาในการจัดกิจกรรมจาก 3 ชั่วโมง เป็นใช้เวลาไม่เกิน 2 ชั่วโมง	เวลาในการจัดกิจกรรมตามแผนที่กำหนดไว้เพื่อการเตรียมความพร้อมของผู้สูงอายุด้วย จึงลดคงเหลือไว้เฉพาะเวลาในการจัดกิจกรรมจริง โปรแกรมละ 2 ชั่วโมง
ควรใช้คำที่สื่อความหมายในแนวทางเดียวกัน เช่น คำว่าปิ่นกาว หรือปิ่นยิ้งกาวจะใช้คำไหนก็ให้ใช้คำนั้น เป็นต้น	ตรวจสอบโปรแกรมย่อยทุกหัวข้อเพื่อปรับคำเรียกวัสดุอุปกรณ์ให้เหมือนกันทุกหัวข้อโปรแกรม
ควรเพิ่มแบบบันทึกการเรียนรู้ของผู้สูงอายุไว้ด้วย	ศึกษารูปแบบการทำแบบบันทึกการเรียนรู้แล้ว ออกแบบเพิ่มเติมไว้ในโปรแกรม

การปรับปรุงโปรแกรมจากการทดลองใช้โปรแกรมครั้งที่ 1

ผลการใช้โปรแกรม ผู้สูงอายุสามารถประดิษฐ์ชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์ตามโปรแกรม ได้ทุกชิ้นงาน และมีความพึงพอใจและภูมิใจกับผลงานที่ประดิษฐ์ได้ มีข้อเสนอแนะว่าควรจัดให้แก่ผู้สูงอายุต่อไป มีคำคิดที่พบในใบความรู้บ้างเล็กน้อย

การปรับปรุงโปรแกรมจากการทดลองใช้โปรแกรมครั้งที่ 2

ข้อเสนอแนะของผู้สูงอายุจากการทดลองใช้โปรแกรมครั้งที่ 2 มีประเด็นนำมาปรับปรุงโปรแกรม ดังนี้

1) การประดิษฐ์ถุงบุหงารำไปดอกไม้สด ผู้สูงอายุให้ข้อเสนอแนะว่า ขั้นตอนวิธีการผสมบุหงารำไป โดยใช้ดอกไม้สดผสมกับน้ำอบน้ำหอมนั้น ผู้สูงอายุไม่ได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ในคราวต่อไปอยากทำก็จะจำไม่ได้ว่าทำอย่างไร ขอให้ปรับเป็นของแห้งที่สามารถเก็บไว้ได้นาน ๆ นำไปวาดลูกกลานได้

2) การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง ขั้นตอนการประดิษฐ์ใช้เวลาาน ยางใบตองเปื้อนเสื้อผ้า ผู้สูงอายุมีเวลาไม่มากในการประดิษฐ์ ต้องรีบกลับ จึงทำให้ทำไม่เสร็จ และต้องทำแบบรีบ ๆ จึงทำให้งานออกมาไม่สวย ทำให้เกิดความเครียด ที่เห็นเพื่อนบางคนทำเสร็จ และใบตองสดไม่สามารถเก็บไว้ได้นาน ๆ ขอให้ปรับเปลี่ยนเป็นใบตองเทียม หรือกระดาษ หรือผ้าแทนจะดีมาก

3) การประดิษฐ์เหรียญโปรยทาน ผู้สูงอายุให้ข้อเสนอแนะว่าเหรียญโปรยทาน นี้มีขั้นตอนการประดิษฐ์ที่ยุ่งยาก ถึงจะไม่ได้ใช้อุปกรณ์อะไรมาก แต่ขั้นตอนการพับสับสน จำไม่ได้ ถึงแม้จะมีใบความรู้ไว้ให้ดูประกอบเป็นขั้นตอนก็ตาม และวิทยากรก็ต้องคอยสอนทีละคนจึงไม่มีเวลาไปดูและผู้สูงอายุรายอื่น ทำให้ต้องรอวิทยากรมาบอก ทำให้เสียเวลา และผู้สูงอายุไม่มีความอดทนในการรออะไรได้นาน ๆ ทำให้หงุดหงิด ควรปรับเป็นของชำร่วยอย่างอื่นที่ใช้ในงานบุญ

ตารางที่ 3.4 แสดงผลการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) ภายหลังกการทดลองใช้โปรแกรมเน้นทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ครั้งที่ 2

ประเด็นคำถาม	ข้อความความคิดเห็นของผู้สูงอายุ
1. เหตุใดจึงสมัครเข้าร่วมกิจกรรมนี้	<ul style="list-style-type: none"> - เห็นหัวข้อโปรแกรมแล้วมีความน่าสนใจ - ชื่อชอบงานประดิษฐ์ - เป็นกิจกรรมที่ไม่มีค่าใช้จ่าย - สามารถนำไปทำเป็นงานอดิเรกได้
2. จากการเข้าร่วมกิจกรรมมีกิจกรรมใดที่ท่านคิดว่าไม่เหมาะสมและควรแก้ไขปรับปรุงอย่างไร	<ul style="list-style-type: none"> - บุหงารำไปดอกไม้สด มีขั้นตอนที่ยุ่งยาก ต้องเตรียมดอกไม้สด ต้องใช้น้ำหอมซึ่งบางคนไม่ถูกกับกลิ่นก็จะเวียนหัว ใช้ระยะเวลาทำนาน เอาไปใช้ได้ไม่นานก็ต้องทิ้ง ถ้าจะให้ดีทำการบูรหอมแทนจะดีกว่า

ตารางที่ 3.4 (ต่อ)

ประเด็นคำถาม	ข้อความคิดเห็นของผู้สูงอายุ
<p>2. จากการเข้าร่วมกิจกรรมมีกิจกรรมใดที่ท่านคิดว่าไม่เหมาะสมและควรแก้ไขปรับปรุงอย่างไร (ต่อ)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ชั้นหมากเบ็ง มีหลายขั้นตอนในการทำ ตั้งแต่เซ็ดใบตอง ฉีกใบตอง พับกลีบ ประกอบเป็นตัวบายศรี ประกอบพาน แต่ละขั้นตอนทำเลอะเทอะเปื้อนเสื้อผ้า ยางใบตองกล้วยมีสีแดง เปื้อนเสื้อซักไม่ออก อีกอย่างทำให้เล็บมือดำ ใช้เวลานาน ถ้าปรับเปลี่ยนได้ขอเป็นแบบของแห้งเก็บไว้ใช้ได้นาน ๆ อันไม่ใหญ่มาก วางบนหิ้งพระเล็ก ๆ ได้ - เจริญพรโยรยทาน กิจกรรมนี้ดูเหมือนง่าย แต่เวลาทำจำขั้นตอนการพับไม่ได้ อ่านหนังสือที่ให้ก็ดูภาพไม่เข้าใจ วิทยากรมีคนเดียวสอนไม่ทั่วถึง ทำให้รู้สึกเบื่อไม่อยากทำ มีอสังเวลาจับริบบิ้นสอดเข้ากัน มันเป็นพลาสติกเวลาเอาไปโยรยในวัดแล้วเป็นภาระพระมาเก็บกวาดทำความสะอาด - เปลี่ยนกิจกรรมเจริญพรโยรยทานเป็นกิจกรรมอื่นที่ใช้ในงานบุญเหมือนเดิมก็จะดี เช่นทำของขำร่วยอะไรก็ได้ ใช้ในงานบวชงานศพ ที่เขาสามารถเอาไปเก็บเป็นที่ระลึกได้ ก็จะดีมาก
<p>3. ระยะเวลาที่ท่านคิดว่าเหมาะสมที่สุดในการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมนี้</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 2 ชั่วโมง หลังทานข้าวเสร็จจะได้ไม่หิว - ไม่ควรเกิน 2 ชั่วโมง เพราะต้องรีบกลับไปหาหลาน และพักผ่อน หากนั่งนานจะปวดเมื่อย
<p>4. ท่านคิดว่า ใบความรู้ที่ท่านได้รับ และให้อ่านประกอบการทำกิจกรรมมีเหมาะสมหรือควรปรับปรุงอย่างไร</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ดีมากควรมีใบความรู้ประกอบ - ควรมีทุกกิจกรรม เพื่อเวลากลับบ้านอยากทำอีกจะได้มีลืมนวิธีทำ - ควรมีถ้าเป็นภาพสีก็จะดีจะทำตามได้เลยไม่ต้องรอครูสาธิตหรือถามครูบ่อย ๆ - ใบความรู้ดีมาก ถ้ามีรูปภาพสีก็จะดี - ใบความรู้ที่ให้ ถ้าตัวหนังสือตัวโต ๆ จะได้อ่านง่าย ๆ ไม่ต้องใส่แว่น - ใบความรู้ดีมากลูกสาวเป็นครูเอาไปใช้ทำกิจกรรมที่โรงเรียนต่อได้

ตารางที่ 3.4 (ต่อ)

<p>5. ท่านมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมนี้หรือไม่อย่างไร</p>	<ul style="list-style-type: none"> - พึงพอใจมากที่สุด เพราะเหมาะสำหรับผู้สูงอายุ เข้าร่วมกิจกรรมฟรีไม่เสียค่าใช้จ่าย ทำเสร็จได้ชิ้นงานกลับบ้านไปอดลูกหลานด้วย - โปรแกรมนี้ทำให้มีสมาธิ ทำให้อารมณ์เย็นขึ้น ทำให้ได้พูดคุยกับเพื่อนและยกล้อกันเวลาดูผลงานของกันและกัน ทำให้ได้หัวเราะตลอดเนื่องจากทำผิดทำถูกหรือเวลาผลงานออกมามันหน้าตาแปลก ๆ กว่าตัวอย่างของครู ก็จะขำกันสนุกสนาน - กิจกรรมภายในโปรแกรมทำให้รู้สึกภาคภูมิใจ ไม่คิดไม่ฝันว่าตัวเองจะทำได้ เอาไปสอนต่อได้ กิจกรรมบางอย่างทำขายได้ ทำให้มีรายได้รู้สึกภูมิใจ เอาไปทำเป็นงานอดิเรกได้เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ กิจกรรมนี้รู้สึกเห็นว่าตัวเองมีคุณค่า
--	---

ตารางที่ 3.5 แสดงการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุหลังการทดลอง

ครั้งที่	กิจกรรม	ผลการปรับปรุง (ปรับเปลี่ยนเป็น)
1	การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา	คงเดิม
2	การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า	คงเดิม
3	การประดิษฐ์ถุงบุหงารำไปดอกไม้สด	การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม
4	การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	คงเดิม
5	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจีวจากกระดาษเรนโบว์
6	การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า	คงเดิม
7	การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์	คงเดิม
8	การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้	คงเดิม
9	การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า	คงเดิม
10	การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด	คงเดิม
11	การประดิษฐ์เหรียญโปรยทาน	การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม
12	การประดิษฐ์ร่วมการบูรจากผ้าโปร่ง	คงเดิม

ตารางที่ 3.6 แสดงโปรแกรมนันทนาการด้วยศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่ปรับปรุงสมบูรณ์

ที่	กิจกรรม
1	การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา
2	การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า
3	การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม
4	การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ
5	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์
6	การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากฝาขวดน้ำและเศษผ้า
7	การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์
8	การประดิษฐ์ของขำร่วยขนมสอดไส้
9	การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า
10	การประดิษฐ์ของขำร่วยข้าวต้มมัด
11	การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม
12	การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง

2. การสร้างแบบสอบถาม

2.1 แบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมีขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

2.1.1 สร้างกรอบความคิดในการสร้างเครื่องมือ ตามขั้นตอน ดังนี้

1) กำหนดวัตถุประสงค์ของการวัดโดยพิจารณาจากวัตถุประสงค์ของโปรแกรม

2) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเครื่องมือเพื่อสร้างแบบสอบถามผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

3) สร้างกรอบความคิดในการสร้างแบบสอบถามผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยแบ่งเป็น 2 ด้านคือ ด้านจิตใจ และด้านสภาวะทางสังคม

2.1.2 สร้างแบบสอบถาม โดยปรับปรุงจากแบบสอบถามงานวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของ สุพิชชา ชุ่มภาณี (สุพิชชา ชุ่มภาณี, 2551) ใช้เพื่อประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุหลังการเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ครอบคลุมกระบวนการ เนื้อหาของแบบสอบถามแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับสภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ เป็นแบบตรวจสอบรายการ (checklist)

ส่วนที่ 2 เป็นคำถามผลของการดำเนินการตามโปรแกรมนันทนาการศิลปะ-ประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับสุขภาพจิตและสภาวะทางสังคม ลักษณะการวัดเป็นมาตราวัดแบบ Rating Scale 4 ระดับ คือ

4	หมายถึง	มากที่สุด
3	หมายถึง	มาก
2	หมายถึง	น้อย
1	หมายถึง	น้อยที่สุด

ความหมายของการแปลค่าคุณภาพชีวิต ด้วยค่าเฉลี่ย ดังนี้
(บุญชม ศรีสะอาด, 2553)

ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.51 ขึ้นไป	หมายถึง	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 2.51 – 3.50	หมายถึง	มาก
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.51 – 2.50	หมายถึง	น้อย
ค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 1.50 ลงมา	หมายถึง	น้อยที่สุด

2.1.3 หากคุณภาพของแบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะ-ประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นหากคุณภาพความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence : IOC) ด้วยการตรวจพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องและคัดเลือกคำถามที่มีความเหมาะสม ผลการหากคุณภาพของแบบสอบถาม ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในช่วง 0.80 – 1.00

2.1.4 ปรับปรุงแบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่านมา สรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3.7 แสดงข้อมูลการตรวจสอบเครื่องมือ (แบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ) ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ	สิ่งที่ผู้วิจัยปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ
การศึกษาของผู้ตอบควรเพิ่มให้ครอบคลุมระดับการศึกษาตามยุคสมัยของผู้สูงอายุ	เพิ่มเติมแบบตรวจรายการ ระดับการศึกษา อนุปริญญาหรือเทียบเท่า
ข้อคำถามตัวแปรควรถามแบบรวบยอด โดยไม่ต้องทวนคำถามเดิมทุกข้อ เพื่ออำนวยความสะดวกในการอ่านและการตอบข้อคำถาม	ปรับปรุงจากเดิมโดยเปลี่ยนจากถามทวนประโยคเดิม เช่น ด้านสุขภาพจิต 1. โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ทำให้ท่านมีความสุข 2. โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ทำให้ท่านมีสมาธิ ปรับเป็น ด้านสุขภาพจิต ท่านคิดว่าโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์มีผลต่อสุขภาพจิตท่านมากน้อยเพียงใด 1. ทำให้ท่านมีความสุข 2. ทำให้ท่านมีสมาธิ

2.1..5 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้สูงอายุที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีการวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) ได้ค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ .913 โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Coefficient Alpha)

2.2 แบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมีขั้นตอนการสร้างดังต่อไปนี้

2.2.1 ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ

2.2.2 สร้างแบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งปรับจากแบบสอบถามงานวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของ สุพิชชา ชุ่มภานี (2551) ใช้เพื่อประเมินความพึงพอใจของการเข้ารับบริการโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ โดยเนื้อหาของแบบสอบถามวัดความพึงพอใจ 2 ด้าน ประกอบด้วย

ด้านที่ 1 ความพึงใจในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ จำนวน 9 ข้อ
 ด้านที่ 2 ความพึงใจในหัวข้อโปรแกรมนันทนาการ จำนวน 12 ข้อ
 ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

ลักษณะการวัดเป็นมาตราวัดแบบ Rating Scale 5 ระดับ คือ

5	หมายถึง	พึงพอใจมากที่สุด
4	หมายถึง	พึงพอใจมาก
3	หมายถึง	พึงพอใจปานกลาง
2	หมายถึง	พึงพอใจน้อย
1	หมายถึง	พึงพอใจน้อยที่สุด

ความหมายของการแปลค่าความพึงพอใจ ด้วยคะแนนเฉลี่ย ดังนี้
 (บุญชม ศรีสะอาด, 2553)

คะแนนเฉลี่ย	4.51 – 5.00	หมายถึง มากที่สุด
คะแนนเฉลี่ย	3.51 – 4.50	หมายถึง มาก
คะแนนเฉลี่ย	2.51 – 3.50	หมายถึง ปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	1.51 – 2.50	หมายถึง น้อย
คะแนนเฉลี่ย	1.00 – 1.50	หมายถึง น้อยที่สุด

2.2.3 หากคุณภาพของแบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นหาคุณภาพ ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) ด้วยการตรวจพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องและคัดเลือกคำถามที่มีความเหมาะสม ผลการหาคุณภาพของแบบสอบถาม ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ในช่วง 0.80 – 1.00

2.2.4 ปรับปรุงแบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะ-ประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่านมาสรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3.8 แสดงข้อมูลการตรวจสอบเครื่องมือ (แบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรม
นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ)
ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ	สิ่งที่ผู้วิจัยปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ
แบบประเมินความพึงพอใจต่อโปรแกรม ด้านหัวข้อโปรแกรมนันทนาการศิลปะ ประดิษฐ์ควรเพิ่มรูปภาพให้ผู้สูงอายุได้ ทบทวนความทรงจำด้วย	ปรับเพิ่มแบบสอบถามโดยแนบภาพประกอบ การประเมินความพึงพอใจ หัวข้อกิจกรรมใน โปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ทั้ง 12 กิจกรรม

2.2.5 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้สูงอายุ
ที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีการวัดความสอดคล้อง
ภายใน (Internal Consistency) ได้ค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ .825 ตามลำดับ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์
แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Coefficient Alpha)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล จากชมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ที่เข้าร่วม
กิจกรรม ผู้วิจัยดำเนินการ ดังต่อไปนี้

1. จัดประชุมสำรวจความต้องการผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
โดยเชิญประธาน กรรมการ และเลขานุการชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
เข้าร่วมประชุมในวันที่ 11 มิถุนายน 2555 ณ ห้องประชุม 111 สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
เพื่อวางแผนและพิจารณาโปรแกรมและกำหนดวันจัดกิจกรรมร่วมกัน มีผู้เข้าร่วมประชุม
จำนวน 21 คน ในการประชุมผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการประชุมและแจกแผนดำเนินการจัด
กิจกรรมโปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุให้ที่ประชุมพิจารณาและให้ข้อเสนอแนะ
สรุปได้ว่า

1) คณะกรรมการสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ลงความเห็นว่าเป็นโปรแกรมที่ดีตรงตาม
ความต้องการของสมาชิก

2) ขอให้สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ อนุเคราะห์จัดกิจกรรมตาม
โปรแกรม ให้แก่สมาชิกชมรมในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ที่สมัครใจเข้าร่วม
กิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรม โดยชมรมจะดำเนินการประชาสัมพันธ์และรับสมัครผู้สนใจเข้าร่วม
โปรแกรมให้

3) ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จะดำเนินการจัดทำหนังสือขอความอนุเคราะห์จัดกิจกรรมมายัง สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เมื่อได้จำนวนสมาชิกที่จะเข้าร่วมโปรแกรม

4) วันเวลาที่ควรจัดกิจกรรมและเหมาะสม คือทุกวันพฤหัสบดีที่ 3 ของเดือนซึ่งเป็นวันประชุมสมาชิกประจำเดือน

5) สถานที่จัดชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ หรือที่อื่นที่สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เห็นว่าเหมาะสม

6) ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ยินดีสนับสนุนค่าใช้จ่ายในการดำเนินการ

7) ภายหลังจากการประชุมชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้ไปดำเนินการสำรวจความต้องการและรับสมัครสมาชิกที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมจำนวน 30 คน

2. ผู้วิจัยดำเนินการขออนุญาตจัดกิจกรรมและจัดทำแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรม เพื่อขออนุมัติ โดยใช้งบประมาณโครงการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยร่วมกับภาคีเครือข่าย งบประมาณ พ.ศ. 2556 ของสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยจัดกิจกรรมทุกวันพุธของสัปดาห์ เป็นเวลา 12 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง ตามแผนการจัดกิจกรรม ดังนี้

ตารางที่ 3.9 การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

วันที่	รายการสอน/กิจกรรม	จำนวน ชั่วโมง	ผู้สอน/ผู้จัดกิจกรรม
18 ต.ค. 2555	การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา	2	นางแสงจันทร์ เขจรศาสตร์
15 พ.ย. 2555	การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า	2	
20 พ.ย. 2555	การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม	2	
17 ม.ค. 2556	การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	2	
21 ก.พ. 2556	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์	2	
21 มี.ค. 2556	การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากฝาขวดน้ำและเศษผ้า	2	
18 เม.ย. 2556	การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์	2	
16 พ.ค. 2556	การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้	2	
20 มิ.ย. 2556	การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า	2	
18 ก.ค. 2556	การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด	2	
22 ส.ค. 2556	การประดิษฐ์พวงกุญแจจากกิ่งไหม	2	
19 ก.ย. 2556	การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง	2	

3. ภายหลังจากดำเนินโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ครอบคลุมกระบวนการ ผู้วิจัยได้ประเมินผลการใช้โปรแกรม โดยใช้แบบสอบถามที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และการประเมินความพึงพอใจของการเข้ารับโปรแกรม
4. ผู้วิจัยนำผลการตอบแบบสอบถาม ไปดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การนำเสนอโปรแกรมและการนำโปรแกรมไปใช้

เมื่อวิเคราะห์ประเมินผลการใช้โปรแกรมแล้ว ได้นำข้อสังเกต และข้อเสนอแนะที่พบมาปรับปรุงโปรแกรมให้สมบูรณ์ จากนั้นนำโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ไปนำเสนอและเผยแพร่ ดังต่อไปนี้

1. นำเสนอต่อที่ประชุมฝึกรวมปฏิบัติกร
2. การนำโปรแกรมฉบับสมบูรณ์ไปเผยแพร่
3. พัฒนาหลักสูตรฝึกรวมครู

1. นำเสนอต่อที่ประชุมฝึกรวมปฏิบัติกร

นำเสนอต่อที่ประชุมในการฝึกรวมปฏิบัติกร เรื่องการเขียนรายงานการวิจัยและการนำเสนอผลการวิจัย วันที่ 23 เมษายน 2557 ณ ห้องประชุมไชยบุรี สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมีคณาจารย์จากมหาวิทยาลัยมหาสารคาม จำนวน 2 ท่าน เป็นผู้วิพากษ์และให้ข้อเสนอแนะ ประกอบด้วย

(1) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชวลิต ชูกำแพง อาจารย์ประจำภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ รองคณบดีฝ่ายวิชาการและจัดการศึกษานอกที่ตั้ง มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

(2) ดร.มานิตย์ อาชานอก อาจารย์ประจำภาควิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

การนำเสนอผลการวิจัยเป็นการนำเสนอด้วยวาจา (Oral Presentation) ใช้เวลาในการนำเสนอ 15 นาที โดยผู้วิจัยได้เตรียมรายงานการวิจัยและเครื่องมือการวิจัย รวมทั้งแผ่นงานนำเสนอด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ ซึ่งประกอบด้วย ชื่อผลงาน ปัญหาการวิจัย เอกสารที่เกี่ยวข้อง กรอบแนวคิดการวิจัย เครื่องมือ การรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูล และผลการวิจัยโดยระหว่างการนำเสนอคณาจารย์ทั้งสองท่านจะเป็นเป็นผู้วิพากษ์และสอบถามประเด็นคำถามต่าง ๆ และให้ข้อเสนอแนะ หลังจากนั้นนำเสนอเสร็จเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมอบรมปฏิบัติกรได้สอบถามและตอบข้อสงสัยทุกประการ โดยผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลข้อเสนอแนะทั้งจากคณาจารย์ทั้งสองท่านและผู้เข้าร่วมอบรมปฏิบัติกรมาเพื่อปรับปรุงโปรแกรมให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

2. การนำโปรแกรมฉบับสมบูรณ์ไปเผยแพร่

ในการนำโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุฉบับสมบูรณ์ไปเผยแพร่ ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

2.1 พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมครู

ผู้วิจัยได้ดำเนินการร่างหลักสูตรฝึกอบรมครู หลักสูตรการใช้โปรแกรมศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ แล้วนำร่างหลักสูตรเสนอต่อผู้บริหารเพื่อแต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาหลักสูตรและขออนุมัติจัดประชุมปฏิบัติการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม โดยจัดประชุมระหว่างวันที่ 10 – 11 เมษายน 2557 ณ ห้องประชุม 111 สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมี นายชาติรี เสงี่ยมวงศ์ ผู้อำนวยการสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เป็นประธาน และผู้เชี่ยวชาญด้านต่าง ๆ และคณะกรรมการที่ได้รับแต่งตั้งช่วยการพิจารณาและปรับปรุงหลักสูตร

หลังการประชุมปฏิบัติการ ผู้วิจัยได้ปรับปรุงหลักสูตรฝึกอบรมตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญและคณะกรรมการ และจัดทำเอกสารหลักสูตรฝึกอบรมการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ เสนอต่อผู้บริหารลงนามอนุมัติหลักสูตร วันที่ 26 พฤษภาคม 2557

2.2 จัดการฝึกอบรมครู

เมื่อหลักสูตรได้รับการอนุมัติแล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดทำหนังสือเชิญบุคลากรครู กศน. ผู้จัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุเข้ารับการฝึกอบรม ไปยังสำนักงาน กศน. จังหวัด 20 จังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จัดส่งบุคลากรเข้ารับการฝึกอบรม ในระหว่างวันที่ 15 – 17 กรกฎาคม 2557 จำนวน 3 วัน มีเนื้อหาการฝึกอบรมดังนี้

- แนวคิดนโยบายเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
- ผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ
- การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
- ความหมาย ประเภท และประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการ
- ความหมาย ประเภท และประโยชน์ของกิจกรรมศิลปะประดิษฐ์
- การใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
- ฝึกปฏิบัติจัดทำผลงานศิลปะประดิษฐ์ตามโปรแกรมฯ
- การประเมินผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับ

ผู้สูงอายุ

- ฝึกปฏิบัติใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ กับกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุที่สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จัดเตรียมให้

ในการฝึกอบรมครั้งนี้มีผู้เข้ารับการฝึกอบรมและผ่านการฝึกอบรม จำนวน

22 คน

2.3 ติดตามผลการนำโปรแกรมฯ ไปใช้จัดกิจกรรม

การติดตามผลการนำโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ไปใช้จัดกิจกรรม ผู้วิจัย ได้แจ้งให้ผู้ผ่านการฝึกอบรมจัดทำแผนการนำโปรแกรม ไปใช้ และภาพถ่ายการจัดกิจกรรมส่งมายังสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่าครูที่ผ่านการฝึกอบรมได้จัดทำแผนการนำโปรแกรม ไปใช้และมีการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุบ้างแล้ว

2.4 การขยายผล

เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ในการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้จัดทำโครงการฝึกอบรมครู กศน. ในใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2558 เป็นการต่อเนื่อง และนอกจากนี้ได้ดำเนินการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ชุดที่ 2 และ 3 เพื่อเผยแพร่การจัดกิจกรรมไปยังกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุต่อไป

3. การนำโปรแกรมไปใช้จริง

เป็นการนำโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่ปรับปรุงแล้ว ไปใช้ในปีงบประมาณ พ.ศ. 2557 ระยะเวลาจัดกิจกรรมระหว่างเดือนตุลาคม 2556 – เดือนมกราคม 2557 กลุ่มเป้าหมายเป็นผู้สูงอายุในชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพดอนเจ้าปู่ทองแดง อำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 20 คน จัดกิจกรรมทุกวันพุธของสัปดาห์ เป็นเวลา 12 สัปดาห์ ๆ ละ 1 ครั้ง มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การสร้างความเข้าใจ

ก่อนดำเนินการผู้วิจัยได้ทำการสำรวจความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมของผู้สูงอายุ โดยประสานกับประธานชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพดอนเจ้าปู่ทองแดง นางบุญเลื่อน ช่วงชิง เพื่อขอความอนุเคราะห์ทำการเชิญผู้สูงอายุมาประชุม เพื่อสร้างความเข้าใจและสำรวจความต้องการและชี้แจงวัตถุประสงค์ของโปรแกรม พร้อมรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรม ในวันที่ 14 ตุลาคม 2556 ณ ศาลาชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพดอนเจ้าปู่ทองแดง อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

ผลการสำรวจ เป็นดังนี้

- 1) มีผู้สูงอายุสมัครเข้ารับโปรแกรมจำนวน 20 คน ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (purposive sampling) ในการใช้โปรแกรม
- 2) ขอให้จัดกิจกรรมทุกวันพุธของสัปดาห์
- 3) เวลาในการจัดกิจกรรม 09.00 – 12.00 น.
- 4) สถานที่จัดกิจกรรมขอให้จัดที่ชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพดอนเจ้าปู่ทองแดง

ทองแดง

ขั้นที่ 2 การปฏิบัติการจัดกิจกรรม

หลังจากนั้นผู้วิจัย เสนอผลการสำรวจ แล้วได้ดำเนินการจัดทำและขออนุมัติแผนการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม ต่อผู้อำนวยการสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยใช้งบประมาณโครงการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยร่วมกับภาคีเครือข่าย ปีงบประมาณ พ.ศ. 2557 เมื่อได้รับอนุมัติให้ดำเนินกิจกรรมแล้ว ประสานไปยังประธานชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพดอนเจ้าปู่ทองแดง นัดหมายวันเวลาเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรม ตามที่กลุ่มผู้สูงอายุกำหนด คือทุกวันพุธของสัปดาห์ เริ่มเดือนตุลาคม 2556 สิ้นสุดเดือนมกราคม 2557 ตารางดังนี้

ตารางที่ 3.10 การจัดกิจกรรมนำโปรแกรมไปใช้จริงกับผู้สูงอายุในชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพ
ดอนเจ้าปู่ ทองแดง

ครั้งที่/ โปรแกรม ที่	วันพุธที่	รายการสอน/กิจกรรม	จำนวน ชั่วโมง	ผู้สอน/ผู้จัด กิจกรรม
1	30 ต.ค. 2556	การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา	2	นางแสงจันทร์ เขจรศาสตร์
2	6 พ.ย. 2556	การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า	2	
3	13 พ.ย. 2556	การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม	2	
4	20 พ.ย. 2556	การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	2	
5	27 พ.ย. 2556	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจี้จากกระดาษ เรนโบว์	2	
6	4 ธ.ค. 2556	การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์	2	
7	11 ธ.ค. 2556	การประดิษฐ์กระเป๋าหมวกจากผ้าขูดน้ำ และเศษผ้า	2	
8	18 ธ.ค. 2556	การประดิษฐ์ของขำร่วยขนมสอดไส้	2	
9	25 ธ.ค. 2556	การประดิษฐ์ที่ติดผมดอกบานชื่นจาก เศษผ้า	2	
10	8 ม.ค. 2557	การประดิษฐ์ของขำร่วยข้าวต้มมัด	2	
11	15 ม.ค. 2557	การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม	2	
12	22 ม.ค. 2557	การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง	2	

ขั้นที่ 3 การสรุปผล

ผู้วิจัยได้ประเมินผลการใช้โปรแกรม โดยใช้แบบสอบถามที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และการประเมินความพึงพอใจของการเข้ารับโปรแกรม โดยแบบสอบถามความพึงพอใจของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการดำเนินการใช้โปรแกรม ดำเนินการหลังการจัดกิจกรรมครั้งที่ 12 เสร็จสิ้นลงในเดือนมกราคม 2557

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ในการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

1. การหาคุณภาพของเครื่องมือ ประกอบด้วย

1.1 การวิเคราะห์ความสอดคล้องของเครื่องมือ

วิเคราะห์หาค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-Objective Congruence: IOC) เพื่อหาคุณภาพเครื่องมือ โดยใช้สูตรดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2553)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้อง
 $\sum R$ แทน ผลรวมของคะแนนจากการให้ของผู้เชี่ยวชาญ
 N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

1.2 การวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

การวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Coefficient Alpha) ซึ่งใช้สูตรดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2553)

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S^2} \right)$$

เมื่อ α แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
 k แทน จำนวนข้อของเครื่องมือวัด
 $\sum S_i^2$ แทน ผลรวมของความแปรปรวนของแต่ละข้อ
 S_i^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนรวม

2. การวิเคราะห์ผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ (บุญชม ศรีสะอาด, 2553) ประกอบด้วย

2.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์โดยใช้การวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) ใช้ค่าความถี่ (frequency) และค่าร้อยละ (percentage)

ค่าร้อยละ (percentage) โดยใช้สูตร ดังนี้

$$p = \frac{f}{N} \times 100$$

เมื่อ p แทน ร้อยละ
 f แทน ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นร้อยละ
 N แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

2.2 การวิเคราะห์คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจของผู้สูงอายุวิเคราะห์โดยการ
หาค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)
ค่าเฉลี่ย (mean) ใช้สูตรดังนี้

$$\bar{X} = \frac{\sum fX}{n}$$

เมื่อ	\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
	$\sum fX$	แทน	ผลรวมของผลคูณของคะแนนกับความถี่ของคะแนนนั้น
	n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) โดยใช้สูตรดังนี้

$$S = \sqrt{\frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N-1}}$$

เมื่อ	S	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	X	แทน	คะแนนแต่ละตัว
	N	แทน	จำนวนคะแนนในกลุ่ม
	\sum	แทน	ผลรวม

บทที่ 4

ผลการศึกษา

ผลการศึกษาเรื่องการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยดำเนินการนำเสนอผลการศึกษา ตามประเด็นวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. การสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
2. การพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
3. ผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

การสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

1. ผลการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในการศึกษาแนวคิดทฤษฎี จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในขั้นการเตรียมการ พบว่า แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุนำมาประกอบในการสร้างโปรแกรม มีดังนี้

- 1.1 แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ
- 1.2 แนวคิดเกี่ยวกับนันทนาการ
- 1.3 แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรม
- 1.4 ความรู้เกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์
- 1.5 ทฤษฎีเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต
- 1.6 แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจ

2. การสร้างกรอบความคิดในการสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ พบว่า กรอบแนวคิดและแผนการดำเนินการมีดังนี้

- 2.1 การสร้างกรอบแนวคิด มีส่วนประกอบ ดังนี้
 - 2.1.1 วิเคราะห์เนื้อหากิจกรรม
 - 2.1.2 เลือกวัสดุอุปกรณ์ในการประดิษฐ์
 - 2.1.3 เลือกชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์
 - 2.1.4 ทดลองประดิษฐ์ชิ้นงานนั้น ๆ
- 2.2 การเขียนแผนการดำเนินการ มีองค์ประกอบดังนี้
 - 2.2.1 กำหนดวัตถุประสงค์
 - 2.2.2 แนวทางการจัดกิจกรรม
 - 2.2.3 แนวทางการประเมินผล

การสร้างกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ มีผลการศึกษา ดังนี้

1. กรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรม ประกอบด้วย
 - 1.1 สภาพปัญหาความจำเป็นในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุโดยใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
 - 1.2 หลักการของโปรแกรม เป็นโปรแกรมนันทนาการที่สามารถพัฒนาสุขภาพจิตและสภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุได้
 - 1.3 วัตถุประสงค์ของโปรแกรม คือ เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตและสภาวะทางสังคม และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ของผู้สูงอายุโดยใช้ศิลปะประดิษฐ์
 - 1.4 หัวข้อกิจกรรมในโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ 12 กิจกรรม
 - 1.5 วันเวลาในการจัดกิจกรรมโดยกำหนดเวลาที่ยืดหยุ่นตามความต้องการของผู้สูงอายุ
 - 1.6 รูปแบบและลักษณะการจัดโปรแกรม เป็นรูปแบบการจัดการศึกษาตามอัยาศัย โดยการจัดประสบการณ์ บุคคล และแหล่งเรียนรู้ให้ถ่ายทอดการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเน้นความผ่อนคลายสอดคล้องกับสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ
 - 1.7 การประเมินผล ไม่เน้นการประเมินทักษะปฏิบัติ แต่เน้นการประเมินเฉพาะด้านจิตใจและสภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุหลังเสร็จสิ้นโปรแกรม
2. สร้างโปรแกรม ฉบับร่าง

สร้างโปรแกรม ฉบับร่าง โดยการสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีและหลักการที่เกี่ยวข้องกับหลักการพัฒนาโปรแกรม นันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์ การเรียนรู้ของผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยมีโครงสร้างฉบับร่าง ประกอบด้วย

 - 1) ชื่อโปรแกรม
 - 2) วัตถุประสงค์
 - 3) กลุ่มเป้าหมาย
 - 4) หัวข้อกิจกรรม
 - 5) จำนวนชั่วโมงที่จัดกิจกรรม
 - 6) วันและเวลาในการจัดโปรแกรม
 - 7) สถานที่
 - 8) ลักษณะการจัดกิจกรรม
 - 9) ตารางการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม

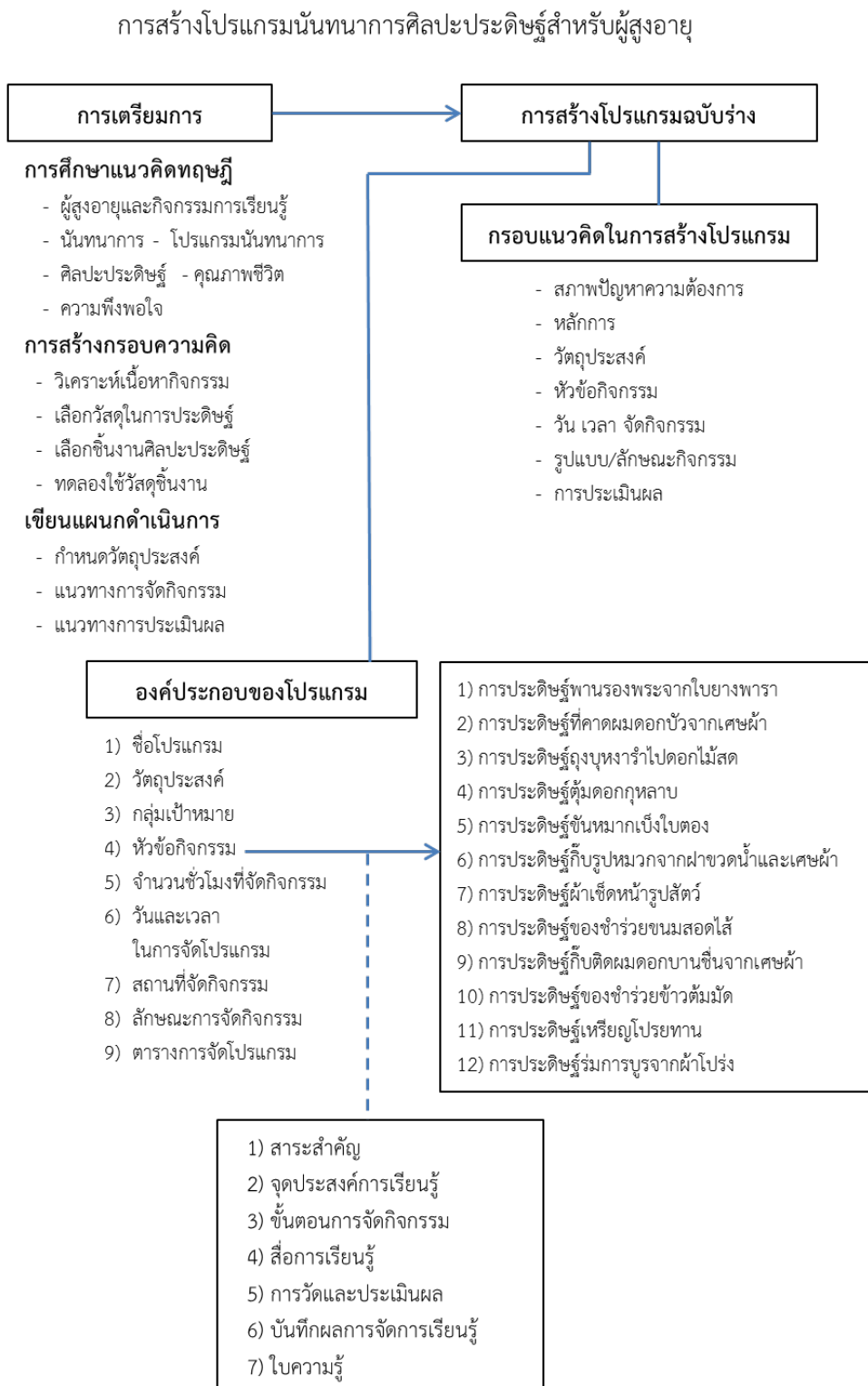
โดยหัวข้อกิจกรรมตามโปรแกรม ประกอบด้วย 12 กิจกรรม ดังต่อไปนี้

- 1) การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา
- 2) การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า
- 3) การประดิษฐ์ถุงบุหงารำไปดอกไม้สด
- 4) การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ
- 5) การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง
- 6) การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า
- 7) การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์
- 8) การประดิษฐ์ของขำร่วยขนมสอดไส้
- 9) การประดิษฐ์กบติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า
- 10) การประดิษฐ์ของขำร่วยข้าวต้มมัด
- 11) การประดิษฐ์เหรียญโปรยทาน
- 12) การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง

โดยแต่ละหัวข้อกิจกรรม มีส่วนประกอบสำคัญ ดังต่อไปนี้

- (1) สารสำคัญ
- (2) จุดประสงค์การเรียนรู้
- (3) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม
 - ขั้นนำ
 - ขั้นจัดการเรียนรู้
 - ขั้นสรุป
- (4) สื่อการเรียนรู้
- (5) การวัดและประเมินผล
- (6) บันทึกผลการจัดการเรียนรู้
- (7) ใบความรู้

สรุปการสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ด้วยแผนภูมิ ดังนี้



ภาพที่ 4.1 แผนภูมิสรุปการสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

การพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

จากการศึกษาเพื่อการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยการตรวจสอบโปรแกรมโดยผู้เชี่ยวชาญ การทดลองใช้โปรแกรมโดยผู้สูงอายุ และการปรับปรุงโปรแกรม

1. การตรวจสอบโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

หลังจากสร้างโปรแกรมฉบับร่าง ซึ่งประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ขึ้นแล้ว ได้ทำการตรวจสอบคุณภาพโปรแกรมฉบับร่าง โดยการประเมิน 2 ลักษณะ คือการประเมินความเหมาะสม และการประเมินความสอดคล้องของโปรแกรม ดังนี้

1.1 การประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมฉบับร่าง โดยพิจารณา สภาพปัญหาความจำเป็น ปรัชญาของโปรแกรม วัตถุประสงค์ของโปรแกรม หัวข้อโปรแกรม ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม รูปแบบและลักษณะการจัดกิจกรรม และการประเมินผล ว่ามีความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุมากน้อยเพียงใด ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ($\mu = 4.35$, $\sigma = .09$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความเหมาะสมในระดับมาก ถึงมากที่สุด

1.2 การประเมินความสอดคล้องของโปรแกรมฉบับร่าง และเครื่องมือวิจัย โดยพิจารณาแต่ละองค์ประกอบ ได้แก่ สภาพปัญหาความจำเป็นในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ หลักการ วัตถุประสงค์ หัวข้อโปรแกรม ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม รูปแบบและลักษณะการจัดกิจกรรม และการประเมินผล มีความสอดคล้องกันเพียงใด ทำการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาและนันทนาการ ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยและการวัดและประเมินผลการศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา ผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะประดิษฐ์ และผู้เชี่ยวชาญด้านการผลิตและพัฒนาสื่อการศึกษา และการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ ผลการประเมินความสอดคล้องโครงสร้างโปรแกรม พบว่า โดยภาพรวม มีความสอดคล้องกัน มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ระหว่าง 0.60 - 1.00 และค่าดัชนีความสอดคล้องโดยรวมทั้งฉบับได้ 0.94

2. การทดลองใช้โปรแกรมโดยผู้สูงอายุ

นำโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ฉบับร่าง ไปทดลองใช้โปรแกรม จำนวน 2 ครั้ง

2.1 การทดลองใช้โปรแกรมครั้งที่ 1 เป็นการนำโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุไปศึกษาความเหมาะสม สภาพปัญหา ข้อบกพร่องต่าง ๆ ของโปรแกรมและกระบวนการจัดกิจกรรม และความอยากง่ายของชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์ โดยทดลองกับผู้สูงอายุที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง คือเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 1 คน ผลการใช้โปรแกรม พบว่า ผู้สูงอายุสามารถประดิษฐ์ชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์ตามโปรแกรม ได้ทุกชิ้นงาน มีคำผิดที่พบในใบความรู้บ้างเล็กน้อย

2.2 การทดลองใช้โปรแกรมครั้งที่ 2 เป็นการนำโปรแกรมนันทนาการ-ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน จากชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 อำเภอเมืองอุบลราชธานี เพื่อศึกษาความเหมาะสมปัจจัย สภาพปัญหา และข้อบกพร่องต่าง ๆ ของโปรแกรม ผลการใช้โปรแกรม พบว่า มี 3 กิจกรรมที่เห็นควรให้ปรับ คือ

1) กิจกรรมการประดิษฐ์ถุงบุหงารำไปดอกไม้สด ผู้สูงอายุให้ข้อเสนอแนะว่า มีบางขั้นตอนที่ผู้สูงอายุไม่ได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ทำให้ไม่สามารถนำไปทำเองได้ และผลงานเป็นของดอกไม้สด เก็บไว้ได้ไม่นาน ปรับเปลี่ยนตามข้อเสนอแนะเป็นการประดิษฐ์หมอนเครื่องหอมแทน

2) การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง ผู้สูงอายุให้ข้อเสนอแนะว่า เป็นขั้นตอนที่ใช้เวลานาน ยางใบตองเปื้อนเสื้อผ้า และผลงานเป็นใบตองสด เก็บไว้ได้ไม่นาน ปรับเปลี่ยนตามข้อเสนอแนะเป็นการประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจีวจากกระดาษเรนโบว์

3) การประดิษฐ์เหรียญปอยทาน ผู้สูงอายุให้ข้อเสนอแนะว่ามีขั้นตอนการประดิษฐ์ที่ยุ่งยาก ผู้สูงอายุจำไม่ได้ ปรับเปลี่ยนตามข้อเสนอแนะเป็นการประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหมแทน

3. การปรับปรุงโปรแกรม

จากการนำผลการตรวจสอบโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ และผลการทดลองใช้โปรแกรมโดยผู้สูงอายุมาปรับปรุง ให้สมบูรณ์ พบว่า โปรแกรมมีองค์ประกอบและรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย หัวข้อกิจกรรม จำนวน ชั่วโมง วัน เวลา สถานที่ ลักษณะการจัดกิจกรรม และตารางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ดังต่อไปนี้

ชื่อโปรแกรม

โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ
2. เพื่อส่งเสริมสภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ
3. เพื่อส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ของผู้สูงอายุโดยใช้ศิลปะประดิษฐ์

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ หรือในชมรมต่าง ๆ หรือในชุมชน ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป สามารถเดินทางมาเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรม ได้

หัวข้อกิจกรรม

ในการจัดโปรแกรมเน้นทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 12 กิจกรรม ดังนี้

1. การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา
2. การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า
3. การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม
4. การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ
5. การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์
6. การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์
7. การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า
8. การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้
9. การประดิษฐ์กับติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า
10. การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด
11. การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม
12. การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง

(หมายเหตุ หัวข้อการจัดกิจกรรมภายในโปรแกรมอาจสลับสับเปลี่ยนได้ตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย)

จำนวนชั่วโมงที่จัดโปรแกรม

ชั่วโมงการจัดโปรแกรม เป็นชั่วโมงเรียนรู้และฝึกปฏิบัติตามโปรแกรมทั้งหมด จำนวน 24 ชั่วโมง

วัน เวลา

ดำเนินการจัดโปรแกรมให้ครบทั้ง 12 กิจกรรม วันและเวลาที่จัดให้เป็นไปตามความเหมาะสมและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย โดยสามารถจัดกิจกรรมได้ ดังตัวอย่าง

เดือนละ 1 ครั้ง ต่อ 1 กิจกรรม

สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ต่อ 1 กิจกรรม

หรือ 2 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง ต่อ 1 กิจกรรม

สถานที่

สถานที่ตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมายหรือผู้จัดกิจกรรมกำหนดตามความเหมาะสม

ลักษณะการจัดกิจกรรม

เป็นการจัดการศึกษาตามอัธยาศัย โดยการจัดประสบการณ์ บุคคล และแหล่งเรียนรู้ ให้ง่ายต่อการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ตารางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ตารางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ภายในโปรแกรม ดำเนินการ 12 กิจกรรม มีหัวข้อการจัดกิจกรรมนั้นหนากการ 12 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมใช้เวลาดำเนินการ 120 นาที โดยมี ลักษณะกิจกรรม และเวลาที่ใช้ในการเรียนรู้ ดังนี้

ตารางที่ 4.1 แสดงรายละเอียดลักษณะกิจกรรมในโปรแกรมนั้นหนากการศิลปะประดิษฐ์ สำหรับผู้สูงอายุ

ครั้งที่	หัวข้อ	ลักษณะกิจกรรม	เวลา (นาที)
1	การจัดกิจกรรมนั้นหนากการ การประดิษฐ์พานรองพระ จากใบยางพารา	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับใบยางพาราที่ใช้ใน การทำงานประดิษฐ์	10
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์พานรองพระจากใบ ยางพารา	10
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์พานรองพระจากใบ ยางพารา	80
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10
2	การประดิษฐ์ที่คาดผม ดอกบัวจากเศษผ้า	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับการเย็บผ้าแบบต้นตะลวย	5
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจาก เศษผ้า	10
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจาก เศษผ้า	85
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10
3	การประดิษฐ์หมอนเครื่อง หอม	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับเครื่องหอม	10
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม	10
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม	80
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ครั้งที่	หัวข้อ การจัดกิจกรรมนั้นหนนาการ	ลักษณะกิจกรรม	เวลา (นาที)
4	การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับการทำตุ้มดอกไม้	10
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	10
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	80
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10
5	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิว จากกระดาษเรนโบว์	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับชั้นหมากเบ็ง	10
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจาก กระดาษเรนโบว์	10
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจาก กระดาษเรนโบว์	80
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10
6	การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้า รูปสัตว์	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับการพับผ้าเช็ดหน้าเป็น รูปสัตว์แบบต่าง ๆ	10
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์	10
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์ สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	80 10
7	การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวก จากฝาขวดน้ำและเศษผ้า	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับการนำเศษวัสดุกลับมาใช้ ใหม่เพื่อลดภาวะโลกร้อน	5
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากฝาขวด น้ำและเศษผ้า	5
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากฝาขวด น้ำและเศษผ้า	90
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ครั้งที่	หัวข้อ การจัดกิจกรรมนั้นหนนาการ	ลักษณะกิจกรรม	เวลา (นาที)
8	การประดิษฐ์ของชำร่วย ขนมสอดไส้	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับขนมสอดไส้และการทำ ของชำร่วย	5
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้	5
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้	90
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10
9	การประดิษฐ์กบติดผมดอก บานขึ้นจากเศษผ้า	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับดอกบานขึ้น	5
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์กบติดผมดอกบานขึ้นจาก เศษผ้า	5
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์กบติดผมดอกบานขึ้น จากเศษผ้า	90
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10
10	การประดิษฐ์ของชำร่วย ข้าวต้มมัด	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับข้าวต้มมัด	5
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด	10
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด	85
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10
11	การประดิษฐ์พวงกุญแจจาก รังไหม	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับรังไหม	10
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม	10
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม	80
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ครั้งที่	หัวข้อ การจัดกิจกรรมนันทนาการ	ลักษณะกิจกรรม	เวลา (นาที)
12	การประดิษฐ์ร่มการบูรจาก ผ้าโปร่ง	1. ชี้แจงวัตถุประสงค์และแจกชุดฝึกปฏิบัติ	5
		2. ให้ความรู้เกี่ยวกับการบูร	5
		3. แนะนำวัสดุอุปกรณ์ วิธีใช้ และวิธีเก็บรักษา	5
		4. สาธิตการประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง	15
		5. ปฏิบัติการประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง	80
		6. สรุปผลการปฏิบัติกิจกรรม	10

ผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

ผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยการวัดคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่ร่วมกิจกรรมจากการใช้โปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ แสดงผลการศึกษาจากการวิเคราะห์ข้อมูล ตามประเด็นเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม คุณภาพชีวิต และความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อโปรแกรม ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 4.2 แสดงข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

	รายการ	จำนวน	ร้อยละ	หมายเหตุ
เพศ	ชาย	-	-	
	หญิง	30	100.00	
	รวม	30	100.00	
อายุ	ระหว่าง 60 - 69 ปี	21	70.00	
	ระหว่าง 70 - 79 ปี	7	23.33	
	80 ปีขึ้นไป	2	6.67	
	รวม	30	100.00	

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

รายการ	จำนวน	ร้อยละ	หมายเหตุ
สถานภาพ			
โสด	6	20.00	
สมรส	14	46.67	
หม้าย	7	23.33	
หย่าร้าง แยกกัน	3	10.00	
รวม	30	100.00	
ระดับการศึกษา			
อนุปริญญา	8	26.67	
ปริญญาตรี	17	56.67	
สูงกว่าปริญญาตรี	5	16.67	
รวม	30	100.00	
อาชีพ			
รับราชการ	30	100	
รวม	30	100.00	
ระยะเวลาที่เป็นสมาชิกชมรม			
น้อยกว่า 1 ปี	2	6.67	
1 - 2 ปี	8	26.67	
3 ปีขึ้นไป	20	66.67	
รวม	30	100.00	

จากตารางที่ 4.2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมทั้งหมดเป็นหญิง ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 60 - 69 ปี จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 70 รองลงมา มีอายุ ระหว่าง 70 - 79 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 23.33 และมีอายุ 80 ปีขึ้นไป จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 6.67 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 46.67 รองลงมา มีสถานภาพหม้าย จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 23.33 มีสถานภาพโสด จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 20.00 และมีสถานภาพหย่าร้าง แยกกัน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 10.00 การศึกษาส่วนใหญ่จบระดับปริญญาตรี จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 56.67 รองลงมา มีระดับการศึกษาอนุปริญญา จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 26.67 และมีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 16.67 มีอาชีพเดิมรับราชการจำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 100 และส่วนใหญ่เป็นสมาชิกในชมรมมาเป็นระยะเวลา 3 ปีขึ้นไปจำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 66.67 รองลงมา ระยะเวลา 1 - 2 ปี จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 26.67 และน้อยกว่า 1 ปี จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 6.67

2. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

2.1 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม

ตารางที่ 4.3 แสดงค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม

รายการประเมิน	\bar{X} (n=30)	S.D.	แปลผล
ด้านสุขภาพจิต	3.61	0.26	มากที่สุด
ด้านสภาวะทางสังคม	3.62	0.31	มากที่สุด
รวม	3.61	0.27	มากที่สุด

จากตารางที่ 4.3 ค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้ตามโปรแกรม มีความคิดเห็นว่าโปรแกรมสนับสนุนการคิดปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุมีผลต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.27 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านสุขภาพจิต ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.26 และสภาวะทางสังคม ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.31

2.2 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพจิต

ตารางที่ 4.4 แสดงค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพจิต

รายการประเมิน	\bar{X} (n=30)	S.D.	แปลผล
ทำให้ท่านมีความสุข	3.87	0.35	มากที่สุด
ทำให้ท่านมีสมาธิ	3.70	0.47	มากที่สุด
ทำให้ท่านเกิดการผ่อนคลาย	3.63	0.49	มากที่สุด
ทำให้ท่านรู้สึกเพลิดเพลิน	3.60	0.50	มากที่สุด
ทำให้ท่านรู้สึกพอใจ	3.63	0.49	มากที่สุด
ทำให้ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีความหมาย	3.60	0.50	มากที่สุด
ทำให้ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จ	3.67	0.48	มากที่สุด
ทำให้ท่านรู้จักตนเองและยอมรับในตนเองมากขึ้น	3.50	0.51	มาก

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

รายการประเมิน	\bar{X} (n=30)	S.D.	แปลผล
ทำให้ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง	3.43	0.50	มาก
ทำให้รู้สึกดีในการได้เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น	3.60	0.50	มากที่สุด
ทำให้ท่านได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น	3.50	0.51	มาก
ทำให้ท่านรู้สึกว่าไม่ถูกแยกตัวออกจากบุคคลรอบข้าง	3.57	0.50	มากที่สุด
ทำให้ท่านรู้สึกพอใจที่คนอื่นชวนท่านทำกิจกรรมด้วย	3.60	0.50	มากที่สุด
รวม	3.61	0.26	มากที่สุด

จากตารางที่ 4.4 พบว่า ค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสุขภาพจิต ผู้สูงอายุมีความคิดเห็นว่าเป็นโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์มีผลต่อคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.26 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 11 ข้อ และอยู่ในระดับมาก จำนวน 3 ข้อ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 ลำดับ ได้แก่ ทำให้ท่านมีความสุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.87 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.35 ทำให้มีสมาธิ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.47 ทำให้ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.67 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48 ส่วนประเด็นการทำให้ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50

2.3 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาวะทางสังคม

ตารางที่ 4.5 แสดงค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสภาวะทางสังคม

รายการประเมิน	\bar{X} (n=30)	S.D.	แปลผล
ทำให้ท่านเข้าใจบุคคลอื่นมากขึ้น	3.57	0.50	มากที่สุด
ทำให้ท่านสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้	3.57	0.50	มากที่สุด
ทำให้ท่านมีโอกาสปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น	3.67	0.48	มากที่สุด
ทำให้ท่านได้พูดคุยกับบุคคลอื่นได้มากขึ้น	3.73	0.45	มากที่สุด
ทำให้ท่านสามารถพูดคุยกับบุคคลอื่นได้นานขึ้น	3.60	0.50	มากที่สุด
ทำให้ท่านสามารถถ่ายทอดความรู้สึกให้บุคคลอื่นเข้าใจได้	3.67	0.48	มากที่สุด
ทำให้ท่านมีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนอื่นในระหว่างเข้าร่วมกิจกรรมได้	3.70	0.47	มากที่สุด
ท่านมีโอกาสได้ช่วยเหลือผู้อื่นในระหว่างการทำกิจกรรม	3.70	0.47	มากที่สุด
ท่านมีความกระตือรือร้นที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกับบุคคลอื่น	3.53	0.51	มากที่สุด
ทำให้ท่านมีการวางแผนในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น	3.43	0.50	มาก
รวม	3.62	0.31	มากที่สุด

จากตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ยระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาวะทางสังคมพบว่า ผู้สูงอายุมีความคิดเห็นว่าเป็นโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์มีผลต่อคุณภาพชีวิตด้านสภาวะสังคมโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.31 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 9 ข้อ และอยู่ในระดับมาก จำนวน 1 ข้อ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 ลำดับ ได้แก่ ทำให้ท่านได้พูดคุยกับบุคคลอื่นได้มากขึ้น ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.73 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.45 ทำให้ท่านมีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนอื่นในระหว่างเข้าร่วมกิจกรรมได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.47 ทำให้ท่านมีโอกาสได้ช่วยเหลือผู้อื่นในระหว่างการทำกิจกรรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.47 ส่วนประเด็นการทำให้ท่านมีการวางแผนในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.50

3. ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ

3.1 ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ โดยรวม

ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรมนันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยรวม

รายการประเมิน	\bar{X} (n=30)	S.D.	แปลผล
ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้	4.56	0.37	มากที่สุด
ด้านหัวข้อกิจกรรม	4.53	0.39	มากที่สุด
รวม	4.54	0.34	มากที่สุด

จากตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยรวม พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อ โปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 4.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.34 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า มีความพึงพอใจ อยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.56 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.37 และด้านหัวข้อกิจกรรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.53 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.39

3.2 ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ตารางที่ 4.7 แสดงค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรม นันทนาการ ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

รายการประเมิน	\bar{X} (n=30)	S.D.	แปลผล
สื่อ/ใบความรู้ ทันสมัย อ่านเข้าใจง่าย ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ ตรงใจท่าน	4.60	0.62	มากที่สุด
วัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ เหมาะสมกับการใช้งาน	4.63	0.56	มากที่สุด
วิทยากร/ผู้จัดกิจกรรม มีอัธยาศัย น่าใจดี มีจิตบริการ และส่งเสริมการเรียนรู้	4.87	0.35	มากที่สุด
บรรยากาศและสถานที่ในการจัดกิจกรรมเอื้อต่อการเรียนรู้	4.53	0.51	มากที่สุด

ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

รายการประเมิน	\bar{X} (n=30)	S.D.	แปลผล
วันเวลาที่จัด (เดือนละ 1 ครั้ง ทุกวันพฤหัสบดีที่ 3 ของเดือน เวลา 09.00 -12.00 น.)	4.50	0.57	มาก
จำนวนครั้งที่จัดกิจกรรม 12 ครั้ง	4.50	0.51	มาก
โปรแกรมสนับสนุนทางการด้วยศิลปะประดิษฐ์ที่จัดตรงกับความต้องการของท่าน	4.63	0.49	มากที่สุด
ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	4.47	0.51	มาก
ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ประกอบอาชีพเสริมได้	4.27	0.58	มาก
รวม	4.56	0.37	มากที่สุด

จากตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรม-
 นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ พบว่า ผู้สูงอายุมี
 ความพึงพอใจต่อโปรแกรมสนับสนุนทางการด้วยศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ด้านการจัดกิจกรรม
 การเรียนรู้โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.56 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ
 0.37 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 6 ข้อ และ
 อยู่ในระดับมาก จำนวน 4 ข้อ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 ลำดับ ได้แก่ วิทยากร/
 ผู้จัดกิจกรรม มีอริยาศัย น้ำใจดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.87 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.35
 วัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ เหมาะสมกับการใช้งาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.63
 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.56 และโปรแกรมสนับสนุนทางการด้วยศิลปะประดิษฐ์ที่จัดตรงกับ
 ความต้องการของท่าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49
 ส่วนความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ประกอบอาชีพเสริมได้ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 4.27
 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.58

3.3 ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ด้านหัวข้อกิจกรรม

ตารางที่ 4.8 แสดงค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะ-ประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ด้านหัวข้อกิจกรรม

รายการประเมิน	\bar{X} (n=30)	S.D.	แปลผล
การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา	4.33	0.48	มาก
การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม	4.43	0.50	มาก
การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	4.57	0.50	มากที่สุด
การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์	4.63	0.49	มากที่สุด
การประดิษฐ์ผ้าขนหนูรูปสัตว์ (งูปีมะโรง)	4.67	0.55	มากที่สุด
การประดิษฐ์ก๊อบติดผดอกบานชื่นจากเศษผ้า	4.57	0.50	มากที่สุด
การประดิษฐ์ก๊อบรูปหมวกจากเศษผ้าและฝาขวดน้ำ	4.53	0.51	มากที่สุด
การประดิษฐ์ของขำร่วยขนมสอดไส้	4.47	0.51	มาก
การประดิษฐ์ที่คาดผดอกบัวจากเศษผ้า	4.50	0.51	มาก
การประดิษฐ์ของขำร่วยข้าวต้มมัด	4.40	0.50	มาก
การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม	4.63	0.49	มากที่สุด
การประดิษฐ์ร่วมการบูรจากผ้าโปรง	4.63	0.49	มากที่สุด
รวม	4.53	0.39	มากที่สุด

จากตารางที่ 4.8 พบว่า ค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรม-นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ด้านหัวข้อกิจกรรม ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.53 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.39 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความพึงพอใจอยู่ในระดับ มากที่สุด จำนวน 7 ข้อ และอยู่ในระดับมาก จำนวน 4 ข้อ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 ลำดับ ได้แก่ การประดิษฐ์ผ้าขนหนูรูปสัตว์ (งูปีมะโรง) มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.67 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.55 การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49 การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49 และการประดิษฐ์ร่วมการบูรจากผ้าโปรง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.49 ส่วนการประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 4.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48

4. ข้อเสนอแนะ และความคิดเห็นอื่น ๆ

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นอื่น ๆ ของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม เกี่ยวกับโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ แสดงข้อความคิดเห็น ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะต่อกิจกรรม

ตารางที่ 4.9 แสดงจำนวน ร้อยละข้อความข้อเสนอแนะต่อกิจกรรม

ข้อความ	จำนวน	ร้อยละ
ควรมีเวลามากกว่านี้ และควรจัดประกวดผลงานด้วย	9	25.71
ควรมีกิจกรรมแบบนี้บ่อยๆ และตลอดไป	9	25.71
อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ควรเพิ่มอุปกรณ์ จัดอุปกรณ์ให้ได้ครบ	7	20.00
ควรให้ดอกกุหลาบมากกว่านี้ (การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ)	5	14.29
ควรสอนการประดิษฐ์ดอกบัวด้วยผ้ากาบบัวเป็นของที่ระลึกประจำจังหวัดอุบลราชธานี	3	8.57
ควรเพิ่มการจัดดอกไม้สด เช่น แจกัน พุ่มดอกไม้	2	5.71
รวม	35	100

จากตารางที่ 4.9 พบว่า ข้อเสนอแนะของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม ส่วนใหญ่ให้ข้อเสนอแนะว่า ควรมีเวลามากกว่านี้และควรจัดประกวดผลงานด้วย และควรมีกิจกรรมแบบนี้บ่อยๆและตลอดไป รองลงมาเสนอแนะว่า ควรเพิ่มอุปกรณ์จัดอุปกรณ์ให้ได้ครบ และควรให้ดอกกุหลาบมากกว่านี้ (การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ) นอกจากนี้ยังมีข้อเสนอแนะว่า ควรสอนการประดิษฐ์ดอกบัวด้วยผ้ากาบบัวเป็นของที่ระลึกประจำจังหวัดอุบลราชธานี และควรเพิ่มการจัดดอกไม้สด เช่น แจกัน พุ่มดอกไม้

2. ความคิดเห็นอื่น ๆ

ตารางที่ 4.10 แสดงจำนวน ร้อยละข้อความคิดเห็นอื่น ๆ

ข้อความ	จำนวน	ร้อยละ
ได้ประโยชน์มากได้พบปะสังสรรค์กับเพื่อนทำให้มีสุขภาพจิตดีมาก	7	14.58
ได้รับความรู้ดีมากๆ และสนุกสนานดี	6	12.50
มีประโยชน์ ทำให้มีสมาธิ ได้พบปะกับเพื่อน ได้ทำงานร่วมกัน	6	12.50
ทำให้มีสมาธิในการทำงาน และสนุก	5	10.42
ฝึกสายตา กล้ามเนื้อ พัฒนาปลายประสาทนิ้ว	5	10.42
ได้รับความรู้เกี่ยวกับการทำของชำร่วยนำไปใช้เป็นของชำร่วยและของที่ระลึกได้	4	8.33
ได้รับความรู้ดีมากๆ	4	8.33
ภูมิใจที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่	3	6.25
กิจกรรมดีมาก นำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	3	6.25
นำไปใช้เป็นของที่ระลึกในงานบุญและระดับรถยนต์	3	6.25
สามารถใช้เป็นอาชีพเสริมได้และนำไปใช้สอนลูกหลานเพื่อเป็นแนวทางประกอบอาชีพได้ มีประโยชน์มากสามารถนำไปทำธุรกิจเชิงพาณิชย์ได้	2	4.17
รวม	48	100

จากตารางที่ 4.10 พบว่า ข้อความความคิดเห็นอื่น ๆ ของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม ได้กล่าวถึง การได้ประโยชน์มากได้พบปะสังสรรค์กับเพื่อนทำให้มีสุขภาพจิตดีมาก ได้รับความรู้ดีมากๆ และสนุกสนานดี มีประโยชน์ ทำให้มีสมาธิ ได้พบปะกับเพื่อน ได้ทำงานร่วมกัน ทำให้มีสมาธิในการทำงาน และสนุก เป็นการฝึกสายตา กล้ามเนื้อ พัฒนาปลายประสาทนิ้ว ได้รับความรู้เกี่ยวกับการทำของชำร่วยนำไปใช้เป็นของชำร่วยและของที่ระลึกได้ มีความภูมิใจที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ เห็นว่าเป็นกิจกรรมดีมาก นำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ สามารถนำไปใช้เป็นของที่ระลึกในงานบุญและระดับรถยนต์ และใช้เป็นอาชีพเสริมได้และนำไปใช้สอนลูกหลานเพื่อเป็นแนวทางประกอบอาชีพได้ มีประโยชน์มากสามารถนำไปทำธุรกิจเชิงพาณิชย์ได้

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่อง การพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ มีวัตถุประสงค์ เพื่อ (1) สร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ (2) พัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ (3) ศึกษาผลการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

วิธีดำเนินการวิจัย เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development _ R&D) ในแบบของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ทั้งการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และการวิจัยภาคสนาม (Field Research) ดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอน (1) สร้างโปรแกรม (2) พัฒนาโปรแกรม (3) ศึกษาผลการใช้โปรแกรม

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้สูงอายุในชมรมสถานีกาชาดที่ 7 และ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกอยู่ในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดอุบลราชธานี ที่มีความสนใจและสมัครใจเข้าเรียนรู้ตามโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ สำหรับทดลองใช้จำนวน 20 คน สำหรับศึกษาผลการใช้โปรแกรม จำนวน 30 คน โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่างเจาะจง (purposive sampling) ได้แก่ กลุ่มผู้สมัครเข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ 2) แบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ 3) แบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ สัมภาษณ์ ประชุมกลุ่ม และใช้แบบสอบถาม (วัดคุณภาพชีวิตและความพึงพอใจ) วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ (frequency) และค่าร้อยละ (percentage) การหาค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)

สรุป

1. การสร้างโปรแกรม โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องการสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ นำมาเป็นกรอบในการสร้างโปรแกรม ได้แก่ (1) แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ (2) แนวคิดเกี่ยวกับนันทนาการ (3) แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมและการสร้างโปรแกรมนันทนาการ (4) แนวคิดเกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์ (5) แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต (6) แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจ

กรอบความคิดในการสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ มีส่วนประกอบของกรอบคิด ดังนี้ (1) วิเคราะห์เนื้อหากิจกรรม (2) เลือกวัสดุอุปกรณ์ในการประดิษฐ์ (3) เลือกชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์ (4) ทดลองประดิษฐ์ชิ้นงานนั้น ๆ มีแผนการดำเนินการสร้างโปรแกรม ประกอบด้วย (1) กำหนดวัตถุประสงค์ (2) แนวทางการจัดกิจกรรม (3) แนวทางการประเมินผล

1. กรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรม ประกอบด้วย

1.1 สภาพปัญหาความจำเป็นในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุโดยใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

1.2 หลักการของโปรแกรม เป็นโปรแกรมนันทนาการที่สามารถพัฒนาสุขภาพจิตและสภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุได้

1.3 วัตถุประสงค์ของโปรแกรม คือ เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตและสภาวะทางสังคม และส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ของผู้สูงอายุโดยใช้ศิลปะประดิษฐ์

1.4 หัวข้อกิจกรรมภายในโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ 12 กิจกรรม

1.5 ระยะเวลาในการจัดโปรแกรมโดยกำหนดเวลาที่ยืดหยุ่นตามความต้องการของผู้สูงอายุ

1.6 รูปแบบและลักษณะการจัดโปรแกรม เป็นรูปแบบการจัดการศึกษาตามอัธยาศัย โดยการจัดประสบการณ์ บุคคล และแหล่งเรียนรู้ให้ง่ายต่อการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเน้นความผ่อนคลายสอดคล้องกับสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ

1.7 การประเมินผล ไม่เน้นการประเมินทักษะปฏิบัติ แต่เน้นการประเมินเฉพาะด้านจิตใจและสภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุหลังเสร็จสิ้นโปรแกรม

2. การสร้างโปรแกรม ฉบับร่าง

โครงสร้างของโปรแกรม ประกอบด้วย 1) ชื่อโปรแกรม 2) วัตถุประสงค์ 3) กลุ่มเป้าหมาย 4) หัวข้อกิจกรรม 5) จำนวนชั่วโมงที่จัดกิจกรรม 6) วันและเวลาในการจัดโปรแกรม 7) สถานที่ 8) ลักษณะการจัดกิจกรรม และ 9) ตารางการจัดโปรแกรม

หัวข้อกิจกรรม 12 กิจกรรม ประกอบด้วย (1) การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา (2) การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า (3) การประดิษฐ์ถุงบุหงารำไปดอกไม้สด (4) การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ (5) การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง (6) การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า (7) การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์ (8) การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้ (9) การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า (10) การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด (11) การประดิษฐ์เหรียญไปรษณียบัตร และ (12) การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง

ในแต่ละหัวข้อกิจกรรม ประกอบด้วย 1) สาระสำคัญ 2) จุดประสงค์การเรียนรู้ 3) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม (1) ขั้นนำ (2) ขั้นจัดการเรียนรู้ (3) ขั้นสรุป 4) สื่อการเรียนรู้ 5) การวัดและประเมินผล 6) บันทึกผลการจัดการเรียนรู้ และ 7) ใบความรู้

2. การพัฒนาโปรแกรม โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

หลังจากสร้างโปรแกรม ฉบับร่าง ซึ่งประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ ขึ้นแล้ว ได้ทำการตรวจสอบคุณภาพโปรแกรมฉบับร่าง โดยการประเมิน 2 ลักษณะ คือการประเมินความเหมาะสมและการประเมินความสอดคล้องของโปรแกรม และการทดลองใช้โปรแกรม

ตรวจสอบโปรแกรมโดยผู้เชี่ยวชาญ เป็นการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมและการประเมินความสอดคล้องของโปรแกรม โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาและนันทนาการ ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยและการวัดและประเมินผล การศึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา ผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะประดิษฐ์ และผู้เชี่ยวชาญด้านการผลิตและพัฒนาสื่อการศึกษา ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ($\mu = 4.35$, $\sigma = .09$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด ถึงมากที่สุด ผลการประเมินความสอดคล้องโครงสร้างโปรแกรม พบว่า โดยภาพรวม มีความสอดคล้องกัน มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ระหว่าง 0.60 - 1.00 และค่าดัชนีความสอดคล้องโดยรวมทั้งฉบับ ได้ 0.94

พัฒนาโปรแกรม ด้วยการตรวจสอบของการใช้โปรแกรม ครั้งที่ 1 กับผู้สูงอายุ จำนวน 1 คน เพื่อศึกษาความเหมาะสม สภาพปัญหา ข้อบกพร่องต่าง ๆ ของโปรแกรมและกระบวนการจัดกิจกรรม และความยากง่ายของชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์ และทดลองการใช้โปรแกรม ครั้งที่ 2 กับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน จากชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 อำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี

ผลการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ หลังจากที่ได้มีการปรับปรุงให้สมบูรณ์แล้ว พบว่า โปรแกรมมีองค์ประกอบและรายละเอียดเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย หัวข้อ (เนื้อหา) การจัดกิจกรรมนันทนาการ จำนวนชั่วโมง ระยะเวลา สถานที่ ลักษณะการจัดกิจกรรม และแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ดังนี้

ชื่อโปรแกรม

โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ
2. เพื่อส่งเสริมสภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ
3. เพื่อส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ของผู้สูงอายุโดยใช้ศิลปะประดิษฐ์

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ หรือในชมรมต่าง ๆ หรือในชุมชน ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป สามารถเดินทางมาเข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรม ได้

หัวข้อกิจกรรม

ในการจัดโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 12 กิจกรรม ดังนี้

1. การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา
2. การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า
3. การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม
4. การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ
5. การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์
6. การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์
7. การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า
8. การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้
9. การประดิษฐ์กบติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า
10. การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด
11. การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม
12. การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง

จำนวนชั่วโมงที่จัดโปรแกรม

ชั่วโมงการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในโปรแกรม เป็นชั่วโมงเรียนรู้และฝึกปฏิบัติ ตามโปรแกรม ทั้งหมด จำนวน 24 ชั่วโมง

วัน เวลา

ดำเนินการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมให้ครบทั้ง 12 กิจกรรม วันและเวลาที่จัดให้เป็นไปตามความเหมาะสมและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย อาจจัดเป็น เดือนละ 1 ครั้ง ต่อ 1 กิจกรรม สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ต่อ 1 กิจกรรม หรือ 2 สัปดาห์ต่อ 1 ครั้ง ต่อ 1 กิจกรรม

สถานที่

สถานที่ตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย หรือผู้จัดโปรแกรมกำหนดตามความเหมาะสม

ลักษณะการจัดกิจกรรม

เป็นการจัดการศึกษาตามอัธยาศัย โดยการจัดประสบการณ์ บุคคล และแหล่งเรียนรู้ ให้ง่ายต่อการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ตารางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ตารางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ภายในโปรแกรม ดำเนินการ 12 กิจกรรม มีหัวข้อการจัดกิจกรรมนั้นหนทางการ 12 กิจกรรม แต่ละกิจกรรมใช้เวลาดำเนินการ 120 นาที โดยมีลักษณะกิจกรรมเป็นการชี้แจงวัตถุประสงค์ การให้ความรู้ แนะนำอุปกรณ์วิธีใช้ สาธิตการประดิษฐ์ ฝึกปฏิบัติการประดิษฐ์ และสรุปผล

3. ผลการใช้โปรแกรม

ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมเรียนรู้ตามโปรแกรม ทั้งหมดเป็นหญิงและมีอาชีพเดิมรับราชการ ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 60 - 69 ปี (ร้อยละ 70) รองลงมามีอายุระหว่าง 70 - 79 (ร้อยละ 23.33) และมีอายุ 80 ปีขึ้นไปเพียง 2 คน (ร้อยละ 6.67) ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส (ร้อยละ 46.67) รองลงมา มีสถานภาพหม้ายและมีสถานภาพโสด (ร้อยละ 23.33 และ 20.00 ตามลำดับ) มีสถานภาพหย่าร้างแยกกัน 3 คน (ร้อยละ 10.00) เกินกว่าครึ่ง จบการศึกษาระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 56.67) ประมาณสองในสี่ จบการศึกษาระดับอนุปริญญา (ร้อยละ 26.67) และมีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 5 คน (ร้อยละ 16.67) และส่วนใหญ่เป็นสมาชิกในชมรมมาเป็นระยะเวลา 3 ปีขึ้นไป (ร้อยละ 66.67) รองลงมา ระยะเวลา 1 - 2 ปี (ร้อยละ 26.67) และน้อยกว่า 1 ปี จำนวน 2 คน (ร้อยละ 6.67)

3.1 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรม มีความคิดเห็นว่าโปรแกรมนี้หนทางการศิลปะประดิษฐ์มีผลต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.27 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านสุขภาพจิต ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.26 และสภาวะทางสังคม ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.31

3.2 ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยรวม พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ สำหรับผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.34 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุดทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.56 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.37 และด้านหัวข้อกิจกรรม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.53 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.39

3.3 ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นอื่น ๆ

ส่วนใหญ่มีข้อเสนอแนะว่า ควรเพิ่มเวลาให้มีการจัดประกวดผลงาน และควรมีกิจกรรมแบบนี้บ่อย ๆ และตลอดไป ควรเพิ่มอุปกรณ์จัดอุปกรณ์ให้ได้ครบ นอกจากนี้ยังมีข้อเสนอแนะว่าควรสอนการประดิษฐ์ดอกบัวด้วยผ้ากาบบัว และควรเพิ่มการจัดดอกไม้สด

ข้อความคิดเห็นอื่น ๆ เห็นว่ากิจกรรมนี้ได้ประโยชน์มากได้พบปะสังสรรค์ทำให้มีสุขภาพจิตดี ได้รับความรู้และสนุกสนานดี ทำให้มีสมาธิ ได้ทำงานร่วมกันทำให้เป็นการฝึกสายตา กล้ามเนื้อ พัฒนาปลายประสาทนี้ นำไปใช้เป็นของชำร่วยและของที่ระลึกได้ มีความภูมิใจที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ นำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันทำเป็นของที่ระลึกในงานบุญและประดับรถยนต์ และใช้เป็นอาชีพเสริมได้และนำไปสอนลูกหลานเป็นแนวทางประกอบอาชีพ ทำธุรกิจเชิงพาณิชย์ได้

อภิปรายผล

จากการสรุปผลวิจัยการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยมีประเด็นที่จะอภิปรายดังนี้

1. การสร้างโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ฉบับร่างผู้วิจัยสร้างโดยสังเคราะห์แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ แนวคิดเกี่ยวกับนันทนาการ แนวคิดเกี่ยวกับโปรแกรมและการสร้างโปรแกรม นันทนาการ แนวคิดเกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์ แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจ ประกอบกับการศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อนำมาสร้างเป็นกรอบแนวคิด ดังนี้ (1) วิเคราะห์เนื้อหากิจกรรม (2) เลือกวัสดุอุปกรณ์ในการประดิษฐ์ (3) เลือกชิ้นงานศิลปะประดิษฐ์ (4) ทดลองประดิษฐ์ชิ้นงานนั้น ๆ สอดคล้องกับแนวคิดของ Boyle (1981, อ้างใน จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ, 2554) ได้นำเสนอกระบวนการพัฒนาโปรแกรมเชิงพัฒนาที่มีลักษณะสำคัญที่กำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรม เริ่มจากสภาพความต้องการและปัญหาชุมชน โดยกำหนดขั้นตอนการพัฒนาไว้ 8

ขั้นตอนคือ 1) การกำหนดพื้นฐานสำหรับโปรแกรม 2) การวิเคราะห์สถานการณ์สำหรับชุมชน และกลุ่มผู้รับบริการ 3) การพิจารณาผลที่พึงประสงค์ 4) การกำหนดแหล่งทรัพยากร และการสนับสนุน 5) การสร้างแผนการเรียนรู้ 6) โปรแกรมการปฏิบัติงาน 7) ความน่าเชื่อถือของการใช้ทรัพยากร 8) การรายงานค่าของโปรแกรม สอดคล้องกับ เอนก หงษ์ทองคำ (เอนก หงษ์ทองคำ, 2542) ได้นำเสนอลำดับขั้นตอนและองค์ประกอบการสร้างโปรแกรม นันทนาการ ที่ต้องกำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรมให้ชัดเจน ศึกษารายละเอียดของสมาชิก ความสนใจ สภาพสิ่งแวดล้อมและแนวโน้มของชุมชน สํารวจสถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก และการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายที่ศึกษา และสอดคล้องกับ แนวคิดของ Keller and Osgood (Keller and Osgood, 1987) ที่กล่าวว่า วิธีการออกแบบ โปรแกรมอย่างมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดการใช้อำนาจของตนเอง ทำให้เกิดความมั่นใจ การให้ความรู้สึกที่มั่นคงเกี่ยวกับความเป็นเจ้าของโปรแกรมและผลลัพธ์ของ โปรแกรม ส่งเสริมทัศนคติในแง่บวก พัฒนาทักษะต่างๆ และสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ มีแผนการดำเนินการสร้าง กิจกรรมภายในโปรแกรม คือ 1) กำหนดวัตถุประสงค์ 2) แนวทางการจัดกิจกรรม และ 3) แนวทางการประเมินผล จนได้โครงสร้างของโปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ฉบับร่าง ประกอบด้วย 1) ชื่อโปรแกรม 2) วัตถุประสงค์ 3) กลุ่มเป้าหมาย 4) หัวข้อ ภายในโปรแกรมสำหรับการจัดกิจกรรม จำนวน 12 กิจกรรม ซึ่งในแต่ละกิจกรรมประกอบด้วย (1) สารระสำคัญ (2) จุดประสงค์การเรียนรู้ (3) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ซึ่งประกอบด้วย ขั้นนำ ขั้นจัดการเรียนรู้ และขั้นสรุป (4) สื่อการเรียนรู้ (5) การวัดและประเมินผล (6) บันทึกผลการจัดการเรียนรู้ และ (7) ใบความรู้ 5) จำนวนชั่วโมงที่จัดกิจกรรม 6) วันและเวลาในการจัด กิจกรรมตามโปรแกรม 7) สถานที่ 8) ลักษณะการจัดกิจกรรม 9) ตารางการจัดกิจกรรมตาม โปรแกรม

2. การพัฒนาโปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัย นำโปรแกรม นันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ฉบับร่าง ตรวจสอบคุณภาพของ เครื่องมือ โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน การประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมฉบับร่าง โดยพิจารณาสภาพปัญหาความจำเป็น ปรัชญาของโปรแกรม วัตถุประสงค์ของโปรแกรม หัวข้อ โปรแกรม วันเวลาในการจัดกิจกรรม รูปแบบและลักษณะการจัดกิจกรรม และการประเมินผล ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมฉบับร่าง พบว่า ภาพรวม โปรแกรมมีความเหมาะสม ในระดับมากที่สุด ($\mu = 4.35$, $\sigma = .09$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า มีความเหมาะสม ในระดับมาก ถึงมากที่สุด และการประเมินความสอดคล้องของโปรแกรมฉบับร่าง และ เครื่องมือวิจัย โดยพิจารณาแต่ละองค์ประกอบ ได้แก่ สภาพปัญหาความจำเป็นในการจัด กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ หลักการ วัตถุประสงค์ หัวข้อโปรแกรม วันเวลาในการจัดกิจกรรม รูปแบบและลักษณะการจัดกิจกรรม และการประเมินผล ผลการประเมินความสอดคล้อง

โครงสร้างโปรแกรม พบว่า ทุกข้อมีความสอดคล้องกัน มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ระหว่าง 0.60- 1.00 ผู้วิจัยนำข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงโปรแกรมฉบับร่าง เพื่อให้มีคุณภาพมากและมีความเหมาะสมมากที่สุด จากนั้นนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุ ครั้งที่ 1 จำนวน 1 คน วันละ 1 กิจกรรม รวม 12 วัน เพื่อให้โปรแกรมมีความสมบูรณ์มากที่สุด ในด้านการใช้คำและลำดับขั้นตอนของแต่ละกิจกรรมภายในโปรแกรมทั้ง 12 กิจกรรม ประกอบกับการเตรียมความพร้อมของวิทยากร จากนั้นนำโปรแกรมไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ จำนวน 20 คน พบว่า ผู้สูงอายุสามารถดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมนั้นทนทานการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุได้ตลอดโปรแกรม โดยมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับกิจกรรมในโปรแกรม 3 กิจกรรม คือ การประดิษฐ์ถุงบุหจ่างไปดอกไม้สด การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง และการประดิษฐ์เหรียญโปรยทาน มีขั้นตอนที่ยุ่งยากเกินไป ไม่เหมาะสม ผู้สูงอายุบางรายทำกิจกรรมด้วยความเครียด สอดคล้องกับแนวคิดของวรรณนิภา บุญระยอง (วรรณนิภา - บุญระยอง, 2542) ในการจัดกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุ ต้องจัดให้สอดคล้องกับศักยภาพของผู้สูงอายุให้มากที่สุด กิจกรรมที่ยุ่งยากเกินไปอาจจะไม่ทำเลย ไม่ก่อให้เกิดแรงจูงใจให้อยากทำ ส่วนกิจกรรมที่ยุ่งยากเกินไปก็จะได้รับการปฏิเสธหรือสร้างความคับข้องใจให้ผู้สูงอายุได้ ดังนั้นต้องประยุกต์กิจกรรมให้เหมาะสม ซึ่งจะสามารถสร้างแรงจูงใจให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมเพื่อให้เกิดความตระหนักเห็นคุณค่าและความสามารถของตนเอง ส่วนกิจกรรมการประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง ขั้นตอนการประดิษฐ์ใช้เวลานาน ขอให้ปรับเปลี่ยนวัสดุอุปกรณ์ใหม่สำหรับระยะเวลาที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมในโปรแกรม คือ 2 ชั่วโมงในแต่ละกิจกรรม มีความเหมาะสม เอกสารประกอบการดำเนินกิจกรรมมีความเหมาะสม และควรให้เพิ่มขนาดตัวหนังสือ และภาพประกอบกิจกรรมควรเป็นรูปสี่ สอดคล้องกับแนวคิดของ กชกร สังขชาติ (กชกร สังขชาติ, 2536) ที่กล่าวว่า สำหรับการเรียนการสอนที่นำมาใช้สอนผู้สูงอายุ เช่น เอกสารของจริง รูปภาพ หรือสัญลักษณ์ ควรเป็นสื่อที่มีขนาดใหญ่ที่ผู้สูงอายุมองเห็นได้ง่าย และสื่อความหมายได้ชัดเจน ระยะเวลาที่ใช้ในการสอนนั้นแต่ละครั้งควรใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 40 นาที ซึ่งเป็นระยะเวลาที่เหมาะสมกับผู้เรียน ความพึงพอใจในภาพรวมของโปรแกรม อยู่ในระดับมากที่สุด เนื่องจากผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมฟรี ทำเสร็จได้ชิ้นงานกลับไปบ้านไปให้ลูกหลาน หรือบางรายสามารถนำไปทำเป็นงานอดิเรก ทำชิ้นงานเพื่อไปมอบให้กับผู้อื่น หรือนำไปสอนผู้อื่นต่อ ทำให้รู้สึกว่าคุณค่า ได้มีโอกาสมาพบปะเพื่อนและทำกิจกรรมที่ตนเองชอบร่วมกัน

3. การศึกษาผลการใช้โปรแกรมนั้นทนทานการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยจำแนกการอภิปรายเป็น 2 ส่วน คือ

3.1 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยรวม พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมตามโปรแกรม มีความคิดเห็นว่าโปรแกรมนั้นทนทานการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุมีผลต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 3.61$, S.D. = .27) โดยด้านสุขภาพจิต

อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 3.61$, S.D. = .26) และด้านสภาวะทางสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 3.62$, S.D. = .31) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ มีขั้นตอนการการสร้าง การพัฒนาและทดลองใช้อย่างต่อเนื่องและนำผลการทดลองมาปรับปรุงโดยมีผู้เชี่ยวชาญได้ให้คำปรึกษา เสนอแนะทุกขั้นตอน ส่งผลให้ผู้เข้าร่วมโปรแกรม มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข มีสมาธิมากขึ้น เกิดการผ่อนคลาย รู้สึกเพลิดเพลิน รู้สึกว่าชีวิตของท่านมีความหมาย รู้สึกประสบความสำเร็จ รู้จักตนเองและยอมรับในตนเองมากขึ้น รู้สึกภูมิใจในตนเอง สอดคล้องกับแนวคิดของสมบัติ กาญจนกิจ (สมบัติ - กาญจนกิจ, 2542) ได้อธิบายว่านันทนาการสามารถพัฒนาอารมณ์สุขและเป็นกระบวนการที่พัฒนาอารมณ์สุขของบุคคลและชุมชนโดยอาศัยกิจกรรมต่าง ๆ เป็นสื่อกลางในช่วงเวลาว่าง การเข้าร่วมกิจกรรมต้องเป็นไปด้วยความสมัครใจ และพรทิวท์ หมวดใหม่ (พรทิวท์ หมวดใหม่, 2553) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลอันเกิดจากการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามมาตรฐานของกรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น พบว่า การจัดกิจกรรมด้านนันทนาการส่งผลดีต่อร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุในชุมชน ทำให้ไม่รู้สึกว่าเหวและรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่ามากขึ้น นอกจากนี้ โปรแกรมยังทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกดีในการได้เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น รู้สึกว่าไม่ถูกแยกตัวออกจากบุคคลรอบข้าง รู้สึกพอใจที่คนอื่นชวนท่านทำกิจกรรมด้วย ทำให้เข้าใจบุคคลอื่นมากขึ้น สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ มีโอกาสปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น ได้พูดคุยกับบุคคลอื่นได้มากขึ้น สามารถพูดคุยกับบุคคลอื่นได้นานขึ้น สามารถถ่ายทอดความรู้สึกให้บุคคลอื่นเข้าใจได้ มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนอื่นในระหว่างเข้าร่วมกิจกรรมได้ มีโอกาสได้ช่วยเหลือผู้อื่นในระหว่างการทำกิจกรรม มีความกระตือรือร้นที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกับบุคคลอื่น มีการวางแผนในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น สอดคล้องกับ ศุภกร รุ่งอุดม (ศุภกร รุ่งอุดม, 2547) กล่าวว่า ความต้องการทางด้านสังคมของผู้สูงอายุ ได้แก่ ต้องการได้รับความสนใจ ต้องการมีส่วนร่วมในสังคม ต้องการช่วยเหลือและมีบทบาทในสังคม

3.2 ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ โดยรวม พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.54$, S.D. = .34) โดยด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.56$, S.D. = .37) และด้านหัวข้อกิจกรรม อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.53$, S.D. = .39) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมที่มีสื่อ/ใบความรู้ ทันสมัย อ่านเข้าใจง่าย ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ มีวัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ เหมาะสมกับการใช้งาน วิทยากร/ผู้จัดกิจกรรม มีอรรถยาศัย น้ำใจดี มีจิตบริการและส่งเสริมการเรียนรู้ มีบรรยากาศและสถานที่ในการจัดกิจกรรมเอื้อต่อการเรียนรู้ ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ สามารถนำไปใช้ประกอบอาชีพเสริมได้ และมีหัวข้อกิจกรรมที่ตรงกับความต้องการของ

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม หลากหลายสามารถเลือกดำเนินกิจกรรมได้ทุกกิจกรรม สอดคล้องกับ สุพิชชา ชุ่มภาณี (สุพิชชา ชุ่มภาณี, 2551) การสร้างโปรแกรมนันทนาการโดยผู้วิจัยสร้างจากความต้องการของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ความสนใจ ความต้องการ ทักษะ ทำให้ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีความรู้สึกกว่าตนเองมีความเป็นเจ้าของโปรแกรม ทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อโปรแกรม ประกอบกับการเข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยสำรวจความต้องการและรับสมัครสมาชิกที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพิจารณาโปรแกรมด้วยตนเอง สอดคล้องกับการอธิบายของ Keller and Osgood (Keller and Osgood, 1987) ที่กล่าวว่า วิธีการออกแบบโปรแกรมอย่างมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดการใช้อำนาจของตนเอง ทำให้เกิดความมั่นใจ การให้ความรู้สึกที่มั่นคงเกี่ยวกับความเป็นเจ้าของโปรแกรมและผลลัพธ์ของโปรแกรม ส่งเสริมทัศนคติในแง่บวก พัฒนาทักษะต่าง ๆ และสนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม นอกจากนี้ยังพบว่า มีผู้สนใจเข้ารับบริการโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ เป็นผู้หญิง ร้อยละ 100 อันเนื่องมาจาก กิจกรรมนันทนาการประเภทศิลปะประดิษฐ์ เป็นกิจกรรมที่ผู้หญิงพึงพอใจมากกว่าเพศชาย สอดคล้องกับงานวิจัยของจิราพัทธ์ แก้วศรีทอง (จิราพัทธ์ แก้วศรีทอง, 2553) ศึกษาผลการใช้โปรแกรมการฝึกอบรมเรื่องศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค กรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มเป้าหมายในการวิจัยคือผู้ที่สนใจและสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม ส่วนกิจกรรมที่ใช้การปฏิบัติ ได้แก่ การตกแต่งถุงผ้าลดโลกร้อน การจัดดอกไม้บูชาพระ การ์ดแทนใจ กระเช้าอวยพร พวงกุญแจจากเศษผ้า โคมบายแขวนรูป การพับผ้าเช็ดหน้า และการประดิษฐ์เข็มกลัด ซึ่งเมื่อวิเคราะห์จากข้อมูล พบว่า ผู้สูงอายุที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมเป็นเพศหญิงทั้งหมด

โดยสรุป โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ เป็นการพัฒนาโปรแกรมบนพื้นฐานของแนวคิดทฤษฎี ผ่านกระบวนการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ และทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง และเมื่อนำมาปฏิบัติจริงพบว่า โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งในด้านสุขภาพจิต และสภาวะทางสังคมที่ดีขึ้น และโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ยังเป็นโปรแกรมที่ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ ทั้งในด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และด้านหัวข้อกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยการพัฒนาโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ผู้วิจัยมีประเด็นข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

เนื่องจากผู้เข้าร่วมโปรแกรม มีความเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เชิงสร้างสรรค์ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ส่งเสริมสุขภาพจิต เสริมสร้างสมาธิ และเป็นแนวทางการประกอบอาชีพทำธุรกิจเชิงพาณิชย์ได้ จึงมีข้อเสนอแนะและจากผู้ร่วมกิจกรรมดังนี้

- 1.1 ควรเพิ่มเวลาในการจัดกิจกรรม
- 1.2 ควรจัดกิจกรรมลักษณะนี้บ่อย ๆ และต่อเนื่อง
- 1.3 ควรจัดกิจกรรมการประดิษฐ์จากผ้าก๊อบบัว สัญลักษณ์จังหวัดอุบลราชธานี
- 1.4 ควรเพิ่มกิจกรรมการจัดดอกสด ซึ่งใช้ในชีวิตประจำวันได้

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรวิจัยเปรียบเทียบการใช้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุกับกลุ่มเป้าหมายในพื้นที่อื่น ๆ

2.2 ควรมีการศึกษาติดตามผลของการจัดโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นระยะ ๆ เพื่อความยั่งยืนของพฤติกรรม

2.3 ควรศึกษาแนวทางการจัดกิจกรรมเชิงบูรณาการเกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์กับชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วินัย จำปาอ่อน อาจารย์ประจำคณะมนุษยศาสตร์
สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี
ผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬาและนันทนาการ
2. นางฐานีนุช สุวรรณกำจาย ตำแหน่งครู
วิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ
วิทยาลัยสารพัดช่างอุบลราชธานี
ผู้เชี่ยวชาญด้านคหกรรมศาสตร์และ
ศิลปะประดิษฐ์ (ข้าราชการบำนาญ)
3. ดร. เรืองเดช เขจรศาสตร์ ตำแหน่งนักวิชาการศึกษา
ชำนาญการพิเศษ และ ผู้อำนวยการ
สบันวิจัยการศึกษาลุ่มน้ำโขง
สำนักงานศึกษาธิการภาค 9
จังหวัดอุบลราชธานี
ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัย และการวัด
และประเมินผลการศึกษา
4. นายสาโรช นพรัตน์ ตำแหน่งนักวิชาการสาธารณสุขระดับ 9
โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์
จังหวัดอุบลราชธานี
ประธานชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล
พระศรีมหาโพธิ์ ผู้เชี่ยวชาญ
ด้านจิตวิทยา (ข้าราชการบำนาญ)
5. นางคมขำ แก้วน่วม ตำแหน่งครู วิทยฐานะครูเชี่ยวชาญ
สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาหลักสูตร และ
การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้
การศึกษานอกระบบและการศึกษา
ตามอัธยาศัยและการฝึกอบรม
(ข้าราชการบำนาญ)

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามงานวิจัย

เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ตอนที่ 1 สภาพและข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบประเมิน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่อง ที่ตรงกับท่านมากที่สุด

1. เพศ 1. ชาย 2. หญิง

2. อายุ

1. 60 - 69 ปี

2. 70 - 79 ปี

3. 80 ปี ขึ้นไป

3. สถานภาพสมรส

1. โสด

2. สมรส

3. หม้าย (คู่สมรสเสียชีวิต)

4. หย่าร้าง / แยกกัน

4. ระดับการศึกษา

1. ประถมศึกษา

2. มัธยมศึกษาตอนต้น /เทียบเท่า

3. มัธยมศึกษาตอนปลาย/เทียบเท่า

4. อนุปริญญา /เทียบเท่า

5. ปริญญาตรี หรือเทียบเท่า

6. สูงกว่าปริญญาตรี

5. อาชีพเดิม

1. รับราชการ/พนักงานของรัฐ

2. พนักงานรัฐวิสาหกิจ

3. พนักงานบริษัทเอกชน

4. ธุรกิจส่วนตัว

5. ค้าขาย

6. เกษตรกรรม

7. อื่น ๆ ระบุ.....

6. ระยะเวลาที่เป็นสมาชิกชมรมฯ

1. น้อยกว่า 1 ปี

2. 1 - 2 ปี

3. 3 - 4 ปี

4. มากกว่า 4 ปี

ตอนที่ 2 ผลของการดำเนินการตามโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

คำชี้แจง

อ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ที่สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จัดขึ้นนี้มีผลต่อท่านในด้านสุขภาพจิตและด้านสังคมตามความคิดเห็นของท่านมากน้อยเพียงใด โดยทำเครื่องหมาย √ ลงในช่องระดับคุณภาพชีวิตเพียงข้อเดียว

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
ด้านสุขภาพจิต				
ท่านคิดว่าโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์มีผลต่อสุขภาพจิตท่านมากน้อยเพียงใด				
1. ทำให้ท่านมีความสุข				
2. ทำให้ท่านมีสมาธิ				
3. ทำให้ท่านเกิดการผ่อนคลาย				
4. ทำให้ท่านรู้สึกเพลิดเพลิน				
5. ทำให้ท่านรู้สึกพอใจ				
6. ทำให้ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีความหมาย				
7. ทำให้ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จ				
8. ทำให้ท่านรู้จักตนเองและยอมรับในตนเองมากขึ้น				
9. ทำให้ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง				
10. ทำให้รู้สึกดีในการได้เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น				
11. ทำให้ท่านได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น				
12. ทำให้ท่านรู้สึกว่าไม่ถูกแยกตัวออกจากบุคคลรอบข้าง				
13. ทำให้ท่านรู้สึกพอใจที่คนอื่นชวนท่านทำกิจกรรมด้วย				
ด้านสภาวะทางสังคม				
ท่านคิดว่าโปรแกรมนันทนาการด้วยศิลปะประดิษฐ์มีผลต่อสภาวะทางสังคมของท่านมากน้อยเพียงใด				
1. ทำให้ท่านเข้าใจบุคคลอื่นมากขึ้น				
2. ทำให้ท่านสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้				
3. ทำให้ท่านมีโอกาสนับถือปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น				
4. ทำให้ท่านได้พูดคุยกับบุคคลอื่นได้มากขึ้น				
5. ทำให้ท่านสามารถพูดคุยกับบุคคลอื่นได้นานขึ้น				
6. ทำให้ท่านสามารถถ่ายทอดความรู้สึกให้บุคคลอื่นเข้าใจได้				

แบบสอบถาม

เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

คำชี้แจง

อ่านข้อความต่อไปนี้แล้วพิจารณาว่าท่านมีความพึงพอใจเพียงใดต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์
สำหรับผู้สูงอายุ ที่สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จัดกิจกรรมให้ท่าน โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง
ระดับความพึงพอใจ

ที่	ข้อความ	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้						
1.	สื่อ/ใบความรู้ ทันสมัย อ่านเข้าใจง่าย ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ ตรงใจท่าน					
2.	วัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ เหมาะสมกับการใช้งาน					
3.	วิทยากร/ผู้จัดกิจกรรม มีอรรถยาศัย น้ำใจดี มีจิตบริการและส่งเสริมการเรียนรู้					
4.	บรรยากาศและสถานที่ในการจัดกิจกรรมเอื้อต่อการเรียนรู้					
5.	วันเวลาที่จัด (เดือนละ 1 ครั้ง ทุกวันพฤหัสบดีที่ 3 ของเดือน เวลา 09.00 -12.00 น.)					
6.	จำนวนครั้งที่จัดกิจกรรม 12 ครั้งต่อปี					
7.	โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ที่จัดตรงกับความต้องการของท่าน					
8.	ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้					
9.	ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ประกอบอาชีพเสริมได้					
ด้านหัวข้อโปรแกรมนันทนาการด้วยศิลปะประดิษฐ์ (ดูจากภาพประกอบ)						
ท่านพึงพอใจกับกิจกรรมต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด						
1.	การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา					
2.	การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม					
3.	การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ					
4.	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์					
5.	การประดิษฐ์ผ้าขนหนูรูปสัตว์ (งู ปะมะโรง)					
6.	การประดิษฐ์ก๊อบติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า					

ที่	ข้อความ	ระดับความพึงพอใจ				
		มากที่สุด 5	มาก 4	ปานกลาง 3	น้อย 2	น้อยที่สุด 1
7.	การประดิษฐ์กับรูปหมวกจากเศษผ้าและฝาขวดน้ำ					
8.	การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้					
9.	การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า					
10.	การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด					
11.	การประดิษฐ์พวงกุญแจจากกิ่งไหม					
12.	การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง					

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณ
ส่วนการศึกษาต่อเนื่อง
สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ภาพประกอบการประเมินความพึงพอใจ หัวข้อโปรแกรมเน้นพัฒนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

<p>1. การประดิษฐ์พานรองพระจากใบ ยางพารา</p> 	<p>2. การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม</p> 	<p>3. การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ</p> 
<p>4. การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิว จากกระดาษเรนโบว์</p> 	<p>5. การประดิษฐ์ผ้าขนหนูรูปสัตว์ (งูปีมะโรง)</p> 	<p>6. การประดิษฐ์กบติดผมดอก บานชื่นจากเศษผ้า</p> 
<p>7. การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจาก เศษผ้าและผ้าขูดน้ำ</p> 	<p>8. การประดิษฐ์ของชำร่วย ขนมสอดไส้</p> 	<p>9. การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัว จากเศษผ้า</p> 
<p>10. การประดิษฐ์ของชำร่วย ข้าวต้มมัด</p> 	<p>11. การประดิษฐ์พวงกุญแจจาก รังไหม</p> 	<p>12. การประดิษฐ์ร่มการบูรจาก ผ้าโปรง</p> 

**แบบประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
โดยผู้เชี่ยวชาญ**

คำชี้แจง :

ให้ท่านพิจารณาว่าโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุนี้ มีความเหมาะสมในด้านต่างๆ ตามที่กำหนดไว้หรือไม่แล้วเขียนผลการพิจารณาของท่านโดยเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง “ระดับความคิดเห็น/ความเหมาะสม” ตามความคิดเห็นของท่าน

- 1 หมายถึง เห็นด้วย/มีความเหมาะสมน้อยที่สุด
- 2 หมายถึง เห็นด้วย/มีความเหมาะสมน้อย
- 3 หมายถึง เห็นด้วย/มีความเหมาะสมปานกลาง
- 4 หมายถึง เห็นด้วย/มีความเหมาะสมมาก
- 5 หมายถึง เห็นด้วย/มีความเหมาะสมมากที่สุด

ข้อ	รายการพิจารณา	ระดับความคิดเห็น/ความเหมาะสม				
		1	2	3	4	5
1. ชื่อโปรแกรม						
1.1	ชัดเจนสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการพัฒนาโปรแกรม					
2. ความสำคัญและความเป็นมาของโปรแกรม						
2.1	มีความเป็นไปได้สมเหตุสมผล สอดคล้องกับสถานการณ์และเหตุการณ์ในสังคมปัจจุบัน					
3. วัตถุประสงค์ของโปรแกรม						
3.1	ชัดเจน ครอบคลุมทุกประเด็น					
3.2	สอดคล้องกับความสำคัญและความเป็นมาของโปรแกรม					
3.3	มีความเป็นไปได้ในการนำไปปฏิบัติ					
4. คำชี้แจงการใช้โปรแกรม						
4.1	คำชี้แจงมีความชัดเจน สามารถปฏิบัติได้					
4.2	คำชี้แจงสอดคล้องกับโปรแกรม					
4.3	คำชี้แจงมีความครบถ้วนทุกประเด็น					
5. กลุ่มเป้าหมาย						
5.1	กำหนดได้เหมาะสมกับโปรแกรม					
5.2	มีความเป็นไปได้ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโปรแกรม					

ข้อ	รายการพิจารณา	ระดับความคิดเห็น/ความเหมาะสม				
		1	2	3	4	5
6. หัวข้อกิจกรรมนันทนาการ						
6.1	เรียงลำดับความสำคัญของกิจกรรมได้เหมาะสม					
6.2	จำนวนชั่วโมงเหมาะสมในแต่ละกิจกรรม					
6.3	สาระสำคัญสอดคล้องกับกิจกรรม					
6.4	จุดประสงค์การเรียนรู้เหมาะสมกับกิจกรรม					
6.5	ขั้นตอนการจัดกิจกรรมสอดคล้องกับ วัตถุประสงค์ สาระสำคัญ					
6.6	สื่อการเรียนรู้มีความเหมาะสมกับการจัด กิจกรรม					
7. การวัดและประเมินผล						
7.1	กำหนดวิธีการประเมินผลในแต่ละกิจกรรมได้ เหมาะสม					
8. วันและเวลา						
8.1	วันและเวลาในการจัดโปรแกรมมีความเหมาะสม					
9. สถานที่						
9.1	สถานที่ในการจัดโปรแกรมมีความเหมาะสม					
10. รูปแบบและลักษณะการจัดโปรแกรม						
10.1	รูปแบบและลักษณะการจัดโปรแกรมมีความ เหมาะสม					

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

**แบบประเมินโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
ด้วยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยผู้เชี่ยวชาญ**

คำชี้แจง:

ให้ท่านพิจารณาว่าโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ นี้ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ ตามที่กำหนดไว้หรือไม่แล้วเขียนผลการพิจารณาของท่านโดยเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง “คะแนนการพิจารณา” ตามความคิดเห็นของท่าน

- +1 = แน่ใจว่าโปรแกรมฯ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ
 0 = ไม่แน่ใจว่าโปรแกรมฯ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ
 -1 = ไม่แน่ใจว่าโปรแกรมฯ ไม่มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ

รายการประเมิน	คะแนนการพิจารณา			หมายเหตุ
	+1	0	-1	
1. ความเหมาะสมสอดคล้องของคำนำ				
2. ความเหมาะสมและสอดคล้องของความสำคัญและความเป็นมา				
3. ความเหมาะสมและสอดคล้องของคำชี้แจง				
4. ความเหมาะสมและสอดคล้องของวัตถุประสงค์				
5. ความเหมาะสมและสอดคล้องของกลุ่มเป้าหมาย				
6. ความเหมาะสมและสอดคล้องของหัวข้อกิจกรรมนันทนาการ				
7. ความเหมาะสมและสอดคล้องของชั่วโมงจัดกิจกรรม				
8. ความเหมาะสมและสอดคล้องของวันเวลาจัดกิจกรรม				
9. ความเหมาะสมและสอดคล้องของสถานที่จัดกิจกรรม				
10. ความเหมาะสมและสอดคล้องของรูปแบบและลักษณะการจัดกิจกรรม				
11. ความเหมาะสมและสอดคล้องของแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ				
12. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 1 การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา				
13. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 2 การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า				
14. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 3 การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม				
15. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 4 การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ				
16. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 5 การประดิษฐ์ขันหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์				

รายการประเมิน	คะแนนการพิจารณา			หมายเหตุ
	+1	0	-1	
17. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 6 การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์				
18. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 7 การประดิษฐ์ก๊ีบจากฝาขวดน้ำและเศษผ้า				
19. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 8 การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้				
20. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 9 การประดิษฐ์ดอกบานชื่นจากเศษผ้า				
21. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 10 การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด				
22. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 11 การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม				
23. ความเหมาะสมและสอดคล้องของโปรแกรมฯ ครั้งที่ 12 การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง				
24. ความเหมาะสมและสอดคล้องของสื่อใบความรู้				
25. ความเหมาะสมและสอดคล้องของแบบประเมิน การใช้โปรแกรมฯ				
26. โปรแกรมฯ มีความเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุ				
27. การวัดและประเมินผลมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์				
28. เป็นโปรแกรมฯ ที่สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้				

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

(.....)

แบบประเมินแบบสอบถามการวิจัย
เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
ด้วยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยผู้เชี่ยวชาญ

คำชี้แจง:

ให้ท่านพิจารณาว่าแบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ นี้ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ ตามที่กำหนดไว้หรือไม่แล้วเขียนผลการพิจารณาของท่านโดยเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง “คะแนนการพิจารณา” ตามความคิดเห็นของท่าน

- +1 = แน่ใจว่าโปรแกรมฯ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ
 0 = ไม่แน่ใจว่าโปรแกรมฯ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ
 -1 = ไม่แน่ใจว่าโปรแกรมฯ ไม่มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ

รายการประเมิน	คะแนนการพิจารณา			หมายเหตุ
	+1	0	-1	
ข้อความคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิต				
1. ทำให้ท่านมีความสุข				
2. ทำให้ท่านมีสมาธิ				
3. ทำให้ท่านเกิดการผ่อนคลาย				
4. ทำให้ท่านรู้สึกเพลิดเพลิน				
5. ทำให้ท่านรู้สึกพอใจ				
6. ทำให้ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีความหมาย				
7. ทำให้ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จ				
8. ทำให้ท่านรู้จักตนเองและยอมรับในตนเองมากขึ้น				
9. ทำให้ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง				
10. ทำให้รู้สึกดีในการได้เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น				
11. ทำให้ท่านได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น				
12. ทำให้ท่านรู้สึกว่าไม่ถูกแยกตัวออกจากบุคคลรอบข้าง				
13. ทำให้ท่านรู้สึกพอใจที่คนอื่นชวนท่านทำกิจกรรมด้วย				

รายการประเมิน	คะแนนการพิจารณา			หมายเหตุ
	+1	0	-1	
ข้อคำถามคุณภาพชีวิตด้านสถานะทางสังคม				
1. ทำให้ท่านเข้าใจบุคคลอื่นมากขึ้น				
2. ทำให้ท่านสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้				
3. ทำให้ท่านมีโอกาสปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น				
4. ทำให้ท่านได้พูดคุยกับบุคคลอื่นได้มากขึ้น				
5. ทำให้ท่านสามารถพูดคุยกับบุคคลอื่นได้นานขึ้น				
6. ทำให้ท่านสามารถถ่ายทอดความรู้สึกให้บุคคลอื่นเข้าใจได้				
7. ทำให้ท่านมีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนอื่นในระหว่างเข้าร่วมกิจกรรมได้				
8. ท่านมีโอกาสได้ช่วยเหลือผู้อื่นในระหว่างการทำกิจกรรม				
9. ท่านมีความกระตือรือร้นที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกับบุคคลอื่น				
10. ทำให้ท่านมีการวางแผนในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น (ก่อนที่จะปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ)				

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

(.....)

แบบประเมินแบบสอบถามการวิจัย
เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
ด้วยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) โดยผู้เชี่ยวชาญ

คำชี้แจง:

ให้ท่านพิจารณาว่าแบบสอบถาม เรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ นี้ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ ตามที่กำหนดไว้หรือไม่แล้วเขียนผลการพิจารณาของท่านโดยเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง “คะแนนการพิจารณา” ตามความคิดเห็นของท่าน

- +1 = แน่ใจว่าโปรแกรมฯ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ
0 = ไม่แน่ใจว่าโปรแกรมฯ มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ
-1 = ไม่แน่ใจว่าโปรแกรมฯ ไม่มีความเหมาะสมและสอดคล้องในด้านต่าง ๆ

รายการประเมิน	คะแนนการพิจารณา			หมายเหตุ
	+1	0	-1	
ข้อคำถามด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้				
1. สื่อ/ใบความรู้ ทันสมัย อ่านเข้าใจง่าย ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ ตรงใจท่าน				
2. วัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ เหมาะสมกับการใช้งาน				
3. วิทยากร/ผู้จัดกิจกรรม มีอัธยาศัย น่าใจดี มีจิตบริการและส่งเสริมการเรียนรู้				
4. บรรยากาศและสถานที่ในการจัดกิจกรรมเอื้อต่อการเรียนรู้				
5. วันเวลาที่จัด (เดือนละ 1 ครั้ง ทุกวันพฤหัสบดีที่ 3 ของเดือน เวลา 09.00 -12.00 น.)				
6. จำนวนครั้งที่จัดกิจกรรม 12 ครั้งต่อปี				
7. โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ที่จัดตรงกับความต้องการของท่าน				
8. ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้				
9. ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ประกอบอาชีพเสริมได้				

รายการประเมิน	คะแนนการพิจารณา			หมายเหตุ
	+1	0	-1	
ด้านหัวข้อโปรแกรมนันทนาการด้วยศิลปะประดิษฐ์				
1. การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา				
2. การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม				
3. การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ				
4. การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์				
5. การประดิษฐ์ผ้าขนหนูรูปสัตว์ (งูปีมะโรง)				
6. การประดิษฐ์กบติดหมดอกบานขึ้นจากเศษผ้า				
7. การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากเศษผ้าและฝาขวดน้ำ				
8. การประดิษฐ์ของขำร่วยขนมสอดไส้				
9. การประดิษฐ์ที่คาดหมดอกบัวจากเศษผ้า				
10. การประดิษฐ์ของขำร่วยข้าวต้มมัด				
11. การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม				
12. การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง				

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

.....

.....

ลงชื่อ ผู้ประเมิน

(.....)

ภาคผนวก ค

ผลการประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้องโดยผู้เชี่ยวชาญ

**ผลการประเมินความเหมาะสมของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
โดยผู้เชี่ยวชาญ**

ข้อ	รายการ/ข้อความ	ค่าเฉลี่ย (μ)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (σ)	ระดับความ เหมาะสม
1. ชื่อโปรแกรม				
1.1	ชัดเจนสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของ การพัฒนาโปรแกรม	4.20	.45	มาก
2. ความสำคัญและความเป็นมาของโปรแกรม				
2.1	มีความเป็นไปได้สมเหตุสมผล สอดคล้องกับ สถานการณ์และเหตุการณ์ในสังคมปัจจุบัน	4.60	.55	มากที่สุด
3. วัตถุประสงค์ของโปรแกรม				
3.1	ชัดเจน ครอบคลุมทุกประเด็น	4.00	.71	มาก
3.2	สอดคล้องกับความสำคัญและความเป็นมา ของโปรแกรม	4.40	.55	มาก
3.3	มีความเป็นไปได้ในการนำไปปฏิบัติ	4.00	.71	มาก
4. คำชี้แจงการใช้โปรแกรม				
4.1	คำชี้แจงมีความชัดเจน สามารถปฏิบัติได้	4.60	.55	มากที่สุด
4.2	คำชี้แจงสอดคล้องกับโปรแกรม	4.60	.55	มากที่สุด
4.3	คำชี้แจงมีความครบถ้วนทุกประเด็น	4.40	.55	มาก
5. กลุ่มเป้าหมาย				
5.1	กำหนดได้เหมาะสมกับโปรแกรม	4.00	.71	มาก
5.2	มีความเป็นไปได้ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ของโปรแกรม	4.60	.55	มากที่สุด
6. หัวข้อกิจกรรมนันทนาการ				
6.1	เรียงลำดับความสำคัญของกิจกรรมได้ เหมาะสม	4.20	.45	มาก
6.2	จำนวนชั่วโมงเหมาะสมในแต่ละกิจกรรม	4.20	.45	มาก
6.3	สาระสำคัญสอดคล้องกับกิจกรรม	4.60	.55	มากที่สุด
6.4	จุดประสงค์การเรียนรู้เหมาะสมกับกิจกรรม	4.40	.55	มาก
6.5	ขั้นตอนการจัดกิจกรรมสอดคล้องกับ วัตถุประสงค์ สาระสำคัญ	4.20	.45	มาก
6.6	สื่อการเรียนรู้มีความเหมาะสมกับการจัด กิจกรรม	4.60	.55	มากที่สุด

ข้อ	รายการ/ข้อความ	ค่าเฉลี่ย (μ)	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (σ)	ระดับความ เหมาะสม
7. การวัดและประเมินผล				
7.1	กำหนดวิธีการประเมินผลในแต่ละกิจกรรมได้ เหมาะสม	4.20	.45	มาก
8. วันและเวลา				
8.1	วันและเวลาในการจัดโปรแกรมมี ความเหมาะสม	4.60	.55	มากที่สุด
9. สถานที่				
9.1	สถานที่ในการจัดโปรแกรมมีความเหมาะสม	4.40	.55	มาก
10. รูปแบบและลักษณะการจัดโปรแกรม				
10.1	รูปแบบและลักษณะการจัดโปรแกรมมี ความเหมาะสม	4.20	.45	มาก
เฉลี่ยรวมทั้งโปรแกรม		4.35	.09	มาก

ดัชนีความสอดคล้องของโครงสร้างโปรแกรมบัณฑิตศึกษาระดับปริญญาตรีสำหรับผู้สูงอายุ
โดยผู้เชี่ยวชาญ (Index of Item Objective Congruence : IOC)

ข้อ	รายการ/ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					IOC
		คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	
1.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของคำนำ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
2.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ ความสำคัญและความเป็นมา	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
3.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ คำชี้แจง	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
4.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ วัตถุประสงค์	+1	+1	0	+1	+1	0.80
5.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ กลุ่มเป้าหมาย	+1	+1	0	+1	+1	0.80
6.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของหัวข้อ กิจกรรมบัณฑิตศึกษา	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
7.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของชั่วโมง จัดกิจกรรม	+1	0	+1	+1	0	0.60
8.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของวันเวลา จัดกิจกรรม	+1	0	+1	+1	+1	0.80
9.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของสถานที่ จัดกิจกรรม	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
10.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของรูปแบบ และลักษณะการจัดกิจกรรม	+1	0	+1	+1	+1	0.80
11.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โปรแกรม บัณฑิตศึกษาระดับปริญญาตรีสำหรับ ผู้สูงอายุ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
12.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 1 : การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
13.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 2 : การประดิษฐ์ที่คาดผมจากดอกบัว จากเศษผ้า)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00

ข้อ	รายการ/ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					
		คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	IOC
14.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 3 : การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
15.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 4 : การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
16.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 5 : การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษ เรนโบว์)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
17.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 6 : การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
18.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 7 : การประดิษฐ์ก๊อบจากฝาขวดน้ำและเศษผ้า)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
19.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 8 : การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
20.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 9 : การประดิษฐ์ดอกบานชื่นจากเศษผ้า)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
21.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 10 : การประดิษฐ์ของชำร่วยข้ามต้มมัด)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
22.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 11 : การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
23.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ โปรแกรมฯ (กิจกรรม ครั้งที่ 12 : การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
24.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ สื่อใบความรู้	+1	0	+1	+1	0	0.60

ข้อ	รายการ/ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					
		คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	IOC
25.	ความเหมาะสมและสอดคล้องของ แบบประเมินการใช้โปรแกรมฯ	+1	+1	+1	+1	0	0.80
26.	โปรแกรมฯ มีความเหมาะสมสอดคล้อง กับกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
27.	การวัดและประเมินผลมีความสอดคล้อง กับวัตถุประสงค์	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
28	เป็นโปรแกรมฯ ที่สามารถพัฒนาคุณภาพ ชีวิตผู้สูงอายุได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00

ดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถามผลของโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับ
ผู้สูงอายุที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ข้อ	รายการ/ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					
		คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	IOC
ด้านสุขภาพจิต							
ทำคิดว่าโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์มีผลต่อสุขภาพจิตของท่านมากน้อยเพียงใด							
1.	ทำให้ท่านมีความสุข	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
2.	ทำให้ท่านมีสมาธิ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
3.	ทำให้ท่านเกิดการผ่อนคลาย	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
4.	ทำให้ท่านรู้สึกเพลิดเพลิน	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
5.	ทำให้ท่านรู้สึกพอใจ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
6.	ทำให้ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีความหมาย	+1	+1	+1	+1	0	0.80
7.	ทำให้ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
8.	ทำให้ท่านรู้จักตนเองและยอมรับในตนเองมากขึ้น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
9.	ทำให้ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
10.	ทำให้รู้สึกดีในการได้เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
11.	ทำให้ท่านได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
12.	ทำให้ท่านรู้สึกว่าไม่ถูกแยกตัวออกจากบุคคลรอบข้าง	+1	+1	+1	0	+1	0.80
13.	ทำให้ท่านรู้สึกพอใจที่คนอื่นชวนท่านทำกิจกรรมด้วย	+1	+1	0	+1	+1	0.80
ด้านสถานะทางสังคม							
ท่านคิดว่าโปรแกรมนันทนาการด้วยศิลปะประดิษฐ์มีผลต่อสถานะทางสังคมของท่านมากน้อยเพียงใด							
1.	ทำให้ท่านเข้าใจบุคคลอื่นมากขึ้น	+1	+1	+1	+1	0	0.80
2.	ทำให้ท่านสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
3.	ทำให้ท่านมีโอกาสปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
4.	ทำให้ท่านได้พูดคุยกับบุคคลอื่นได้มากขึ้น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
5.	ทำให้ท่านสามารถพูดคุยกับบุคคลอื่นได้นานขึ้น	+1	+1	+1	+1	0	0.80

ข้อ	รายการ/ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					
		คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	IOC
6.	ทำให้ท่านสามารถถ่ายทอดความรู้สึกให้บุคคลอื่นเข้าใจได้	0	+1	+1	+1	+1	0.80
7.	ทำให้ท่านมีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนอื่นในระหว่างเข้าร่วมกิจกรรมได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
8.	ท่านมีโอกาสได้ช่วยเหลือผู้อื่นในระหว่างการทำกิจกรรม	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
9.	ท่านมีความกระตือรือร้นที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกับบุคคลอื่น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
10.	ทำให้ท่านมีการวางแผนในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น (ก่อนที่จะปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00

ดัชนีความสอดคล้องของ
แบบสอบถาม เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
ที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ข้อ	รายการ/ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					
		คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	IOC
ด้านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้							
1.	สื่อ/ใบความรู้ ทันสมัย อ่านเข้าใจง่าย ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ ตรงใจ ท่าน	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
2.	วัสดุอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมเพียงพอ เหมาะสมกับการใช้งาน	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
3.	วิทยากร/ผู้จัดกิจกรรม มีอริยาสัย น้ำใจดี มีจิตบริการและส่งเสริมการเรียนรู้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
4.	บรรยากาศและสถานที่ในการจัดกิจกรรม เอื้อต่อการเรียนรู้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
5.	วันเวลาที่จัด (เดือนละ 1 ครั้ง ทุกวัน พฤหัสบดีที่ 3 ของเดือน เวลา 09.00-12.00 น.)	+1	+1	0	+1	+1	0.80
6.	จำนวนครั้งที่จัดกิจกรรม 12 ครั้งต่อปี	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
7.	โปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์ที่จัด ตรงกับความต้องการของท่าน	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
8.	ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
9.	ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ประกอบ อาชีพเสริมได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
ด้านหัวข้อโปรแกรมนันทนาการด้วยศิลปะประดิษฐ์ (ดูจากภาพประกอบ)							
ท่านพึงพอใจกับกิจกรรมต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด							
1.	การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
2.	การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
3.	การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
4.	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษ เรนโบว์	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
5.	การประดิษฐ์ผ้าขนหนูรูปสัตว์ (งูปีมะโรง)	+1	+1	+1	+1	+1	1.00

ข้อ	รายการ/ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					
		คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	IOC
6.	การประดิษฐ์ที่ติดผดงอกบนชิ้นจากเศษผ้า	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
7.	การประดิษฐ์ที่รูปหมวกจากเศษผ้าและฝาขวดน้ำ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
8.	การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
9.	การประดิษฐ์ที่คาดผดงอกบัวจากเศษผ้า	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
10.	การประดิษฐ์ของชำร่วยข้ามต้มมัด	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
11.	การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
12.	การประดิษฐ์รวมการบูรจากผ้าโปรง	+1	+1	+1	+1	+1	1.00

ภาพประกอบแบบสอบถาม

เรื่อง ความพึงพอใจต่อโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
ที่มีต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

<p>1. การประดิษฐ์พานรองพระจากใบ ยางพารา</p> 	<p>2. การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม</p> 	<p>3. การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ</p> 
<p>4. การประดิษฐ์ขันหมากเบ็งจิว จากกระดาษเรนโบว์</p> 	<p>5. การประดิษฐ์ผ้าขนหนูรูปสัตว์ (งูปีมะโรง)</p> 	<p>6. การประดิษฐ์กบติดผมดอก บานชื่นจากเศษผ้า</p> 
<p>7. การประดิษฐ์กบรูปหมวกจาก เศษผ้าและผ้าขูดน้ำ</p> 	<p>8. การประดิษฐ์ของชำร่วย ขนมสอดไส้</p> 	<p>9. การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัว จากเศษผ้า</p> 
<p>10. การประดิษฐ์ของชำร่วย ข้าวต้มมัด</p> 	<p>11. การประดิษฐ์พวงกุญแจจาก รังไหม</p> 	<p>12. การประดิษฐ์ร่มการบูรจาก ผ้าโปรง</p> 

ภาคผนวก ง

โปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต
ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

**โปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต
ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ**

วัตถุประสงค์

1. เพื่อจัดกิจกรรมการเรียนรู้การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย สำหรับกลุ่มเป้าหมายพิเศษ ผู้สูงอายุ
2. เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยใช้โปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือที่สมัครใจเข้ารับโปรแกรมฯ จำนวน 30 คน

เนื้อหาหลักสูตร/วิชา

จัดกิจกรรมตามความต้องการของผู้สูงอายุ เกี่ยวกับศิลปะประดิษฐ์ จำนวน 12 เรื่อง ดังนี้

- 1 การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา
- 2 การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า
- 3 การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม
- 4 การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ
- 5 การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์
- 6 การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า
- 7 การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์
- 8 การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้
- 9 การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า
- 10 การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด
- 11 การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม
- 12 การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปรง

หมายเหตุ รายวิชานี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

จำนวนชั่วโมงที่จัดโปรแกรม

เป็นชั่วโมงฝึกปฏิบัติและฝึกทักษะทั้งหมด จำนวน 24 ชั่วโมง

วัน เวลา

ตั้งแต่เดือน ตุลาคม 2555 – เดือนกันยายน 2556 จำนวน 12 ครั้ง

สถานที่

สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

งบประมาณ

สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ สนับสนุน จำนวน 30,000 (สามหมื่นบาทถ้วน)

รูปแบบการจัดการเรียนรู้

การศึกษาตามอัธยาศัย

ตารางการจัดโปรแกรมพัฒนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
ทุกวันพฤหัสบดีที่ 3 ของเดือน
เริ่มเดือนตุลาคม 2555 สิ้นสุดเดือน กันยายน 2556

วันที่	รายการสอน/กิจกรรม	จำนวน ชั่วโมง	ผู้สอน/ผู้จัดกิจกรรม
18 ต.ค. 2555	การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา	2	นางแสงจันทร์ เขจรศาสตร์
15 พ.ย. 2555	การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า	2	
20 พ.ย. 2555	การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม	2	
17 ม.ค. 2556	การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ	2	
21 ก.พ. 2556	การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจีวจากกระดาษเรนโบว์	2	
21 มี.ค. 2556	การประดิษฐ์กับรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า	2	
18 เม.ย. 2556	การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์ (งู/ปีมะโรง)	2	
16 พ.ค. 2556	การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้	2	
20 มิ.ย. 2556	การประดิษฐ์กับติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า	2	
18 ก.ค. 2556	การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด	2	
22 ส.ค. 2556	การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม	2	
19 ก.ย. 2556	การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง	2	

หมายเหตุ

ตารางนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

ภาคผนวก จ

หนังสือราชการที่เกี่ยวข้อง

สถาบัน กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
เลขที่รับ 172 9 เวลา 14:20
รับ 26 กย ๕๕



ที่ ชสก. ๒๔/๒๕๕๕

สำนักงานชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาค ๓
ศาลเวียงฝึ้ง ๕๑๕ สถาบัน กศน.ภาค ๓
ถนนชยางกูร อำเภอเมืองอุบลฯ
จังหวัดอุบลราชธานี ๓๔๐๐๐

๒๖ กันยายน ๒๕๕๕

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์สนับสนุนการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยประเภท
การศึกษาต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

เรียน ผู้อำนวยการสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ด้วย ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีจำนวนสมาชิกชมรม ๓๐๐ คน ซึ่ง
สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคฯ มีความต้องการให้สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ส่งเสริมการจัดการ
เรียนรู้ตลอดชีวิตสำหรับผู้สูงอายุทั้งการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย เพื่อสร้างความเข้มแข็ง
องค์กรผู้สูงอายุให้ยั่งยืนเป็นตัวอย่างแก่ชมรมผู้สูงอายุ ตลอดปี ๒๕๕๖

ในการนี้ ชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ท่าน และ
บุคลากรที่เกี่ยวข้อง สนับสนุนการจัดการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยประเภทการศึกษา
ต่อเนื่อง ให้กับสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กลุ่มพัฒนาอาชีพ หมวดศิลปกรรม
หมวดคหกรรม หมวดอื่นๆ ตามความเหมาะสม เดือนละ ๑ ครั้ง ในวันพฤหัสบดีสัปดาห์ที่ ๓ ของเดือน
เวลา ๐๙.๐๐-๑๔.๐๐ น. จำนวนผู้รับการจัดการเรียนรู้ ครั้งละ ๕๐ คน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(Signature)

(นายรังสรรค์ สลับแสง)

๑. ทรง
๒. รองผู้อำนวยการโรงเรียน
ดิฉัน

ประธานชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

สำนักงานชมรมฯ ศาลาดงอู่มั้ง

- ส่วนอำนวยคดี บริเวณ สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
- ส่วนการศึกษา Website: http://esanelder.wordpress.com
- ส่วนวิจัยและพัฒนา
- ส่วนเทคโนโลยีเพื่อการศึกษา
- ส่วนส่งเสริมและพัฒนา กศ.ขั้นพื้นฐาน
- อื่นๆ.....

๒๖ ก.ย. ๕๕. สลับแสง
(นายรังสรรค์ สลับแสง)
ชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
ผู้อำนวยการสถาบัน กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
นัดสังสรรค์ ทุกวันพฤหัสบดีที่ ๓ ของเดือน
จำนวน 5๐ คน. เวลาจัด ๐๙.๐๐-๑๔.๐๐ น.
-เพื่อโปรดพิจารณา.
๑๗.๑.๕๕
ดิฉัน



คำสั่ง สถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
ที่ ๓๙/๒๕๕๗
เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาหลักสูตรพัฒนาบุคลากร

ด้วย สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จะดำเนินการพัฒนาบุคลากร กลุ่มเป้าหมาย ครู กศน. ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เพื่อให้สามารถนำความรู้และทักษะด้านวิชาการไปใช้ในการพัฒนา งาน กศน. ให้มีประสิทธิภาพเกิดประสิทธิผลต่อผู้เรียน กศน. ตามโครงการพัฒนาบุคลากรในการใช้กล้อง ดิจิตอลเพื่อผลิตสื่อการเรียนการสอนอย่างมีคุณภาพ และโครงการพัฒนาบุคลากรหลักสูตรการใช้โปรแกรม ศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ จึงแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการพัฒนาหลักสูตรพัฒนาบุคลากรทั้ง ๒ โครงการ ดังนี้

๑. คณะกรรมการที่ปรึกษา

- | | |
|---|---------------------|
| ๑.๑ ผู้อำนวยการสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ | ประธานกรรมการ |
| ๑.๒ รองผู้อำนวยการสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ | กรรมการ |
| ๑.๓ หัวหน้าส่วนอำนวยการ | กรรมการ |
| ๑.๔ หัวหน้าส่วนวิจัยและพัฒนา | กรรมการ |
| ๑.๕ หัวหน้าส่วนเทคโนโลยีเพื่อการศึกษา | กรรมการ |
| ๑.๖ หัวหน้าส่วนส่งเสริมและพัฒนาการศึกษานอกระบบขั้นพื้นฐาน | กรรมการ |
| ๑.๗ หัวหน้าส่วนการศึกษาต่อเนื่อง | กรรมการและเลขานุการ |

มีหน้าที่

คณะกรรมการที่ปรึกษามีหน้าที่ให้ข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะและสนับสนุนการดำเนินการให้สำเร็จ ตามวัตถุประสงค์

๒. คณะกรรมการพัฒนาหลักสูตรการใช้กล้องดิจิตอลเพื่อผลิตสื่อการเรียนการสอน

- | | |
|-----------------------------|----------------------------|
| ๒.๑ นายศรีเชาวน์ วิหคโต | ประธานกรรมการ |
| ๒.๒ นายประวิติ สุนทรสวัสดิ์ | กรรมการ |
| ๒.๓ นายสุชาติ สุวรรณประทีป | กรรมการ |
| ๒.๔ นางนงนารถ ศิลาเกษ | กรรมการ |
| ๒.๕ นายไพจิตร ผุดเพชรแก้ว | กรรมการ |
| ๒.๖ นางรัตนา หวังชูขอบ | กรรมการ |
| ๒.๗ นางสาวสกุลตรา ขอสุข | กรรมการ |
| ๒.๘ นายบรรจง ชัยศิริกุล | กรรมการ |
| ๒.๙ นายสิทธิพร ประสารแช่ | กรรมการและเลขานุการ |
| ๒.๑๐ นางแก้วใจ ประสารแช่ | กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ |

๓. คณะกรรมการพัฒนาหลักสูตรการใช้โปรแกรมเน้นหนักการด้วยศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ

๓.๑ นายศรีเชาวน์ วิหคโค	ประธานกรรมการ
๓.๒ นางสาวนาถวิพรรณ บุญประสงค์	กรรมการ
๓.๓ นางสาวสุภาพร สุขเกษม	กรรมการ
๓.๔ นางลัดดา คัมภีระ	กรรมการ
๓.๕ นางสาววิมล ทรงประโคน	กรรมการ
๓.๖ นางนิทรา วสุเพ็ญ	กรรมการ
๓.๘ นางสาวจันทร์ เจริญศาสตร์	กรรมการและเลขานุการ
๓.๙ นางสาวธัญรัตน์ มิ่งไชยอนันต์	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

ให้คณะกรรมการพัฒนาหลักสูตรทั้ง ๒ หลักสูตร มีหน้าที่ ดังนี้

๑. ประสานงานผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านเกี่ยวกับหลักสูตร
๒. พัฒนาหลักสูตรการพัฒนาบุคลากร
๓. กำหนดแนวทางการจัดการพัฒนาบุคลากร
๔. จัดทำเอกสารหลักสูตร
๕. ตรวจสอบประเมินองค์ประกอบของหลักสูตร
๖. ดำเนินการนำหลักสูตรไปใช้
๗. ติดตามประเมินผลนำหลักสูตรไปใช้
๘. ปรับปรุงหลักสูตร
๙. รายงานผลการพัฒนาหลักสูตร
๑๐. ประสานการจัดดำเนินงานอื่นที่เกี่ยวข้อง

ให้คณะกรรมการที่ได้รับแต่งตั้งปฏิบัติหน้าที่ด้วยความรับผิดชอบ ให้เป็นไปด้วยความเรียบร้อย ตามวัตถุประสงค์ ถูกต้อง เกิดผลดีแก่กลุ่มเป้าหมายและสถานศึกษาโดยส่วนรวม

ทั้งนี้ตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๗

สั่ง ณ วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๗



(นายชาติรี เสี่ยงมงคล)

ผู้อำนวยการ กศน. อำเภอซำสูง รักษาการในตำแหน่ง
ผู้อำนวยการสถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ



ประกาศ สถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ “ศ.อ.ศ.อ.”
เรื่อง จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ด้วยสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยมีนโยบายให้
จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ กศน.ขึ้น เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของสมาชิก และให้โอกาสสมาชิกใช้ความรู้
ความสามารถบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม ดังนั้น สถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษา
ตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ “ศ.อ.ศ.อ.” จึงประกาศจัดตั้งชมรมขึ้น ชื่อว่า “ชมรม
ผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ” โดยมีสถานที่ทำการ ณ ศาลาดงอู่มิ่ง สถาบันพัฒนา
การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ “ศ.อ.ศ.อ.” ถนนชยางกูร
อำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี และให้นายพิชิต บุญลี เป็นประธานชมรม
การดำเนินกิจกรรมของชมรม ให้เป็นไปตามระเบียบการของชมรม
จึงประกาศมาเพื่อทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๑๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑

(นายนิคม ทองพิทักษ์)

ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ “ศ.อ.ศ.อ.”



**ระเบียบการ
ชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
พ.ศ. ๒๕๕๑**

ด้วยเห็นเป็นการสมควรให้มีระเบียบการชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เพื่อใช้เป็นหลักในการบริหารงาน สมาชิกก่อตั้งจึงมีมติในการประชุมเมื่อวันที่ ๑๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑ ให้ตราระเบียบการขึ้นไว้ดังต่อไปนี้

หมวดที่ ๑ บททั่วไป

- ข้อ ๑ ระเบียบการนี้เรียกว่า “ระเบียบการชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พ.ศ. ๒๕๕๑”
- ข้อ ๒ ในระเบียบการนี้
- “ชมรม” หมายความว่า ชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
- “สมาชิก” หมายความว่า สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
- “คณะกรรมการ” หมายความว่า คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
- ข้อ ๓ ให้คณะกรรมการรักษาการตามระเบียบการนี้และให้มีอำนาจตีความและวินิจฉัยปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติตามระเบียบการนี้

หมวดที่ ๒ ชื่อ และวัตถุประสงค์ของชมรม

- ข้อ ๔ ชมรมนี้ชื่อว่า “ชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ” เรียกโดยย่อว่า “ชส.กศน.อีสาน” และมีชื่อเป็นภาษาอังกฤษว่า “The Senior Citizen Club of Northeastern Regional Non-Formal and Informal Education” เรียกโดยย่อว่า “SECCON NI ED”
- ข้อ ๕ เครื่องหมายของชมรมเป็นรูปตราสัญลักษณ์ “ศ.อ.ศ.อ.” ตรารอบและตราสมาชิกจรกับเครื่องหมาย Infinity มีข้อความว่า “ชส.กศน.อีสาน” ดังเอกสารต่อท้ายนี้
- ข้อ ๖ สำนักงานชมรมตั้งอยู่ที่ศาลากลางผู้ฝิ่ง สถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ “ศ.อ.ศ.อ.” ถนนทรายมูล อำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี
- ข้อ ๗ ชมรมมีวัตถุประสงค์ ดังนี้
- (๑) เป็นศูนย์กลางแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็นและประสบการณ์ของสมาชิก
 - (๒) เสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีในหมู่สมาชิก และระหว่างสมาชิกกับผู้ปฏิบัติงาน กศน. ตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีกับสมาชิกชมรมอื่นที่มีวัตถุประสงค์เหมือนกัน หรือใกล้เคียงกัน

๒

- (๓) ส่งเสริมสวัสดิการและกิจกรรมต่าง ๆ อันเป็นการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันของมวลสมาชิก
- (๔) ส่งเสริม สนับสนุนและจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของสมาชิก
- (๕) ส่งเสริมโอกาสให้สมาชิกได้นำความรู้ ประสบการณ์และอื่น ๆ ไปให้บริการแก่สาธารณชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุที่ควรได้รับการช่วยเหลือ
- (๖) ส่งเสริม สนับสนุนนโยบายและกิจกรรมของหน่วยงานและสถานศึกษาสังกัดสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และอื่น ๆ

หมวดที่ ๓ สมาชิก

ข้อ ๘ สมาชิกของชมรม แบ่งออกเป็น ๓ ประเภท ดังนี้

- (๑) สมาชิกสามัญ ได้แก่ ศิษย์เก่า ศ.อ.ศ.อ. ข้าราชการหรือลูกจ้างประจำของกองการศึกษาผู้ใหญ่ กรมสามัญศึกษา, กรมการศึกษานอกโรงเรียน, สำนักบริหารงานการศึกษานอกโรงเรียน และสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ที่เกษียณอายุราชการ หรือมีอายุ ๕๕ ปีขึ้นไป
- (๒) สมาชิกสมทบ ได้แก่ บุคคลอื่นนอกเหนือจากข้อ (๑) ที่คณะกรรมการมีมติรับเข้าเป็นสมาชิก (ต้องมีอายุ ๕๕ ปีขึ้นไป)
- (๓) สมาชิกกิตติมศักดิ์ ได้แก่ บุคคลที่สมาชิกชมรมมีมติให้เชิญเป็นสมาชิก

ข้อ ๙ ผู้ประสงค์จะสมัครเป็นสมาชิกให้ยื่นใบสมัครตามแบบที่กำหนดไว้และผู้สมัครเป็นสมาชิกสมทบให้มีสมาชิกสามัญ ๑ คน เป็นผู้รับรอง ให้นำทะเบียนรวบรวมใบสมัครตรวจสอบ แล้วรวบรวมนำเสนอต่อคณะกรรมการเพื่อพิจารณาอนุมัติรับเข้าเป็นสมาชิก

ข้อ ๑๐ ค่าสมัครแรกเข้าและค่าบำรุง มีอัตรา ดังนี้

- (๑) ค่าสมัครแรกเข้า ๑๐๐ บาท
- (๒) ค่าบำรุง
 - ค่าบำรุงรายปี ปีละ ๑๐๐ บาท หรือ
 - ค่าบำรุงตลอดชีพ ๕๐๐ บาท
 การคิดค่าบำรุงรายปี ให้นำตามปีปฏิทิน

ในกรณีที่คณะกรรมการมีมติไม่รับบุคคลใดเป็นสมาชิก ชมรมจะคืนเงินค่าสมัครแรกเข้า และค่าบำรุงให้ต่อไป ผู้สมัครที่ได้รับอนุมัติให้เป็นสมาชิกแล้ว จะเรียกคืนเงินค่าสมัครแรกเข้าและค่าบำรุงที่ได้จ่ายไว้แล้วไม่ได้

ข้อ ๑๑ สมาชิกสามัญ มีสิทธิดังต่อไปนี้

- (๑) ประดับเข็มเครื่องหมายของชมรม
- (๒) เข้าประชุมสมัยสามัญและประชุมสมัยวิสามัญ

๓

- (๓) แสดงความคิดเห็นและเสนอแนะการดำเนินงานของชมรม
- (๔) เลือกตั้งประธานชมรม
- (๕) สมัครเป็นประธานชมรม
- (๖) ใช้สถานที่และวัสดุ ครุภัณฑ์ของชมรม
- (๗) เข้าร่วมกิจกรรมของชมรม
- (๘) ขอรับความช่วยเหลือด้านสวัสดิการต่าง ๆ ตามระเบียบการของชมรม
- (๙) ตรวจสอบกิจการและทรัพย์สินของชมรม

ข้อ ๑๒ สมาชิกสมทบ มีสิทธิ เช่นเดียวกับสมาชิกสามัญ เว้นข้อ ๑๑(๕)

ข้อ ๑๓ สมาชิกกิตติมศักดิ์ มีสิทธิตาม ข้อ ๑๑(๑), (๓), (๖) และ (๗)

ข้อ ๑๔ สมาชิกสามัญและสมาชิกสมทบ มีหน้าที่ดังต่อไปนี้

- (๑) ชำระค่าบำรุง
- (๒) ปฏิบัติตามระเบียบการนี้
- (๓) ปฏิบัติตามคำสั่ง ข้อบังคับ และระเบียบอื่น ที่ชมรมกำหนดขึ้น
- (๔) ช่วยเหลือและสนับสนุนกิจกรรมของชมรม
- (๕) เผยแพร่เกียรติคุณของงานและบุคลากร กคน.และของชมรม

ข้อ ๑๕ สมาชิกภาพของสมาชิกสามัญและสมาชิกสมทบสิ้นสุดลงเมื่อ

- (๑) ตาย
- (๒) ลาออก
- (๓) ขาดการชำระค่าบำรุง ติดต่อกันเป็นเวลา ๒ ปี
- (๔) คณะกรรมการมีมติ ๓ ใน ๔ ให้พ้นจากสมาชิกภาพ

ข้อ ๑๖ การลาออก ให้สมาชิกที่ประสงค์จะลาออกจากสมาชิกภาพ แจ้งความจำนงเป็นหนังสือให้ คณะกรรมการมีมติอนุมัติให้พ้นจากสมาชิกภาพ

หมวดที่ ๔ คณะกรรมการ

ข้อ ๑๗ มีคณะกรรมการคณะหนึ่ง เรียกว่า คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ กคน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือจำนวนไม่น้อยกว่า ๑๕ คน แต่ไม่เกิน ๓๕ คน ประกอบด้วย ประธาน รองประธาน เหนียวุฒิ เลขาธิการ กรรมการกลางและข้าราชการของสถาบัน กคน.ภาคขเป็นกรรมการตำแหน่งอื่นตามความจำเป็น

ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาการศึกษาจากระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ "ศ.อ.ศ.อ." ผู้อำนวยการสำนักงานส่งเสริมการศึกษาจากระบบและการศึกษาคตามอัธยาศัยจังหวัดอุบลราชธานี และผู้อำนวยการศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษาอุบลราชธานี เป็นผู้ช่วยเลขาธิการ โดยตำแหน่ง ข้าราชการ และบุคลากร กคน. ร่วมเป็นคณะกรรมการตามความเหมาะสม

คณะกรรมการเชิญผู้ทรงคุณวุฒิ เป็นที่ปรึกษาได้ตามความเหมาะสม

ผู้ดำรงตำแหน่งประธาน ได้มาจากการเลือกตั้งด้วยวิธีเปิดเผยของสมาชิกในการประชุม

๔

สมัยสามัญหรือวิสามัญ ส่วนกรรมการตำแหน่งอื่น ให้ประธานเป็นผู้แต่งตั้ง
คณะกรรมการอยู่ในตำแหน่งได้วาระละ ๒ ปี และอาจได้รับการเลือกตั้งหรือแต่งตั้ง
แล้วแต่กรณีติดต่อกันไม่เกิน ๒ วาระ เว้นแต่กรรมการที่ปรึกษาและกรรมการโดยตำแหน่ง
การนับปี ให้นับตามปีปฏิทิน

ข้อ ๑๘ กรรมการพ้นจากตำแหน่ง ด้วยเหตุดังนี้

- (๑) ครบวาระ
- (๒) ลาออก
- (๓) ขาดจากสมาชิกภาพตามข้อ ๑๕
- (๔) คณะกรรมการมีมติ ๓ ใน ๔ ให้พ้นจากตำแหน่ง

ในกรณีที่ตำแหน่งประธานชมรมว่างลงก่อนครบวาระ ให้รองประธานชมรมคนที่ ๑ หรือ ๒
ตามลำดับทำหน้าที่แทนต่อไปจนครบวาระ และในกรณีที่กรรมการตำแหน่งอื่นว่างลง ประธาน
ชมรมอาจแต่งตั้งสมาชิกที่เห็นสมควร เข้าทำหน้าที่แทนจนครบวาระของกรรมการตำแหน่งนั้นก็ได้

ข้อ ๑๙ คณะกรรมการมีอำนาจหน้าที่ดังต่อไปนี้

- (๑) บริหารและควบคุมงานของชมรมให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ ข้อบังคับ ระเบียบ
ประกาศ และมติของคณะกรรมการหรือมติของที่ประชุมสมัยสามัญประจำปีและที่
ประชุมสมัยวิสามัญ
- (๒) ออกระเบียบ คำสั่ง ประกาศ เพื่อดำเนินการตามวัตถุประสงค์ของชมรม
- (๓) แต่งตั้งคณะอนุกรรมการจำนวนหนึ่งเพื่อปฏิบัติการใด ๆ ตามวัตถุประสงค์ของชมรม
- (๔) สรรหาและเชิญผู้ทรงคุณวุฒิเป็นที่ปรึกษา
- (๕) อนุมัติเงินค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานตามวัตถุประสงค์หรือระเบียบอื่นใดของชมรม
- (๖) ปฏิบัติหน้าที่อื่น ๆ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของชมรม

หมวดที่ ๕ การประชุม

ข้อ ๒๐ การประชุมสมาชิก มี ๒ ประเภท คือ

- (๑) การประชุมสมัยสามัญประจำปี เพื่อรายงานผลการดำเนินงานและเสนอแผนปฏิบัติ
การประจำปี หากปีใดจะครบวาระการดำรงตำแหน่งของประธานชมรม ให้มีการ
เลือกตั้งประธานชมรมล่วงหน้า เพื่อทำหน้าที่ในวันที่ ๑ มกราคมของปีถัดไป
การประชุมสมัยสามัญประจำปี กำหนดเป็นวันที่ ๑๔ พฤษภาคม ของทุกปี
หรือวันอื่นที่คณะกรรมการเห็นสมควร
- (๒) การประชุมสมัยวิสามัญ ให้เรียกประชุมได้ในกรณีที่คณะกรรมการเห็นว่ามีความ
สำคัญจำเป็นเร่งด่วน
การประชุมทั้ง ๒ ประเภท ชมรมต้องแจ้งกำหนดการประชุมให้สมาชิกทราบเป็น
ก่อนวันประชุมไม่น้อยกว่า ๗ วัน เมื่อถึงวันประชุม
สมาชิกมาประชุมตั้งแต่ ๑ ใน ๓ ขึ้นไปถือว่าครบองค์ประชุม และมติของที่ประชุม
ให้ใช้เกณฑ์เสียงข้างมากเว้นแต่จะกำหนดเป็นอย่างอื่น

๕

ข้อ ๒๑ การประชุมคณะกรรมการ เพื่อปรึกษาหารือเกี่ยวกับงานของชมรม ให้จัดประชุม ๒ เดือนต่อ ๑ ครั้ง เป็นอย่างน้อย เว้นแต่คณะกรรมการจะกำหนดเป็นอย่างอื่น

การนัดประชุมคณะกรรมการ ให้แจ้งกรรมการทราบเป็นลายลักษณ์อักษรก่อนวันประชุม ไม่น้อยกว่า ๗ วัน เว้นแต่กรณีเร่งด่วน

การประชุมของคณะกรรมการต้องมีกรรมการมาประชุม ไม่น้อยกว่ากึ่งหนึ่งของจำนวน กรรมการทั้งหมด จึงจะเป็นองค์ประชุม มติของที่ประชุมคณะกรรมการ ให้ใช้เกณฑ์เสียงข้างมาก เว้นแต่ข้อ ๑๕ (๔) และ ๑๘(๔) กรรมการคนหนึ่งมีหนึ่งเสียงในการลงคะแนน ถ้าคะแนนเสียง เท่ากัน ให้ประธานในที่ประชุมออกเสียงเพิ่มขึ้นได้อีกเสียงหนึ่งเป็นเสียงชี้ขาด

ให้ประธานชมรมเป็นประธานในที่ประชุมคณะกรรมการ ถ้าประธานชมรมมีอาจเข้าร่วม ประชุมได้ ให้รองประธานชมรมคนที่ ๑ หรือคนที่ ๒ ตามลำดับ ทำหน้าที่เป็นประธานในที่ประชุม แทน ถ้ารองประธานชมรมมีอาจเข้าร่วมประชุมได้อีก ให้กรรมการเลือกกรรมการคนใดคนหนึ่งทำ หน้าที่เป็นประธานในที่ประชุมนั้น

หมวด ๖ การบริหารการเงิน และบัญชี

ข้อ ๒๑ รายได้ของชมรม ได้มาจาก

- (๑) ค่าสมัครแรกเข้าและค่าบำรุงของสมาชิก
- (๒) เงินและทรัพย์สินที่มีผู้บริจาคให้แก่ชมรม
- (๓) รายได้จากการจัดกิจกรรมของชมรม
- (๔) เงินสนับสนุนจากทางราชการที่เกี่ยวข้อง
- (๕) อื่น ๆ

ข้อ ๒๒ ให้เหรียญกึ่งมีอำนาจเก็บเงินสดได้ไม่เกิน ๓,๐๐๐ บาท (สามพันบาทถ้วน) ถ้าเกินกว่านั้น ให้นำ ผ่าธนาคารหรือสถาบันการเงินซึ่งคณะกรรมการมีมติเห็นชอบ

ให้เหรียญกึ่ง จัดให้มีสมุดบัญชีทางการเงินของชมรมพร้อมด้วยหลักฐานและใบสำคัญในการรับและจ่ายเงินให้ถูกต้องตามหลักวิชาการบัญชีที่รับรองโดยทั่วไป และรายงานแสดงยอดเงิน คงเหลือและรายรับ - รายจ่ายในรอบเดือนที่ส่งมาแล้ว เสนอต่อที่ประชุมคณะกรรมการทุกครั้งที่มีการประชุม และจัดทำบัญชีงบดุลรอบปีบัญชี สิ้นสุด ณ วันที่ ๓๑ ธันวาคม ของทุกปี เสนอคณะกรรมการเพื่อแจ้งในที่ประชุมสมัยสามัญประจำปี

ข้อ ๒๓ การใช้จ่ายเงินของชมรมจะต้องเป็นไปเพื่อกิจการตามวัตถุประสงค์ของชมรม และต้องได้รับความ เห็นชอบจากคณะกรรมการ

ข้อ ๒๔ การเบิกจ่ายเงิน จะจ่ายเป็นเช็ค หรือเงินสดก็ได้ การถอนเงินฝาก หรือออกเช็คสั่งจ่าย ให้ประธาน ชมรม หรือรองประธานชมรมคนหนึ่ง และเหรียญกึ่งหรือผู้ช่วยเหรียญกึ่ง ลงนามร่วมกันสองคนใน สามคน

b

หมวด ๗ การแก้ไขระเบียบการ และการยุบเลิกชมรม

- ข้อ ๒๕ การปรับปรุง แก้ไขเพิ่มเติม หรือยุบเลิกระเบียบการชมรมจะกระทำได้ก็แต่โดยมติของที่ประชุม สมัยสามัญหรือที่ประชุมสมัยวิสามัญ ด้วยคะแนนเสียงไม่น้อยกว่า ๒ ใน ๓ ของสมาชิกที่มาประชุม
- ข้อ ๒๖ การยุบเลิกชมรม กระทำได้ในกรณีต่อไปนี้
- (๑) ไม่มีการดำเนินงานในรอบ ๑ ปี
 - (๒) ที่ประชุมสมัยสามัญประจำปีหรือประชุมสมัยวิสามัญ มีมติไม่น้อยกว่า ๒ ใน ๓ ของผู้เข้าประชุมให้ยุบเลิกชมรม
 - (๓) คำสั่งของทางราชการให้ยุบเลิก
- ข้อ ๒๗ เมื่อชมรมต้องยุบเลิกไปด้วยเหตุใด ๆ ก็ตาม ให้บรรดาทรัพย์สินต่าง ๆ ของชมรมนี้ ตกเป็นกรรมสิทธิ์ของสถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ "ศ.อ.ศ.อ."

บทเฉพาะกาล

- ข้อ ๒๘ เพื่อให้การทำงานของชมรมในระยะเริ่มต้นดำเนินไปด้วยดีตามวัตถุประสงค์ ให้ดำเนินการ ดังนี้
- (๑) ให้ยกเว้นการเก็บเงินค่าบำรุงรายปี ใน พ.ศ. ๒๕๕๑
 - (๒) ในระยะเริ่มต้น การได้มาซึ่งประธานชมรม ให้เป็นไปตามประกาศสถาบันพัฒนาการศึกษา นอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ "ศ.อ.ศ.อ." ลงวันที่ ๑๔ พฤษภาคม พ. ศ. ๒๕๕๑

ระเบียบการนี้ตราไว้ ณ วันที่ ๑๔ พฤษภาคม พ. ศ. ๒๕๕๑



(นายพิชิต บุญดี)

ประธานชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ



ประกาศ ชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ที่ ๑/๒๕๕๑

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

เพื่อให้การดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ อาศัยอำนาจตามข้อ ๑๗ แห่งระเบียบการชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พ.ศ. ๒๕๕๑ จึงแต่งตั้งกรรมการ ดังต่อไปนี้

คณะกรรมการที่ปรึกษา

ดร.สุรัฐ ศิลปอนันต์	คุณหญิง ดร.เกษมา วรวรรณ ณ อุยงยา
นายทองอยู่ แก้วไพฑูริ	นายชาติชาติตรี โยสีดา
นายเฉลิม สุขเสริม	นายแพทย์วันิช เลหาพันธ์
นายอุฎทนต์ บุญมาก	ดร.กล้า สมตระกูล
นายบุญทัน ฉลวยศรี	นายบุญตา หาญวงศ์
นายสถาน สุวรรณราช	ว่าที่ ร.ต.ณรงค์ศักดิ์ กุลจินต์
นางนวลถนอม ฉลวยศรี	ว่าที่ ร.ต.อัศวพล รองโสภา
นายทองอินทร์ จิตดี	นายวิจิตร คงสัจย์
นายชานนท์ พงษ์อุดม	นายบุญถม แสงเพชร
นายวีระวุฒิ บุญมี	นายจำลอง เรียงใหม่
นายประมวล เปลี่ยนไชสง	ว่าที่ ร.ต.ชนวัฒน์ ภาพยนต์
ดร.ปริญานูช จริยวิทยานนท์	นายสมัย มละโยธา
นายเสถียร มามุข	นายบุญถิ่น โยชะไชยสาร
นางปราณี อินทรกุลไชย	นายปวีณ สวศรีณยู
นายอุตร คุณานวัตร	นายโชคชัย ปาณตรี
ม.ร.ว.บุญโญสวัสดิ์ สุขสวัสดิ์	นายจรรยาพงษ์ จิระมะกร
นายประเสริฐ หอมดี	

คณะกรรมการดำเนินการ

นายพิชิต บุญดี	ประธาน
นายไพบูลย์ หล้าคำแก้ว	รองประธาน
นางสมจิต สัตตมาศ	รองประธาน
นายรังสรรค์ สลับแสง	เลขานุการ

ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาการศึกษา

นอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาค

ตะวันออกเฉียงเหนือ "ศ.อ.อ."

ผู้ช่วยเลขานุการ

ผู้อำนวยการสำนักงานส่งเสริมการศึกษา นอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย จังหวัดอุบลราชธานี	ผู้ช่วยเลขานุการ
ผู้อำนวยการศูนย์วิทยาศาสตร์ เพื่อการศึกษาอุบลราชธานี	ผู้ช่วยเลขานุการ
นางสาวนาถวีวรรณ บุญประสงค์	ผู้ช่วยเลขานุการ
นางอรัญญา บัวงาม	ผู้ช่วยเลขานุการ
นายสมศักดิ์ บัวงาม	นายทะเบียน
นางสาววิจิตรา วงศ์มาศ	ผู้ช่วยนายทะเบียน
นางแสงจันทร์ เขจรศาสตร์	ผู้ช่วยนายทะเบียน
นางสาวประสิทธิ์ เภาสวรรค์	เหรัญญิก
นางสาวสุภาพร สุขเกษม	ผู้ช่วยเหรัญญิก
นางศิวาลัย ทยาธรรม	ประชาสัมพันธ์
นายสำรอง สุขปลั่ง	ผู้ช่วยประชาสัมพันธ์
นายบรรจง ชัยศิริกุล	ผู้ช่วยประชาสัมพันธ์
นางอัมพวัน ศรีวรรมาศ	ปฏิคม
นางสมมาวดี พันธุ์เพ็ง	ผู้ช่วยปฏิคม
นางบุญน้อม ฉลวยศรี	ผู้ช่วยปฏิคม
นางสุเพ็ญ ศรีพันธุ์	กิจกรรม
นางเฉลิมศรี ทองทวี	ผู้ช่วยกิจกรรม
นางคมขำ แก้วนวม	ผู้ช่วยกิจกรรม
นายอาทิตย์ ฉลวยศรี	สวัสดิการ
นางแก้วใจ ประสารแช่	ผู้ช่วยสวัสดิการ
นางบรรยง วงศ์ปัทมา	ผู้ช่วยสวัสดิการ
นายไพศาล ศรีพันธุ์	อาคารสถานที่
นายสิทธิพร ประสารแช่	ผู้ช่วยอาคารสถานที่
นายธีระพงศ์ กองสุข	ผู้ช่วยอาคารสถานที่

ให้คณะกรรมการ มีอำนาจหน้าที่ตามที่กำหนดไว้ในระเบียบการชมรมผู้สูงอายุ
กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พ.ศ. ๒๕๕๑

ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ ๑๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑ ถึงวันที่ ๓๑ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๑
สั่ง ณ วันที่ ๑๔ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑



(นายพิชิต บุญลือ)

ประธานชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ภาคผนวก ฉ

ทะเบียนสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

**ทะเบียนสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กศน.ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
ที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรมโปรแกรมทัศนศึกษาศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ**

ที่	ชื่อ - ชื่อสกุล / อาชีพ	ที่อยู่
1.	นางสาวระเปียบ สารรัตน์ ข้าราชการบำนาญ	17 ซอยชยางกูร 10.1ถ.ชยางกูร อ.เมือง จ.อุบลราชธานี 34000
2.	นางบรรเจิดจิตต์ ใจแก้ว ข้าราชการบำนาญ	2 ซอยชยางกูร 12 ถนนชยางกูร อ.เมือง จ.อุบลราชธานี 34000
3.	นางสมมาวดี พันธุ์เพ็ง ข้าราชการบำนาญ	33 ซอยสุชาอุปถัมภ์ 11 ถ.สุชาอุปถัมภ์ อ.เมือง จ. อุบลราชธานี 34000
4.	นางเฉลิมศรี ทองทวี ข้าราชการบำนาญ	3 เทศบาล 42 อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี 34190
5.	นางสาวประสิทธิ์ เงามสวรรค์ ข้าราชการบำนาญ	229 ถนนศรีณรงค์ อ.เมือง จ.อุบลราชธานี 34000
6.	นางอรัญญา บัวงาม ครูชำนาญการพิเศษ	11 ถนนชวาลานอก อ.เมือง จ.อุบลราชธานี 34000
7.	นางศิริลัย ทหารธรรม ข้าราชการบำนาญ	2 (ร้านมาตา) ซอยชยางกูร 21 ถ.ชยางกูร อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
8.	นางสุดสวาท ไพสาทย์ ข้าราชการบำนาญ	30 ซอยสุชาอุปถัมภ์ 5 ถ.สุชาอุปถัมภ์ จ.อุบลฯ 34000
9.	นางวิไล คุณานุวัฒน์ ข้าราชการบำนาญ	63/15 ซอย 9 ถนนสุชาอุปถัมภ์ อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
10.	นางสายัณห์ อรุณศรี ข้าราชการบำนาญ	14 ถนนสุชาอุปถัมภ์ ต.ในเมือง อ.เมือง จ.อุบลราชธานี 34000
11.	นางอำไพ กองสุข ข้าราชการบำนาญ	56 หมู่ที่ 15 บ้านนาคำ ถนนแม่ชี อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
12.	นางเครือจันทร์ ภัคดีไทย ข้าราชการบำนาญ	8 ซอยธรรมวิถี 10 อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
13.	นางรุจิรา ทศเนียนนท์ ข้าราชการบำนาญ	352 ถนนพลแพน อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
14.	นางหอมสิน นิยมพันธ์ ข้าราชการบำนาญ	793 ถนนสรรพสิทธิ์ อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
15.	นางอุไรวรรณ นันต์โลหิต	7/1 ถนนบูรพาใน อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000

ที่	ชื่อ - ชื่อสกุล / อาชีพ	ที่อยู่
	ข้าราชการบำนาญ	
16.	นางสาวหนูเทอด กรแก้ว ข้าราชการบำนาญ	23 ซอยสุขาสงเคราะห์ 2 ถนนสุขาสงเคราะห์ อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
17.	นางสาวพรรณี มุสิกสาร ข้าราชการบำนาญ	450 ถนนสรรพสิทธิ์ อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
18.	นางนงลักษณ์ ชันบุตรศรี ข้าราชการบำนาญ	103/1 สุขาอุปถัมภ์ อ.เมือง จ. อุบลฯ 34000
19.	นางกรรวิ บุญสุข	78 ชยางกูร 40 อ.เมือง จ. อุบลฯ 34000
20.	นางคำพูน บุญคล้าย ข้าราชการบำนาญ	14/1 ซอยบูรพาในซอย 7 ถ.บูรพาใน อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
21.	นางอารีรัตน์ วัฒนากามินทร์ ข้าราชการบำนาญ	198 หมู่ 11 ต.ขามใหญ่ อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
22.	นางสงวนศรี ดุจดำเกิง ข้าราชการบำนาญ	455 หมู่ 11 ถนนคลังอาวุธ ต.ขามใหญ่ อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
23.	นางสมคิด สุวรรณเจริญ ข้าราชการบำนาญ	425 ถนนพลแพน อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
24.	นางประเสริฐศรี จันทร์พวง ข้าราชการบำนาญ	15 ถนนแจ้งสนิท 9 อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
25.	นางกรชูลี บังศรี ข้าราชการบำนาญ	164 หมู่ 15 บ้านนาคำ ต.ขามใหญ่ อ.เมือง จ. อุบลราชธานี 34000
26.	นางสุนิตย์ แสงใส ข้าราชการบำนาญ	83/2 หมู่ 3 ซอยเทคโนโลยี ถนนชยางกูร อ. เมืองจ. อุบลฯ 34000
27.	นางมณีชาติ ถนอมวงศ์ ข้าราชการบำนาญ	40/4 ซอยชยางกูร 10 ถ.ชยางกูร อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
28.	นางจิตรา แววศรี ข้าราชการบำนาญ	54/5 บ้านเรือนขวัญอุปการตแผ่นดิน ถนนรอบอ่าวห้วยวัง นอง อ.เมือง จ.อุบลฯ 34000
29.	นางพงษ์เพชร นามธานี ข้าราชการบำนาญ	295 พลแพน ต.โนนเมือง อ.เมือง จ. อุบลราชธานี 34000
30.	นางสุมาลัย นุ้ยรัมย์ ข้าราชการบำนาญ	6 ซอยแจ้งสนิท 5/2 ถ.แจ้งสนิท อ.เมือง จ. อุบลฯ 34000

ภาคผนวก ช

รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion)

รายชื่อตัวแทนผู้สูงอายุในกิจกรรมการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion)

กิจกรรมการประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group Discussion_FGD) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจความต้องการของผู้สูงอายุในการจัดกิจกรรมศิลปะประดิษฐ์ในโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ ในวันที่ 11 มิถุนายน 2555 ณ ห้องประชุม 111 สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมีตัวแทนผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 21 คน

1. นายบุญทัน ฉวยศรี
2. นางวิลาวัลย์ ศรีศิลป์
3. นายรังสรรค์ สลับแสง
4. นายไพบุลย์ หล้าคำแก้ว
5. นางสมจิต สันตมาศ
6. นางอรัญญา บัวงาม
7. นางศิริวัลย์ ทยาธรรม
8. นางเฉลิมศรี ทองทวี
9. นายสมศักดิ์ บัวงาม
10. พ.ต.ท. บรรทง ศุภสุข
11. นางนงลักษณ์ ชันบุตรศรี
12. นางอบเชย แก้วสุข
13. นางสาวณัฏฐ์ อรุณศรี
14. นางสาวระเปียบ สารรัตน์ .
15. นางบรรเจิดจิตต์ ใจแก้ว
16. นางสมมาวดี พันธุ์เพ็ง
17. นางทองศรี บุตรศรี
18. นางสาวประสิทธิ์ี เงามสวรรค์
19. นางสุดสวาท ไผสาathy
20. นางกรรวิ บุญสุข
21. นางคำพูน บุญคล้าย

ภาคผนวก ซ
ภาพกิจกรรม

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
 กลุ่มผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 7 อุบลราชธานี
 ตุลาคม 2553 – กันยายน 2554



ภาพกิจกรรมการประดิษฐ์บุหงารำไปดอกไม้สด ขั้นตอนวิธีการผสมบุหงารำไป โดยใช้ดอกไม้สดผสมกับน้ำอบน้ำหอมนั้น ผู้สูงอายุไม่ได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเองวิทยากรเป็นผู้สาธิตให้ดูแล้วผู้สูงอายุตั้งใส่ถุงที่เตรียมไว้ให้แล้ว



ภาพกิจกรรมการประดิษฐ์เหรียญโปรยทาน
 ขั้นตอนประดิษฐ์ที่ยากแก่ความจำ และเมื่อทำแล้ว
 ต้องถามอีกเพื่อทำขั้นต่อไป และต้องรอเวลาวิทยากร
 สอนคนอื่นเสร็จก่อน จึงหยุดหจิด



ภาพกิจกรรมการประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งใบตอง ที่ต้องปรับเปลี่ยนเนื่องจากข้อจำกัดของเวลา วัสดุอุปกรณ์ ความเครียด และสถานที่ไม่เหมาะสม

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมพัฒนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
 กลุ่มผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
 ตุลาคม 2555 – กันยายน 2556



การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา



การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า



การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม



การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ



การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์



การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์



การประดิษฐ์กิ๊บรูปหมวกจากผ้าขูดน้ำและเศษผ้า



การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้



การประดิษฐ์กิ๊บติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า



การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด



การประดิษฐ์พวงกุญแจจากรังไหม



การประดิษฐ์ร่วมการบูรจากผ้าโปรง

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามโปรแกรมนันทนาการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
 กลุ่มผู้สูงอายุในชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพตอนเจ้าปู่ทองแดง
 ตุลาคม 2556 – มกราคม 2557



การประดิษฐ์พานรองพระจากใบยางพารา



การประดิษฐ์ที่คาดผมดอกบัวจากเศษผ้า



การประดิษฐ์หมอนเครื่องหอม



การประดิษฐ์ตุ้มดอกกุหลาบ



การประดิษฐ์ชั้นหมากเบ็งจิวจากกระดาษเรนโบว์



การประดิษฐ์ผ้าเช็ดหน้ารูปสัตว์



การประดิษฐ์กับรูปหมวกจากฝาขวดน้ำและเศษผ้า



การประดิษฐ์ของชำร่วยขนมสอดไส้



การประดิษฐ์กับติดผมดอกบานชื่นจากเศษผ้า



การประดิษฐ์ของชำร่วยข้าวต้มมัด



การประดิษฐ์พวงกุญแจจากกิ่งไหม



การประดิษฐ์ร่มการบูรจากผ้าโปร่ง

การเผยแพร่ผลงานวิจัยการพัฒนาโปรแกรมสนับสนุนการศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ
ในการอบรมปฏิบัติการครั้งที่ 4 เรื่องการเขียนรายงานการวิจัยและการนำเสนอผลการวิจัย
วันที่ 23 เมษายน 2557 ณ ห้องประชุมไชยบุรี สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ



ผู้ทรงคุณวุฒิวิทยากรงานวิจัย



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชวลิต ชูกำแพง
อาจารย์ประจำภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะศึกษาศาสตร์ รองคณบดีฝ่ายวิชาการและ
จัดการศึกษานอกที่ตั้ง มหาวิทยาลัยมหาสารคาม



ดร. มานิตย์ อาษานอก
อาจารย์ประจำภาควิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ คณะ
ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

บรรณานุกรม

- กชกร เป้าสุวรรณและคณะ. 2550. รายงานการวิจัยเรื่อง ความคาดหวังและความพึงพอใจต่อการมาศึกษาต่อที่มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ศูนย์พิษณุโลก. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- กชกร สังขชาติ. 2536. สารระสำคัญของการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 6. (พ.ศ.2530 -2534). กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต.
- กรมการศึกษานอกโรงเรียน. 2541. หลักการพื้นฐานการศึกษานอกโรงเรียน พ.ศ.2541. กรุงเทพฯ : มิตรภาพการพิมพ์.
- กรมสุขภาพจิต. 2547. คู่มือความรู้สุขภาพจิตครอบครัว. พิมพ์ครั้งที่ 6. นนทบุรี : ห้างหุ้นส่วนจำกัด อุดมศึกษา.
- กระทรวงสาธารณสุข. 2536. คู่มือการดำเนินการหลักสูตรการเสริมสร้างการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชุมชน. มปท.
- กอบกิจ ตันท์เจริญรัตน์. 2536. การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมบุคลากรทางสุขภาพเพื่อเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุ. ปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาการอุดมศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- กันยา กาญจนบุรานนท์. 2527. เอกสารการสอนชุดวิชาการสาธารณสุข 2 หน่วยที่ 8-15. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กันยา สุวรรณแสง. 2532. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ : อักษรพิทยา.
- กัลพฤกษ์ พลสร. 2552. การสร้างโปรแกรมเน้นหนทางการบำบัดสำหรับพัฒนาสุขภาพของเด็กที่มีความบกพร่องร่างกาย. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- กัลยาณี ทองสว่าง. 2546. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเคหะชุมชนออกเงิน. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- กำธร ธรรมพิทักษ์. 2541. ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการศึกษาต่อในระดับอาชีวศึกษาในจังหวัดพะเยา. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ขวัญฤทัย อิมสมโภช. 2549. ผลของศิลปะเพื่อการบำบัดต่อการเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ บ้านบางแค. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ. 2545. แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545 – 2564). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา.
- จรินทร์ ชานีรัตน์. 2528. นันทนาการชุมชน. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- จรินทร์พรณ เลรามัญ. 2543. การฝึกวิชาชีพสำหรับผู้สูงอายุเพื่อมีรายได้ในเขตเทศบาลเมืองเชียงใหม่. การค้นคว้าอิสระศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

- จรรุวรรณ ศรีสว่าง. 2532. กิจกรรมและความคาดหวังของข้าราชการเกษียณอายุในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จุฬารัตน์ เพชรวิเศษ. 2554. การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นหลักและการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเพื่อพัฒนาสมรรถนะความรอบรู้แห่งตนสำหรับพยาบาลหัวหน้าหอผู้ป่วย. วิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญาครุศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- จำเนียร ศิลปะวานิช. 2538. หลักและวิธีการสอน. นนทบุรี : เจริญรุ่งเรืองการพิมพ์.
- จินตนา ยูนิพันธ์. 2532. เอกสารการสอนชุดวิชาการเรียนการสอนสุขภาพอนามัย หน่วยที่ 1-7. นนทบุรี : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย สุโขทัยธรรมาธิราช.
- จิราพัทธ์ แก้วศรีทอง. 2553. ผลการใช้โปรแกรมฝึกอบรมเรื่องศิลปะประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค. วิทยานิพนธ์คหกรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร.
- ชัยณรงค์ เจริญพานิชย์กุล. 2532. กิจกรรมศิลปะเด็กอนุบาล. กรุงเทพฯ : อักษรสัมพันธ์.
- ชาญ ธีรพิทยากุล. 2522. กระบวนการกลุ่ม (ศึกษา 325). กรุงเทพฯ : กรุงเทพมหานครการพิมพ์.
- เชียรศรี วิวิธสิริม. 2530. การศึกษาผู้ใหญ่และการศึกษานอกระบบโรงเรียน : เทคโนโลยีการศึกษา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- ณัฐธิยา แดงประเสริฐ. 2526. ความพึงพอใจของผู้ใช้บริการน้ำประปาอำเภอกะสมุย จังหวัดสุราษฎร์ธานี. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี.
- ณัฐตะวัน ลิ้มประสงค์. 2546. คุณภาพชีวิตในการสอนของครูที่ส่งผลต่อการปฏิบัติงานตามเกณฑ์มาตรฐานวิชาชีพครูของโรงเรียนเอกชนระดับประถมศึกษา. ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ดารณีย์ อุทัยรัตนกิจ. 2546. การศึกษาสำหรับคนพิการไทยในยุคโลกาภิวัตน์. กรุงเทพฯ : สถาบันพัฒนาคุณภาพวิชาการ.
- ถนอมวรรณ อยู่ขำ. 2546. พฤติกรรมการออกกำลังกายของผู้พิการศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ธเนศ ขำเกิด. 2541. “องค์กรแห่งการเรียนรู้ (Learning Organization).” วารสารวิชาการ. ปีที่ 1 ฉบับที่ 9 กันยายน : 28.
- นภัสนันท์ สิ้นสุ. 2550. การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นิธิวดี ปิยสุทธิ. 2549. ผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วยโรคต่อมลูกหมากโตต่ำบอลโนนสูง อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- นิภา มนูญปิจุ. 2528. การวิจัยสุขศึกษา. กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต.

- บรรลุ ศิริพานิช และคณะ. 2539. รายงานการศึกษาวิจัยเรื่องชมรมผู้สูงอายุการศึกษารูปแบบและการดำเนินงานที่เหมาะสม. กรุงเทพฯ : สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย.
- บันเทิง เกิดปรำงค์ และเจษฎา เจียรโน. 2544. นันทนาการ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- บุญชม ศรีสะอาด. 2553. การวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- บุญยง เกี่ยวการค้า. 2527. เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษา หน่วยที่ 8-15. กรุงเทพฯ : สัมพันธ์พานิช.
- บุษยมาส สินธุประมา. 2539. สังคมวิทยาความสูงอายุ. เชียงใหม่ : สมพรการพิมพ์.
- ประพันธ์ศิริ สุเสารัจ. 2541. นันทนาการสำหรับครู. กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประไพ ตรีฤกษ์ฤทธิ์. 2543. การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์กรมศาสนา.
- ปานชีวา ณ หนองคาย. 2551. การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ ในจังหวัดอุดรธานี. ปรินญาปรินญาดุษฎิบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- พนมพร ศิริภาพร. 2549. เด็กปฐมวัยกับทักษะพื้นฐานทางภาษา. อุดรดิตถ์ : มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์.
- พรทิพย์ หมวดใหม่. 2553. การจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลพะตง อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. ปรินญานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรบัณฑิต, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- พรสุข หุ่นนิรันดร์. 2534. การพัฒนาหลักสูตรสุขศึกษา. กรุงเทพฯ : เอ็กซ์เพสมีเดีย.
- พรอนันต์ กิตติมั่นคง. 2547. การศึกษาความต้องการสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุในจังหวัดนครราชสีมา. ปรินญานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.
- พีระพงศ์ บุญศิริ. 2542. นันทนาการและการจัดการ. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- เพ็ญแข ประจวบปัจฉิก. 2538. เอกสารประกอบการประชุมเปิดชมรมผู้สูงอายุ อาจารย์และข้าราชการ มศว. ม.ป.ท.
- ไพฑูริย์ ดารา. 2551. ประสิทธิผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาความรู้และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ อำเภอเมืองสระบุรี จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- มยุรี กลั้ววงศ์. 2534. การฝึกความจำในผู้สูงอายุที่มีความจำบกพร่อง. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เมตตา ยิ่งชัยภูมิ. 2554. ผลของโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจต่อความสามารถในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุโรคเบาหวานชนิดที่ 2 ในศูนย์สุขภาพชุมชนขนาดใหญ่ อำเภอซับใหญ่ จังหวัดชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ยุทธ ไกยวรรณ. 2545. พื้นฐานการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- ยุทธนา บุศเนตร. 2548. ปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุในจังหวัดร้อยเอ็ด. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

- ราชบัณฑิตยสถาน. 2542. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542.** กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.
- ลัดดาวรรณ กอมณีย์. 2554. **การประยุกต์กระบวนการกลุ่มและแรงจูงใจเพื่อพัฒนาทักษะการจัดการชมรมผู้สูงอายุ ตำบลคำโพน อำเภอปทุมราชวงศา จังหวัดอำนาจเจริญ.** วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- วรรณนิภา บุญระยอง. 2542. **การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ.** เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วิรัชพัชร สีสุมาตย์. 2554. **ผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลโนนศิลาเลิง อำเภอซำสูง จังหวัดกาฬสินธุ์.** วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ศรีนวล พุ่มเจริญ. 2532. **เอกสารการสอนชุดวิชาการเรียนการสอนสุขภาพอนามัย หน่วยที่ 8-15.** นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2544. **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทยในประเด็นการเกื้อหนุนทางสังคมแก่ผู้สูงอายุพื้นที่ศึกษาในเขตภาคใต้.** กรุงเทพฯ : คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริวรรณ ศิริบุญและมาลินี วงษ์สิทธิ์. 2541. **ประเมินผลโครงการนำร่องการจัดตั้งศูนย์บริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุในจังหวัดขอนแก่น สุพรรณบุรี เชียงใหม่ และกรุงเทพมหานคร.** กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศุภาภร รุ่งอุดม. 2547. **การศึกษาโปรแกรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุบ้านเขนง จังหวัดภูเก็ต.** วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการนันทนาการ คณะพลศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนภาคตะวันออก. 2543. **รายงานการติดตามการสำรวจข้อมูลผู้ด้อยโอกาสในเขตภาคตะวันออก เด็กด้อยโอกาส คนพิการ ผู้สูงอายุ สตรีกลุ่มเสี่ยง.** ระยอง : ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนภาคตะวันออก.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. 2553. **คุณค่าผู้สูงอายุในสายตาสังคมไทย.** นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม.
- สมบัติ กาญจนกิจ. 2533. **นันทนาการชุมชนและโรงเรียน.** กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. 2542. **นันทนาการกลางแจ้ง/นอกเมือง.** กรุงเทพฯ : สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมพจน์ กวางแก้ว. 2547. **คุณภาพชีวิตของผู้ใช้แรงงานหญิงในอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าในจังหวัดอุดรธานี.** กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สมิต สัจฉกร. 2542. **การต้อนรับและบริการที่เป็นเลิศ.** กรุงเทพฯ : วิทยุชนจำกัด.
- สรชัย พิศาลบุตร. 2550. **คู่มือการทำวิจัยตลาดเชิงปฏิบัติ.** กรุงเทพฯ : วิทยพัฒน์.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2555. **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (255-2559).** กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี.

- สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ. 2550. คู่มือการจัดกิจกรรมนันทนาการ. กรุงเทพฯ : สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ.
- _____ . 2551. การประเมินผลแผนพัฒนานันทนาการแห่งชาติฉบับที่ 1 (พ.ศ.2550 – 2554) ระยะกลางแผน. กรุงเทพฯ : สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ.
- สิริพรรณ ตันติรัตน์ไพศาล. 2545. ศิลปะสำหรับเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- สุจิต ศิลารักษ์. 2527. การศึกษาความสัมพันธ์ของคุณลักษณะความเป็นผู้นำชุมชนกับแรงสนับสนุนที่มีต่องานการศึกษาผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- สุจิตรา บุญยรัตพันธุ์. 2546. ระเบียบวิธีวิจัยสำหรับรัฐประศาสนศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : เสมาธรรม.
- สุจินต์ วิศวธีรานนท์. 2536. เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมกรรมการสอนมัธยมศึกษา หน่วยที่ 6-10. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุนิสา โกสัจจะ. 2546. การศึกษาและสภาพปัญหาการเรียนการสอนวิชาศิลปศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สุพรรณิ ไชยอำพร และสนิท สมัครการ. 2534. รายงานวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของคนไทย เปรียบเทียบเมืองกับชนบท. กรุงเทพฯ : สำนักวิจัยสถาบันพัฒนาบัณฑิตพัฒนาบริหารศาสตร์.
- สุพักตร์ พิบูลย์. 2551. ชุดเสริมทักษะการประเมินโครงการ. นนทบุรี : จตุพร ดีไซน์.
- สุพิชชา ชุ่มภาณี. 2551. ผลของโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุรกุล เจนอบรม. 2541. วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุและการศึกษานอกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย. กรุงเทพฯ : นิซินแอดเวอร์ไทซิงกรุ๊ป.
- สุวัฒน์ ช่างเหล็ก. 2547. การศึกษาเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ตำบลหนองบ่อ อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- สุวัฒน์ วัฒนวงศ์. 2533. จิตวิทยาการเรียนรู้อายุผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- สุวิมล ตั้งสัจพจน์. 2541. สารน่ารู้เกี่ยวกับพลศึกษาและนันทนาการ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โชติสุขการพิมพ์.
- สุวิมล ตั้งสัจพจน์. 2549. นันทนาการและการใช้เวลาว่าง. กรุงเทพฯ : เอดิชั่นเพรสโปรดักส์.
- อนุชาติ พวงสำลี และอรทัย อาจอ่ำ. 2541. การพัฒนาเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตและสังคมไทย. กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- อัจฉรา ชิวพันธ์. 2549. ภาษาพาสอน เรื่องน่ารู้สำหรับครูภาษาไทย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อัมพร โอตระกูล. 2540. สุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์ดีจำกัด.
- เอนก หงษ์ทองคำ. 2542. เอกสารประกอบการสอน : นันทนาการกับสังคม. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสันตนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- Beal, R. K. 1986. "The Effect of a Dance/Movement Activity Program on the Successful Adjustment to Aging in the Active Independent older Adult," **Dissertation Abstracts International**. 16(5) : 25-26.
- Bollin, S., E. Judith, Voelkl and C. Lapidus. 1998. "The At – Home Independence Program/Recreation Program Implemented by a Volunteer." *Psychology Literature*. Toledo : Unison Behavioral Health Group.
- Cambell, R. F. et al. 1972. **Introduction to Educational Administration**. New York : Allyn and Bacon.
- Cordes, K.A. and Ibrahim, H.M. 1996. **Applications in recreation and leisure for today and the future**. St. Louis: Mosby-Year Book, Inc.
- Cox, H. G. 1996. **Later life : the realities of aging**. 4th ed. New Jersey : Prentice Hall, Inc.
- Edginton, C.R. 1992. **Leisure Programming Concepts , Trends, and Professional**. Dubuque : Wm.C. Brown Communication, Inc,
- Erikson, E. 1950. **Identify : Youth and Crisis**. New York : Norton.
- ESCAP. 1990. **Guidelines on Methodological Approaches to the Conduct of A Regional Survey of the Quality of Life as on Aspect of Human Resources Development**. New York : McGraw-Hill Book.
- Fitzgerald, R.M. and F. Durant. 1980. "Citizen Evaluation and Urban Management Service Delivery in an Era of Protest," **Public Administrations Review**. 40 (6) : 585-594.
- Freysinger, V.J. and Nevius, C. 1992. "Leisure activity involvement and self confidence in later adulthood : a longitudinal study of time changes and gender differences' in Activities." **Adaptation & Aging**, 17 (4), 25-41.
- Herzberg, F., M. Bernard and S. Barbara. 1959. **The motivation to work**. 2nd ed. New York : John Wiley & Sons.
- John, D. et al. 1999. **Electromagnetics with Application**. 5th ed. Singapore : WCB/McGraw-Hill.
- Keller, J. M. 1987. **Development and use of the ARCS model of motivational design**. *Journal of Instructional Development*, 10(3), 2-10.
- Keller, J. M. and J. Osgood. 1987. **Dynamic Leisure Programming with Older Adults**. Virginia : The National Recreation and Park Association.
- Kraus, R. 1997. **Recreation Programming A Benefits – Driven Approach**. Missouri : Allyn and Bacon, inc.
- Liu, B.C. 1975. "Quality of Life : Concept, Measure and Result." **The American Journal of Economic and Sociologic**. 34(1) : 1-13.

- Maslow, A. H. 1954. **Motivation and Personality**. New York: Harpers and Row.
- McLean et al. 2005. **Kraus's Recreation and Leisure in Modern Society**. 7th ed. Mississauga : Jones and Bartlett Publisher Inc.,
- Mcmurdo, M. E. and L. Burnelt. 1992. "Randomized controlled trial of exercise in the elderly homes." **Journal of Gerontology**. 38(5) : 292-298.
- Muchinsky, P. M. 1997. **Psychology Applied to Work : An Introduction to Industrial and Organizational Psychology**. 5th ed. California : Brooks/Cole.
- Neugarten, B. L. 1964. **Personality in Middle and Late Life**. New York : Atherton Press.
- Onishi, J. et al. 2006. "The Pleasurable Recreational Activities among Community-dwelling Older Adults," **Archives of Gerontology and Geriatrics**. 2 (43): 147-155.
- Peck, R. 1968. "Psychological developments in the second half of life." In B. Neugarten (ed.). **Middle Age and Aging**. Chicago : University of Chicago Press, 88-92.
- Rovinski, C. A. and D. K. Zastocki. 1989. **Home Care : a Technical Manual for the Professional Nurse**. Philadelphia : Saunders.
- Stanley, W. W. 1964. **Educational Administration in the Elementary School Task and Challenge**. New York : Holt, Rinehart and Winston.
- Torkildsen, G. 1992. **Leisure And Recreation Management**. 3rd Ed. London : E and FN Spon.
- Tsai, C. Y. and M. T. Wu. 2005. "Relationship between Leisure Participation and Perceived Wellness among Older Person in Taiwan," **Journal of International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport and Dance**. 3 : 44 - 50.
- Vroom, H. V. 1970. **Management and Motivation**. Harmonworht : Penguin Book ,LTD.
- World Health Organization. 1984. **A Manual on Health Education in Primary Health Care**. John J. Sparkman Center Intonation Pubic Health Education (SPIPHE).
- Zhan, L. 1992. "Quality of Life : Conceptual and Measurement Issues." **Journal of Advanced Nursing**. 17 : 795-800.

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นางแสงจันทร์ เขจรศาสตร์
วันเกิด	วันที่ 5 มกราคม พ.ศ. 2511
สถานที่เกิด	ตำบลในเมือง อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 204 หมู่ 15 ซอยศิริเกตุ ถนนแจ้งสนิท ตำบลขามใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี 34000
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	ครู วิทยาลัยนาคูขำนาฏการพิเศษ
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	สถาบัน กศน. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2521	ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสมเด็จพระ อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี
พ.ศ. 2526	มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนประชาราษฎร์อุปถัมภ์ เขตห้วยขวาง จังหวัดกรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2529	ประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) วิชาเอกการบัญชี วิทยาลัยเทคโนโลยีวิทยาเขตจักรพงษ์พานิช เขตดินแดง จังหวัดกรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2531	ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) วิชาเอกการบัญชี วิทยาลัยเทคโนโลยีวิทยาเขตจักรพงษ์พานิช เขตดินแดง จังหวัดกรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2533	ปริญญาบริหารธุรกิจบัณฑิต (บธ.บ.) วิชาเอกการจัดการทั่วไป มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช จังหวัดนนทบุรี
พ.ศ. 2539	ปริญญาศึกษาศาสตรบัณฑิต (ศษ.บ.) สาขาการศึกษานอกระบบ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช จังหวัดนนทบุรี
พ.ศ. 2543	ปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต (MBA.) สาขาการบริหาร มหาวิทยาลัยรามคำแหง จังหวัดอำนาจเจริญ
พ.ศ. 2545	ปริญญาศึกษาศาสตรบัณฑิต (ศษ.บ.) สาขาการวัดและประเมินผลการศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช จังหวัดนนทบุรี