



รายงานการวิจัย

แผนงานวิจัย เรื่อง

การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

The Mobilizing Buddhist health care work in taking care of the elderly in  
Loie Province

โดย

ผศ.ดร.จารุกิตติ์ พิริยสุวัฒน์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย

พ.ศ. ๒๕๖๖

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากกองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม

MCU RS 800766080



รายงานการวิจัย

แผนงานวิจัย เรื่อง

การขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

The Mobilizing Buddhist health care work in taking care of the elderly in  
Loie Province

โดย

ผศ.ดร.จารุกิตติ์ พิริยสุวัฒน์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย

พ.ศ. ๒๕๖๖

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากกองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม

MCU RS 800766080

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Research Report

Research Program

The Mobilizing Buddhist health care work in taking care of the elderly  
in Loie Province

By

Asst. Prof.Dr. Jarukit Phiriyasuvat

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Loei Buddhist College

B.E. 2566

Research Project Funded

By Thailand Science Research and Innovation Fund

MCU RS 800766080

(Copyright Mahachulalongkornrajavidyalaya University

**ชื่อรายงานการวิจัย:** การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย  
**ผู้วิจัย:** ผศ.ดร.จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์  
**ส่วนงาน:** มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย  
**ปีงบประมาณ:** ๒๕๖๖  
**ทุนอุดหนุนการวิจัย:** กองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม

### บทคัดย่อ

แผนงานวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒) เพื่อพัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย การวิจัยเรื่องนี้ กลุ่มประชากรศึกษา ดังนี้ ๑) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมือง ๒) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอวังสะพุง จำนวน ๒ แห่ง กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน ๑๑๒ ราย การวิจัยที่ผสมผสานการวิจัยแบบมีส่วนร่วม กับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ รวมทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุสภาพร่างกายและจิตใจเสื่อมถอยลงต้องการได้รับการดูแลที่เหมาะสม เนื่องจากเป็นธรรมชาติที่มนุษย์วัยนี้ต้องผ่านเรื่องราวการสูญเสียคนใกล้ชิด เช่น ลูกหลาน เริ่มแยกย้ายออกจากบ้าน สูญเสียคู่ชีวิตและเพื่อนสนิท ส่งผลต่อความแปรปรวนทางอารมณ์ จิตใจของผู้สูงอายุย่อมได้รับความสงบและความสุขโดยเฉพาะกับลูกๆ หลานๆ และสังคมไม่มองว่าบุคคลเหล่านี้เป็นภาระ

๑. ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๑) กิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย เช่น เข้าวัด ได้ฟังธรรม ได้กราบพระ ได้สวดมนต์ และกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน ผ่านโรงเรียนผู้สูงอายุประจำชุมชน มีครูอาสาช่วยเหลือดูแล ๒) ควรมี เจ้าหน้าที่วิชาชีพ ด้านจิตวิทยาหรือนันทนาการบำบัด ประจำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

๒. พัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย ๑. รูปแบบการสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนววิถีพุทธ พบว่า มี ๒ รูปแบบ คือ ๑) การเยียวยาทางจิตใจ เป็นการดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุแบบองค์รวม ได้แก่ อัถตะ ๓ ประการ หลักไตรสิกขา และภาวนา ๔ มาเป็นกรอบการดำเนินการ ๒) การเยียวยาทางวัตถุ อาศัยองค์การทางศาสนาและนโยบายทางสังคมเข้ามาร่วมสนับสนุน ๒. รูปแบบการส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุในสถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงของเทศบาลเมืองวังสะพุง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย พบว่า การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ มี ๕ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ได้แก่ ส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ด้านจิตใจ

ได้แก่ การรวมกลุ่มจัดกิจกรรมทางศาสนา การฝึกสมาธิ เป็นต้น ด้านสังคม ได้แก่ การส่งเสริมการเข้าร่วมกลุ่มกิจกรรมนันทนาการ ด้านจิตวิญญาณ ได้แก่ การทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา และด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ การจัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม คนในครอบครัวต้องคอยเอาใจใส่ และ ๓. หลักการและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมของสถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่งในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ๑) หลักการทั่วไปของสถานปฏิบัติธรรม พบว่า เป็นสถานที่ทำบุญ ฝึกสมาธิและปฏิบัติธรรมของประชาชนทั่วไปทั้งแบบง่ายและแบบเชิงลึก ๒) หลักพุทธธรรมที่ประยุกต์ในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่มาปฏิบัติธรรม คือ ได้แก่ หลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา, และหลักภาวนา ๔ ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตตภาวนา และปัญญาภาวนา

**คำสำคัญ:** การขับเคลื่อน, งานสุขภาวะวิถีพุทธ, ผู้สูงอายุ

**Research Title:** The Mobilizing Buddhist health care work in taking care of the elderly in Loie Province

**Researcher:** Asst. Prof. Dr.Jarukit Phiriyasuvat

**Department:** Mahachulalongkornrajavidyalaya University  
Loei Buddhist College

**Fiscal Year:** 2566/2023

**Research Scholarship Sponsor:** By Thailand Science Research and Innovation Fund

### ABSTRACT

Research plan on “The Mobilizing Buddhist health care work in taking care of the elderly in Loie Province” has two objectives: 1) to drive the health system for the elderly in Loie Province 2) to develop a model and role in providing relief to the elderly from their situations Serious infectious diseases in Loie Province. Research on this matter The study population is as follows: 1) School for the Elderly, Mueang District 2) School for the Elderly Wang Saphung District, 2 locations, a group of 112 key informants, research that combines participatory research and action research including qualitative research methods

The research results found that Elderly people whose physical and mental health is deteriorating need appropriate care. This is because it is natural for humans at this age to go through stories of losing close people, such as children and grandchildren starting to move away from home. Loss of life partner and close friend affects emotional fluctuations the minds of the elderly will gain peace and happiness, especially with their children and grandchildren, and society will not view these people as a burden.

1. Driving the health system for the elderly in Loie Province 1) Exercise activities that are appropriate for age, such as going to temples, listening to sermons, paying respect to monks, praying, and peer-to-peer activities. Through the community school for the elderly there should be volunteer teachers to help take care of them. 2) There should be professional staff. In psychology or recreational therapy assigned to local government organizations

2. Develop a model and role in relieving the elderly from their situations. Serious infectious diseases in Loie Province 1. Models for creating health of the elderly according to the Buddhist way found that there are 2 types: 1) Psychological healing It is holistic care for the health of the elderly, including the 3 elements, the Threefold

Principles and the 4 Bhavanas as a framework for action. 2) Material remedies. Relying on religious organizations and social policies to join in supporting 2. Model for promoting the health of the elderly in situations of serious communicable disaster diseases of Wang Saphung Municipality Wang Saphung District, Loei Province, found that promoting the health of the elderly has 5 aspects: the physical aspect, including promoting regular exercise; the mental aspect, including joining groups to organize religious activities, practicing meditation, etc. The social aspect, including promoting participation in recreational activity groups. Spiritual aspect includes doing Buddhist activities. and environmental aspects, including appropriate living arrangements Family members must be attentive and 3. Principles and application of Buddhist principles of a meditation center in the lives of the elderly. 1) General principles of the meditation center found that it is a place for making merit. Practice meditation and Dhamma practice for the general public, both simple and in-depth. 2) Buddhist principles applied to promoting the health of the elderly who come to practice Dhamma include the Threefold Principles, namely morality, concentration and wisdom, and the 4 principles of meditation, namely physical meditation and morality. Bhavana, Citta Bhavana, and Panya Bhavana

**Keywords:** Mobilization, Buddhist well-being, Aging

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความช่วยเหลืออย่างยิ่งจากคณะกรรมการผู้ทรงวุฒิที่ได้ให้คำแนะนำทุกขั้นตอนที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัยนี้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณคณะกรรมการสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม กองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ และสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่ให้การสนับสนุนทุนในการวิจัยครั้งนี้ และอำนวยความสะดวกในการวิจัย

ขอขอบพระคุณ ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ เทศบาลเมืองวังสะพุงและเทศบาลตำบลน้ำสวย สาธารณสุขจังหวัดเลย และ โรงพยาบาลวังสะพุง / ผู้บริหารเจ้าหน้าที่ และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ตำบลน้ำสวย / ตำบลวังสะพุง จังหวัดเลย กราบขอบพระคุณในความเมตตาของคณะสงฆ์ ในพื้นที่ จังหวัดเลย ที่เสียสละเวลาในการให้สัมภาษณ์และร่วมกิจกรรม

ขอกราบขอบพระคุณเจ้าอาวาส, พระสงฆ์, ลูกศิษย์วัดในสำนักปฏิบัติธรรมในเขต อำเภอเมืองเลย อำเภอวังสะพุง และกลุ่มผู้สูงอายุ ในเขต อำเภอเมืองเลย อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย ที่อำนวยความสะดวกและเสียสละเวลาในการให้ข้อมูล เข้าร่วมกิจกรรม ในแผนงานวิจัย

ผศ.ดร.จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์

๒๐ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๗



## สารบัญ

บทคัดย่อภาษาไทย .....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	ข
กิตติกรรมประกาศ .....	ค
สารบัญ .....	ง
<b>บทที่ ๑ บทนำ .....</b>	<b>๖</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	๖
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	๑๑
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย .....	๑๒
๑.๔ ขอบเขตกลุ่มตัวอย่าง .....	๑๓
๑.๕ ขอบเขตด้านพื้นที่ .....	๑๓
๑.๖ ขอบเขตด้านระยะเวลา .....	๑๔
๑.๗ สมมติฐานการวิจัย .....	๑๖
๑.๘ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย .....	๑๖
<b>บทที่ ๒ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....</b>	<b>๑๗</b>
๒.๑ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ .....	๑๘
๒.๒ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ .....	๓๒
๒.๓ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อ ร้ายแรง .....	๕๕
๒.๔ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	๗๐

## สารบัญ

๒.๕ กรอบแนวคิดในการทำวิจัย.....	๗๔
<b>บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย.....</b>	<b>๗๕</b>
๓.๑ รูปแบบการวิจัย .....	๗๕
๓.๒ พื้นที่ดำเนินการ/ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	๗๖
๓.๓ เครื่องมือในการดำเนินการวิจัย.....	๗๘
๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	๘๓
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล .....	๘๔
๓.๖ ระยะเวลาการวิจัย .....	๘๕
<b>บทที่ ๔ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....</b>	<b>๘๑</b>
๔.๑ ผลการวิเคราะห์การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย .....	๘๓
๔.๒ ผลการวิเคราะห์พัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติ ติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย .....	๘๗
๔.๓ สรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย .....	๙๑
๔.๔ ผลการวิเคราะห์ การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย .....	๙๓
กิจกรรมสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ.....	๙๔
๑. ผลการวิเคราะห์กิจกรรม การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุใน จังหวัดเลย.....	๙๕
๒. ผลการวิเคราะห์กิจกรรม พัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย .....	๙๖
<b>บทที่ ๕ สรุปผล อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ .....</b>	<b>๙๙</b>
สรุปผลการวิจัย.....	๑๐๐
๕.๑ ผลการวิเคราะห์เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย .....	๑๐๑

๕.๒ ผลการวิเคราะห์รูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย .....	๑๐๓
๕.๓ ผลการวิเคราะห์การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย .....	๑๐๕
อภิปรายผล .....	๑๐๖
ข้อเสนอแนะ.....	๑๐๗
<b>บรรณานุกรม .....</b>	<b>๑๑๓</b>
<b>ภาคผนวก.....</b>	<b>๑๑๖</b>
ก. เอกสารชี้แจงข้อมูลแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย /หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมวิจัย ....	๑๑๗
ข. แบบสอบถามและสัมภาษณ์ .....	๑๒๗
ค. หนังสือนำ.....	๑๓๑
ง. รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมแผนงานวิจัย / ตารางกิจกรรม .....	๑๓๓
จ. ชุดฝึกอบรม/โปรแกรมฝึก/ภาพกิจกรรม .....	๑๔๐
ฉ. การนำวิจัยไปใช้ประโยชน์ .....	๑๔๙
ช. บทความวิจัย.....	๑๕๑
ประวัตินักวิจัย .....	๑๖๗

## บทที่ ๑

### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยมาตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ (มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป คิดเป็นสัดส่วนร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งหมด) โดยในปี ๒๕๖๓ มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุรวม ๑๑,๑๓๖,๐๕๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๖.๗๓ และเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง<sup>๑</sup> และภายในปี ๒๕๖๖ ซึ่งเป็นปีเริ่มต้นของแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ ๑๓ คาดว่าจะมีประชากรสูงวัย สูงถึงประมาณร้อยละ ๒๐.๑ ของประชากรทั้งหมด สวนทางกับประชากรวัยเรียน และวัยแรงงานที่มีแนวโน้มลดลง โดยเฉพาะประชากรวัยเรียน (อายุ ๓ - ๒๑ ปี) ซึ่งคาดว่าจะมีสัดส่วนลดลงเหลือร้อยละ ๒๑.๘๑ ในปี ๒๕๖๖ และลดลงอย่างต่อเนื่องจนเหลือเพียงร้อยละ ๒๐.๖๖ ของประชากรทั้งหมดในปี ๒๕๗๐ หรือมีจำนวนลดลงมากกว่า ๗๑๕,๐๐๐ คน ในช่วงระยะเวลาของแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ ๑๓

สังคมไทยเข้าสู่ภาวะการถดถอยของประชากรวัยเรียนส่งผลให้ความจำเป็นของการขยายสถานศึกษาในเชิงปริมาณลดลงในภาพรวม และเป็นโอกาสในการยกระดับคุณภาพ ความเสมอภาค และประสิทธิภาพทางการศึกษา หากสามารถบริหารจัดการทรัพยากรการศึกษาและส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามประชากรวัยแรงงานที่ลดลงและประชากรสูงวัยที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จะส่งผลกระทบต่อทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งในด้านการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ ความสามารถในการแข่งขัน และผลิตภาพแรงงานรวมถึงอัตราการพึ่งพิงของผู้สูงอายุต่อวัยแรงงาน และภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น นำมาซึ่งปัญหาขาดแคลนกำลังแรงงานในประเทศ และแนวโน้มความจำเป็นในการพึ่งพาและนำเข้าแรงงานต่างชาติมากขึ้น รวมทั้งความต้องการงบประมาณเพื่อเป็นสวัสดิการรองรับวัยเกษียณ อย่างไรก็ตาม การเป็นสังคมสูงวัยนับเป็นโอกาสในการพัฒนาสินค้าและบริการรูปแบบใหม่เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้สูงอายุที่มีกำลังซื้อสูงด้วยเช่นเดียวกัน นอกจากนี้ แนวโน้มการเพิ่มขึ้นของประชากรรุ่นใหม่ โดยเฉพาะเจนเนอ

---

<sup>๑</sup> กรมกิจการผู้สูงอายุ, สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย. <https://www.dop.go.th/th/known/side>. สืบค้นเมื่อ: มีนาคม ๒๕๖๕.

เรซันวาย ซีและอัลฟา รวมถึงรุ่นหลังเจนเนอเรชันซี และอัลฟาซึ่งเริ่มเข้ามาเป็นวัยเด็กตั้งแต่ในปี ๒๕๖๙ จะส่งผลให้ความแตกต่างระหว่างคนรุ่นใหม่และคนรุ่นเดิมเด่นชัดขึ้น ทั้งในด้านทัศนคติ พฤติกรรม และการให้คุณค่าด้านต่าง ๆ อาทิ การให้ความสำคัญกับความสมดุลระหว่างการทำงานกับ ชีวิตส่วนตัว อีสรระและความยืดหยุ่นในการทำงาน รวมถึงมีความเป็นผู้ประกอบการสูง ประกอบกับ แนวโน้มการเพิ่มขึ้นของแรงงานต่างด้าวซึ่งมีความหลากหลายทางเชื้อชาติ ความเชื่อ และวัฒนธรรม มากยิ่งขึ้น จึงอาจนำมาซึ่งรูปแบบการทำงาน การใช้ชีวิต และสภาพสังคมรูปแบบใหม่ ซึ่งต้องอาศัย วัฒนธรรมที่เปิดกว้างและเข้าอกเข้าใจกันมากยิ่งขึ้น (กรอบแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๓ “พลิกโฉมประเทศไทยสู่ เศรษฐกิจสร้างคุณค่า สังคมเดินหน้าอย่างยั่งยืน”) ในปี ๒๕๕๘ กระทรวงสาธารณสุขเน้นการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว (Long Term Care) ประเทศไทยได้ก้าวสู่ สังคมผู้สูงอายุ (Ageing Society) ได้แบ่งการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เป็น ๓ ระดับได้แก่ ๑. ระดับการก้าว เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Ageing Society) ๒. ระดับสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) ๓. ระดับ สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มที่(Super-aged Society) ในสังคมไทยดั้งเดิมสมาชิกใน<sup>๒</sup>

แผนงานบูรณาการนี้มีโครงการวิจัยย่อยภายใต้แผนงานจำนวน ๒ โครงการ คือ โครงการวิจัยย่อยที่ ๑ จะได้ทราบถึงศักยภาพสร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธ ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพะ ผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย โครงการวิจัยย่อยที่ ๒ จะได้รูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงใน จังหวัดเลย แบบมีส่วนร่วมของชุมชนและผู้สูงอายุสร้างสรรค์ นวัตกรรม สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธ ในสถานการณ์ วิกฤตไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ จังหวัดเลย มีจำนวน ประชากร ชาย ๓๒๐,๑๖๕. คน หญิง ๓๑๘,๕๗๑. คน รวม ๖๓๘,๗๓๖. คน จำนวนประชากร ผู้สูงอายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป ชาย ๕๕,๙๗๙. คน หญิง ๖๐,๕๖๗. คน รวม ๑๑๖,๕๔๖. คน คิดเป็นร้อยละ ๑๘.๒๕ ลำดับที่ ๓๖ ของผู้สูงอายุในประเทศไทย<sup>๓</sup> (กรมกิจการผู้สูงอายุ, <http://www.dop.go.th/th/know>) จังหวัดเลย เป็นพื้นที่เป้าหมายในการดำเนินการวิจัย และคณะผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญแบบมีส่วนร่วม ของชุมชน ผู้สูงวัย/และเยาวชน ในการร่วมด้วยช่วยกันระดมความคิดเพื่อขับเคลื่อนพลังความคิด ผู้สูงอายุและชุมชนสู่การสร้างสรรค์นวัตกรรม สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธนำไปสู่การขยายผลไปสู่ ระดับประเทศต่อไป อย่างยั่งยืน

<sup>๒</sup> วิจิตร ภัทรพรไพโรจน์ และคณะ, การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพวิถีพุทธของผู้สูงอายุ จังหวัดระนอง, วารสารพยาบาลทหารบก. ปีที่ ๒๑ ฉบับที่ ๑ มกราคม - เมษายน ๒๕๖๓.

<sup>๓</sup> อ่างแล้ว. กรมกิจการผู้สูงอายุ. สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย. ๒๕๖๕.

## แนวทางดำเนินการ

ปัญหาสุขภาพวัยผู้สูงอายุมักเกิดจากปัญหาพฤติกรรมสุขภาพที่เคยทำจนกลายเป็นนิสัยติดตัวมาตั้งแต่อยู่ในช่วงวัยกลางคน เนื่องจากช่วงวัยกลางคนหรือวัยที่กำลังทำงานนั้นมักจะคิดแต่เรื่องการสร้างฐานะหาเงินให้ได้มากๆ จนละเลยที่จะดูแลตัวเองหรือไม่ได้คิดถึงเรื่องสุขภาพร่างกายที่ถูกใช้งานอย่างหนักเกินพอดีจนทำให้เกิดการสะสมหรือก่อตัวของโรคเรื้อรังต่างๆ ตัวอย่างเช่น โรคความดันโลหิตสูงที่มักเป็นจุดเริ่มต้นของโรคอันตรายต่างๆ ที่เกิดจากการไม่ควบคุมดูแลระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติจนเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูงขึ้นมาซึ่งการสะสมอาการของโรคนั้นไม่ใช่จะเกิดขึ้นภายในเวลาอันสั้นแต่ต้องใช้ระยะเวลาหลายปี หากมีการดูแลสุขภาพในช่วงวัยทำงานจะทำให้ปัญหาพฤติกรรมสุขภาพจะเกิดขึ้นน้อยเมื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุก็จะมีหรือได้รับผลกระทบจากโรคเรื้อรังน้อยลง (กรมกิจการผู้สูงอายุ, <https://o.th.me/KoVYQ>) วัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม ทำให้ผู้สูงอายุต้องพบกับปัญหาสุขภาพโรคเรื้อรัง จิตใจหดหู่ ภาวะซึมเศร้า ฯลฯ แต่หากผู้สูงอายุยอมรับความเปลี่ยนแปลงและพยายามปรับตัวจะทำให้ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุลดลง และส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุน้อยลง ซึ่งการปรับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุจะเป็นการลดผลกระทบและช่วยป้องกันโรคต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้สูงอายุจึงควรหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพในเรื่องอาหารการกิน การออกกำลังกาย การพักผ่อนที่เพียงพอและทำอารมณ์ให้แจ่มใสไม่เครียดก็จะช่วยลดปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุไทยให้น้อยลงได้ จัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของรัฐบาล สอดคล้องกับความคาดหวังของผู้สูงอายุ และแก้ปัญหาต่างๆ ที่อยู่ บนข้อจำกัดหลายประการ ทั้งภาครัฐ เอกชนและประชาสังคมเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาหรือพัฒนาพื้นที่ที่จะช่วยให้เห็นทางเลือกใหม่ หรือนวัตกรรมในการจัดบริการสาธารณะ เกิดอำนาจหรือพลังในการผลักดัน เนื่องจากการปฏิบัติหน้าที่มีลักษณะของการเชื่อมโยงระหว่างส่วนราชการทั้งส่วนกลาง ภูมิภาค รัฐวิสาหกิจและองค์การมหาชน เพื่อเป็นต้นแบบขยายสู่ระดับประเทศ

คณะผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงประโยชน์ที่ผู้ใช้จะได้รับจากการวิจัยนับเป็นประเด็นและขยายผลงานวิจัยที่ต้องการเพิ่มเติมสามารถสร้างเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (Creative economy) ตามแผนพัฒนาระดับภาคและการพัฒนาโครงการที่จะเกิดผลกระทบ (Impact) เป็นที่ชัดเจนเชิงประจักษ์ ประชากรก่อนวัยสูงอายุเพียบพร้อมไปด้วยทักษะสำคัญแห่งศตวรรษที่ ๒๑ พร้อมทั้งมีทักษะชีวิต มี

การเตรียมการในทุกมิติก่อนวัยสูงอายุ พร้อมทั้งจะเรียนรู้และเพิ่มพูนทักษะการทำงานให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงตลอดช่วงชีวิต ได้ต้นแบบสำหรับถ่ายทอดสู่สาธารณชน และชุดแผนงานวิจัยนี้ยังตอบ โจทย์คนไทยและสังคมไทยเกิดความตระหนัก และเตรียมการเพื่อยามสูงอายุ ลดค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ ของรัฐ และครอบครัว อันเนื่องมาจากการสูงอายุ แผนงาน การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการ ดูแลผู้สูงอายุ : สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยาวแรง ในจังหวัดเลย ส่งผลกระทบต่อภาพรวมใน ระดับประเทศ ส่งผลที่เป็นประโยชน์ต่อการนำไปใช้ศึกษาหรือเป็นแนวทางการปฏิบัติในองค์กรที่ เกี่ยวข้องจัดว่าเป็นงานวิจัยใช้ได้จริงตอบโจทย์แนวคิดการเรียนรู้ที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเพิ่ม ศักยภาพทรัพยากรในพื้นที่เพื่อรองรับการสังคมแห่งผู้สูงอายุ และชุดแผนงานวิจัยนี้มีโครงการวิจัยย่อย ภายใต้อำนาจ จำนวน ๒ โครงการ ประกอบด้วย

๑) ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย วัตถุประสงค์หลัก สร้างสุขภาพ ภายใจวิถีพุทธ พัฒนาระบบกระบวนการพัฒนากิจกรรม การส่งเสริมและสนับสนุนเทคโนโลยี แบบมี ส่วนร่วม ได้ทราบถึงปัญหาอุปสรรคระบบงานสุขภาวะสำหรับการเตรียมความพร้อมของผู้ที่จะก้าวเข้า สู่ความสูงวัย เสริมสร้างนวัตกรรมการผลิตและการบริการ เชิงสร้างสรรค์ ของผู้สูงอายุแบบมีส่วนร่วม

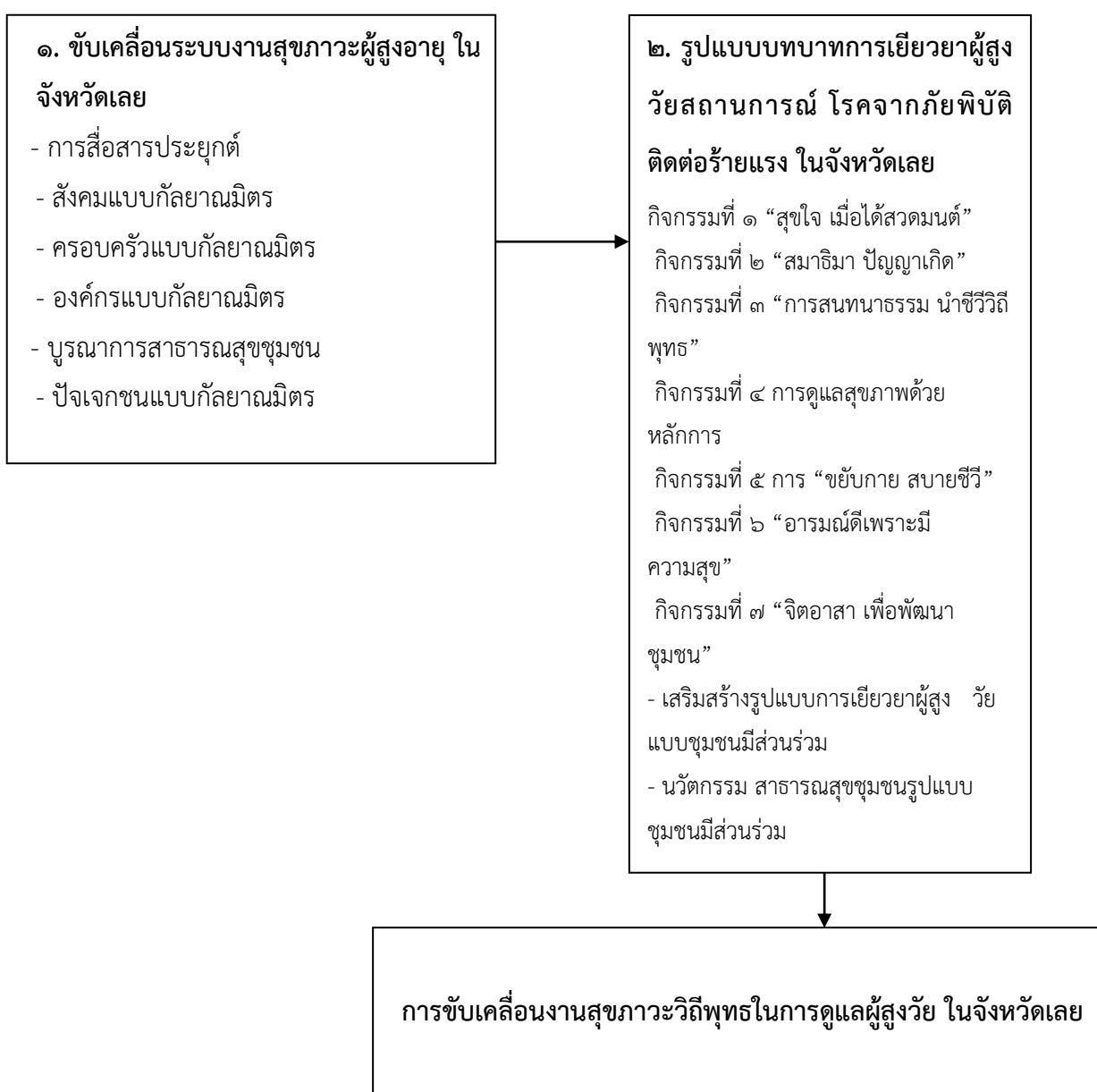
๒) รูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยาวแรงใน จังหวัดเลย วัตถุประสงค์หลัก พัฒนาศักยภาพกระบวนการพัฒนารูปแบบการเฝ้าระวังผู้สูงอายุใน สถานการณ์ แบบมีส่วนร่วมของเครือข่ายผู้สูงอายุ องค์กรความรู้พัฒนารูปแบบการจัดการเสริมสร้าง รูปแบบการเฝ้าระวังผู้สูงอายุในสถานการณ์ สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยาวแรง ในจังหวัดเลย แบบมีส่วนร่วมของเครือข่ายและชุมชน

ดังนั้นชุดโครงการวิจัย การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย คณะผู้วิจัยมีการบูรณาการหลักปรัชญาพระพุทธศาสนาและเทคโนโลยี กับหลักการบริหารจัดการโดย ความร่วมมือของผู้สูงอายุและชุมชน แผนบูรณาการการวิจัยนี้ก่อให้เกิดประโยชน์ทางวิชาการ และ โมเดลองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม และชุมชนเป็นประโยชน์ประโยชน์ด้านสุขภาวะ สร้าง สุขภาพกายใจวิถีพุทธ ในสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยาวแรง ในจังหวัดเลย เพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุ ให้รู้สึกมีคุณค่าและนำประสบการณ์มาต่อยอดและถ่ายทอด อันเป็นนโยบายหลักของรัฐบาล ประโยชน์เชิงนโยบายในระยะยาวที่จะบูรณาการเชิงปฏิบัติการเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกับการ จัดการพัฒนารูปแบบการแผนพัฒนาประเทศ ต่อไป

## กรอบการวิจัย

ชุดโครงการวิจัย “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” มีเป้าหมายเพื่อให้เกิดการส่งเสริมความร่วมมือของชุมชนและผู้สูงอายุ เพื่อสร้างสรรค์นวัตกรรม แบบมีส่วนร่วมเป็นการวิจัยที่ผสมผสานการวิจัยแบบมีส่วนร่วม (Participatory Research) กับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) รวมทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

## กรอบแนวคิดของแผนงานชุดโครงการวิจัย





ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยที่ผสมผสานการวิจัยแบบมีส่วนร่วม (Participatory Research) กับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) รวมทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) วิธีการดำเนินงานวิจัยและแผนการบริหารแผนงานวิจัยครั้งนี้ มีรายละเอียดดังนี้

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยที่ผสมผสานการวิจัยแบบมีส่วนร่วม (Participatory Research) กับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) รวมทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) วิธีการดำเนินงานวิจัยและแผนการบริหารแผนงานวิจัยครั้งนี้

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพของผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

๑.๒.๒ เพื่อพัฒนารูปแบบและบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงวัยจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติ ติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย

## ๑.๓ ขอบเขตของโครงการวิจัย

### ๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตเนื้อหาโดยบูรณาการจากแนวความคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับรูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย : สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### ๑.๓.๒ ขอบเขตด้านตัวแปร

ตัวแปรต้น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ สถานภาพปัจจุบัน คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ที่พักอาศัย / สถานครอบครัว /สถานศึกษา ในปัจจุบัน ปัจจัยที่ส่งผลต่อการส่งเสริมงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ได้แก่

๑) การมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

๒) การมีส่วนร่วมของชุมชน

๓) การมีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครอบครัว

ตัวแปรตาม ได้แก่ นโยบายกระทรวงสาธารณสุข

#### ๑.๔ ขอบเขตด้านประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้วิจัยได้มีการจำแนกประชากรตามลักษณะการเก็บข้อมูลดังนี้

##### ๑.๔.๑ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

การศึกษาครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้กำหนด ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ดังนี้

##### ๑.๔.๑ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย

กลุ่มผู้สูงวัยที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เครือข่ายการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) ประชากรศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ กลุ่มผู้สูงวัย โดยศึกษาจากผู้สูงวัยที่อาศัยใน ๒ อำเภอ ซึ่งขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของทาโร ยามาเน่ และการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบโควตา (Quota sampling) ประกอบด้วย ๑) อำเภอเมืองเลย ประชากร จำนวน ๙๕,๗๑๒ ราย ๒) อำเภอวังสะพุง ประชากร จำนวน ๖๖,๔๓๒ ราย จำนวนประชากร ทั้งสิ้น ๑๖๒,๑๔๔ ราย (กรมกิจการผู้สูงอายุ รายงานข้อมูลจังหวัดเลย ณ วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๕) รวมประชากรกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญในแผนบูรณาการวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย” จำนวน ๑๑๒ ราย

๑.๔.๒ การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย

๑) กลุ่มผู้สูงวัย / พระสงฆ์ในพื้นที่พัฒนา ๒ พื้นที่ๆ ละ ๕ ราย จำนวน ๑๐ ราย

๒) ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ เช่น ๑. โรงเรียนผู้สูงวัย ๒. องค์การบริหารส่วนตำบล และ เทศบาลตำบล ๓. อสม. เกี่ยวข้องในพื้นที่ดำเนินการศึกษา ๒ พื้นที่ๆ ละ ๖ ราย จำนวน ๑๒ ราย

๓) ประชาชนท้องถิ่น ผู้อาวุโส และกลุ่มชาวบ้านในพื้นที่ ๒ อำเภอ ในจังหวัดเลย พื้นที่ๆ ละ ๕ ราย จำนวน ๑๐ ราย

๔) กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสาที่ทำงานในในจังหวัดเลย ๒ อำเภอ เพื่อร่วมเรียนรู้ จำนวนพื้นที่ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

๑.๔.๓ การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย

๑) กลุ่มผู้สูงอายุอยู่ในพื้นที่ ๒ อำเภอ ในจังหวัดเลย จำนวน ๔๐ ราย

๒) กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสาที่ทำงานในพื้นที่ใน ๒ อำเภอ เพื่อร่วมเรียนรู้ในการพัฒนาชุมชนและการพัฒนาสังคม จำนวนพื้นที่ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

๓) กลุ่มโรงเรียนผู้วัย ๒ พื้นที่ ๆ ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

รวมประชากรกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญในแผนบูรณาการวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” จำนวน ๑๑๒ ราย

#### ๑.๕ ขอบเขตด้านพื้นที่

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ในการศึกษาวิจัยเฉพาะประชากรในเขต

๑.๕.๑ **ขอบเขตพื้นที่** คณะผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่การศึกษา การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย จำนวน ๒ อำเภอ โดยเน้นสถานที่ที่เป็นโรงเรียนผู้สูงอายุ ดังนี้

๑.๕.๒ **ขอบเขตเชิงปฏิบัติ** คือ

๑) อำเภอเมืองเลย

๒) อำเภอวังสะพุง

#### ๑.๖ สมมติฐานการวิจัย

สถานภาพปัจจุบัน ต่างกัน ปัจจัยที่ส่งผลต่อการการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุแตกต่างกัน

เพศ ต่างกัน มีความคิดเห็นต่อปัจจัยที่ ส่งผลต่อการการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัยแตกต่างกัน

อายุ ต่างกัน มีความคิดเห็นต่อปัจจัยที่ส่งผลต่อการการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัยแตกต่างกัน

ระดับการศึกษา ต่างกัน มีความคิดเห็นต่อปัจจัยที่ส่งผลต่อการการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย แตกต่างกัน

ที่พักอาศัย / หน่วยงาน /สถานศึกษา ในปัจจุบัน ต่างกัน มีความคิดเห็นต่อปัจจัยการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย แตกต่างกัน

#### ๑.๗ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

**การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย** หมายถึง การผลักดันการขับเคลื่อนนโยบายด้านผู้สูงอายุ ส่งเสริมความร่วมมือระหว่างชุมชน และหน่วยงานภาครัฐ และเอกชน ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของ “ผู้สูงอายุ /โรงเรียนผู้สูงอายุ” เพื่อพัฒนางานด้านการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธ และเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ

**ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ** หมายถึง พัฒนารฐานข้อมูลด้านผู้สูงอายุ และเชื่อมโยงข้อมูลผู้สูงอายุเพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลในการให้บริการ และการวางแผนการดำเนินงาน เสริมสร้างการมีส่วนร่วมของภาคส่วนต่าง ๆ “บวร” (บ้าน วัด วิสาหกิจเพื่อสังคม โรงเรียน โรงพยาบาล)

**รูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง** หมายถึง สร้างความร่วมมือภายใต้แผนบูรณาการเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับสังคมสูงวัย และพัฒนาระบบการดูแลและคุ้มครองพิทักษ์สิทธิผู้สูงอายุ / การสงเคราะห์ผู้สูงอายุในภาวะยากลำบาก / การจัดสภาพแวดล้อม และชุมชนที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ

## ๑.๘ ผลสำเร็จและความคุ้มค่าของการวิจัยที่คาดว่าจะได้รับ

### ๑) ผลกระทบเชิงวิชาการ

- (๑) ประชุมจัดทำแผนงานร่วมกับหัวหน้าโครงการย่อยทุกโครงการ
- (๒) ประสานงานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนภาครัฐและเอกชน
- (๓) บริหารจัดการศูนย์ประสานงานข้อมูล และการประสานทุกภาคส่วน

### ๒) ผลกระทบเชิงชุมชนและสังคม

- (๑) การบริหารจัดการแผนงานการดำเนินงาน
- (๒) ประชุมเพื่อกำหนดแผนงาน
- (๓) การบริหารจัดการควบคุมการดำเนินงานทุกขั้นตอนของทุกโครงการย่อย
- (๔) ติดตามและประเมินผลการทำงานทั้งแผนงาน
- (๕) ปรับปรุง แก้ไข ปัญหาที่เกิดขึ้นกับทุกโครงการ

### ๓) ผลกระทบเชิงเศรษฐกิจ

- (๑) ให้บริการทางการตลาดกับหัวหน้าโครงการย่อย
- (๒) บริการให้ความรู้ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศด้านคุณภาพ การผลิต
- (๓) ให้ดำเนินงานจะดำเนินจะต้องอยู่ใน Technology Readiness Level  
ขั้นต่ำที่ Level ๕
- (๔) ต้องมีหน่วยงานเอกชนร่วมดำเนินการอย่างน้อย ๑ หน่วยงาน

### ๔) ผลกระทบเชิงสิ่งแวดล้อม

- (๑) ประชุมจัดทำแผนงานร่วมกันโดยการสนทนากลุ่ม SWOT

(๒) จัดแบ่งหน้าที่แต่ละกลุ่มงานให้ชัดเจน

(๓) การบริหารจัดการโดยคนในพื้นที่ ผู้ที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วนเข้ามาร่วมกิจกรรม

๕) ผลกระทบเชิงนโยบาย

(๑) การบริหารจัดการทำแผนงานการดำเนินงาน

(๒) ประชุมเพื่อกำหนดแผนงาน

(๓) การบริหารจัดการควบคุมการดำเนินงานทุกขั้นตอนของทุกโครงการย่อย

(๔) ติดตามและประเมินผลการทำงานทั้งแผนงาน

(๕) ปรับปรุง แก้ไข ปัญหาที่เกิดขึ้นกับทุกโครงการ

## บทที่ ๒

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย คณะผู้วิจัยมุ่งศึกษา การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ โดยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามลำดับ ดังนี้

#### ๒.๑. แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

- ๒.๑.๑ ความหมายของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ
- ๒.๑.๒ องค์ประกอบของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ
- ๒.๑.๓ การสร้างและการพัฒนาการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

#### ๒.๒. แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ

- ๒.๒.๑ ความหมายของการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ
- ๒.๒.๒ รูปแบบของการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ
- ๒.๒.๓ ความสำคัญของการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ

## ๒.๓. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อ ร้ายแรง

๒.๓.๑ รูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อ ร้ายแรง

๒.๓.๒ ความสำคัญของรูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อ ร้ายแรง

## ๒.๔. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๔.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย

### ๒.๑. แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย

เป้าหมายสูงสุดของการส่งเสริมสุขภาวะวิถีพุทธในความปกติใหม่ ได้แก่ การมีสุขภาวะชีวิตที่ปกติสุขภายใต้การเปลี่ยนแปลงทุกสถานการณ์ที่เกิดขึ้นบนฐานแห่งการเข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง เพราะบางครั้ง สิ่งที่เกิดขึ้น ไม่น่ากลัวเท่ากับจิตใจที่ไร้สติควบคุม ล่องลอยฟุ้งซ่าน วิดกกังวล หดหู่ หวาดกลัว จิตใจที่ขาดสติจะนำไปสู่ความประมาทในการใช้ชีวิต ดังนั้นการเจริญสติให้มีความรู้สึกตัว นึกได้ ระลึกได้ อยู่กับปัจจุบันทุกขณะอิริยาบถ จึงจำเป็นต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม คิด พูด ทำ เป็นปัจจัยส่งเสริมสุขภาวะในทุก ๆ ด้าน คำว่า “สติ” แปลว่า ความระลึกได้ นึกได้ ไม่เผลอ หรือการกุมใจไว้กับกิจที่ทำอยู่<sup>๕</sup>

จากแนวทางการแก้ไขปัญหาวิกฤตข้างต้น หากผู้คนในสังคมต่างไม่ให้ความร่วมมือ ความสามัคคี ความปรองดองซึ่งกันและกัน ก็จะทำให้สังคมปั่นป่วน หากความสุขความเจริญไม่ได้นั้นก็เพื่อให้เราเป็น กันอยู่ร่วมกันกับคนอื่น ๆ โดยมีความสัมพันธ์ในลักษณะต่างๆ บ้าง วิกฤตที่เกิดขึ้นในสังคมทุก

---

<sup>๕</sup> พระมหาอำคา วรปัญญา (สุขแดง), วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๒ (กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔), หน้า ๔๕๗.



วันนี้มีมากมายเหลือเกิน วิกฤตในปัญหาต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นในด้านการเมือง เศรษฐกิจหรือสังคมดำรงอยู่เต็มไปหมด และเกี่ยวร้อยกันจนเป็นโครงข่ายสายโซ่ ที่ส่งผลกระทบต่อกันไปมา ถ่วงรั้งวิกฤตอื่นๆ ให้ร้ายแรงยิ่งขึ้น ทำให้ปัญหาที่เคยเป็นปัญหาเล็กๆ กลายเป็นปัญหาใหญ่ เช่น ปัญหาจราจร ปัญหาอุบัติเหตุในชีวิต และทรัพย์สินของประชาชน ปัญหาโรคเอดส์ ปัญหาที่ใหญ่อยู่แล้วการกระจายรายได้ที่ไม่เป็นธรรม สภาพแวดล้อมเสื่อมโทรม การว่างงาน การเสื่อมโทรมทางศีลธรรม ฯลฯ ก็ขยายใหญ่มากขึ้น ปัญหาต่างๆ ในสังคมเขม็งเกลียวขึ้นทุกขณะจนกลายเป็นวิกฤตไปในแทบทุกจุด คล้ายกับที่เราเริ่มเดินทางมาถึงทางตัน มองไปทางไหนก็พบแต่วิกฤตไปทั้งนั้น เป็นวิกฤตอย่างทั่วทุกด้าน ลึกซึ้ง และส่งผลกระทบต่อกันวิกฤตอื่นๆ จนมีลักษณะเป็นสายโซ่ของวิกฤตการณ์ที่แต่ละห่วงโซ่กำลังขยายตัวออกตันกัน และกันอย่างน่ากลัวว่าถึงจุดหนึ่งจะเป็นแรงระเบิดของสังคมทั้งสังคมเพราะปัญหาแต่ละจุดได้ขยายตัวมาจนถึงขีดอันตรายด้วยกันแล้วทั้งนั้น

**ณัฐวุฒิ เทพทวี<sup>๕</sup>** ได้สรุปการสร้างจิตสาธารณะเพื่อส่วนรวม และแนวทางการสร้างจิตสาธารณะ ดังนี้

### จิตสาธารณะเพื่อส่วนรวม

- ๑) โดยการกระทำของตนเอง ต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเอง เพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบ และเกิดความเสียหายต่อส่วนรวม
- ๒) มีบทบาทช่วยสังคมในการรักษาประโยชน์ของส่วนรวม เพื่อแก้ปัญหา สร้างสรรค์สังคม ซึ่งถือว่าเป็นความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

### แนวทางการสร้างจิตสาธารณะ

- ๑) สร้างวินัยในตนเอง
- ๒) ให้ความสำคัญต่อสิ่งแวดล้อม
- ๓) ตระหนักถึงปัญหา และผลกระทบที่เกิดขึ้นกับสังคม

---

<sup>๕</sup> ณัฐวุฒิ เทพทวี, “สิ่งที่เรียกว่าจิตสำนึก”, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, <<http://www.learners.in.th/blogs/posts/๕๐๘๘๓๙>>, ๗ ธันวาคม ๒๕๖๐.

กระแสโลกาภิวัตน์ และเศรษฐกิจฐานความรู้ในสังคมเทคโนโลยีสารสนเทศมีผลกระทบต่อสังคมไทยทั้งที่พึงประสงค์ และไม่พึงปรารถนา การพัฒนาเศรษฐกิจโดยไม่พัฒนาดคน และสังคมยอมส่งผลเสียในด้านต่างๆ ซึ่งนำไปสู่คุณภาพชีวิตของคนไทยที่ตกต่ำ สังคมไทยในปัจจุบันมีความเปราะบางด้านคุณธรรมจริยธรรมมุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วสู่วิถีโลกปัจจุบันโดยขาดการไตร่ตรองอย่างรอบคอบของการก้าวเดินไปข้างหน้า ภาพที่เห็นชัดเจนก็คือ การทุจริตคอร์รัปชัน การก่ออาชญากรรม การเสพ และการค้ายาเสพติดของวัยรุ่น จากปัญหา และสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น เด็กและเยาวชนได้รับอิทธิพลโดยตรงทำให้มีค่านิยมด้านวัตถุ ขาดระเบียบวินัย ขาดความรับผิดชอบ และจริยธรรมในสังคม

### ๒.๑.๑ ความหมายของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

สภาวะการณ์การเปลี่ยนแปลงสังคมโลกและสังคมไทย ทั้งด้านเศรษฐกิจการเมือง สังคม และโรคระบาดไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (โควิด - ๑๙) ทางองค์การอนามัยโลก ได้ประกาศให้โรคดังกล่าวเป็นโรคระบาดใหญ่ทั่วโลก (Pandemic) (World Health Organization, ๒๐๑๙) เห็นได้จาก รัฐบาลไทย ได้ประกาศทางเว็บไซต์ ราชกิจจานุเบกษาเพื่อขยายเวลาการประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินในทุกเขตท้องที่ทั่วราชอาณาจักรเป็นระยะ ๆ (พระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ. ๒๕๔๘, ๒๕๖๓) จากวิกฤตการณ์หลาย ๆ อย่างที่เกิดขึ้น ส่งผลให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยในสังคมเกิดความเครียด วิตกกังวลทั้งด้านการเงิน การงาน การเรียน การใช้ชีวิตหลายอย่างต้องเปลี่ยนไป เกิดภาวะทุกข์กายและทุกข์ใจ ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะโดยรวม หลายคนต้องทำงานที่บ้าน (Work from Home) ต้องรักษาระยะห่างทางสังคม (Distancing) การเดินทางออกนอกบ้านไปในที่ ต่าง ๆ จะต้องสวมใส่หน้ากากอนามัย การดื่ม การรับประทานอาหาร การไม่สัมผัสใบหน้า ขี้ตา หรือแคะจมูก การล้างมือด้วยเจลแอลกอฮอล์ เพื่อป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (โควิด - ๑๙) กล่าวได้ว่า การดำเนินชีวิตประจำวันในรูปแบบใหม่ ต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมหลายอย่างที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะ (Health-related behavior) เรียกว่า ความปกติใหม่ (New normal) จากสถานการณ์หลาย ๆ อย่างที่เกิดขึ้น ทำให้ประชาชนเกิดความเครียด วิตกกังวล บางครั้งนำไปสู่โรคซึมเศร้า จากสถิติผู้ป่วยทั่วโลกพบว่า ปี พ.ศ. ๒๕๖๐ มีผู้ป่วยโรคซึมเศร้าประมาณ ๓๒๒ ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ ๔.๔ ของประชากรโลก (World Health Organization, ๒๐๑๗) สำหรับประเทศไทย โดย กรมสุขภาพจิต เผยสถิติ ปี พ.ศ. ๒๕๖๑ พบคนไทยป่วยโรคซึมเศร้า ๑.๕ ล้านคน สาเหตุของโรคสามารถระบุจากสภาวะซึมเศร้าสู่โรคซึมเศร้า ได้แก่ ๑) กรรมพันธุ์ ๒) พัฒนาการของจิตใจและสิ่งแวดล้อมมีแต่ความเครียด

หนัก เช่น การเรียนการสอบ การพบเจอกรมสุขชีวิต ๓) ความเจ็บป่วยเรื้อรังจนหมดกำลังใจหรือพบกับความสูญเสีย ๔) ปัญหาเรื่องการเงิน การงาน และ ๕) ความสัมพันธ์กับคนใกล้ชิดไม่ราบรื่น เห็นได้จากนพ. เกียรติภูมิ วงศ์รจิต อธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าวว่า สถานการณ์การฆ่าตัวตายล่าสุดในประเทศไทย จากตัวเลขสถิติ ปี พ.ศ. ๒๕๖๑ ภาพรวมอัตราการฆ่าตัวตายของทั้งประเทศ อยู่ที่ ๖.๓๔ ต่อประชากรหนึ่งแสนคน (กรมสุขภาพจิต, ๒๕๖๒) จากปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ส่งผลกระทบต่อสุขภาพโดยรวมของประชาชน ก่อให้เกิดความเครียด โรคซึมเศร้า และทำร้ายตนเองได้<sup>๖</sup>

ความหมายของคำ (จากพจนานุกรมการสาธารณสุขไทย พ.ศ. ๒๕๖๑) ดังนี้<sup>๗</sup>

**สุขภาพ** ภาวะของมนุษย์ที่ปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บ สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคมเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล

**สุขภาพดี วิถีพุทธ** หมายถึง การน้อมนำหลักธรรม คำสอนของพระพุทธศาสนา มาประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิต เพื่อพัฒนาภาวะของมนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงเกื้อกูลซึ่งกัน และกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล

**สุขภาพดี วิถีธรรม** การนำหลักคำสอน ความเชื่อ ความศรัทธาของศาสนาแต่ละศาสนา มาใช้ในการปฏิบัติตามเพื่อให้มีสุขภาพสมบูรณ์

**สุขภาพดี วิถีไทย** การดำเนินชีวิตตามหลักวัฒนธรรม จารีตประเพณีของไทยที่ดั่งงาม การเป็นมิตรการโอบอ้อมอารี การช่วยเหลือเกื้อกูลกันฉันท์พี่น้อง สืบทอดกันมายาวนานจากรุ่นสู่รุ่นในการดูแลสุขภาพ

**สุขภาพ วิถีธรรม วิถีไทย** การนำหลักธรรมของ ๕ ศาสนา ได้แก่ ศาสนาพุทธ อิสลาม คริสต์ พราหมณ์-ฮินดู และซิกข์บูรณาการกับหลักการแพทย์แผนปัจจุบัน การแพทย์แผนไทย และการแพทย์ทางเลือก ในการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกัน และแก้ไขปัญหาสุขภาพของประชาชนบนพื้นฐานเศรษฐกิจพอเพียง โดยใช้เครื่องมือ ๓ ส. ๓ อ. ๑ น.

<sup>๖</sup> อ่างแล้ว, พระมหาอำคา วรปัญญา (สุขแดง), หน้า ๔๕๗.

<sup>๗</sup> พจนานุกรมการสาธารณสุขไทยฉบับ ๑๐๐ ปี , สำนักวิชาการสาธารณสุข สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๖๑.

**คุณภาพชีวิต** คือ ภาวะความเป็นอยู่ที่ดี (Well living) ทั้งของตนเอง (ด้านร่างกายและจิตใจ) และของสังคมทั้งนี้ครอบคลุมไปถึงความปลอดภัย สิทธิ และเสรีภาพ และหมายถึง ความรับรู้หรือเข้าใจของปัจเจกบุคคลที่มีต่อสถานภาพชีวิตของตนเองภายใต้บริบทของระบบวัฒนธรรมและค่านิยมและเชื่อมโยงกับจุดมุ่งหมาย ความคาดหวัง มาตรฐาน รวมทั้งความสนใจที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ (Quality of life)

**พัชรี ดำรงสุนทรชัย**<sup>๕</sup> กล่าวว่า การส่งเสริมสุขภาพ เป็นการส่งเสริมภาวะที่เป็นสุขหรือมีความสุขทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา ทั้งหมดมีความเชื่อมโยงสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

**เป้าหมายของชีวิต** คือ กายพิท จิตดี มีปัญญา การศึกษา / ภาระงานเป็นเลิศ ตามหลักสุขภาพดีวิถีธรรม วิถีไทย<sup>๕</sup>

#### กายดี

- อาหารวิถีธรรม ปริโภคพอประมาณ เน้นผัก ลดหวาน มัน เค็ม มีสัดส่วน ๒:๑:๑ (ผักผลไม้: โปรตีน : ข้าว,แป้ง)
- ออกกำลังกาย วิถีธรรม เดินจงกรม, โยคะ, มณีเวช
- เเบบญศีล เเบบญจธรรม
- พุดดี ทำดี

#### จิตดี

- สวตมन्द์ เกิดสารสุข คลายเครียด ป้องกัน/รักษาโรค
- สมาธิ จิตตั้งมั่น สงบ เกิดสารสุข เพิ่มภูมิต้านทานป้องกัน/รักษาโรค

<sup>๕</sup> พัชรี ดำรงสุนทรชัย, แนวทางการจัดการความรู้ เพื่อสุขภาวะชุมชน, (วิทยานิพนธ์ครุศาสตร ดุษฎีบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร. ๒๕๕๐. หน้า ๑๐.

<sup>๕</sup> ดร. นายแพทย์อุทัย สุดสุข, การสร้างนวัตกรรมสุขภาพดี วิถีธรรม วิถีไทย “กายพิท จิตดี มีปัญญา”, โครงการบูรณาการงานพระราชารัฐ เพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย กระทรวงสาธารณสุข, <https://thaicam.go.th>. สืบค้นเมื่อ มีนาคม ๒๕๖๕.

- คิดดี มีคุณธรรม จริยธรรม
- อารมณ์ดี ปล่อยวาง สันติธรรม สามัคคี

#### การศึกษา/ภาระงานเป็นเลิศ

- ใช้นาฬิกาชีวิต วิถีธรรม
- ใช้สติความระลึกได้ สัมผัสปัญญา ความรู้ตัว
- ใช้สมาธิ ตั้งจิตมั่น
- ปฏิบัติอิทธิบาท ๔ ธรรมนำสู่ความสำเร็จ
- มีศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม

#### มีปัญหา

- สันทนาธรรม
- ปฏิบัติ สุ.จิ.ปุ.ถิ
- ปฏิบัติ ศีล สมาธิ ปัญญา
- ฉลาดรู้เท่าทันโรค/โลก
- ฉลาดทางอารมณ์
- ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้วย ๓ ส. ๓ อ. ๑ น.

พระครูภาวนาสังวรกิจ วิ. (สุวิทย์ คำมูล)<sup>๑๐</sup> ได้ให้ความหมาย “สุขภาวะทางพฤติกรรม” หมายถึง การมีความสุขทางกาย และใจที่แสดงออกทางพฤติกรรมทั้งภายในและภายนอก เป็นพฤติกรรมที่นำมาซึ่งความสุข (Behavior brings to the happiness) และได้สังเคราะห์ขึ้นจากแนวคิดของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ที่กล่าวว่า คุณธรรมภายในที่จะแสดงออกไปเป็น

---

<sup>๑๐</sup> พระครูภาวนาสังวรกิจ วิ. (สุวิทย์ คำมูล), การพัฒนาสุขภาวะของสังคมสำหรับผู้สูงวัยตามแนวพุทธจิตวิทยา. วารสารมหาจุฬานาครทรรคน์, ๖(๗), ๒๕๖๒. ๓๔๑๔-๓๔๒๓.

พฤติกรรมภายนอกมีความสัมพันธ์ระหว่างกัน ได้แก่ พรหมวิหาร ๔ (พฤติกรรมภายใน) ส่งผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออกมาภายนอก ได้แก่ สังคหะวัตถุ ๔ (พฤติกรรมภายนอก) อาทิ เมื่อบุคคลประกอบด้วยความรัก ความสงสาร ความปรารถนาดี และการวางใจเป็นกลางอย่างเข้าใจความเป็นจริง ย่อมแสดงพฤติกรรมที่ดีออกมาผ่านการแบ่งปัน การพุดดี มีประโยชน์ การบำเพ็ญตนเพื่อประโยชน์สาธารณะ การรักษาความดีเสมอต้นเสมอปลาย ก็เกิดเป็นพฤติกรรมคุณภาพ จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นภาพรวมความสัมพันธ์ระหว่างคุณธรรมภายใน หรือพฤติกรรมภายในที่แสดงออกอย่างมีประสิทธิภาพ ย่อมส่งผลให้เกิดเป็นพฤติกรรมภายนอกที่มีประสิทธิผล อันจะก่อให้เกิดความปกติสุขร่วมกันในสังคม และยังได้นำเสนอความหมายของ “การส่งเสริมสุขภาวะ” ว่าสุขภาวะทางร่างกาย หมายถึง การมีความสุขกับการใช้ชีวิตให้มีคุณค่า สุขภาวะทางสังคม หมายถึง การรู้สึกว่าคุณค่าต่อสังคมสุขภาวะทางจิตใจ หมายถึง การมีความสุขสงบเย็นใจ สุขภาวะทางปัญญา หมายถึง การมีความเข้าใจในชีวิตภายใต้การเปลี่ยนแปลง สุขภาวะทางอารมณ์ หมายถึง การมีสติควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ การมีความสุข อารมณ์ดี และชีวิตผ่อนคลาย

**คุณธรรมและจริยธรรมนำชีวิต** คือ สิ่งที่เป็นความดีควรนำมาประพฤติปฏิบัติ เพราะจะนำความสุข ความเจริญ ความมั่นคงมาสู่ประเทศชาติ สังคม และบุคคล คุณธรรมจริยธรรมที่สำคัญ มีดังต่อไปนี้

๑) ความจงรักภักดีต่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ ประเทศชาติ นับว่ามีพระคุณอย่างมหาศาล เพราะเป็นสถานที่ ที่เราทุกคนอยู่อาศัยอย่างผาสุกตั้งแต่เกิดจนตาย ให้เราได้ประกอบอาชีพเลี้ยงชีวิต ให้เราได้ภาคภูมิใจในเกียรติ และศักดิ์ศรีที่มีชาติเป็นของตนเอง ไม่เป็นทาสใคร เราต้องมีความซื่อสัตย์ต่อชาติ รัก และหวงแหน ยอมสละเลือดเนื้อและชีวิตเพื่อให้ชาติเป็นเอกสารสืบไป ป้องกันไม่ให้ผู้ใดมาทำลาย ปกป้องชื่อเสียงไม่ให้ใครมาดูแคลน และประพฤติตนให้ถูกต้องตามกฎหมาย และขนบธรรมเนียม ประเพณีของชาติบ้านเมือง ศาสนา เป็นที่พึ่งทางกาย และทางจิตใจ ทำให้มนุษยชาติดำรงชีพร่วมกันในสังคมอย่างมีสันติสุข เรามีหน้าที่ทำนุบำรุงพระศาสนาให้มั่นคงสถาพรสืบต่อไป ด้วยการปฏิบัติตามคำสั่งสอนขององค์พระศาสดา สร้างและบูรณะ ศาสนาสถาน พิธีกรรม และปฏิบัติธรรมอยู่เป็นนิจ ประพฤติต่อผู้อื่นด้วยความสุจริตทั้ง กาย วาจา และใจ องค์พระมหากษัตริย์ทรงเป็นศูนย์รวมของชาวไทยทั้งประเทศ พระองค์ทรงเป็นผู้นำ และผู้ปกป้องชาติ และศาสนา ทรงบำบัดทุกข์และบำรุงสุข ให้แก่ราษฎรด้วยความเสียสละในทุก ๆ ด้าน เราต้องเทิดทูนพระองค์ไว้สูงสุด

รับใช้สนองพระมหากรุณาธิคุณอย่างเต็มความสามารถ ประพฤติตนเป็นคนดีไม่เป็นภาระแก่พระองค์ และถ้ามีความจะเป็นแม้ชีวิตของเราเองก็สามารถจะถวายพลีชีพได้ เพื่อความเป็นปึกแผ่น และยั่งยืนของสถาบันพระมหากษัตริย์

๒) ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ หมายถึง การปฏิบัติกิจการงานของตนเอง และที่ได้รับมอบหมายด้วยความมานะพยายาม อุทิศกำลังกาย กำลังใจอย่างเต็มความสามารถ ไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อยจนงานประสบความสำเร็จตรงตามเวลา บังเกิดผลดีต่อตนเองและส่วนรวม ทั้งนี้รวมถึงการรับผิดชอบงานล้มเหลว พยายามแก้ไขปัญหา และอุปสรรคโดยไม่เกี่ยงงอนผู้อื่น

๓) ความมีระเบียบวินัย หมายถึง การเป็นผู้รู้และปฏิบัติตามแบบแผนที่ตนเอง ครอบครัวยุค และสังคมกำหนดไว้ โดยที่จะปฏิเสธไม่รับรู้กฎเกณฑ์หรือกติกาต่าง ๆ ของสังคมไม่ได้ คุณธรรมข้อนี้ต้องใช้เวลาลูกฝังเป็นเวลานาน และต้องปฏิบัติสม่ำเสมอจนกว่าจะปฏิบัติเองได้ และเกิดความเคยชิน การมีระเบียบวินัยช่วยให้สังคมสงบสุขบ้านเมืองมีความเรียบร้อย เจริญรุ่งเรือง

๔) ความซื่อสัตย์ หมายถึง การปฏิบัติตน ทางกาย วาจา จิตใจ ที่ตรงไปตรงมา ไม่แสดงความคดโกงไม่หลอกลวง ไม่เอาเปรียบผู้อื่น ลั่นวาจาว่าจะทำงานสิ่งใดก็ต้องทำให้สำเร็จเป็นยอดดี ไม่กลับกลอก มีความจริงใจต่อทุกคน จนเป็นที่ไว้วางใจของคนทุกคน

๕) ความเสียสละ หมายถึง การปฏิบัติตนโดยอุทิศกำลังกาย กำลังทรัพย์ กำลังปัญญา เพื่อช่วยเหลือผู้อื่นและสังคมด้วยความตั้งใจจริง มีเจตนาที่บริสุทธิ์ คุณธรรมด้านนี้เป็นการสะสมบารมีให้แก่ตนเอง ทำให้มีใครรักใคร่ไว้วางใจ เป็นที่ยกย่องของสังคม ผู้คนเคารพนับถือ

๖) ความอดทน หมายถึง ความเป็นผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็ง ไม่ท้อถอยต่ออุปสรรคใดๆ มุ่งมั่นที่จะทำงานให้บังเกิดผลดีโดยไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน ความอดทนมี ๔ ลักษณะ คือ

- อดทนต่อความยากลำบาก เจ็บป่วย ได้รับทุกขเวทนามก็ไม่แสดงอาการจนเกินกว่าเหตุ
- อดทนต่อการตรากตรำทำงาน ไม่ทอดทิ้งงาน พินฝ่าอุปสรรคจนประสบผลสำเร็จ
- อดทนต่อความเจ็บใจ ไม่แสดงความโกรธ ไม่อาฆาตพยาบาท อดทนต่อคำเสียดสี

- อดทนต่อกิเลส คือ ไม่อยากได้ของผู้อื่นจนเกิดทุกข์ ไม่ตอบโต้คนอื่นที่ทำให้เราโกรธ และไม่ลุ่มหลงในสิ่งที่จะพาเราไปพบกับความเสียหาย

๗) การไม่ทำบาป หมายถึง การงดเว้นพฤติกรรมที่ชั่วร้าย สร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่น เพราะเป็นเรื่องเศร้าหมองของจิตใจ ควรงดเว้นพฤติกรรมชั่วร้าย ๓ ทาง คือ

- ทางกาย เช่น ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ทุจริต ไม่ลักขโมย ไม่ผิดประเวณี
- ทางวาจา เช่น ไม่โกหก ไม่กล่าวร้ายคำหยาบคาย ไม่ใส่ร้าย ไม่พูดเพ้อเจ้อ
- ทางใจ เช่น ไม่คิดเนรคุณ ไม่คิดอาฆาต ไม่คิดอยากได้

๘) ความสามัคคี หมายถึง การที่ทุกคนมีความพร้อมกาย พร้อมใจ และพร้อมความคิดเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน มีจุดมุ่งหมายที่จะปฏิบัติงานให้ประสบความสำเร็จ โดยไม่มีการเกี่ยงงอนหรือคิดขิงขีชิงเด่นกัน ทุกคนมุ่งที่จะให้สังคม และประเทศชาติเจริญรุ่งเรือง มีความรักใคร่กลมเกลียวกันด้วยความจริงใจ ความไม่เห็นแก่ตัว การวางตนเสมอต้นเสมอปลายก็หมายถึงความสามัคคีด้วย

### การปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมไทย

**วัฒนธรรม** คือ แบบแผนการกระทำ หรือผลการกระทำที่พัฒนาจากสภาพเดิมตามธรรมชาติให้ดียิ่งขึ้นจนเป็นที่ยอมรับของคนในสังคมตัวอย่างแบบแผนการกระทำ เช่น กิริยามารยาท การพูด การแต่งกาย การรับประทานอาหาร เป็นต้น ส่วนผลจากการกระทำ เช่น เครื่องมือ เครื่องใช้ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย เป็นต้น

**วัฒนธรรมการไหว้** เป็นวัฒนธรรมภายนอกที่มักได้รับการตอบสนองจากผู้ได้รับด้วยการไหว้ตอบนอกจากนี้ ยังมีวัฒนธรรมไทยอื่นๆ ที่งดงาม เช่น การกราบ การแต่งกายแบบไทยในโอกาสต่างๆ การทำบุญ ตักบาตร ฯลฯ

### การปฏิบัติตนเป็นพลเมืองดีตามประเพณีไทย

**ขนบธรรมเนียมประเพณี** คือ สิ่งทีปฏิบัติสืบทอดสืบทอดกันมา และถือว่าเป็นสิ่งที่ดีงาม สิ่งที่ดีงามของแต่ละสังคมอาจเหมือนกัน คล้ายกัน หรือแตกต่างกันก็ได้ และสิ่งที่ดีงามของสังคมหนึ่งเมื่อเวลาผ่านไปสังคมนั้นอาจเห็นเป็นสิ่งไม่ดีงามก็ได้



**วัฒนธรรมและประเพณีไทย** เป็นกิจกรรมที่สืบทอดมายาวนาน และสังคมยอมรับว่าเป็นสิ่งดีควรอนุรักษ์ไว้

การเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมไทยและสังคมโลก การที่บุคคลจะเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมไทยและสังคมโลก จะต้องคำนึงถึงสถานภาพ บทบาท สิทธิ เสรีภาพ และหน้าที่ในการปฏิบัติตนเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมไทย

**ปัจจัยภายนอก** เป็นปัจจัยที่เกี่ยวกับภาวะทางสัมพันธภาพของมนุษย์ ภาวะทางสังคมเป็นภาวะที่ลึกซึ้งที่มีผลต่อจิตสำนึกด้านต่างๆ ของมนุษย์ เป็นภาวะที่ได้อบรมกล่อมเกลา และสะสมอยู่ในส่วนของการรับรู้ที่ละเอียดที่ละน้อย ทำให้เกิดสำนึกที่มีรูปแบบหลากหลาย ภาวะแวดล้อมทางสังคมนี้เริ่มตั้งแต่พ่อแม่ พี่น้อง ญาติ เพื่อน ครู สื่อมวลชน บุคคลทั่วไป ตลอดจนระดับองค์กร วัฒนธรรม ประเพณี ความเชื่อ กฎหมาย ศาสนา รวมทั้งภาวะแวดล้อมด้านสื่อสารมวลชน และส่วนที่กำกับสำนึกของบุคคล คือ การได้สัมผัสจากการใช้ชีวิตที่มีพลังต่อการเกิดสำนึก อาทิ การไปโรงเรียน ไปทำงาน ดูละคร ฟังผู้คนสนทนากัน เป็นต้น

**ปัจจัยภายใน** สำนึกที่เกิดจากปัจจัยภายใน หมายถึง การคิดวิเคราะห์ของแต่ละบุคคลในการพิจารณาตัดสินคุณค่าและความดีงาม ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรม และการประพฤติปฏิบัติโดยเฉพาะการปฏิบัติทางจิตใจ เพื่อขัดเกลาตนเองให้เป็นไปทางใดทางหนึ่ง โดยเกิดจากการรับรู้จากการเรียนรู้ การมองเห็น การคิด แล้วนำมาพิจารณาเพื่อตัดสินใจว่าต้องการสร้างสำนึกแบบใด ก็จะมีการฝึกฝน และสร้างสมสำนึกเหล่านั้น

การเกิดจิตสำนึกไม่สามารถสรุปแยกแยะได้ว่าเกิดจากปัจจัยภายในหรือภายนอก เพียงอย่างเดียวหนึ่ง เพราะทุกสรรพสิ่งมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน จิตสำนึกที่มาจากภายนอกเป็นการเข้ามาโดยธรรมชาติ กระทบต่อความรู้สึกของบุคคล แล้วกลายเป็นจิตสำนึกโดยธรรมชาติ และมักไม่รู้ตัว แต่จิตสำนึกที่เกิดจากปัจจัยภายในเป็นความตั้งใจเลือกสรร บุคคล ระลึกรู้ตนเองเป็นอย่างดี เป็นสำนึกที่สร้างขึ้นเอง ระหว่างปัจจัยภายใน และภายนอก เป็นปฏิสัมพันธ์ที่มีความต่อเนื่องกัน ดังนั้น การพัฒนาจิตสำนึกจึงต้องกระทำควบคู่กันไปทั้งปัจจัยภายใน และภายนอก

### ๒.๑.๒ องค์ประกอบของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย

ทักษะในการบริหารการขับเคลื่อนงานประกอบด้วยความสามารถในการกำหนดหรือ ออกแบบกระบวนการในการทำงานที่ตอบสนองต่อการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพทักษะในการ บริหารจัดการเพื่อสร้างความร่วมมือในการทำงานระหว่างเครือข่ายทางสังคมต่าง ๆ ทักษะในการ ประเมินจุดอ่อน จุดแข็ง อุปสรรค โอกาส รวมทั้งความสามารถในการประเมินความเสี่ยงและการ บริหารจัดการความเสี่ยง

**ทักษะในการสื่อสาร** หมายถึง ความรู้ ความสามารถ และความเข้าใจในการใช้สื่อเพื่อเป็น เครื่องมือในการพัฒนาตนเอง ชุมชน สังคม ประกอบด้วย ทักษะรู้เท่าทันสื่อ และทักษะหรือ ความสามารถในการใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์เพื่อเป็นเครื่องมือในการพัฒนา

ทักษะการรู้เท่าทันสื่อ ซึ่งจะต้องมีทักษะรู้เท่าทันใน ๓ ด้าน กล่าวคือ

- ทักษะรู้เท่าทันข้อมูลหรือสารสนเทศ (Information Literacy)
- ทักษะรู้เท่าทันการสื่อสาร (Communication Literacy) เช่น เทคนิคการตลาด กลยุทธ์ในการโฆษณา เป็นต้น และ
- ทักษะรู้เท่าทันเทคโนโลยี (Technology Literacy) เช่น การรู้เท่าทันเทคนิคการผลิต การติดต่อ รวมไปถึง การรู้เท่าทันเทคโนโลยีด้านการสื่อสาร

ความสามารถในการใช้สื่ออย่างสร้างสรรค์เพื่อเป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนเอง ชุมชน และ สังคม ใน ๕ ด้าน กล่าว คือ การใช้สื่อเพื่อการศึกษา และการเรียนรู้ การใช้สื่อเพื่อการพัฒนา และขับเคลื่อนสังคม การใช้สื่อในการสื่อสารสังคมการใช้สื่อในการพัฒนาเศรษฐกิจสร้างสรรค์ และการ พัฒนาซอฟต์แวร์เพื่อตอบสนองต่อการทำงานในด้านต่าง ๆ

ฐานคิดของจิตสาธารณะที่ลึกซึ้งอีกระดับหนึ่ง คือ ความรับผิดชอบต่อสังคม ในการ ช่วยเหลือสังคม ไม่ทำให้ผู้อื่นหรือสังคมเดือดร้อนได้รับความเสียหาย และมีระดับของความรับผิดชอบ เริ่มตั้งแต่ ประการแรก ความรับผิดชอบต่อครอบครัว อาทิ เชื้อฟังก่อแม่ ช่วยเหลืองานบ้าน ไม่ทำให้ พ่อแม่เสียใจ ประการที่สอง มีความรับผิดชอบต่อโรงเรียน ครูอาจารย์ เช่น ตั้งใจเล่าเรียน เชื้อฟังกำสั่ง สอนของครูอาจารย์ ปฏิบัติตามกฎระเบียบวินัยของโรงเรียน ช่วยรักษาทรัพย์สินสมบัติของโรงเรียน

ประการที่สาม มีความรับผิดชอบต่อสังคม ช่วยเหลือสังคม และได้มีการกำหนดลักษณะของคำว่า “จิตสาธารณะ” ไว้อย่างหลากหลาย ทั้งคำที่ใช้ในภาษาไทย เช่น จิตสาธารณะ สำนักสาธารณะ และจิตสำนักสาธารณะ เป็นต้น และคำที่ใช้ในภาษาอังกฤษ เช่น Public Consciousness หรือ Public Mind โดยสามารถสรุปความหมายของจิตสาธารณะได้ว่า หมายถึง คุณลักษณะทางจิตใจของบุคคล เกี่ยวกับการมองเห็นคุณค่า หรือการให้คุณค่าแก่การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและสิ่งต่างๆ ที่เป็นสิ่งสาธารณะที่ไม่มีผู้ใดผู้หนึ่งเป็นเจ้าของ หรือเป็นสิ่งที่คนในสังคมเป็นเจ้าของร่วมกัน เป็นสิ่งที่สามารถสังเกตได้จากความรู้สึกนึกคิด หรือการกระทำที่แสดงออกมาโดยพิจารณาจากความรู้ความเข้าใจหรือพฤติกรรมที่แสดงออกใน ๓ องค์ประกอบ<sup>๑๑</sup>

องค์ประกอบที่ ๑ คือ การหลีกเลี่ยงการใช้หรือการกระทำที่จะทำให้เกิดความชำรุดเสียหายต่อส่วนรวมที่ใช้ประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม กำหนดตัวชี้วัดจาก

- ๑) การดูแลรักษาของส่วนรวมใช้ของส่วนรวมแล้วเก็บเข้าที่
- ๒) ลักษณะการใช้ของส่วนรวมรู้จักใช้ของส่วนรวมอย่างประหยัด และทะนุถนอม

องค์ประกอบที่ ๒ คือ การถือเป็นหน้าที่ที่จะมีส่วนร่วมในการดูแลรักษาของส่วนรวมในวิสัยที่ตนสามารถทำได้กำหนดตัวชี้วัดจาก

- ๑) การทำตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายเพื่อส่วนรวม
- ๒) การรับอาสาที่จะทำบางอย่างเพื่อส่วนรวม

องค์ประกอบที่ ๓ คือ การเคารพสิทธิในการใช้ของส่วนรวมที่เป็นประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม กำหนดตัวชี้วัดจาก

- ๑) การไม่ยึดครองของส่วนรมนั้นมาเป็นของตนเอง
- ๒) การเปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้สามารถใช้ของส่วนรมนั้น

---

<sup>๑๑</sup> ชาย โพธิสิตา, จิตสำนักต่อสาธารณะสมบัติ : ศึกษากรณีกรุงเทพมหานคร, (นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม, มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓), หน้า ๒๒-๒๙.

### ๒.๑.๓ การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า “ชุมชนท้องถิ่น” มีความสำคัญในฐานะรากฐานของสังคม และรากฐานที่แข็งแรงเท่านั้นจึงจะสามารถรองรับโครงสร้างที่สูงใหญ่ได้ การมุ่งเน้นที่จะให้ความสำคัญเฉพาะแต่กับส่วนบน และบริหารจัดการแบบ “บนลงล่าง” ย่อมไม่เป็นผลดีกับประเทศในระยะยาว เพราะนอกจากจะเป็นการ “ตัดเสื่อโหล” ให้ชุมชนท้องถิ่น ซึ่งมีความแตกต่างและหลากหลายไปแล้ว ยังเป็นการบริหารที่ขาดกระบวนการมีส่วนร่วมชุมชนท้องถิ่นมีพลังเมื่อมีการพัฒนาขีดความสามารถแล้ว จากนั้น จึงเป็นการเสริมสร้างความเข้มแข็งในระดับชุมชนผ่านการจัดทำแผนงาน/โครงการโดยบูรณาการงานจากทุกภาคส่วนอย่างมีส่วนร่วมเพื่อรองรับสังคมสูงวัยในทุกมิติอันจะส่งผลต่อสุขภาพที่ดี (กาย จิต สังคม ปัญญา) บนฐานปัญหาของแต่ละผู้สูงอายุในทุกกลุ่มทั่วทั้งพื้นที่

**มิติสุขภาพปัญญา / สุขภาวะทางจิตวิญญาณ** การพักผ่อนที่เพียงพอ และทำอารมณ์ให้แจ่มใสไม่เครียดก็จะช่วยลดปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุ พร้อมทั้งจะเรียนรู้ และเพิ่มพูนทักษะการทำงานให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงตลอดช่วงชีวิต

**แหล่งเรียนรู้ใหม่** การสร้างชุมชนต้นแบบด้านสุขภาพ เพื่อให้เป็นแหล่งเรียนรู้อย่างยั่งยืนสำหรับชุมชนในพื้นที่ โดยการมีส่วนร่วมของวิชาชีพต่าง ๆ ได้แก่ สาธารณสุข อนามัยสิ่งแวดล้อม อาชีวอนามัย และความปลอดภัย และวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

**การดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคล** การให้ความรู้ด้านการดูแลสุขอนามัยพื้นฐาน

**การบริโภค** การให้ความรู้ด้านการเลือกบริโภคอาหารอย่างถูกต้องและถูกสุขลักษณะ

**การออกกำลังกาย** การให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพผ่านรูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับบุคคลที่อาศัยในชุมชน

**การจัดการอารมณ์ / ความเครียด** การให้ความรู้เกี่ยวกับการจัดการอารมณ์เพื่อลดความเสี่ยงต่อสุขภาพจิต

**พฤติกรรมจัดการตนเอง ครอบครัว ชุมชน** การสร้างชุมชนต้นแบบด้านการส่งเสริมสุขภาพองค์รวมเพื่อเป็นต้นแบบในการเรียนรู้และขยายผลการดำเนินการเพื่อให้เกิดความเข้มแข็งของชุมชนอย่างยั่งยืน

**สถาบันการศึกษา** การศึกษาเป็นรากฐานของการพัฒนาเป็นสิ่งที่ปฏิเสธกันไม่ได้ไม่ว่าจะเป็นการพัฒนาในรูปแบบใดก็ตามจำเป็นต้องเริ่มต้นด้วยการศึกษา จนมีการศึกษามากพอแก่สถานะแห่งตนที่จะสามารถปฏิบัติงานหรือดำเนินชีวิตไปสู่ทิศทางที่ประสงค์ การกำหนดเป้าหมายของการศึกษาให้ถูกต้องโดยธรรมชาติ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาที่แท้จริง จึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดที่มีผู้มีอำนาจในการบริหารการศึกษาพึงพิจารณาให้ลึกซึ้ง ให้ถ่องแท้ ให้รอบคอบ ให้ถูกต้องด้วยทัศนคติที่กว้างไกล โดยมีจุดหมายรวบยอดว่า ต้องจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนให้มีจิตสำนึกเป็นมนุษย์ที่เต็มที การจัดการศึกษาควรมุ่งเน้นที่การสร้างจิตสำนึกภายใน คือ การพัฒนาจิตสำนึกภายใน คือ การพัฒนาจิตใจที่เป็นรากฐานของความเป็นมนุษย์ไม่ควรเน้นที่การพัฒนา เพื่อความสำเร็จในวิชาชีพที่ปราศจากพื้นฐานทางจริยธรรม เพราะอาจจะเป็นการส่งเสริมให้บุคคลออกไปประกอบวิชาชีพด้วยจิตสำนึกผิดพลาดแล้วก็ไปสร้างระบบการทำงานที่ผิดมีการเอาเปรียบผู้อื่น กอบโกย ความหลงตัวเอง ความมัวเมาวนเวียนแต่ในวังวนวัตถุ ที่อาจจะก่อให้เกิดการประหัตประหารกันในทุกวงการ การให้การศึกษาแก่เยาวชน ควรหยุดสร้างจิตสำนึกที่นิยมในวัตถุ แต่เน้นการสร้างจิตสำนึกในทางจริยธรรมให้หนักแน่นเข้มแข็งยิ่งขึ้นทุกระดับการศึกษา ตั้งแต่อนุบาลจนถึงอุดมศึกษาเพื่อให้เป็นจิตที่สามารถสร้างระบบถูกต้อง เพื่อการดำรงอยู่ของสังคมโดยธรรม โดยเฉพาะการดำรงเน้นการฝึกอบรมให้รู้จักทำหน้าที่เพื่อหน้าที่อย่างดีที่สุดฝีมือ ในทุกหน้าที่ในฐานะที่เกิดมาเป็นมนุษย์ด้วยความสำนึกว่าทุกหน้าที่มีคุณค่า และมีความสำคัญเท่าเทียมกัน

**สถาบันศาสนา** สถาบันทางศาสนาต้องเป็นผู้นำในการสร้างจิตสำนึกต่อส่วนรวมให้เกิดขึ้นต้องนำประชาชนกลับไปสู่คำสอนของ พระพุทธองค์ที่ทรงเน้นให้เห็นแก่ประโยชน์สุขของสังคมเป็นใหญ่ ไม่บริโภคนิยมความจำเป็น หรือเพราะความอยากมีความสันโดษ พอใจที่จะมีกินมีอยู่ มีใช้เท่าที่จำเป็น รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เจือจานแก่ผู้อื่น มีความเมตตาอาทรต่อกันเห็นแก่ผู้อื่นเสมือนเห็นแก่ตนเอง รู้จักหน้าที่ ปฏิบัติหน้าที่ให้ถูกต้องสถาบันทางศาสนาจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งเพราะเป็นสถาบันที่ได้รับการเคารพบูชาแต่โบราณกาลจวบจนปัจจุบัน เป็นสถาบันที่มีอิทธิพลอย่างสูงต่อจิตใจของประชาชนเพราะต่างได้ยึดถือสถาบันนี้ เป็นที่พึ่งทางใจมาอย่างเนิ่นนาน ฉะนั้นสถาบันทางศาสนาจึงอยู่ในฐานะที่จะช่วยสร้างสรรค์ และพัฒนาจิตใจของคนในสังคมให้หันเข้ามาอยู่ในความถูกต้องตามทำนองคลองธรรมและวิธีการพัฒนาจิตสำนึกให้เกิดขึ้นได้อย่างดีที่สุด ก็คือการสอนด้วยตัวเอง อันหมายถึง การที่อยู่ในสถาบัน องค์การทางศาสนา พึงต้องประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นตัวอย่างแก่คนในสังคมในด้านการช่วยเหลือส่วนรวม

**สถาบันครอบครัว** ครอบครัวสร้างความอบอุ่นของสถาบันครอบครัวมีความสำคัญเป็นอันดับแรกเพราะเป็นจุดเริ่มต้นที่ช่วยให้ทารกจะเกิดจิตสำนึกเห็นความสำคัญของส่วนรวม ความใกล้ชิดระหว่างพ่อแม่กับลูก จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการเลี้ยงอบรมลูก เพราะความใกล้ชิดจะเป็นสื่อที่ทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกัน และกัน และกลายเป็นเกิดความเห็นใจซึ่งกัน และกัน สถาบันครอบครัวจึงเป็นพื้นฐานของสังคม ถ้าครอบครัวมีแต่ความคลอนแคลน สังคมก็พลอยคลอนแคลนไปด้วย และเด็กที่เติบโตจากครอบครัวที่คลอนแคลนจะมีจิตสำนึกที่คลาดเคลื่อน การสอน และการอบรมจากสถาบันครอบครัว ควรดำเนินการให้สอดคล้องประสานไปในจุดหมายเดียวกันกับการสอนการอบรมของสถาบันการศึกษา และสถาบันทางศาสนา เพื่อปูพื้นฐาน หรือฝังรากให้เด็กมีจิตสำนึกที่เป็นสัมมาทิฐิเสียตั้งแต่ยังเด็ก เพื่อที่เด็กจะได้เป็นกำลังในการสร้างสรรค์สังคมที่มีความร่มเย็นเป็นสุข

การที่บุคคลจะเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมไทย จะต้องคำนึงถึง สุขภาพ สถานภาพ บทบาท สิทธิ และหน้าที่ในการการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย

จากความสำคัญของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ถ้าสามารถปลูกฝัง ส่งเสริม หรือพัฒนาให้ชุมชน ด้วยวิธีการต่าง ๆ จะทำให้สังคมที่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน อาสาดูแลผู้สูงวัย รู้จักการแบ่งปันโอกาสในการใช้ของส่วนรวมให้ผู้อื่น เมื่อเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ปัญหาที่เกิดการเอาเปรียบคนอื่น การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน และประโยชน์พวกพ้องก็จะลดน้อยลง และจะนำมาสู่สังคมที่พัฒนาขึ้น

## **๒.๒. แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับขบวนการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย**

การอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข หมายถึง การที่มนุษย์มาอยู่ร่วมกันเป็นสังคม สามารถปฏิบัติตามกฎเกณฑ์การอยู่ร่วมกันในรูปของกฎระเบียบหรือกฎหมาย และมีคุณธรรม จริยธรรมในการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การมีส่วนร่วมกิจกรรมต่างๆ ของสังคม เช่น การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเมืองการปกครอง การมีส่วนร่วมในการคุ้มครองสิทธิมนุษยชน และการปฏิบัติตามคุณธรรมของการอยู่ร่วมกันตามหลักศาสนาที่ตนเองนับถือ จะทำให้ประชาชนสามารถอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

พลเมืองที่ดีของสังคมจะต้องมีคุณธรรมและจริยธรรมเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะช่วยให้สังคมเป็นสังคมที่มีความสงบสุขและเจริญก้าวหน้าได้ คุณธรรมและจริยธรรมที่สำคัญมีอยู่ ๘ ประการ ดังนี้<sup>๑๒</sup>

๑. การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม คุณธรรมข้อนี้เอื้ออำนวยประโยชน์ต่อสังคมเป็นอย่างดี เพราะสังคมจะดำรงอยู่ได้ และสามารถพัฒนาให้มีความสมบูรณ์เจริญก้าวหน้าได้ ถ้าคนในสังคมยอมเสียสละประโยชน์ส่วนตน เพื่อประโยชน์ส่วนรวมเสมอ

๒. การรับฟังความคิดเห็นของกันและกัน และเคารพในมติของเสียงส่วนมาก คุณธรรมข้อนี้มีความสำคัญมากต่อสังคม เพราะสมาชิกในสังคมมักจะมีความคิดเห็นในปัญหาต่างๆ ของสังคม แลแนวทางการแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน จึงจำเป็นที่จะต้องใช้เสียงข้างมากเพื่อหาข้อยุติเกี่ยวกับแนวทางการแก้ไขปัญหาต่างๆ แต่ทั้งนี้เสียงส่วนมากก็ต้องเคารพความคิดเห็นของเสียงส่วนน้อยและไม่ถือว่าเสียงส่วนน้อยเป็นฝ่ายผิด จึงจะทำให้สังคมดำรงอยู่ได้อย่างสันติ

๓. การมีระเบียบวินัยและรับผิดชอบต่อหน้าที่ ถ้าสมาชิกในสังคมยึดมั่นในระเบียบวินัยควบคุมตนเองได้ ไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่น และตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ของตนให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ สังคมนั้นก็จะมีแต่ความสงบสุขและเจริญก้าวหน้า ตัวอย่างเช่น นักเรียนมีหน้าที่เรียนที่ตั้งใจเรียนให้ดีที่สุด ก็จะทำให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียน หรือข้าราชการทำหน้าที่รับใช้ประชาชนอย่างดีที่สุด ก็ย่อมจะทำให้ข้าราชการผู้นั้นประสบความสำเร็จในชีวิตราชการ เป็นต้น

๔. ความซื่อสัตย์สุจริต ถ้าสมาชิกในสังคมยึดมั่นในความซื่อสัตย์สุจริต เช่น ไม่ลักทรัพย์ ไม่เบียดบังทรัพย์สินของผู้อื่นมาเป็นของตน หรือถ้าเป็นข้าราชการก็ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความสุจริต ไม่ทำการทุจริต สังคมนั้นก็จะมีแต่ความสันติสุขและเจริญก้าวหน้าขึ้นเรื่อยๆ

๕. ความกล้าหาญและเชื่อมั่นในตนเอง สังคมทุกสังคมต้องการให้มีการแสดงความคิดเห็นในเชิงสร้างสรรค์ เพื่อประโยชน์ของส่วนรวม ดังนั้น ถ้าสมาชิกในสังคมมีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเชิงสร้างสรรค์อยู่เสมอๆ ก็จะเป็นประโยชน์ต่อสังคม และเป็นแนวทางในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าได้

<sup>๑๒</sup> โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม คุณธรรม “จริยธรรมของการเป็นพลเมืองดีของประเทศชาติและสังคมโลก”, <<http://www.pattayadailynews.com>>, ๒ ธันวาคม ๒๕๖๐.

๖. ความสามัคคี หมายถึง ความรักใคร่กลมเกลียวและความร่วมมือกันทำงาน เพื่อประโยชน์ส่วนรวม ดังคำกล่าวที่ว่า “สามัคคี คือ พลัง ” ดังนั้น ถ้าประชาชนไทยมีความสามัคคี ไม่แตกแยก ร่วมแรงร่วมใจทำงานเพื่อพัฒนาประเทศชาติ ประเทศชาติก็จะมีแต่ความเข้มแข็งเป็นที่เคารพและเป็นที่ยอมรับของนานาประเทศ รวมทั้งจะทำให้สถาบันประชาธิปไตยมีความมั่นคงตลอดไปด้วย

๗. ความละเอียดและเกรงกลัวในการกระทำชั่ว ถ้าสมาชิกในสังคมมีความละเอียดและเกรงกลัวต่อการกระทำชั่วแล้ว สิ่งไม่ดีไม่งามต่างๆ ก็จะไม่เกิดขึ้นในสังคม เช่น ถ้านักการเมืองมีความซื่อสัตย์สุจริต เห็นประโยชน์ของส่วนเป็นสำคัญ มีความละเอียดและเกรงกลัวในการกระทำสิ่งที่ไม่ดีไม่งามต่างๆ ก็จะทำให้ประชาชนมีความศรัทธาในตัวนักการเมือง และในสถาบันการเมืองการปกครองมากขึ้น อันจะยังผลให้การปกครองระบอบประชาธิปไตยดำเนินไปได้อย่างราบรื่น

๘. การส่งเสริมให้คนดีปกครองบ้านเมือง และควบคุมไม่ให้คนไม่ดีมีอำนาจระบอบการปกครองของประเทศจะดำเนินไปได้อย่างราบรื่น เมื่อได้คนดีมีความรู้ความสามารถมาช่วยกันปกครองบ้านเมือง ดังนั้น ในการเลือกตั้งผู้แทน ประชาชนควรเลือกคนดีให้ไปทำหน้าที่แทนตน เพราะถ้าเราได้ผู้แทนที่ดี เราก็จะได้รัฐบาลที่ดี อันจะยังผลให้การปกครองระบอบประชาธิปไตยสามารถอำนวยประโยชน์สุขให้แก่ประชาชนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม

พระราชกระแสเกี่ยวกับโครงการทุนเล่าเรียนหลวงสำหรับคณะสงฆ์ เมื่อวันที่จันทร์ที่ ๒๓ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๐ “พัฒนาความรู้และคุณภาพของคณะสงฆ์ ให้เป็นหลักทางใจของประชาชน ให้พระมีความสำนึกและเป็นประโยชน์ใน สังคมไทย”<sup>๑๓</sup>

พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับครอบครัว เพราะถือว่าครอบครัวที่ดีเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้และการพัฒนา สภาพสังคมไทยในปัจจุบัน มีการแข่งขันทางเศรษฐกิจอย่างรุนแรง ทำให้เกิดผลกระทบต่อสภาวะความเป็นอยู่ของบุคคล เด็กและเยาวชนขาดการอบรมสั่งสอนให้มีความรู้ความเข้าใจในการศึกษาหลักธรรม คุณธรรม จริยธรรม เพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติหน้าที่ให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข การแข่งขันอย่างรุนแรงทางด้านเศรษฐกิจ ทำให้คนส่วนใหญ่เห็นแก่ประโยชน์

<sup>๑๓</sup> ประชาสัมพันธ์ สกอ, “การจัดกิจกรรมต้อนรับน้องใหม่และประชุมเชียร์ในสถาบันอุดมศึกษา” <<http://www.moe.go.th/moe/th/news/detail>>, ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑.



ส่วนตน ขาดความตระหนักในความรับผิดชอบต่อสังคม ประเทศชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ เพื่อพัฒนาให้รู้จักหน้าที่ของตนและฐานะที่เป็นพลเมืองของประเทศชาติ ส่งเสริมให้ยึดมั่นในระบอบประชาธิปไตย ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาและนึกถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน พระพุทธศาสนาจึงมีหลักธรรมที่ส่งเสริมให้มนุษย์พัฒนาครอบครัวอยู่อย่างมากมาย ตัวอย่างหลักธรรมเหล่านี้ได้แก่

### คุณธรรมของการอยู่ร่วมกันตามหลักพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนา มีหลักธรรมที่สำคัญที่หล่อหลอมให้พุทธศาสนิกชนเป็นคนรักสันติ รักอิสรเสรี มีนิสัยโอบอ้อมอารี มีเมตตากรุณาต่อกัน ได้แก่

๑) **สังคหัตถุ ๔**<sup>๑๔</sup> หมายถึง หลักธรรมสำหรับสงเคราะห์หรือเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจของคนในสังคมให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ได้แก่

(๑) **ทาน** คือ การให้ แบ่งปัน เสียสละ เผื่อแผ่ การให้ ได้แก่ การเสียสละ การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การแบ่งปันช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของ การให้ทานให้เพื่อขจัดกิเลส เช่น การบริจาคทาน แก่นสมณชีพราหมณ์ ผู้ทรงศีล เพื่อขจัดความโลภหรือความตระหนี่ เป็นการชำระจิตใจให้สะอาดยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น และการให้เพื่อสงเคราะห์หรือเพื่อยึดเหนี่ยวน้ำใจคนอื่น การทำทานโดยให้สังคหัตถุนี้ ในแง่ปฏิบัติ หมายถึง การเฉลี่ยหรือแบ่งให้จากส่วนที่คนมีอยู่ มิใช่ให้มากมายจนไม่เหลือหรือให้จนผู้รับร่ำรวย จุดประสงค์เน้นที่การแสดงอหยาศัยไมตรีมากกว่าความมากหรือน้อยของวัตถุที่ให้ เพราะฉะนั้น คนยากจนหรือคนที่มีวัตถุสิ่งของเล็กน้อยก็สามารถแบ่งปันให้ทานผู้อื่นได้ตามอัตภาพของตน เช่น การแบ่งปันอาหารให้เพื่อน แบ่งปันเครื่องเขียนให้เพื่อน เป็นต้น คุณธรรมข้อนี้จะช่วยให้ไม่เป็นคนละโมภ ไม่เห็นแก่ตัว เราควรคำนึงอยู่เสมอว่า ทรัพย์สินสิ่งของที่เรามาได้ มิใช่สิ่งจริงยั่งยืนเมื่อเราสิ้นชีวิตไปแล้วก็ไม่สามารถจะนำติดตัวเอาไปได้

(๒) **ปิยวาจา** คือ การกล่าววาจาสุภาพ อ่อนหวาน การพูดคำสุภาพ อ่อนหวาน เพื่อให้เกิดความสมานสามัคคี ปิยวาจาทำได้ง่าย เพราะวาจานั้นมีในตัวเรา เพียงเรามีสติ มีเมตตาในใจก็สามารถพูดออกมาได้ คำพูดมีอยู่ ๒ ประเภท ได้แก่

<sup>๑๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๑๘๖.

๑) คำพูดที่พูดออกไปแล้วคนฟังเกลียด เช่น คำหยาบ คำด่า คำประชด คำกระทบกระเทียบ คำแดกดัน คำสบถ เป็นต้น คำพูดเหล่านี้เรียกว่า “อัปปียวาจา”

๒) คำพูดที่พูดออกไปแล้วทำให้คนฟังรัก เช่น คำอ่อนหวาน คำชมเชยจากใจจริง คำพูดที่ชวนให้เกิดความสมัคสมานไมตรี เป็นต้น

(๓) **อัตถจริยา** คือ การกระทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือกันและกันในวงแคบ และบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ในวงกว้าง หลักธรรมข้อนี้มุ่งสอนให้คนพัฒนาตน ๒ ด้าน คือ การทำตนให้เป็นประโยชน์ และทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ การทำตนให้เป็นประโยชน์ หมายถึง ทำตนให้มีคุณค่าในสังคมที่ตนอาศัยอยู่ อย่างคำพังเพยที่ว่า “อยู่บ้านท่านอย่างนึ่งดูตาย บั้นวัวบั้นควายให้ลูกท่านเล่น” หรือ “อยู่ก็ให้เขาไว้ใจไปก็ให้เขาคิดถึง” คนที่ไม่นึ่งดูตายมีอะไรพอจะช่วยเหลือคนอื่นและสังคมได้ก็เอาใจใส่ชวนชวยช่วยเหลือตามสติกำลัง ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “คนทำหมู่คณะให้ดังงาม” อยู่ที่ไหนก็สร้างความเจริญที่นั่น วิธีทำตนให้เป็นประโยชน์และทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ อาจทำได้หลายวิธี เช่น การตั้งใจศึกษาเล่าเรียน ฝึกฝนอบรมตนให้เป็นคนเจริญด้วยความรู้ ความสามารถ เป็นบุตรที่ดีของบิดามารดา เป็นศิษย์ที่ดีของครูอาจารย์เป็นนักเรียนที่ดีของสถานศึกษา เป็นพลเมืองที่ดีของประเทศชาติ ตลอดจนเป็นศาสนิกชนที่ดีของพระพุทธศาสนา

(๔) **สมานัตตตา** คือ การวางตัวเหมาะสม เสมอต้น เสมอปลายการวางตนเสมอต้นเสมอปลาย หมายถึง การวางตนได้เหมาะสม มีความหมาย ๒ ประการ คือ

๑) วางตนได้เหมาะสมกับฐานะที่ตนมีอยู่ในสังคม เช่น เป็นหัวหน้าครอบครัว เป็นบิดามารดา เป็นครูอาจารย์ เป็นเพื่อนบ้าน เป็นต้น ตนอยู่ในฐานะอะไรก็วางตนให้เหมาะสมกับฐานะที่เป็นอยู่ และทำได้อย่างเสมอต้นเสมอปลาย

๒) ปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอต่อคนทั้งหลาย ให้ความเสมอภาค ไม่เอาัดเอาเปรียบผู้อื่น เสมอในสุขและทุกข์ คือ ร่วมสุขร่วมทุกข์ ร่วมรับรู้ปัญหา และร่วมแก้ปัญหาเพื่อประโยชน์ของสังคม

ประโยชน์ของสังคหวัตถุ ๔ ประการดังกล่าวมาแล้ว อำนวยประโยชน์ที่มองเห็นได้เป็นรูปธรรมดังต่อไปนี้

- ๑) ช่วยให้บุคคลดำรงตนอยู่ได้ในสังคมด้วยความสุข
- ๒) เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจ สมานไมตรีระหว่างกัน
- ๓) เป็นเครื่องส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ให้มีความเคารพนับถือกันตามสมควร
- แก่นฐานะ
- ๔) เป็นเครื่องประสานองค์ประกอบต่างๆ ของสังคมให้คงรูปอยู่และดำเนินไปได้ด้วยดี
- ๕) ช่วยส่งเสริมศีลธรรมและป้องกันความประพฤติเสื่อมเสียในสังคม

๒) **พรหมวิหาร ๔**<sup>๑๕</sup> หมายถึง ธรรมประจำใจที่ทำให้เป็นพรหมหรือให้เสมอด้วยพรหม ในทางปฏิบัติ หมายถึง คุณธรรมของผู้ใหญ่ ซึ่งต้องมีประจำในอยู่ตลอดเวลา มี ๔ ประการ ดังนี้

- (๑) เมตตา คือ ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข
- (๒) กรุณา คือ ความสงสาร มีความปรารถนาช่วยผู้อื่นหรือสัตว์ที่ประสบความทุกข์ ให้พ้นทุกข์
- (๓) มุทิตา คือ ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี
- (๔) อุเบกขา คือ ความวางเฉย หรือความรู้สึกเป็นกลางๆ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจเมื่อเห็นผู้อื่นประสบความสุขหรือความทุกข์

๓) **สัปปริยธรรม ๗**<sup>๑๖</sup> หมายถึง หลักธรรมของคนดี หรือหลักธรรมของสัตบุรุษ ๗ ประการ ได้แก่

(๑) **ธัมมัญญตา** คือ ความเป็นผู้รู้จักเหตุ ความเป็นผู้รู้หลัก คือ ความเป็นผู้รู้จักว่าสิ่งนี้เป็นเหตุของสิ่งนั้น สิ่งนั้นเป็นเหตุของสิ่งนี้ เช่นรู้ว่า เมื่อคนเราขาดอิทธิบาท ๔ ในการประกอบอาชีพ

<sup>๑๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๖๑.

<sup>๑๖</sup> มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), เศษปฏิบัติปาฐก, เล่มที่ ๑๓ ข้อที่ ๓๑ หน้า ๒๔.

ทำมาหากิน หรือในการทำกิจต่างๆ ก็จะไม่ประสบความสำเร็จ เป็นต้น อีกนัยหนึ่ง ได้แก่ ความเป็นผู้รู้หลักการและกฎเกณฑ์ของสิ่งทั้งหลายที่ตนเข้าไปเกี่ยวข้องในการดำเนินชีวิต ในการปฏิบัติหน้าที่และดำเนินกิจการต่างๆ โดยรู้เข้าใจสิ่งที่จะต้องประพฤติปฏิบัติตามเหตุผล เช่น ชาวพุทธรู้ว่าหลักธรรมเพื่อการสร้างตนให้มีหลักฐานมั่นคงทางเศรษฐกิจ หรือหลักการแสวงหาทรัพย์ในทางที่ชอบคืออะไร มีอะไรบ้าง ผู้นำประเทศทราบถึงหลักการปกครองประเทศที่ดีเป็นอย่างไร มีอะไรบ้าง รู้ว่าจะต้องกระทำเหตุนี้ๆ หรือกระทำตามหลักการนี้ๆ จึงจะให้เกิดผลที่มุ่งหมายหรือต้องการนั้นๆ เป็นต้น ตลอดจนขั้นสูงสุดคือรู้เท่าทันกฎธรรมดาหรือหลักความจริงของธรรมชาติเพื่อปฏิบัติต่อโลกและชีวิตได้อย่างถูกต้อง มีจิตเป็นอิสระ ไม่ตกเป็นทาสของวัตถุ

**(๒) อัตถัญญตา** คือ ความเป็นผู้รู้จักผล หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักว่า ผลอันนี้เกิดจากเหตุอันนี้ เช่น เมื่อไม่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพทำมาหากินในทางสุจริต การศึกษาเล่าเรียน หรือในการทำกิจต่างๆ ก็รู้ว่าเป็นเพราะขาดหลักอิทธิบาท ๔ กล่าวคือ ไม่มีฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ในการประกอบอาชีพนั้น ในการศึกษาเล่าเรียนนั้น หรือในการทำงานนั้น เป็นต้น อีกนัยหนึ่ง ได้แก่ ความเป็นผู้รู้จักอรรถคือ ความหมายหรือความมุ่งหมายของหลักการที่ตนต้องปฏิบัติ โดยมีความเข้าใจประโยชน์ที่ประสงค์หรือวัตถุ ประสงค์ของกิจการที่ตนทำ รู้ว่าสิ่งที่ตนทำอยู่อย่างนั้นๆ ดำเนินชีวิตอย่างนั้นเพื่อประสงค์ประโยชน์อะไร หรือควรจะได้บรรลุผลอะไร รวมถึงรู้จักผลที่จะเกิดขึ้นสืบเนื่อง จากการกระทำหรือความเป็นไปตามหลัก เช่น รู้ว่าหลักธรรมหรือพุทธศาสนสุภาษิตข้อนั้นๆ มีความหมายว่าอย่างไร การที่ตนกระทำอยู่อย่างนั้นมีความมุ่งหมายอย่างไร เมื่อทำไปแล้วจะบังเกิดผลอะไรบ้าง ดังนี้ เป็นต้น ตลอดจนถึงขั้นสูงสุด คือ รู้ความหมายของคตธรรมดา และประโยชน์ที่เป็นจุดหมายแท้จริงของชีวิต

**(๓) อัตตัญญตา** คือ ความเป็นผู้รู้จักตน หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักฐานะ ภาวะ เพศ กำลังความรู้ความสามารถ ความถนัดและคุณธรรม เป็นต้น ของตนว่ามีสภาพอย่างไร แล้วประพฤติปฏิบัติตนให้เหมาะสมและทำการต่างๆ ให้สอดคล้องถูกจุดที่จะสัมฤทธิ์ผล ตลอดจนพร้อมแก้ไขปรับปรุงตนให้เจริญงอกงามถึงความสมบูรณ์อันยิ่งขึ้น อีกนัยหนึ่ง ได้แก่ ความสามารถมองตนเองออกว่าตนเองเป็นใคร มีฐานะและภาวะอย่างไร กำลังต้องการอะไร เมื่อมองออกแล้วก็พยายามปรับตนเองให้เป็นอย่างที่ดีตนเป็นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม พยายามวางตนให้เหมาะสมกับฐานะและภาวะของตน และใช้กำลังความรู้ความสามารถของตนพัฒนาตนเองให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการในทางที่ชอบ รวมถึง

ความรู้จักหยุดยั้งความต้องการอันเกินขอบเขตกำลังความรู้ความสามารถของตน และหยุดยั้งการแสวงหาอันเกินกำลังหรือในทางที่มีขอบธรรม อันจะทำให้ตนเดือดร้อนในภายหลัง

**(๔) มัตตัญญูตา** คือ ความเป็นผู้รู้จักประมาณ หมายถึง ความรู้จักพอดีในสิ่งต่างๆ เช่น รู้จักประมาณในการบริโภคและการใช้จ่ายทรัพย์ รู้จักความพอเหมาะในการพูด การปฏิบัติกิจและทำการต่างๆ ตลอดจนการพักผ่อนนอนหลับและการสนุกสนานรื่นเริงทั้งหลาย ทำการงานทุกอย่างด้วยความเข้าใจวัตถุประสงค์เพื่อผลดีแท้จริงที่พึงต้องการ โดยมีใช้เพียงพอก่อนเห็นแก่ความพอใจ ชอบใจหรือเอาแต่ใจของตน แต่ทำตามความพอดีแห่งเหตุปัจจัย หรือองค์ประกอบทั้งหลายที่จะลงตัวให้เกิดผลดีงามตามที่มองเห็นด้วยปัญญา ความรู้จักประมาณในสิ่งต่างๆ ดังกล่าวนั้นต้องเป็นไปใน ๓ ขณะ คือ ในขณะที่แสวงหา ในขณะที่รับ และในขณะที่บริโภคใช้สอย โดยความรู้จักประมาณในขณะที่แสวงหาย่อมเป็นเหตุให้ประกอบอาชีพโดยทางที่ขอบธรรมไม่ใฝ่สูง ทะเยอทะยานจนเกินประมาณ อันจะก่อให้เกิดการแสวงหาในทางทุจริตต่อมา ความรู้จักประมาณในขณะที่รับย่อมเป็นที่ยินดีและเลื่อมใสของบุคคลผู้ให้ และไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนในภายหลัง ทั้งเป็นที่สรรเสริญของบุคคลผู้อื่นด้วย ส่วนความรู้จักประมาณในขณะที่บริโภคใช้สอย โดยการพิจารณาอย่างรอบคอบแล้วบริโภคอาหารหรือใช้สอยพัสดุสิ่งของต่างๆ ให้พอเหมาะพอควร ไม่ให้มากเกินไป ไม่ให้ฟุ่มเฟือยนัก ก็จักเป็นเหตุให้เกิดความเจริญ เช่น เมื่อบริโภคอาหารพอเหมาะพอดี ก็จะก่อให้เกิดความมีสุขภาพ ดีแก่ร่างกาย และเมื่อร่างกายปราศจากโรคแล้ว หากต้องการฝึกอบรมจิตให้เป็นสมาธิหรือให้เกิดปัญญา ก็ทำได้ง่ายขึ้น เป็นต้น

**(๕) กาลัญญูตา** คือ ความเป็นผู้รู้จักกาลเวลา หมายถึง การรู้จักเวลาอันเหมาะสมและระยะเวลาที่จะต้องใช้ในการประกอบกิจการกระทำหน้าที่การงาน เช่น ให้ตรงเวลา ให้เป็นเวลา ให้ทันเวลา ให้พอเวลา ให้เหมาะเวลา เป็นต้น หรือการรู้จักกาลเวลาในอันที่จะประกอบกิจนั้นๆ เป็นต้นว่า ตนมีหน้าที่การงานจะพึงทำหลายอย่างด้วยกัน จะเป็นกิจการทางโลกหรือทางธรรมก็ตาม จะต้องแบ่งเวลาให้เหมาะแก่กิจที่จะต้องทำนั้นๆ การงานจึงจะดำเนินไปโดยเป็นระเบียบเรียบร้อยดี ไม่ยุ่งย่งยุ่งเหยิง คั่งค้างอาภูล ตลอดจนรู้จักกะเวลาและวางแผนการใช้เวลาอย่างได้ผล

**(๖) ปริสัญญูตา** คือ ความเป็นผู้รู้จักปฏิบัติ การปรับตน และแก้ไขตนให้เหมาะสม หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักถึน รู้จักที่ชุมชนุม รู้จักสังคัม คือรู้จักว่า ชุมชนหรือสังคมนั้นเป็นอย่างไร จะต้องปฏิบัติอย่างไร จึงจะเหมาะแก่สังคมนั้นเพื่อให้สามารถเข้ากับชุมชนนั้น โดยไม่เก้อเขินหรือประหม่า เช่น เมื่อไปร่วมพิธีงานศพจะต้องแต่งกาย จะพูดและจะทำอย่างไร เมื่อเข้าวัดไปในพิธีทำบุญ

ต่างๆ จะต้องปฏิบัติตัวอย่างไร จึงจะเหมาะสม จะวางตัวอย่างไรเมื่อพูดคุยกับพระสงฆ์ เป็นต้น กล่าวอีกนัยหนึ่ง ได้แก่ ความรู้การอันควรประพฤติปฏิบัติในถิ่นที่ชุมนุมและต่อชุมชนนั้นว่า ชุมชนนี้เมื่อเข้าไปหาควรทำกริยาอย่างนี้ ควรต้องพูดอย่างนี้ ชุมชนนี้ มีระเบียบวินัยอย่างนี้ มีวัฒนธรรมประเพณีอย่างนี้ มีความต้องการอย่างนี้ ควรเกี่ยวข้อง ควรสงเคราะห์ อนุเคราะห์ ควรรับใช้ ควรบำเพ็ญประโยชน์อย่างนี้ๆ เป็นต้น

(๗) **บุคคลัญญาตา** คือ ความเป็นผู้รู้จักปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับบุคคลซึ่งมีความแตกต่างกัน หมายถึง ความเป็นผู้รู้จักบุคคล คือ รู้จักและเข้าใจความแตกต่างแห่งบุคคลว่าโดยอัธยาศัย ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น ใครๆ ยิงหรือหย่อนอย่างไร และรู้จักที่จะปฏิบัติต่อบุคคลนั้นๆ ว่าควรคบหรือไม่ จะใช้ จะตำหนิ ยกย่อง และแนะนำสั่งสอนอย่างไร จึงจะได้ผลดี เป็นต้น อีกนัยหนึ่ง ได้แก่ ความสามารถอ่านคนออก โดยรู้จักบุคคลแต่ละคนว่ามีลักษณะนิสัยเป็นอย่างไร มีความสามารถในด้านใด มีคุณภาพเป็นอย่างไร ชอบหรือไม่ชอบอะไร ใครควรคบหรือไม่ควรคบอย่างไร เป็นต้น เมื่อรู้จักลักษณะนิสัยของบุคคลนั้นๆ เป็นอย่างไรแล้ว ก็สามารถที่จะปฏิบัติต่อเขาได้อย่างถูกต้อง

สัปปุริสธรรมทั้ง ๗ สรุปลงเป็นคำจำกัดให้กำหนดง่ายๆ ว่า รู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้ประมาณ รู้กาล รู้สังคม รู้บุคคล เป็นกุศลธรรมที่ทำให้บุคคลเป็นคนดี โดยไม่ขึ้นอยู่กับชาติกำเนิด ฐานะ ความเป็นอยู่ หรือความมีการศึกษาสูง บุคคลใดเป็นผู้รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักความพอดี รู้จักเวลา รู้จักชุมชน หรือสังคม และรู้จักเลือกคบคน บุคคลนั้นก็สมารถที่จะเป็นคนดี เป็นมนุษยสมบูรณ์แบบ หรือเรียกว่าเป็นคนเต็มคน คนดีที่แท้ ซึ่งถือว่าเป็นสมาชิกที่ดีมีคุณค่าอย่างแท้จริงของมนุษยชาติ <sup>๑๗</sup>

๔) **ฆราวาสธรรม ๔** <sup>๑๘</sup> เป็นหลักธรรมคำสอน ของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า คุณธรรมสี่ประการนี้ ถ้าแต่ละคนพยายามปลูกฝัง และบำรุงให้เจริญงอกงามโดยทั่วกันแล้ว จะช่วยให้ประเทศชาติบังเกิดความสุขความร่มเย็น และมีโอกาสที่จะปรับปรุงพัฒนา ให้มั่นคงก้าวหน้าต่อไปได้ ดังประสงค์ คุณธรรมสี่ดังกล่าว ก็คือ ข้อปฏิบัติธรรมโดยตรงของคฤหัสถ์ทั้งหลาย ของผู้ครองเรือนทั้งหลาย ที่เรียกว่า ฆราวาสธรรม ๔ ประการ

<sup>๑๗</sup> แก้ว ชิตตะขบ, “พุทธธรรมเพื่อส่งเสริมเศรษฐกิจ”, นิตยสารธรรมลีลา, ฉบับที่ ๑๓๑, (ตุลาคม ๒๕๕๔), หน้า ๘.

<sup>๑๘</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๓๙,

(๑) **สัจจะ** คือ ความจริง ดำรงมั่นอยู่ในสัจจะ เชื่อตรง เชื่อสัตย์ จริงใจ พุดจริง ทำจริง เป็นเหตุนำมาซึ่งความเชื่อถือ หรือไว้วางใจได้

(๒) **ทมะ** คือ ฝึกตน ปรับปรุงตน บังคับควบคุมตนเองได้รู้จักปรับตัว และแก้ไข ปรับปรุงตน ให้เจริญก้าวหน้าอยู่เสมอ รวมทั้งการยอมรับและแก้ไขสิ่งบกพร่องของตนด้วย

(๓) **ขันติ** คือ อดทน อดทนต่อความหนาว ร้อน หิว กระจาย ทนตรากตรำ ทนต่อความเจ็บใจ ทนข่มอารมณ์ของตนได้ ทนต่อความย่ำแย่ต่างๆ อดทนต่ออำนาจฝ่ายต่ำ อดทนต่อการทำการทำงาน

(๔) **จาคะ** คือ เสียสละ เอื้อเฟื้อ เกื้อกูล ช่วยเหลือบำเพ็ญประโยชน์ สละความโกรธ ความเห็นแก่ตัว มีใจกว้างร่วมงานกับคนอื่นได้ สละอารมณ์ขุ่นมัวภายในจิตใจได้

ผู้หวังความก้าวหน้า หวังความเจริญทั้งร่างกายและจิตใจ หวังความสุขที่สมบูรณ์ ก็จำเป็นต้องน้อมนำเข้ามาไว้ในตนให้ได้ แล้วธรรมชาติอื่น ๆ ก็จะตามเข้ามาเป็นแถว นั่นก็คือชีวิตที่ย่อมจะประสบความสำเร็จ ไม่แต่เฉพาะของผู้ครองเรือนเท่านั้น แม้ในชีวิตของนักบวชก็ย่อมจะบรรลุธรรมขั้นสูงสุดได้ นั่นคือการบรรลุพระนิพพาน อันเป็นยอดของความสุข

๕) **ทิส ๖**<sup>๑๙</sup> หลักธรรมที่แสดงความสัมพันธ์ของคนในฐานะที่แตกต่างกัน ทิส ๖ เป็นหลักธรรมที่แสดงความสัมพันธ์ของคนในฐานะที่แตกต่างกัน บอกหน้าที่ที่บุคคลพึงปฏิบัติต่อกันและที่ ต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันทางสังคมดุจทิสที่อยู่รอบตัว สำหรับหลักธรรมในทิส ๖ ที่เกี่ยวเนื่องกับการพัฒนาครอบครัว คือ ปุรัตถิมทิส หรือทิสเบื้องหน้า ได้แก่ มารดา บิดา กับ ปัจฉิมทิส คือ ทิสเบื้องหลัง ได้แก่ สามี ภรรยา ซึ่งในพระพุทธศาสนา ได้กล่าวถึงหน้าที่และความรับผิดชอบในลักษณะเช่นนี้ไว้เหมือนกัน โดยพระพุทธองค์ตรัสสอนไว้ในหลัก ทิส ๖ ในสังคาลกสูตร การปฏิบัติหน้าที่และความรับผิดชอบตามหลักทิส ๖ ได้ถูกต้องได้ชื่อว่าเป็นชาวพุทธที่ดี

(๑) **ปุรัตถิมทิส** หรือ ทิสเบื้องหน้า คือ ทิสตะวันออก ได้แก่ มารดาบิดา เพราะเป็นผู้มีอุปการคุณแก่เรามาก่อน สำหรับหลักเกณฑ์ที่บุตรธิดาพึงบำรุงมารดาบิดา และหลักเกณฑ์ที่มารดาบิดาพึงอนุเคราะห์บุตรธิดา

<sup>๑๙</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๙๘-๒๐๔/๒๐๓ - ๒๐๖.

(๒) **ปัจฉิมทิศ** หรือ ทิศเบื้องหลัง คือ ทิศตะวันตก ได้แก่ สามี-ภรรยา เพราะติดตามเป็นกำลังสนับสนุนอยู่ข้างหลัง ซึ่งหลักเกณฑ์การบำรุงภรรยา และการอนุเคราะห์สามี

(๓) **ปัจฉิมทิศ** หมายถึง ทิศเบื้องหลัง คือ บุตร ผู้เป็นทาญาติ ภรรยา และสามี ผู้เป็นคู่ชีวิต ที่คอยให้กำลังใจในเบื้องขวา

(๔) **อุตตรทิศ** หมายถึง ทิศเบื้องซ้าย คือ มิตรสหายที่คอยช่วยเหลือครั้นเมื่อตกทุกข์ได้ยากในเบื้องซ้าย

(๕) **อุปริมทิศ** หมายถึง ทิศเบื้องล่าง คือ บริวารหรือผู้รับใช้ที่คอยปรนนิบัติในเบื้องล่าง

(๖) **เหนือทิศ** หมายถึง ทิศเบื้องบน คือ สามเณร ภิกษุ ภิกษุณีผู้มีศีลอันสูงกว่าที่คอยพร่ำสอนธรรมในเบื้องบน

๖) **กุลจิริฎฐิติธรรม**<sup>๒๐</sup> หลักธรรมเพื่อพัฒนาวงศ์ตระกูลให้ยั่งยืน กุลจิริฎฐิติธรรม เป็นหลักธรรมสำหรับดำรงความมั่งคั่งของตระกูลให้ยั่งยืน หรือทำให้ตระกูลมั่งคั่งอยู่ได้นาน มี ๔ ประการ ได้แก่

(๑) **นัฏฐคเวสนา** คือ ของหาย ของหมด รู้จักหาไว้ หมายถึง การรู้จักหา รู้จักค้นหา ข้าวของเครื่องใช้ เครื่องมือ สิ่งของทุกอย่างที่หายไปให้กลับคืนมาสิ่งของที่หายไปนั้น หมายถึง สิ่งของที่หายไปจากที่ซึ่งเคยอยู่เป็นประจำ ซึ่งหากหาสิ่งที่หายไปเหล่านั้นได้ ย่อมทำให้ไม่ต้องไปซื้อหาใหม่ ซึ่งประกอบด้วยลักษณะการหาย ดังนี้

๑) ตนเองลืมไว้ที่อื่น

๒) ตนเองทำหาย

๓) ผู้อื่นหยิบฉวยไปใช้

๔) ผู้อื่นลักขโมยไป

<sup>๒๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๖. (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส.อาร์.พรินต์ติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๓๘.



**(๒) ฆิณณปฏิสังขรณา** คือ ของเก่า ของชำรุด รู้จักบุรณะซ่อมแซม หมายถึง การรู้จักซ่อมแซมสิ่งของที่ชำรุด ใช้งานไม่ได้ให้กลับมาใช้งานใหม่ ซึ่งอาจซ่อมด้วยตนเองหรือให้ผู้อื่นซ่อม เพราะหากซ่อมแซมใช้การได้ ย่อมที่จะไม่ต้องซื้อใหม่ให้สิ้นเปลืองทรัพย์สินทองโดยไม่มีจำเป็น สิ่งของที่ควรซ่อม ได้แก่

๑) สิ่งของที่ชำรุดแต่ใช้งานไม่ค่อยดี

๒) สิ่งของชำรุดใช้งานไม่ได้

**(๓) ปริमितปานโกชนา** คือ รู้จักประมาณในการกินการใช้ ปริमितปานโกชนา หมายถึง ความประมาณตนในการอุปโภค และบริโภคไม่ให้ใช้หรือกินเกินความจำเป็น หากใช้เกินหรือกินเกิน ย่อมเกิดความฟุ่มเฟือยโดยเปล่า หรือ เรียกอีกนัย คือ การประหยัด การประมาณตนหรือการประหยัดนั้น แบ่งได้ดังนี้

๑) การประมาณตน/การประหยัดในการอุปโภค คือ รู้จักประมาณตนในการใช้จ่าย การใช้สิ่งของต่างๆ

๒) การประมาณตน/การประหยัดในการบริโภค คือ รู้จักประมาณตนในการรับประทานอาหารต่างๆ

**(๔) อธิปัจจสีลวันตสถาปนา** คือ ตั้งผู้มีศีลธรรมเป็นพ่อบ้านแม่เรือน หมายถึง สามี และภรรยา พึงเป็นผู้ดำรงอยู่ในศีลธรรมอยู่เป็นนิจ โดยศีลพื้นฐาน คือ ศีล ๕ และให้ยังกุศลที่ยังไม่เกิดให้พึงเกิด ให้รักษากุศลที่เกิดแล้วให้ดำรงอยู่ และให้ส่งเสริมกุศลที่เกิดแล้วให้เจริญยิ่งขึ้นไป บุคคลผู้มีหน้าที่รับผิดชอบด้านนี้จะเป็นฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโดยเฉพาะในครอบครัวหนึ่งๆ หรือบริษัทหนึ่งๆ ของวงศ์ตระกูลแต่หมายความว่า ชัดเจนในตรงนี้ว่าบุคคลหรือคณะบุคคลฝ่ายนี้จะต้องเป็นคนดีมีศีลธรรม และมีความรู้ความสามารถดำเนินการให้วงศ์ตระกูลจึงจะตั้ง อยู่ได้มั่นคงและยั่งยืน

การงดเว้นอบายมุขทุกประเภท เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ได้ประสบแต่สิ่งที่ดี โดยเฉพาะการงดเว้นสิ่งเสพติดทั้งหลายเป็นมงคลชีวิต พระพุทธองค์ได้แสดงอานิสงส์ (ประโยชน์) ไว้ว่า เป็นคนที่มีความเฉลียวฉลาดรู้ทันเหตุการณ์ในอดีต อนาคตและปัจจุบัน มีสติมั่นคงทุกเมื่อ ไม่เป็นบ้า ไม่หลงผิด ไม่หลงงมงาย ไม่มัวมัว ไม่พลั้งเผลอ ไม่หลงไหล ไม่สะดุ้งหวาดผวา ไม่มีเรื่องรำคาญใจ

ไม่มีใครริษยา นอกจากนั้นยังก่อให้เกิดความสุข มีคนเคารพยำเกรง ชอบพูดแต่ความจริงไม่มีใครพูด  
 ส่อเสียด ไม่มีใครพูดหยาบคาย ไม่เกียจคร้าน ไม่มีความโลภ โกรธ หลง มีความละเอียดแก้ไข รู้จักกลัว  
 มีความเห็นถูกต้อง มีสติปัญญาฉลาดรู้เท่าทันในความเจริญและความเสื่อม ดังนี้

**สมบัติ ๔** สมบัติ หมายถึง ข้อดี ความเพียบพร้อม ความสมบูรณ์แห่งองค์ประกอบต่าง ๆ  
 ซึ่งอำนวยแก่การให้ผลของกรรมดี และไม่เปิดช่องให้กรรมชั่วแสดงผล หรือส่วนประกอบอำนวยช่วย  
 เสริมกรรมดี ประกอบด้วย

๑) **คติสมบัติ** หมายถึง สมบัติแห่งคติ หรือถึงพร้อมด้วยคติ ในช่วงยาว หมายถึง เกิดใน  
 กำเนิดอันอำนวย หรือที่เกิดอันเจริญในช่วงสั้น หมายถึง ที่อยู่ ที่ไป ทางดำเนินดีหรือทำสิ่งที่ถูกต้อง  
 คือในภพนั้นๆ สภาพแวดล้อมนั้นๆ ถิ่นที่อยู่นั้นๆ ตลอดถึงแนวทางดำเนินชีวิตขณะนั้น เอื้ออำนวยแก่  
 การทำความดี หรือการเจริญองกงามของความดี ทำให้ความดีปรากฏโดยง่าย

๒) **อุปธิสมบัติ** หมายถึง สมบัติแห่งร่างกาย ถึงพร้อมด้วยรูปร่าง มีรูปร่างที่ดีพร้อม  
 ในช่วงยาว หมายถึง มีการสง่า สวยงามบุคลิกภาพดี ในช่วงสั้น หมายถึง มีร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพดี

๓) **กายสมบัติ** หมายถึง สมบัติแห่งกาล ถึงพร้อมด้วยกาล ในช่วงยาวหมายถึง เกิดอยู่ใน  
 สมัยที่โลกมีความเจริญ หรือบ้านเมืองสงบสุข มีการปกครองที่ดี คนในสังคมอยู่ในศีลธรรม สามัคคีกัน  
 ยกย่องคนดี ไม่ส่งเสริมคนชั่ว ในช่วงสั้น หมายถึง ทำถูกกาลเวลา

๔) **ปัจจัยสมบัติ** หมายถึง สมบัติแห่งการประกอบ ถึงพร้อมด้วยการประกอบความเพียร  
 ในช่วงยาวหมายถึง ฝึกฝนในทางที่ถูก นำความเพียรไปใช้ชวนชวยประกอบการที่ถูกต้องดีงาม มีปกติ  
 ประกอบกิจการงานที่ถูกต้อง ทำแต่ความดีงามอยู่แล้ว ในช่วงสั้น หมายถึง เมื่อทำกรรมดี ก็ทำให้ถึง  
 ขนาด ทำจริงจัง ให้ครบถ้วนตามหลักเกณฑ์ ใช้วิธีการที่เหมาะสมกับเรื่อง หรือทำความดีต่อเนื่องมาเป็น  
 พันแล้ว กรรมดีที่ทำเสริมเข้าไปอีก จึงเห็นผลได้ง่าย

**วิบัติ ๔** วิบัติ หมายถึง ข้อเสีย, จุดอ่อน, ความบกพร่องแห่งองค์ประกอบต่างๆ ซึ่งไม่อำนวย  
 แก่การให้ผลดีของกรรมดี แต่เปิดช่องให้กรรมชั่วแสดงผล หรือส่วนประกอบบกพร่อง เปิดช่องให้กรรม  
 ชั่ว ประกอบด้วย

๑) **คติวิบัติ** หมายถึง วิบัติแห่งคติ,คติเสีย ในช่วงยาวหมายถึง เกิดในกำเนินต่ำทรมาน หรือเกิดในที่ไร้ความเจริญ ในช่วงสั้น หมายถึง ที่อยู่ ที่ไป ทางดำเนินชีวิตไม่ดี หรือทำไม่ถูกเรื่อง ไม่ถูกที่ คือ ในกรณีนั้นๆ สภาพแวดล้อมนั้นๆ ถิ่นนั้นๆ ตลอดถึงแนวทางดำเนินชีวิตขณะนั้นไม่เอื้ออำนวยแก่การกระทำความดีหรือการเจริญงอกงามของความคิด แต่กลับเปิดทางให้แก่ความชั่วและผลร้าย

๒) **อุปถิวิบัติ** หมายถึง วิบัติแห่งร่างกาย,รูปร่างเสีย ในช่วงยาว หมายถึง ร่างกายพิการ ไม่งดงาม บุคลิกภาพไม่ดี ในช่วงสั้น หมายถึง สุขภาพไม่ดี เจ็บป่วย มีโรคภัยเบียดเบียน

๓) **กาลวิบัติ** หมายถึง วิบัติแห่งกาล กาลเสีย ในช่วงยาวหมายถึง เกิดในสมัยที่โลกไม่มีความเจริญ หรือบ้านเมืองมีแต่ภัยพิบัติ ผู้ปกครองไม่ดี สังคมเสื่อมจากศีลธรรม มีการกดขี่เบียดเบียนกันมาก ยกย่องคนชั่วเป็นใหญ่ ปับคั้นคนดี เป็นต้น ในช่วงสั้นหมายถึง ทำผิดกาลเวลา

๔) **ปโยควิบัติ** หมายถึง วิบัติแห่งการประกอบกิจการเสีย ในช่วงยาวหมายถึง ผักใฝ่ในทางที่ผิด ประกอบกิจการงานที่ผิด หรือมีปกติชอบกระทำแต่ความชั่ว ในช่วงสั้น หมายถึง เมื่อกระทำกรรมดี ก็ไม่ทำให้ถึงขนาด ไม่ครบถ้วนตามหลักเกณฑ์ ทำจับจดใช้วิธีการไม่เหมาะสมกับเรื่อง หรือเมื่อประกอบความดีต่อเนื่องมา แต่กลับทำความชั่วหักล้างความดี เป็นต้น

วิบัติ ๔ นี้ เป็นสิ่งที่จะต้องนำมาประกอบการพิจารณาในเรื่องการให้ผลของกรรม เพราะการปรากฏของวิบากกรรม นอกจากอาศัยเหตุหรือกรรมแล้ว ยังต้องอาศัยฐานคือ คติ อุปถิ กาละ และปโยคะ เป็นปัจจัยประกอบด้วย

**สังคมไทย** หมายถึง กลุ่มชนชาติที่อาศัยอยู่ร่วมกันในประเทศไทย มีขนบธรรมเนียมประเพณีแบบไทย มีเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่โดดเด่นต่างจากสังคมอื่น ได้แก่ ภาษาพูด ภาษาเขียน การแต่งกาย ความเชื่อ มารยาท อาหาร การดำเนินชีวิตที่มี พระพุทธศาสนา เป็นพื้นฐาน เป็นต้น สถาบันทางสังคมไทย เป็นแบบแผนของพฤติกรรมที่เป็นแนวทางการปฏิบัติของสังคมไทยที่มีกฎเกณฑ์ การปฏิบัติเพื่อสนองความต้องการของสังคมไทย เป็นที่ยอมรับของประชากร และถือเป็นแนวทางการปฏิบัติต่อไปในสังคมไทย สถาบันที่สำคัญในสังคมไทยเป็นสถาบันพื้นฐานที่สำคัญ ๕ สถาบัน คือ

๑) สถาบันครอบครัว สถาบันครอบครัวในสังคมไทย มีลักษณะสำคัญดังนี้<sup>๒๑</sup>

(๑) การเริ่มต้นของครอบครัวในสังคมไทย เริ่มจากการสมรสโดยมีประเพณีการสู่ขอ การหมั้น การแต่งงานมีการจดทะเบียนสมรสตามกฎหมาย

(๒) สังคมไทยในปัจจุบันนิยมการมี “ครอบครัวเดี่ยว” คือ ครอบครัวที่ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูกในบ้านเดียวกัน ส่วนสังคมชนบทของไทยยังคงนิยม “ครอบครัวขยาย” คือ ครอบครัวที่ประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก และเครือญาติในบ้านเดียวกัน

(๓) สถาบันครอบครัวในสังคมไทย มีค่านิยมให้ผู้ชายเป็นผู้นำครอบครัว และหาเลี้ยงสมาชิกในครอบครัว ปัจจุบันผู้หญิงทำงานนอกบ้านมากขึ้น

๒) สถาบันการเมืองการปกครอง สถาบันการเมืองการปกครองในสังคมไทยมีลักษณะสำคัญ คือ

(๑) ประชาชนในสังคมไทยนับถือศาสนาพุทธเป็นส่วนใหญ่

(๒) สังคมไทยยกย่อง และเทิดทูนองค์พระมหากษัตริย์เป็นประมุขแห่งรัฐ

(๓) การปกครองของสังคมไทย คือ การปกครองระบอบประชาธิปไตย ระบบรัฐสภา มีองค์พระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข

(๔) มีการตื่นตัวทางการเมืองการปกครองแนวใหม่การจัดการเลือกตั้งตั้งแนวใหม่ มีการปฏิรูประบบราชการ ปฏิรูปการศึกษา และอื่นๆ ที่ทำให้สังคมเป็นสากลมากขึ้น

๓) สถาบันทางศาสนา สถาบันทางศาสนาในสังคมไทยมีลักษณะสำคัญ คือ

(๑) ประชาชนในสังคมไทยนับถือพุทธศาสนาเป็นส่วนใหญ่

(๒) ชาวไทยมีเสรีภาพในการนับถือศาสนา

---

<sup>๒๑</sup> สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล, โครงการศึกษาเพื่อพัฒนาตัวชี้วัด “ครอบครัวอยู่ดีมีสุข”, (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๔๕), หน้า ๒๓๙.

(๓) ชาวไทยมีวิถีการดำเนินชีวิตโดยได้รับอิทธิพลทางศาสนา ทำให้มีประเพณี วัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับศาสนา

๔) สถาบันการศึกษา สถาบันการศึกษาในสังคมไทยในอดีต วัด และวัง เป็นแหล่งการเรียนรู้ของชนชาวไทยในปัจจุบันสังคมไทยมีการปฏิรูปการศึกษา และมีการตราพระราชบัญญัติ การศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๒ ซึ่งส่งผลให้การศึกษาของสังคมไทยมีการพัฒนาในด้านต่างๆ เช่น

(๑) การปฏิรูปการศึกษาของไทย

(๒) มุ่งปฏิรูปการศึกษาที่ให้ครูปฏิรูปการเรียนรู้

(๓) มีการจัดการศึกษานอกระบบ

(๔) ให้ผู้เรียนเป็นผู้ใฝ่เรียนรู้

๕) สถาบันเศรษฐกิจ สถาบันเศรษฐกิจในสังคมไทย มีลักษณะสำคัญ คือ

(๑) ระบบเศรษฐกิจของสังคมไทยเป็นระบบเศรษฐกิจบนพื้นฐานของระบบทุนนิยม ประชากรมีเสรีภาพในการดำเนินการทางเศรษฐกิจ และเสรีภาพในการเลือกซื้อสินค้า

(๒) ปัจจุบันรัฐบาลได้นำระบบเศรษฐกิจแบบผสมมาดำเนินการ มีการส่งเสริมปัจจัย การผลิตขั้นพื้นฐาน เช่น ไฟฟ้า ประปา เป็นต้น

(๓) มีการนำภูมิปัญญาชาวบ้านมาจัดการดำเนินการให้เป็นผลผลิตสู่ตลาดใน โครงการ หนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์

**ค่านิยมในสังคม** ค่านิยม หมายถึง สิ่งที่คนในสังคมใดสังคมหนึ่งเห็นว่าเป็นสิ่งที่น่านิยม นำ กระทำน่ายกย่องเป็นสิ่งที่ถูกต้องค่านิยมเป็นสิ่งที่บุคคลในสังคมนั้นๆ เห็นพ้องต้องกันว่าเป็นสิ่งที่ควร ปฏิบัติหรือไม่ควรปฏิบัติค่านิยมที่ควรปลูกฝังในสังคมไทย ได้แก่

(๑) การรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์

(๒) ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

(๓) ความกตัญญูกตเวที

(๔) การนิยมของไทย

(๕) การประหยัด

(๖) ความซื่อสัตย์สุจริต

(๗) การเคารพผู้อาวุโส

ทั้งนี้เพราะ กระบวนการทางปัญญา และพฤติกรรมมีความสัมพันธ์กัน โดย คาลิช Kalish ได้เสนอความสัมพันธ์ของสิ่งเร้า กระบวนการทางปัญญา พฤติกรรม และผลกรรม ว่ามีลักษณะแบบ ปฏิสัมพันธ์กัน (Interaction) กล่าว คือ บุคคลแสดงพฤติกรรมภายนอกด้วยการชี้แนะ (Prompting) จากกระบวนการทางปัญญา และในขณะเดียวกันพฤติกรรมภายนอกก็มีอิทธิพลต่อกระบวนการทางปัญญา ดังแสดงให้เห็นถึงภาพสรุปความสัมพันธ์ของสิ่งเร้า กระบวนการทางปัญญา พฤติกรรม และผลกรรม จากวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจที่เกิดขึ้นอย่างรุนแรงในขณะนี้๒๒ถือเป็นโอกาสที่สังคมไทยต้องรีบผลักดันให้เกิดการปฏิรูปเพื่อให้เกิด “good governance” หรือ “ธรรมรัฐ” หรือ “ประชารัฐ” ขึ้น โดยปฏิรูปทั้งในภาคการเมือง ข้าราชการ ภาคเอกชน และภาคประชาชนเพื่อให้เกิดการบริหารจัดการ บ้านเมืองในระดับต่างๆ ที่มีประสิทธิภาพ โปร่งใส ยุติธรรม มีคุณธรรม และให้ประชาชนมีส่วนร่วมมีสิทธิในการเรียกร้องในฐานะผู้บริโภค การรับรู้ข่าวสารข้อมูล การตรวจสอบควบคุม มากขึ้น ในสังคมไทยที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน เพื่อความสงบสุขในสังคม เด็กและเยาวชน มีนิสัยรักการเรียนรู้และพัฒนาตนเองตลอดเวลา และความรู้รอบตัวสูง มีสมรรถนะพื้นฐานในการทำงาน ทักษะการเป็นนักคิด นวัตกรรม และผู้ประกอบการ มีคุณลักษณะของการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทุกมิติ

### ๒.๒.๑ ความหมายของกระบวนการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

ในการพัฒนาสังคมนั้น การศึกษาได้รับการพิจารณาว่าเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการพัฒนาที่สำคัญทั้งนี้ เพราะหน่วยของสังคมที่พึงได้รับการพัฒนามากที่สุด คือ บุคคลเป็นสมาชิกของสังคมนั้น ๆ เมื่อการศึกษาเป็นกิจกรรม และกระบวนการพัฒนาบุคคล เพื่อให้สามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างดีมี

<sup>๒๒</sup> สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, **ธรรมรัฐแห่งชาติ (Good Governance)**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, ๒๕๔๑), หน้า ๕-๖.

ความสุข การศึกษาจึงมีส่วนสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสังคมโดยตรง สังคมที่กำลังพัฒนานั้นมักจะมีโครงสร้าง และระเบียบสังคมทั้งในส่วนที่จะพึงสงวนรักษาไว้ และในส่วนที่ต้องการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้เหมาะสมทันสมัยยิ่งขึ้น การศึกษาจึงมีหน้าที่ถ่ายทอดรูปแบบของสังคม และเปลี่ยนแปลงควบคู่กันไป กระบวนการที่การศึกษาใช้ในการให้การศึกษอบรมเพื่อเตรียมผู้เยาว์ให้เป็นผู้ใหญ่ที่ดีของสังคม มีทัศนคติ และบุคลิกภาพเหมาะสมกับสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลง คือ กระบวน การขัดเกลาสังคมและ กระบวนการถ่ายทอดวัฒนธรรม กระบวนการทั้งสองครอบคลุมไปถึงกระบวนการ ต่างๆ ที่สถาบันสังคม เช่น ครอบครัว โรงเรียน วัด และสถาบันทางสังคมอื่นๆ ใช้ในการอบรมเลี้ยงดูถ่ายทอด แนวความคิด ความเชื่อ ระบบพฤติกรรม ตลอดจนศิลปกรรมของคนรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่ง โดยอาศัยวัฒนธรรมของสังคมนั้นๆ เป็นแกนกลาง ด้วยเหตุนี้ การพัฒนาสังคมจึงต้องอาศัยการศึกษาเป็น เครื่องมือสำคัญที่จะเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจแก่สมาชิกของสังคม รวมทั้งพัฒนาทัศนคติ และ ค่านิยมที่เหมาะสมและเอื้ออำนวยต่อแนวทางการพัฒนาแต่ละยุคแต่ละสมัย การศึกษาจึงเป็นทั้ง กระบวนการรักษา และถ่ายทอดมรดกทางวัฒนธรรมของสังคม และเป็นตัวการในการกระตุ้นให้เกิด การเปลี่ยนแปลงในสังคม เพื่อให้สังคมได้พัฒนาไปในแนวทางที่ปรารถนา ซึ่งประเทศไทยเป็นประเทศ ที่กำลังพัฒนา จำเป็นที่จะต้องมีการผลิตบัณฑิตสาขาวิชาชีพต่างๆ ออกไปประกอบอาชีพเพื่อการ พัฒนาประเทศด้านเศรษฐกิจ สังคม และการเมืองซึ่งเป็นภารกิจหลักที่สำคัญของอุดมศึกษา นักเรียน และนักศึกษาซึ่งเป็นเยาวชนที่จะเติบโตไปเป็นพลเมืองของประเทศ ปัจจุบันพบเห็นและดำเนินชีวิต ท่ามกลางสภาพแวดล้อมในยุคเทคโนโลยี เราจึงพบว่าเยาวชนให้การรับรู้้น้อยมากต่อการประพฤติตน เป็นพลเมืองที่ดีของประเทศมีพฤติกรรมการใช้วิถีชีวิตแบบเสพสุขจากสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ

**สร้างเสริม** ความหมายจาก พจนานุกรมแปล ไทย-ไทย ราชบัณฑิตยสถาน<sup>๒๓</sup> หมายถึง ทำให้เกิดมีขึ้น และเพิ่มพูนให้มากยิ่งขึ้น เช่น การศึกษาสร้างเสริมคนให้เป็นพลเมืองดี

การให้ความสำคัญกับการพัฒนาทรัพยากรบุคคลให้มีคุณภาพ และการส่งเสริมให้เยาวชน ตระหนักในบทบาทหน้าที่ของความเป็นพลเมืองที่ดีจึงเป็นกลไกสำคัญที่จะช่วยพัฒนาประเทศ การ กล่อมเกลาทางสังคมเพื่อพัฒนาให้บุคคลมีคุณธรรม และมีคุณภาพรู้จักหน้าที่ต่อตนเอง และหน้าที่ต่อ ส่วนรวมมีคุณธรรม และจริยธรรมที่ดีงามนั้นจะต้องอาศัยหลายสถาบันร่วมกันพัฒนา อาทิ สถาบัน

<sup>๒๓</sup> โกวิท วัฒนงาม และอลงกรณ์ อรรคแสง, **อบต.ในกระบวนทัศน์ใหม่: พัฒนาสร้างเครือข่าย และ เสริมสร้าง ความเข้มแข็ง**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๗), หน้า ๗.

ครอบครัว สถาบันศาสนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันการศึกษาเป็นกระบวนการที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นกระบวนการพัฒนาที่สามารถแก้ปัญหา และพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างสมบูรณ์ดังพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๙ พระราชทานแนวพระราชดำริเกี่ยวกับความหมายของการศึกษาเมื่อวันที่ ๒๒ กรกฎาคม ๒๕๒๐ ไว้ดังนี้ “การศึกษาเป็นเครื่องมืออันสำคัญในการพัฒนาความรู้ความคิด ความประพฤติ ทศนคติ ค่านิยม และคุณธรรมของบุคคลเพื่อให้เป็นพลเมืองดีมีคุณภาพ และประสิทธิภาพการพัฒนาประเทศก็ย่อมทำได้สะดวกราบรื่น ได้ผลที่แน่นอน และรวดเร็ว” ในพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๒ มาตรา ๖ ที่ระบุว่า “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายจิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรม และวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข”

สรุป การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ คือ คนที่ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรมจริยธรรม มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งด้านจิตใจ และพฤติกรรมที่แสดงออก เช่น มีวินัย มีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูล มีเหตุผล รู้หน้าที่ซื่อสัตย์ پاکเพียร ขยันประหยัด มีจิตใจ เป็นประชาธิปไตย เคารพความคิดเห็น และสิทธิของผู้อื่น มีความเสียสละรักษาสິงแวดล้อม สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างสันติสุข คนเก่ง คือ คนที่มีสมรรถภาพสูงในการดำเนินชีวิตโดยมีความสามารถด้านใดด้านหนึ่งหรือรอบด้านหรือมีความสามารถพิเศษเฉพาะทางมีภาวะผู้นำ รู้จักตนเอง ควบคุมตนเองได้ ทันโลก ทันเทคโนโลยี เป็นคนมีสุขภาพดีทั้งกาย และจิตเป็นคนร่าเริงแจ่มใส ร่างกายแข็งแรง จิตใจเข้มแข็ง มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีในสังคม

### ๒.๒.๒ รูปแบบของขบวนการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

ด้วยแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๒ ได้ระบุในเรื่องของบทบาทของสถาบัน ทางสังคม และทุนทางวัฒนธรรม โดยการฟื้นฟูบทบาทสถาบันศาสนาในการส่งเสริมศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม ตามหลักคำสอนที่ถูกต้องของทุกศาสนา การธำรงรักษามรดกทางวัฒนธรรม และขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงาม เพื่อเป็นรากฐานที่เข้มแข็งในสังคม ท่ามกลางวัฒนธรรมที่หลากหลาย การบริหารจัดการทุนทางวัฒนธรรมที่ก่อให้เกิดคุณค่า สามารถนำมาสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจ โดยเฉพาะการพัฒนาผลิตภัณฑ์ชุมชน การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมในท้องถิ่น การสร้างการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจและสังคมและเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม



รักษาทุนธรรมชาติเพื่อการเติบโตสีเขียว สร้างสมดุลระหว่างการอนุรักษ์และการใช้ประโยชน์อย่างยั่งยืนและเป็นธรรม เข้าด้วยกัน ตลอดจนการนำความรู้ไปเป็นประโยชน์ต่อครอบครัว ชุมชน สังคม อาเซียน สังคมโลก เพื่อเป็นการส่งเสริมสัมพันธ์ภาพที่ดี และสร้างความอยู่ดีมีสุขในทุกสังคม ตลอดจนการสร้างเสริม และฟื้นฟูสุขภาพ รวมถึงการกำหนดบทบาทของสถาบันทางสังคม และทุนทางวัฒนธรรม โดยการฟื้นฟูบทบาทสถาบันศาสนาในการส่งเสริมศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม ตามหลักคำสอนที่ถูกต้องของทุกศาสนา การดำรงรักษามรดกทางวัฒนธรรม และขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงาม เพื่อเป็นรากฐานที่เข้มแข็งในสังคม ท่ามกลางวัฒนธรรมที่หลากหลาย

ในยุคโลกไร้พรมแดนที่มีการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ครอบครัว องค์กร ชุมชน และประเทศ ทำให้โลกทั้งใบแคบลงจากความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยี และการคมนาคม แต่สุขภาพของคนกลับเสื่อมลงทั้งทางกายและจิตใจ จากการจัดอันดับสาเหตุที่ก่อให้เกิดความสูญเสียปีสุขภาวะของคนไทย อายุตั้งแต่ ๔๕ ปี ขึ้นไปทั้งหญิงและชาย ในปี พ.ศ. ๒๕๕๒ ได้แก่ โรคหลอดเลือดสมองโรคเบาหวาน โรคหัวใจขาดเลือด และโรคมะเร็งตับ (สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศกระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๕๕) ผลการสำรวจด้านสุขภาพจิตในปี ๒๕๕๗ พบว่า คนไทยทั่วประเทศอายุ ๑๕ ปีขึ้นไป มีคะแนนความสุขในชีวิต เฉลี่ยอยู่ที่ ๗.๑๗ คะแนน จากคะแนนเต็ม ๙ คะแนน ลดลงจากผลการสำรวจปี พ.ศ. ๒๕๕๕<sup>๒๔</sup> โดยมีอัตราเพิ่มของค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพทั้งหมดของประเทศสูงถึงร้อยละ ๑๐ ต่อปี คือ เพิ่มจาก ๒๗๗,๙๕๑ ล้านบาท ในปี พ.ศ. ๒๕๔๙ เป็น ๔๕๔,๔๔๔ บาท ในปี พ.ศ. ๒๕๕๔<sup>๒๕</sup> ซึ่งส่วนใหญ่ใช้ไปในการรักษาพยาบาลมากกว่าการสร้างเสริมสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข สร้างความเข้มแข็งชุมชนสู่การพึ่งตนเอง โดยส่งเสริมให้ดำเนินงานสุขภาพดีวิถีชีวิตไทยสอดคล้องตามแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ ๑๐ ซึ่งได้นำแนวคิด “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” มาเป็นแนวทางในการสร้างเสริมสุขภาพ ส่งเสริมภูมิปัญญาด้านสุขภาพ มีเครือข่ายร่วมขับเคลื่อนงาน สนับสนุนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพเพื่อนำไปสู่การมีสุขภาวะที่

<sup>๒๔</sup> สำนักงานสถิติแห่งชาติ และกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, สำนักงานสถิติแห่งชาติ และกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. **สรุปผลการสำรวจสุขภาพจิต (ความสุข) คนไทย**. เดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๗. เข้าถึงได้จาก <http://service.nso.go.th.pdf>. สืบค้นเมื่อ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕.

<sup>๒๕</sup> กองสนับสนุนสุขภาพภาคประชาชน, **แนวทางการดำเนินงานสุขภาพภาคประชาชน** ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๖. นนทบุรี:กระทรวงสาธารณสุข. กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ. ๒๕๕๕.

พอเพียงเป็นปรัชญาที่ชี้ถึงแนวทางการดำรงอยู่ และปฏิบัติตนของประชาชนคนไทยทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน และระดับรัฐ

กระบวนการสะท้อนการเข้าถึงสิทธิ บทบาทหน้าที่ ประชาธิปไตยของชุมชน สังคม และท้องถิ่น ที่มีได้มองรัฐเป็นศูนย์กลางแบบเก่าแต่มองชุมชนท้องถิ่นเป็นศูนย์กลางซึ่งแต่ละชุมชนมีต้นทุนทางทรัพยากร องค์ความรู้ภูมิปัญญาประวัติศาสตร์ วิถีวัฒนธรรม ความเชื่อ ฯลฯ ที่มากมายและมีความแตกต่างหลากหลาย กระบวนการลุกขึ้นมาสร้างกติกา ข้อตกลง ในการจัดความสัมพันธ์อยู่ร่วมกันของคนในชุมชนในการร่วมกันดูแลสุขภาพ กำหนดกรอบที่จะนำไปสู่การสร้างระบบสุขภาพที่ดีร่วมกัน ตลอดจนแนวนโยบาย ยุทธศาสตร์การพัฒนาร่วมกันโดยที่ชุมชนเป็นผู้กำหนด จนนำไปสู่การพัฒนาที่เรียกว่า “ธรรมนูญสุขภาพเฉพาะพื้นที่” ปัจจุบันมีธรรมนูญสุขภาพเฉพาะพื้นที่ไปใช้ประโยชน์ในการท างานสร้างสุขภาพชุมชน สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน ได้ขับเคลื่อนเพื่อให้กลไกการพัฒนาธรรมนูญสุขภาพเฉพาะพื้นที่ร่วมกับภาคี ทำให้สำนักคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.) สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต ๘ อุดรธานี มีการขยายผลธรรมนูญสุขภาพเฉพาะพื้นที่ร่วมกับภาคียุทธศาสตร์” เพื่อให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการจัดทำธรรมนูญสุขภาพเฉพาะพื้นที่สนับสนุนให้เกิดการจัดทำธรรมนูญสุขภาพเฉพาะพื้นที่สู่การพัฒนาตำบลจัดการสุขภาพต้นแบบโดยเน้นการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนและมีการจัดการความรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพการขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพให้เกิดเป็นรูปธรรม และพัฒนาระบบการเรียนรู้ที่เน้นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ให้แก่เครือข่าย สภาองค์กรชุมชนเครือข่ายและเครือข่ายขยายผลมีการปรับเปลี่ยนวิธีคิด และนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการจัดทำกรจัดการทำนโยบายสาธารณะด้านสุขภาพหรือ ธรรมนูญสุขภาพเฉพาะพื้นที่การขยายผลธรรมนูญสุขภาพเฉพาะพื้นที่ร่วมกับภาคียุทธศาสตร์ครั้งนี้ มีพื้นที่ดำเนินการ เป็นจังหวัดในเขต บริการ สปสช. เขต ๘ครอบคลุม ๗ จังหวัดอีสานตอนบน ได้แก่ จังหวัดเลย จังหวัดหนองบัวลำภู จังหวัดอุดรธานี จังหวัดหนองคาย จังหวัดสกลนคร จังหวัดนครพนม และจังหวัดบึงกาฬ การดำเนินการระยะแรกจะเริ่มดำเนินการในช่วงต้นปี ๒๕๕๗<sup>๒๖</sup>

จังหวัดเลยใช้หลักท้องถิ่นท้องถิ่นที่สามัคคีกัน “เมืองแห่งทะเลภูเขา สุดหนาวในสยาม ดอกไม้งามสามฤดู ถิ่นที่อยู่ร้อยสงฆ์ มั่นคงความสะอาด” คำขวัญจังหวัดเลย กลุ่มแกนนำของชุมชนชุมมีความเข้มแข็งจนเป็นที่ยอมรับของชุมชนมีความสามัคคี ร่วมมือการทำงานจนสำเร็จทั้งมิติวัฒนธรรม

<sup>๒๖</sup> สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ, ๒๕๕๗.

สุขภาพ การเมืองการปกครอง เศรษฐกิจ สังคม มีเป้าหมายการทำงานเดียวกันคือการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนส่งเสริมการพึ่งพาตนเองในการดำรงชีวิต มีการสืบทอด และสร้างแกนนำรุ่นใหม่ ดังคำกล่าวที่ว่า “ความร่วมมือของคนชุมชน ทั้งประชาชน อบต. แกนนำท้องถิ่น คือ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ท้องถิ่น คือเจ้าหน้าที่ต่างๆ ทีม อสม. ทีมผู้สูงอายุ รักสามัคคีกัน มาร่วมกัน”

ปัจจุบันกระทรวงสาธารณสุขมุ่งเน้นนโยบายสร้างสุขภาพ โดยให้ประชาชนในประเทศ มีส่วนร่วมในการดูแลตนเองเพื่อให้ประชาชนมีศักยภาพในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนเองทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน ดังนั้นเจ้าหน้าที่สาธารณสุขซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติงานในชุมชนจึงมีความจำเป็นต้องผสมผสานองค์ความรู้ด้านสุขภาพในการพัฒนาชุมชนลักษณะเชิงรุกมากขึ้น มุ่งเน้นประชาชนเป็นศูนย์กลาง กระตุ้นและส่งเสริมการสร้างพลังอำนาจให้ประชาชนดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคมอย่างต่อเนื่อง การศึกษา วินิจฉัยชุมชน เพื่อค้นหาปัญหาและสาเหตุที่แท้จริงของชุมชนให้ประชาชนตระหนักรู้ถึงปัญหาที่มีศักยภาพและส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเองและชุมชน ซึ่งจะนำไปสู่การวางแผนการส่งเสริมสุขภาพและแก้ไขปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพและเป็นการสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่องสืบไป จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

### ๒.๒.๓ ความสำคัญของขบวนการขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย

กรอบทิศทาง และเป้าหมายตามยุทธศาสตร์การพัฒนา และเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ทุกช่วงวัย เพื่อให้คนไทยในอนาคต มีความพร้อมทั้งกาย ใจ สติปัญญา มีพัฒนาการที่ครบด้าน และมีสุขภาพที่ดีในทุกช่วงวัย มีจิตสาธารณะ รับผิดชอบต่อสังคม และผู้อื่น มัธยัสถ์ อุดม ออบอ้อมอารี มีวินัย รักษาศีลธรรม และเป็นพลเมืองดีของชาติ มีหลักคิดที่ถูกต้อง มีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ ๒๑ มีทักษะสื่อสารภาษาอังกฤษและภาษาที่ ๓ และอนุรักษ์ภาษาท้องถิ่น มีนิสัยรักการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตโดยเน้นให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ ควบคู่กับการน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต รวมทั้งการสร้างระบบนิเวศที่เอื้อต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ โดยมีเป้าหมายการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ๔ ด้าน ได้แก่<sup>๒๗</sup>

<sup>๒๗</sup> คณะกรรมการจัดทำยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์, สภาปฏิรูปแห่งชาติ วาระปฏิรูปพิเศษ ๔ : การกำหนดยุทธศาสตร์ชาติ, (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, ๒๕๕๘), หน้า ๔.

๑) ใจ มีจิตสาธารณะ รับผิดชอบต่อสังคมและผู้อื่น มัธยัสถ์ อุดออม โอบอ้อมอารี มีวินัย ยึดมั่นในความซื่อสัตย์ รักษาศีลธรรม คุณธรรม และเป็นพลเมืองดีของชาติ มีคุณธรรมสำหรับ “คนไทย” พื้นฐานทุกคนในวงกว้างจนเป็นเอกลักษณ์ของคนไทยรักษาความเป็นไทยเข้าใจสังคมไทยและสังคมโลก ยอมรับความแตกต่าง มีความเคร่งครัด และปฏิบัติตามระเบียบและกฎหมายของสังคม

๒) สติปัญญา มีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ ๒๑ มีทักษะสื่อสารภาษาอังกฤษและภาษาที่ ๓ มีนิสัยรักการเรียนรู้และพัฒนาตนเองตลอดเวลา มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ และพึ่งตนเองได้ มีความรู้สามารถหลากหลายด้าน (well-rounded) และความรู้รอบตัวสูง

๓) กาย มีพัฒนาการที่ดีรอบด้านตั้งแต่วัยเยาว์ มีสุขภาพที่ดีในทุกช่วงวัยสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง รักการเล่นกีฬา ขจัดปัญหาเด็กปฐมวัยได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ และมีพัฒนาการไม่สมวัย

๔) สภาพแวดล้อม ครอบครัวไทย จะต้องมีความสามารถในการสั่งสอน ดูแลเยาวชนในครอบครัวได้ไม่ยอมรับการทุจริตคอร์รัปชั่น ระบบนิเวศที่สนับสนุนครอบครัวในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ สภาพแวดล้อมที่สนับสนุนการเรียนรู้ สังคมที่มีความสุข

การดำเนินนโยบายสาธารณะต่าง ๆ ที่ให้ความสำคัญต่อสุขภาพ/สุขภาพะ จึงเรียกว่าเป็นนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพหรือนโยบายสาธารณะที่ดีเป็นการสร้างหลักประกันความมั่นคงด้านสุขภาพอย่างหนึ่งองค์การอนามัยโลกให้ความหมายของนโยบายสาธารณะที่เอื้อต่อสุขภาพไว้ว่า คือนโยบายสาธารณะที่แสดงความห่วงใยอย่างชัดเจนในเรื่องสุขภาพ พร้อมทั้งจะรับผิดชอบต่อการขับเคลื่อนระบบสุขภาพชุมชนที่เกิดจากความต้องการของประชาชน โดยเริ่มจากการร่วมกันค้นหาปัญหา ประเด็นปัญหาสาธารณะแล้วจึงร่วมกันค้นหาแนวทางแก้ไขหรือหาทางร่วมกันในเชิงนโยบาย แล้วพัฒนามีการกำหนดวิสัยทัศน์ และเป้าหมายร่วมกันแล้วจึงวางแผนร่วมกัน โดยเปิดโอกาสให้ทุกภาคส่วนเข้ามามีส่วนร่วมให้เกิดความเป็นธรรมตามวิถีพุทธ จากนั้นดำเนินการพัฒนาตามธรรมเนียมปฏิบัติที่สร้างขึ้น และมีการประเมินผลการดำเนินงาน เพื่อที่จะขยายให้ครอบคลุมพื้นที่ในระดับอำเภอ จังหวัดต่อไป<sup>๒๘</sup>

<sup>๒๘</sup> พระโสภณพัฒนบัณฑิต และคณะ ,วารสารวิชาการธรรมทรรคน ,ปีที่ ๑๙ ฉบับที่ ๒ (เมษายน - มิถุนายน ๒๕๖๒). หน้า ๓-๔.

### ๒.๓. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

ครอบครัวไทยมีความมั่นคง ครอบครัวอบอุ่น มีความสุขบนพื้นฐานปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง วิถีชีวิตของครอบครัวไทยเป็นที่ยอมรับในระดับนานาชาติ ประเทศพ่อแม่ในสังคมไทยให้ความใส่ใจในการดูแลเลี้ยงดูบุตรและดูแลบุพการีอย่างมีคุณภาพ ให้ความรัก ความอบอุ่น และความมั่นคงให้กับคนในครอบครัวได้เป็นอย่างดีมีระบบการเรียนรู้ที่รองรับโลกในศตวรรษที่ ๒๑ ที่สมบูรณ์ และระบบสร้างสรรค์งานวิจัยที่สอดคล้องกับพลวัตทางประชากร และการเปลี่ยนแปลงของตลาดแรงงาน และมีส่วนสร้างคนไทยให้มีคุณลักษณะของมนุษย์ที่สมบูรณ์

#### ๒.๓.๑ ความสำคัญของรูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

การพัฒนาเศรษฐกิจเป็นการเน้น คน เป็นศูนย์กลางของการพัฒนา เพราะคนเป็นปัจจัยชี้ขาดความสำเร็จของการพัฒนาในทุกเรื่อง พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐ ได้สร้างเครื่องมือเพื่อปฏิรูประบบสุขภาพที่นับได้ว่าเป็นนวัตกรรมหลายชิ้นหนึ่งในนั้นคือ การกำหนดให้มี “ธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ” เป็นเครื่องมือฉายภาพอนาคตของระบบสุขภาพ ที่เป็นเจตจำนงร่วมของสังคม ธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๕๒ จึงเป็นภาพร่างชุดแรกของระบบสุขภาพพึงประสงค์ที่กำหนดขึ้นโดยผ่านการทำงานทางวิชาการของคณะกรรมการจัดทำธรรมนูญฯ และคณะอนุกรรมการร่างฯ เกือบ ๒๐๐ คน มีเวที และกระบวนการรับฟังความเห็น และเปิดการมีส่วนร่วมของภาคีภาคส่วนต่าง ๆ เกือบ ๑๐๐ เวทีผู้เข้าร่วมกว่า ๑๐,๐๐๐ คน ได้รับฉันทมติจากสมัชชาสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๕๑ ผ่านความเห็นชอบจากคณะรัฐมนตรีสมาชิกวุฒิสภาและสภาผู้แทนราษฎรรับทราบ พร้อมทั้งมีผลผูกพันต่อหน่วยงานภาครัฐและหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องทันทีเมื่อประกาศลงในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๕๒ ตามบทบัญญัติในกฎหมายสุขภาพ<sup>๒๙</sup>

<sup>๒๙</sup> สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.), การขับเคลื่อนธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ, นนทบุรี: บริษัท มาตา จำกัด๒๕๕๗. หน้า ๓.

## แนวทางการพัฒนา

๑) การปรับเปลี่ยนค่านิยมและวัฒนธรรม (Transformation of Culture) มุ่งเน้นให้สถาบันทางสังคมร่วมปลูกฝังค่านิยมวัฒนธรรมที่พึงประสงค์โดยบูรณาการร่วมระหว่าง “ครอบครัว ชุมชน ศาสนา การศึกษา และสื่อ” ในการหล่อหลอมคนไทยให้มีคุณธรรม จริยธรรม ในลักษณะที่เป็น ‘วิถี’ การดำเนินชีวิต ดังนี้<sup>๓๐</sup>

(๑.๑) การปลูกฝังค่านิยมและวัฒนธรรมผ่านการเลี้ยงดูในครอบครัว โดยส่งเสริมให้ครอบครัวมีความอบอุ่น ดำเนินชีวิตโดยยึดมั่นในคุณธรรม จริยธรรม มัชยสัจจ์ ๓ อุดม ซื่อสัตย์ และแนวปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มีการจัดกิจกรรมที่ช่วยเสริมสร้างคุณลักษณะดังกล่าว รวมทั้งการพัฒนาพ่อแม่ให้เป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินชีวิต

(๑.๒) การบูรณาการเรื่องความซื่อสัตย์ วินัย คุณธรรม จริยธรรม ในการจัดการเรียนการสอนในสถานศึกษา โดยให้สถานศึกษาสอดแทรกการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และการมีจิตสาธารณะเข้าไปในทุกสาระวิชาและในทุกกิจกรรม รวมทั้งปรับสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกสถานศึกษาให้เอื้อต่อการมีคุณธรรม จริยธรรม และจิตสาธารณะ รวมถึงการรักษาขนบธรรมเนียมและประเพณีอันดีงาม

(๑.๓) การสร้างความเข้มแข็งในสถาบันทางศาสนา เพื่อเผยแผ่หลักคำสอนที่ดีงามให้แก่ประชาชน โดยพัฒนา ผู้เผยแผ่ศาสนาให้ประพฤติปฏิบัติตัวเป็นแบบอย่างตาม คำสอนที่ถูกต้องของแต่ละศาสนา รวมทั้งมีการเผยแผ่หลักธรรมคำสอนทางศาสนาที่สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตที่เข้าใจง่าย และสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

(๑.๔) การปลูกฝังค่านิยมและวัฒนธรรมโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน โดยการพัฒนาผู้นำชุมชนให้เป็นต้นแบบของการมีคุณธรรมจริยธรรม การสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชนในการจัดกิจกรรมสาธารณประโยชน์การจัดระเบียบสังคม และการนำเยาวชนเข้ามามีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม รวมถึงการลงโทษผู้ละเมิดบรรทัดฐานที่ดีทางสังคม

<sup>๓๐</sup> คณะกรรมการจัดทำยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์, สภาปฏิรูปแห่งชาติ วาระปฏิรูปพิเศษ ๔ : การกำหนดยุทธศาสตร์ชาติ, หน้า ๑๖”.

(๑.๕) การสร้างค่านิยม และวัฒนธรรมที่พึงประสงค์จากภาคธุรกิจ โดยกระตุ้นให้ภาคธุรกิจมีการบริหารจัดการอย่างมีธรรมาภิบาล พัฒนาสร้างความรู้สึกรับผิดชอบต่อสังคมของคนทุกคนในบริษัททั้งพนักงานและลูกค้า ปรับเปลี่ยนทัศนคติการคำนวณผลตอบแทนให้คำนึงถึงต้นทุนทางสังคม ส่งเสริมการจัดกิจกรรมเพื่อตอบแทนสังคม รวมทั้งกระตุ้นให้เกิดการประกอบธุรกิจเพื่อสังคม เช่น วิสาหกิจเพื่อสังคม เป็นต้น

(๑.๖) การใช้สื่อ และสื่อสารมวลชนในการปลูกฝังค่านิยม และวัฒนธรรมของคนในสังคมโดยส่งเสริมให้สื่อและสื่อสารมวลชนปฏิบัติตามจรรยาบรรณสื่ออย่างเคร่งครัด การจัดเวลาและพื้นที่ออกอากาศให้แก่สื่อสร้างสรรค์ ในช่วงเวลาที่มีผู้ชมมากที่สุด รวมทั้งการส่งเสริมการใช้สื่อออนไลน์และเครือข่ายสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ นำเสนอตัวอย่างของการมีคุณธรรม จริยธรรม และการมีจิตสาธารณะ เพื่อปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมที่พึงประสงค์

(๑.๗) การส่งเสริมให้คนไทยมีจิตสาธารณะ และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม โดยสร้างความตระหนักให้ประชาชนรู้จักหน้าที่ของตนเอง การตรงต่อเวลา การยอมรับความหลากหลาย เห็นคุณค่าและความสำคัญในการประกอบสัมมาอาชีพหรือมีงานทำ เน้นการพึ่งพาตนเอง และมีความรับผิดชอบต่อสังคมและต่อผู้อื่น และเป็นพลเมืองที่ดี และส่งเสริมให้มีวัฒนธรรมการทำงานเพื่อส่วนรวม สนับสนุน ส่งเสริม เป้าหมายของประเทศและยุทธศาสตร์ชาติ

๒) การพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต มุ่งเน้นการพัฒนาคนเชิงคุณภาพในทุกช่วงวัย ตั้งแต่ช่วงการตั้งครรภ์ วัยเรียน วัยรุ่น/นักศึกษา วัยแรงงาน และวัยผู้สูงอายุ เพื่อสร้างทรัพยากรมนุษย์ที่มีศักยภาพมีทักษะความรู้ เป็นคนดี มีวินัย มีความรอบรู้ทางการเงิน (Financial Literacy) มีความสามารถในการวางแผนชีวิตและการวางแผนทางการเงิน (Financial Planning) ที่เหมาะสมในแต่ละช่วงวัย และความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า ดังนี้

(๒.๑) ช่วงการตั้งครรภ์ / แรกเกิด / ปฐมวัย เน้นการเตรียมความพร้อมให้แก่พ่อแม่ก่อนการตั้งครรภ์ ส่งเสริมอนามัยแม่และเด็กตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ ส่งเสริมการเกิดอย่างมีคุณภาพ สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ การส่งเสริมการให้สารอาหาร ที่จำเป็นต่อสมองเด็ก และให้มีการลงทุนเพื่อการพัฒนาเด็กปฐมวัยให้มีพัฒนาการที่สมวัยในทุกด้าน

(๒.๒) ช่วงวัยเรียน / วัยรุ่น / นักศึกษา ปลูกฝังความเป็นคนดี มีวินัย พัฒนาทักษะความสามารถการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับทักษะในศตวรรษที่ ๒๑ โดยเฉพาะทักษะด้านการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ ความสามารถในการแก้ปัญหาที่ซับซ้อน ความคิดสร้างสรรค์ ความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่นความยืดหยุ่นทางความคิด รวมถึงทักษะด้านภาษา ศิลปะ และความสามารถในการใช้เทคโนโลยี และได้รับการพัฒนาเต็มตามศักยภาพสอดคล้องกับความสามารถ ความถนัดและความสนใจ รวมถึงการวางพื้นฐานการเรียนรู้เพื่อการวางแผนชีวิตและวางแผนทางการเงินที่เหมาะสมในแต่ละช่วงวัยและนำไปปฏิบัติได้ ตลอดจนการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ที่เชื่อมต่อกับโลกการทำงาน รวมถึงทักษะอาชีพที่สอดคล้องกับความต้องการของประเทศ มีทักษะชีวิต สามารถอยู่ร่วมและทำงานกับผู้อื่นได้ภายใต้สังคมที่เป็นพหุวัฒนธรรม

(๒.๓) ช่วงวัยแรงงาน ยกกระดับศักยภาพ ทักษะ และสมรรถนะแรงงานอย่างต่อเนื่องสอดคล้องกับความสามารถเฉพาะบุคคล และความต้องการของตลาดแรงงาน มีการทำงานตามหลักการทำงานที่มีคุณค่าเพื่อสร้างผลิตภาพเพิ่มให้กับประเทศ มีวัฒนธรรมการทำงานที่พึงประสงค์ มีความรู้ความเข้าใจและมีทักษะทางการเงินเพื่อให้สามารถบริหารจัดการการเงินของตนเองและครอบครัว มีการวางแผนทางการเงิน และมีการออม การรับผิดชอบของพ่อแม่ต่อครอบครัว มีการพัฒนาระบบการเรียนรู้ และการอำนวยความสะดวกด้านความรู้ (Knowledge facility) เพื่อพัฒนาความรู้ แรงงานฝีมือ ความชำนาญพิเศษและการเป็นผู้ประกอบการใหม่ รวมทั้งมาตรการขยายอายุการทำงาน

(๒.๔) ช่วงวัยผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นพลังในการขับเคลื่อนประเทศ ส่งเสริมให้มีการทำงานหลังเกษียณ ผ่านการเสริมทักษะการดำรงชีวิต ทักษะอาชีพในการหารายได้ มีงานทำที่เหมาะสมกับศักยภาพ มีการสร้างเสริมสุขภาพ ฟื้นฟูสุขภาพ การป้องกันโรคให้แก่ผู้สูงอายุ พร้อมกับจัดสภาพแวดล้อมให้เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ และหลักประกันทางสังคมที่สอดคล้องกับความจำเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในสังคม เช่น การเป็นอาสาสมัคร (Social Productivity) ส่งเสริมสินค้าและบริการสำหรับผู้สูงอายุ (Silver Economy)

๓) การปฏิรูปการเรียนรู้แบบพลิกโฉม โดยการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ที่ตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ ๒๑ ที่มุ่งเน้นผู้เรียนให้มีทักษะการเรียนรู้และมีใจใฝ่เรียนรู้ตลอดเวลา มีการ



ออกแบบระบบการเรียนรู้ใหม่ การเปลี่ยนบทบาทครู การเพิ่มประสิทธิภาพระบบบริหารจัดการศึกษา และการพัฒนาระบบการเรียนรู้ตลอดชีวิต ดังนี้

(๓.๑) การปรับเปลี่ยนระบบการเรียนรู้ให้เอื้อต่อการพัฒนาทักษะสำหรับศตวรรษที่ ๒๑ โดยออกแบบกระบวนการเรียนรู้ในทุกระดับชั้นอย่างเป็นระบบ ตั้งแต่ระดับปฐมวัยจนถึงอุดมศึกษา ที่มุ่งเน้นการใช้ฐานความรู้และระบบคิดในลักษณะสหวิทยาการ อาทิเช่น Science (ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ และการตั้งคำถาม) Technology (ความเข้าใจและความสามารถในการใช้เทคโนโลยี) Engineering (ความรู้ทางวิศวกรรมศาสตร์และการคิดเพื่อหาทางแก้ปัญหา) Art (ความรู้และทักษะทางศิลปะ) และ Mathematics (ความรู้ด้านคณิตศาสตร์ และระบบคิดของเหตุผลและการหาความสัมพันธ์) การพัฒนาระบบการเรียนรู้เชิงบูรณาการที่เน้นการลงมือปฏิบัติ มีการสะท้อนความคิด/ทบทวนไตร่ตรอง (Reflection) การสร้างผู้เรียนให้สามารถกำกับการเรียนรู้ของตนเอง (Self-directed learners) การหล่อหลอมทักษะการเรียนรู้ และความคิดสร้างสรรค์ที่ผู้เรียนสามารถนำองค์ความรู้ไปใช้ในการสร้างรายได้หลายช่องทาง รวมทั้งการเรียนรู้ด้านวิชาชีพและทักษะชีวิต

(๓.๒) การเปลี่ยนโฉมบทบาท “ครู” ให้เป็นครูยุคใหม่ โดยปรับบทบาทจาก “ครูสอน” เป็น “โค้ช” หรือ “ผู้อำนวยการการเรียนรู้” ทำหน้าที่กระตุ้น แนะนำวิธีเรียนรู้และวิธีจัดระเบียบการสร้างความรู้ ออกแบบกิจกรรมให้เด็กเรียน และมีบทบาทเป็นนักวิจัยพัฒนากระบวนการเรียนรู้เพื่อผลสัมฤทธิ์ของเด็ก รวมทั้งปรับระบบการผลิตและพัฒนาครูตั้งแต่การดึงดูด คัดสรร ผู้มีความสามารถสูงให้เข้ามาเป็นครูคุณภาพ มีระบบการพัฒนาศักยภาพครูอย่างต่อเนื่องครอบคลุมทั้งเงินเดือน เส้นทางสายอาชีพ การสนับสนุนสื่อการสอน และสร้างเครือข่ายพัฒนาครูให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน รวมถึงการพัฒนาครูที่มีความเชี่ยวชาญด้านการสอนมาเป็นผู้สร้างครุรุ่นใหม่อย่างเป็นระบบ และวัดผลงานจากการพัฒนาเด็กโดยตรง

(๓.๓) การเพิ่มประสิทธิภาพระบบบริหารจัดการศึกษาในทุกระดับ ทุกประเภท จัดให้มีมาตรฐานขั้นต่ำของโรงเรียนในทุกระดับ จัดโครงสร้างการจัดการการศึกษาเพื่อสร้างความรับผิดชอบต่อผลลัพธ์และให้เอื้อต่อการเข้าถึงการศึกษาอย่างเสมอภาค ทัวถึง และใช้ทรัพยากรได้อย่างมีประสิทธิภาพ การยกระดับสถาบันการศึกษาในสาขาที่มีความเชี่ยวชาญสู่ความเป็นเลิศ ปฏิรูปการคลังด้านการศึกษาเพื่อเพิ่มคุณภาพ และประสิทธิภาพการจัดการศึกษาโดยการจัดสรรงบประมาณตรงสู่ผู้เรียน ส่งเสริมการมีส่วนร่วมจากภาคเอกชนในการจัดการศึกษา พัฒนาระบบประกันคุณภาพ

การศึกษาโดยแยกออกจากระบบการประเมิน และการรับรองคุณภาพที่เน้นผลลัพธ์ที่ตัวผู้เรียน รวมทั้งมีการปฏิรูประบบการสอบที่นำไปสู่การวัดผลในเชิงทักษะที่จำเป็นสำหรับศตวรรษที่ ๒๑ มากกว่าการวัดระดับความรู้ ตลอดจนมีการวิจัย และใช้เทคโนโลยีในการสร้าง และจัดการความรู้ในการจัดการเรียนการสอน การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะอาชีพที่สอดคล้องกับบริบทพื้นที่

(๓.๔) การพัฒนาระบบการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยเน้นการจัดระบบการศึกษาและระบบฝึกอบรมบนฐานสมรรถนะที่มีคุณภาพสูงและยืดหยุ่นผ่านการพัฒนาโลกต่าง ๆ อาทิ การพัฒนาการศึกษาออนไลน์แบบเปิด การพัฒนาระบบการเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะการรู้ดิจิทัล การมีระบบเทียบโอนประสบการณ์ ระบบธนาคารหน่วยกิต (Credit Bank) มาตรการจูงใจให้คนเข้าสู่การ Upskill/Reskill การให้สถานประกอบการเพิ่มผลิตภาพแรงงานผ่านการพัฒนาความสามารถทางวิชาชีพอย่างต่อเนื่อง (Continuous Professional Development: CPD) ภายใต้กรอบคุณวุฒิวิชาชีพ นอกจากนี้ ต้องพัฒนาระบบการเรียนรู้ในชุมชนให้เข้าถึงความรู้ได้ทุกที่ ทุกเวลา ปรับปรุงแหล่งเรียนรู้ในชุมชนให้เป็นพื้นที่เรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ และมีชีวิต รวมถึงการเรียนรู้ และทบทวนทักษะพื้นฐาน ได้แก่ การอ่านออก-เขียนได้-คิดเลขเป็น (Basic Literacy) โดยระดมทรัพยากรจากภาคเอกชน และภาคประชาสังคม การพัฒนาทัศนคติที่อยากเรียนรู้ การสร้างนิสัยใฝ่เรียนรู้ และให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงสิ่งที่เกิดขึ้นรอบตัว

(๓.๕) การสร้างความตื่นตัวให้คนไทยตระหนักถึงบทบาท ความรับผิดชอบ และการวางตำแหน่งของประเทศไทยในภูมิภาคเอเชียอาคเนย์ และประชาคมโลก บนพื้นฐานของความเข้าใจ ลุ่มลึก (critical understanding) ในประวัติศาสตร์ ประเพณี วัฒนธรรม ของไทย และพัฒนาการของประเทศเพื่อนบ้าน เพิ่มการรับรู้ของคนไทยด้านพหุวัฒนธรรม การเห็นคุณค่า และมีความอดกลั้น (tolerance) ต่อความแตกต่างทางความเชื่อ ความคิด วิถีชีวิต ผ่านความสามารถในการใช้ภาษาเพื่อนบ้าน การแลกเปลี่ยนเด็ก เยาวชน และนักเรียน (youth and student mobility) การฝังตัว และการทำงานระยะสั้นในประเทศเพื่อนบ้าน (youth attachment and internment) ในภูมิภาคเอเชียอาคเนย์

(๓.๖) การวางพื้นฐานระบบรองรับการเรียนรู้โดยใช้ดิจิทัลแพลตฟอร์ม โดยเน้นการพัฒนาทักษะดิจิทัล ทักษะการคัดกรองความรู้ องค์กรความรู้ การใช้เทคโนโลยีผสมผสานกับคุณค่าของครูไปพร้อมกัน การพัฒนาสื่อการเรียนรู้ที่มีคุณภาพที่ประชาชนสามารถเข้าถึงทรัพยากร และใช้

ประโยชน์จากระบบการเรียนรู้ และพัฒนาตนเองผ่านเทคโนโลยีการเรียนรู้สมัยใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

(๓.๗) การสร้างระบบการศึกษาเพื่อเด็กและเยาวชนนานาชาติ โดยเน้นการเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพสถาบันการศึกษาที่มีความเชี่ยวชาญและมีความโดดเด่นเฉพาะสาขาสู่ระดับนานาชาติในการให้บริการทางการศึกษา วิชาการ และการพัฒนาสมรรถนะแรงงาน ควบคู่กับการสร้างเครือข่ายความร่วมมือทางวิชาการ และการแลกเปลี่ยนนักเรียน นักศึกษา และบุคลากรทางการศึกษาเพื่อสร้างความแข็งแกร่งทางวิชาการ เป็นศูนย์ฝึกอบรม และศูนย์ทดสอบสมรรถนะในระดับภูมิภาค

๔) การตระหนักถึงพหุปัญญา (multiple intelligence) ของมนุษย์ที่หลากหลาย อาทิ ภาษา (verbal-linguistic) ตรรกะและคณิตศาสตร์ (logic and mathematical) ด้านทัศนยะ และมิติ (visual and spatial) ดนตรี (musical-rhythmic and harmonic) กีฬา และการเคลื่อนไหวของร่างกาย (bodily kinesthetic) การจัดการตนเอง (intrapersonal) มนุษยสัมพันธ์ (interpersonal) การพัฒนาและรักษากลุ่มผู้มีความสามารถพิเศษ (Talents) ของพหุปัญญาแต่ละประเภท รวมถึงผู้มีความสามารถอันโดดเด่นด้านใดด้านหนึ่งหรือหลายด้าน การสร้างสภาพแวดล้อม และระบบสนับสนุนประชากรไทยมีอาชีพบนฐานพหุปัญญา การสร้างเสริมศักยภาพผู้มีความสามารถพิเศษให้สามารถต่อยอดการประกอบอาชีพได้อย่างมั่นคง ดังนี้

(๔.๑) การพัฒนา และส่งเสริมพหุปัญญาผ่านครอบครัว ระบบสถานศึกษา สภาพแวดล้อม รวมทั้งสื่อ ตั้งแต่ระดับปฐมวัย เพื่อสร้างเด็กและเยาวชนไทยมีการพัฒนาที่สมดุล มีทางเลือกในการใช้ศักยภาพพหุปัญญาในการดำรงชีวิต เกิดอาชีพบนฐานพหุปัญญาที่สังคมยอมรับและเห็นความสำคัญ อาทิ นักกีฬา นักดนตรี ศิลปิน นักคิด นักเขียน รวมทั้งมีกลไกคัดกรองและส่งเสริมเด็กและเยาวชนที่มีความสามารถพิเศษ จัดโรงเรียน ระบบเสริมประสบการณ์ (enrichment) การมีส่วนร่วมของภาคเอกชน ตลอดจนสร้างมาตรการจูงใจ เพื่อพัฒนาผู้มีความสามารถพิเศษผลักดันให้ประเทศไทยมีบทบาทเด่นในประชาคมโลก ทั้งด้านกีฬา ภาษา และวรรณกรรม สนับสนุนศิลปะ ตลอดจนการวิจัย

(๔.๒) การสร้างเส้นทางอาชีพ สภาพแวดล้อมการทำงาน และระบบสนับสนุน (eco-systems) ที่เหมาะสมสำหรับผู้มีความสามารถพิเศษผ่านกลไกต่างๆ อาทิ การจัดให้มีโครงสร้าง

พื้นฐาน/เครื่องมือการทำงานที่เหมาะสม การสร้างระบบเชื่อมโยงเครือข่ายวิจัยกับศูนย์ความเป็นเลิศที่มีอยู่ในปัจจุบันในรูปแบบการร่วมมือ (consortium) การมีกลไกการทำงานในลักษณะการรวมตัวของกลุ่มคนในหลายสาขาวิชา (Convergence) เพื่อรวมนักวิจัยและนักเทคโนโลยีชั้นแนวหน้าให้สามารถต่อยอดงานวิจัยที่สามารถตอบโจทย์การพัฒนาประเทศ การสร้างความร่วมมือและเชื่อมต่อกับสถาบันวิจัยอื่น ๆ ทั่วโลก เพื่อสร้างความเข้มแข็งให้นักวิจัยความสามารถสูงของไทยรวมถึงการเปิดพื้นที่ในการสร้างเสริมศักยภาพผู้มีความสามารถพิเศษให้สามารถต่อยอดการประกอบอาชีพได้อย่างมั่นคง

(๔.๓) การดึงดูดกลุ่มผู้เชี่ยวชาญต่างชาติ และคนไทยที่มีความสามารถในต่างประเทศให้มาช่วยสร้างและพัฒนาเทคโนโลยีและนวัตกรรมให้กับประเทศ ทั้งในรูปแบบการทำงานชั่วคราวและถาวรตามความเหมาะสมของเป้าหมายการพัฒนาประเทศในช่วงระยะเวลาต่าง ๆ รวมถึงผู้มีความสามารถที่มีศักยภาพสูงด้านต่างๆ ลูกหลานชาวต่างชาติที่กำเนิดในประเทศไทยที่มีความสามารถพิเศษ และการรับเด็กที่มีความสามารถพิเศษจากทั่วโลก และผู้เชี่ยวชาญที่มีศักยภาพหรือทักษะสูงในสาขาต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาประเทศ ควบคู่กับการรักษา และส่งเสริมผู้มีความสามารถพิเศษทั้งคนไทยหรือคนต่างชาติที่กำเนิดในประเทศไทยได้แสดงศักยภาพ และใช้ความสามารถในการทำประโยชน์ และสร้างชื่อเสียงให้แก่ประเทศ

๕) การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาวะที่ดี ครอบคลุมทั้งด้าน กาย ใจ สติปัญญา และสังคม มุ่งเน้นการเสริมสร้างการจัดการสุขภาวะในทุกรูปแบบที่นำไปสู่การมีศักยภาพในการจัดการสุขภาวะที่ดีได้ด้วยตนเอง พร้อมทั้งสนับสนุนให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมให้คนไทยมีสุขภาวะที่ดี และมี “ทักษะด้านสุขภาวะ” ที่เหมาะสม ดังนี้

(๕.๑) การสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาวะโดยพัฒนาองค์ความรู้ และการสื่อสารด้านสุขภาวะที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ให้แก่ประชาชน พร้อมทั้งเฝ้าระวังและจัดการกับความรู้ด้านสุขภาวะที่ไม่ถูกต้อง จนเกิดเป็น “ทักษะทางปัญญาและสังคม” ที่เป็นการเพิ่มศักยภาพในการจัดการสุขภาวะตนเองของประชาชน อาทิ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองให้มีความเหมาะสม และการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอในการดำรงชีวิต

(๕.๒) การป้องกัน และควบคุมปัจจัยเสี่ยงที่คุกคามสุขภาวะ โดยผลักดันการสร้างเสริมสุขภาวะในทุกนโยบาย (Health in All Policies) ที่ให้หน่วยงานทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการ

รับผิดชอบต่อสุขภาพของประชาชน เพื่อลดภัยคุกคามที่เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาสุขภาพของคนไทย เช่น ยาสูบ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มลพิษทางสิ่งแวดล้อม อาหารที่ให้โทษต่อสุขภาพ อุบัติเหตุบนท้องถนน และกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases : NCDs) เป็นต้น

(๕.๓) การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี โดยส่งเสริมให้มีการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่เป็นมิตรต่อสุขภาพและเอื้อต่อการมีกิจกรรมสำหรับยกระดับสุขภาพของสังคม จัดทำมาตรการทางการเงินการคลังที่สนับสนุนสินค้าที่เป็นมิตรต่อสุขภาพ สนับสนุนการพัฒนาเทคโนโลยีและนวัตกรรมที่ช่วยในการเสริมการมีสุขภาพ รวมทั้งกำหนดให้มีการประเมินผลกระทบ ด้านสุขภาพโดยชุมชนและภาคประชาชนก่อนการดำเนินโครงการที่อาจกระทบต่อระดับสุขภาพ

(๕.๔) การพัฒนาระบบบริการสุขภาพที่ทันสมัยสนับสนุนการสร้างสุขภาพที่ดี โดยนำเทคโนโลยีและนวัตกรรมสมัยใหม่มาใช้ในการสร้างความเลิศทางด้านบริการทางการแพทย์ และสุขภาพแบบครบวงจรและทันสมัย ที่รวมถึงการพัฒนาปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence) ในการให้คำปรึกษา วินิจฉัย และพยากรณ์การเกิดโรคล่วงหน้า การพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพทางไกลให้มีความหลากหลาย เข้าถึงง่าย เพื่อเป็นการแก้ไขปัญหาคอขวดทางการแพทย์ที่มีความเชี่ยวชาญในพื้นที่ห่างไกล มีการเชื่อมโยงผลิตภัณฑ์เข้ากับอินเทอร์เน็ต (Internet of Things) ทางด้านสุขภาพ อาทิ การพัฒนาอุปกรณ์อัจฉริยะ (Smart devices) ในการวัดอัตราการเต้นชีพจร หัวใจและส่งข้อมูลให้แพทย์ทราบทันที และจัดให้มีระบบการเก็บข้อมูลสุขภาพของประชาชนตลอดช่วงชีวิตให้มีประสิทธิภาพ โดยอยู่บนพื้นฐานความยั่งยืนทางการคลัง รวมถึงการปฏิรูประบบการเก็บภาษีและรายจ่ายเพื่อให้บริการด้านสุขภาพ ตลอดจนการปฏิรูประบบหลักประกันสุขภาพในการสร้างสุขภาพที่ดีให้กับประชาชนทุกช่วงวัยอย่างมีประสิทธิภาพ พอเพียง เป็นธรรม และยั่งยืน

(๕.๕) การส่งเสริมให้ชุมชนเป็นฐานในการสร้างสุขภาพที่ดีในทุกพื้นที่ โดยให้ชุมชนเป็นแหล่งบ่มเพาะจิตสำนึกการมีสุขภาพดีของประชาชน ผ่านการจัดการความรู้ด้านสุขภาพที่เป็นประโยชน์ และสนับสนุนให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การสร้างสุขภาพที่พึงประสงค์ระหว่างกัน โดยรัฐจะทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวกที่สำคัญในการอำนวยความสะดวกให้ชุมชนสามารถสร้างการมีสุขภาพดีของตนเองได้ เช่น ให้ความรู้ สนับสนุนทรัพยากรที่จำเป็นในการจัดการสุขภาพแก่ประชาชนในพื้นที่ เป็นต้น เพื่อให้ชุมชนเป็นพื้นที่สำคัญในการจัดการสุขภาพของแต่ละพื้นที่

๖) การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนา และเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ (eco-systems) มุ่งเน้นการสร้างความสุขของครอบครัวไทย การส่งเสริมบทบาทในการมีส่วนร่วมของภาครัฐ ภาคเอกชน ครอบครัวและชุมชนในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ การปลูกฝังและพัฒนาทักษะนอกห้องเรียน และการพัฒนาระบบฐานข้อมูลเพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ดังนี้

(๖.๑) การสร้างความอยู่ดีมีสุขของครอบครัวไทย เน้นการสร้างความรู้ในการวางแผนชีวิตและการสร้างครอบครัว ความรอบรู้ด้านการเงินและการวางแผนการเงิน การพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาครอบครัว ดังนี้

๖.๑.๑) การส่งเสริมการเกิดอย่างมีคุณภาพ มีพัฒนาการสมวัย พัฒนาทักษะชีวิตและการเรียนรู้ การทำงานและการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพของประชากรแต่ละช่วงวัย โดยเริ่มจากการสร้างบุตรที่มีคุณภาพ มุ่งเน้นการสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องให้กับกลุ่มคนก่อนก้าวมาเป็นพ่อแม่ ตั้งแต่การพัฒนาการเข้าถึงบริการสุขภาพ การส่งเสริมวางแผนครอบครัว การตรวจเช็คความพร้อมในการสร้างครอบครัวการส่งเสริมอนามัยการเจริญพันธุ์ในกลุ่มแม่ เพื่อส่งเสริมการเกิดที่มีคุณภาพในกลุ่มประชากรวัยเจริญพันธุ์ทุกกลุ่มให้มีประชากรที่มีคุณภาพ

๖.๑.๒) การสร้างครอบครัวที่เหมาะสมกับโลกในศตวรรษที่ ๒๑ โดยส่งเสริมความรู้ในการวางแผนชีวิตที่เหมาะสมกับค่านิยมของคนรุ่นใหม่ มุ่งเน้นการให้ความรู้ผู้ที่จะมาเป็นพ่อแม่/ผู้ปกครองในเรื่องโภชนาการ วิธีการเลี้ยงดู วิธีการสื่อสาร และการจัดกิจกรรมที่เหมาะสม บนฐานความรู้ทางวิชาการตั้งแต่ช่วงตั้งครรภ์และถึงช่วงอายุต่างๆ ของการเลี้ยงดูบุตร รวมถึงขยายผลไปสู่การพัฒนาโลกในลักษณะของโรงเรียนพ่อแม่ในวงกว้าง เพื่อมีส่วนร่วมช่วยในการสร้างพัฒนาการวางพื้นฐานความคิด ทักษะอารมณ์ ทักษะสังคม ทักษะทางการเงิน และพัฒนาความเป็นคนดี มีความซื่อสัตย์ มีวินัย มีศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม มัชยัสถ์ อดออม มีความรับผิดชอบ และพึ่งพาตนเอง จัดให้มีสถานที่ บุคลากร และทรัพยากรที่จำเป็นในการให้คำปรึกษาในการเสริมพลังสายใยภายในครอบครัวและส่งเสริม และพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในองค์กรปกครองท้องถิ่นทุกแห่ง โดยให้ทุกภาคส่วนในสังคมเข้ามามีส่วนร่วม เช่น ชมรมผู้สูงอายุ ชุมชน ผู้ประกอบการที่ไม่แสวงหากำไร เครือข่ายจิตอาสา เป็นต้น

๖.๑.๓) การพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการสร้างครอบครัวอบอุ่น เข้มแข็ง โดยเน้นการส่งเสริมการเกื้อกูลกันของคนทุกวัยในครอบครัวในการดูแลสมาชิกในครอบครัว

การส่งเสริมนโยบายการสร้างความสุขระหว่างชีวิต และการทำงานทั้งมาตรการส่งเสริมให้พ่อแม่ที่มีบุตรก่อนวัยเรียน และต้องทำงานในสถานประกอบการมีเวลาในการเลี้ยงดูบุตร มาตรการส่งเสริม และสนับสนุนให้ภาคเอกชนจัดสวัสดิการเกื้อกูล และเสริมพลังลูกจ้างได้มีเวลาในการดูแลบุตรก่อนวัยเรียน และ/หรือพ่อแม่ที่อยู่ในภาวะพึ่งพา มีมาตรการทางการเงินสนับสนุนผู้ประกอบการที่ลงทุนทางสังคม เพื่อผู้ประกอบการที่จัดบริการเชิงสังคมในการสนับสนุนครอบครัว การส่งเสริมสนับสนุนภาคเอกชน/สถานประกอบการจัดบริการที่ส่งเสริม และพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ และสนับสนุนครอบครัวในการเลี้ยงดูบุตรและการดูแลผู้สูงอายุ เช่น สถานดูแลเด็กปฐมวัย สถานดูแลผู้สูงอายุรูปแบบต่างๆ เป็นต้น การสนับสนุนบทบาทของชุมชน/องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการเข้ามาเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มครอบครัวเปราะบาง อาทิ การมีระบบพี่เลี้ยงชุมชน มาตรการสนับสนุนการบริหารและพัฒนาเด็ก รวมทั้งปรับปรุงกฎหมาย กำหนดบทบาท และจัดสรรทรัพยากรให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการเสริมพลังครอบครัว ควบคู่กับการปฏิรูปสื่อให้มีบทบาทในเชิงสร้างสรรค์ในการให้ความรู้ต่อการพัฒนาครอบครัว

(๖.๒) การส่งเสริมบทบาทการมีส่วนร่วมของภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ครอบครัว และชุมชนในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เข้ามามีส่วนร่วมในการสร้างบรรทัดฐานที่ดีในสังคมการสร้างกระบวนการเรียนรู้ และพัฒนาทักษะของประชากรให้สอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของโลกในอนาคต สร้างความตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาตนเอง และการมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา และพัฒนาสังคม รวมทั้งสนับสนุนด้านวิชาการ และสร้างนวัตกรรมที่สนับสนุนการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน

(๖.๓) การปลูกฝัง และพัฒนาทักษะนอกห้องเรียน โดยเน้นให้พ่อแม่มีวัฒนธรรมที่ปลูกฝังให้ลูกเพิ่มพูนทักษะการเรียนรู้ชีวิต ดนตรี กีฬา ศิลปะ รวมทั้งส่งเสริมให้ทุกภาคส่วน เปิดพื้นที่แห่งการเรียนรู้ และจัดกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลายและเหมาะสม เอื้อแก่ครอบครัวทุกลักษณะ รวมถึงจัดให้มีพื้นที่ในการจัดกิจกรรมสาธารณะให้เป็นศูนย์รวมแห่งการถ่ายทอด และแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ร่วมกัน อาทิ ศูนย์เยาวชน ศูนย์กีฬา และนันทนาการ ห้องสมุด พิพิธภัณฑ์ เพื่อส่งเสริมการใช้เวลาอย่างสร้างสรรค์และมีคุณภาพ

(๖.๔) การพัฒนาระบบฐานข้อมูลเพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ที่มีความเชื่อมโยง และบูรณาการข้อมูลด้านการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ระหว่างกระทรวง/หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง โดยการ

เชื่อมโยงข้อมูลรายบุคคลที่เกี่ยวกับการศึกษา การพัฒนาตนเอง สุขภาพ และการพัฒนาอาชีพในตลอดช่วงชีวิต (ตั้งแต่เกิดจนตาย) เพื่อเสริมและสร้างศักยภาพของการดำเนินงานการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามพันธกิจของแต่ละกระทรวงให้มีความเข้มแข็ง และตอบโจทย์ประเทศ เป็นฐานข้อมูลการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของประเทศไทยที่มีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล สามารถประเมินจุดอ่อน จุดแข็ง และศักยภาพบุคคลของประเทศ นำไปสู่การตัดสินใจระดับนโยบาย และปฏิบัติ เพื่อพัฒนาคนไทยอย่างมีทิศทาง และสอดคล้องกับการพัฒนาประเทศไทยในอนาคต รวมถึงข้อมูลที่สนับสนุนการผลิตกำลังแรงงานที่มีทักษะตรงต่อความต้องการของตลาดงานในอนาคต และใช้ประกอบการตัดสินใจในการศึกษาต่อ ธนาคารคลังสมองเพื่อรวบรวมผู้สูงอายุที่มีความรู้ ประสบการณ์ และทักษะ เพื่อถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์ และทักษะ ให้เกิดประโยชน์ต่อประเทศชาติ

๗) การเสริมสร้างศักยภาพการกีฬาในการสร้างคุณค่าทางสังคม และพัฒนาประเทศ โดยมุ่งส่งเสริมการใช้กิจกรรมนันทนาการ และกีฬาเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างสุขภาวะของประชาชนอย่างครบวงจร และมีคุณภาพมาตรฐาน การสร้างนิสัยรักกีฬา และมีน้ำใจเป็นนักกีฬา และการใช้กีฬาและนันทนาการในการพัฒนาจิตใจ สร้างความสามัคคีของคนในชาติ หล่อหลอมการเป็นพลเมืองดี พัฒนาคุณภาพชีวิต การพัฒนาทักษะด้านกีฬาสู่ความเป็นเลิศ และกีฬาเพื่อการอาชีพในระดับนานาชาติในการสร้างชื่อเสียง และเกียรติภูมิของประเทศชาติ รวมถึงการพัฒนาอุตสาหกรรมกีฬาในการสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจ

(๗.๑) การส่งเสริมการออกกำลังกาย และกีฬาขั้นพื้นฐานให้กลายเป็นวิถีชีวิต โดยส่งเสริมให้เด็ก เยาวชน ประชาชนทั่วไป บุคคลกลุ่มพิเศษ และผู้ด้อยโอกาส มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย การปฐมพยาบาลเบื้องต้น และการเล่นกีฬาบางชนิดที่มีความจำเป็นต่อทักษะในการดำรงชีวิต (ว่ายน้ำ ยิมนาสติก มวยไทย) รวมทั้งการมีอิสระในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ตามความถนัดหรือความสนใจเฉพาะบุคคล และปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นวิถีชีวิต เพื่อพัฒนาจิตใจ สร้างความสัมพันธ์อันดีหล่อหลอมจิตวิญญาณ และการเป็นพลเมืองดี

(๗.๒) การส่งเสริมให้มวลชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ โดยเน้นการจัดกิจกรรมกีฬา สร้างโอกาส และสนับสนุนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬาอย่างต่อเนื่อง การปลูกฝังให้มีคุณธรรมของความเป็นนักกีฬา มีระเบียบ วินัย รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย และ



รู้จักการขอโทษ รวมถึงการพัฒนาบุคลากร และโครงสร้างพื้นฐาน ด้านอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกทางกีฬาและนันทนาการที่มีคุณภาพ และมาตรฐานสอดคล้องกับความต้องการ และเหมาะสมกับประชาชนทุกกลุ่ม ทุกเพศ ทุกวัย

(๗.๓) การส่งเสริมการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ และต่อยอดสู่ระดับอาชีพ โดยมุ่งการสร้างและพัฒนานักกีฬาของชาติ การเฟ้นหานักกีฬาที่มีความสามารถ สร้างพื้นที่ และโอกาสในการแข่งขันแสดงศักยภาพ ด้านกีฬา นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬา การส่งเสริมการจัดกีฬาระดับนานาชาติ และสร้างแรงบันดาลใจในการต่อยอดความสำเร็จจากความเป็นเลิศสู่การประกอบอาชีพ และมีเส้นทางอาชีพที่มั่นคง ควบคู่กับส่งเสริมสนับสนุนงานวิจัย และนวัตกรรมด้านการกีฬานันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬา การจัดการความรู้ และพัฒนาระบบฐานข้อมูล เพื่อนำมาใช้ส่งเสริม และสนับสนุนกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ กีฬาเพื่อการอาชีพ และนันทนาการเชิงพาณิชย์

(๗.๔) การส่งเสริม และสนับสนุนการพัฒนาอุตสาหกรรมกีฬา (Sport Industry) และธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการกีฬาและนันทนาการอย่างครบวงจร โดยการพัฒนาให้เป็นศูนย์กลางของการลงทุน และฐานผลิตด้านอุตสาหกรรมกีฬา และธุรกิจเกี่ยวเนื่องของภูมิภาคเอเชีย (Sport Hub) การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงกีฬา และนันทนาการ การสนับสนุน และส่งเสริมผลิตบุคลากรและการพัฒนานวัตกรรมที่สนับสนุนอุตสาหกรรมกีฬา รวมทั้งมีมาตรการส่งเสริมและสนับสนุนผู้ประกอบการกีฬาและธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการกีฬาที่สอดคล้องกับศักยภาพ และประเภทของธุรกิจอุตสาหกรรมกีฬา

(๗.๕) การพัฒนาบุคลากรด้านการกีฬา และนันทนาการ โดยมุ่งสร้าง และพัฒนาบุคลากรด้านการกีฬา และนันทนาทั้งครูหรือผู้สอนกีฬา ผู้ตัดสินกีฬา นักวิทยาศาสตร์การกีฬา ผู้บริหารการกีฬา อาสาสมัครกีฬา อย่างเป็นระบบ และมีมาตรฐานสามารถถ่ายทอดความรู้ให้แก่เยาวชน ประชาชนทั่วไปบุคคลกลุ่มพิเศษ และผู้ด้อยโอกาส ได้อย่างถูกต้อง ตลอดจนสามารถต่อยอดศักยภาพในการพัฒนาเป็นบุคลากรทางการกีฬาและนันทนาการที่มีมาตรฐานของประเทศ

การพัฒนาเทคโนโลยีจะส่งผลกระทบต่อการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น อินเทอร์เน็ตกลายเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิตของทุกคนเนื่องจากการพัฒนาอุปกรณ์สื่อสารประสิทธิภาพสูงที่สามารถบรรจุรับประมวลผล และแสดงผลข้อมูลได้อย่างมหาศาล ปัจจุบันประชากรโลกประมาณ ๒-๓ พันล้านคนจะสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ ทำให้ผู้บริโภคมีความต้องการ และพฤติกรรมผู้บริโภคที่ต้องการความ

สะดวกสบาย และความเป็นส่วนตัวมากขึ้น เกิดการรวมกลุ่มบุคคลที่มีความชอบคล้ายคลึงกันบนโลกออนไลน์ ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลมีความเป็นปัจเจกนิยมมากขึ้น (Individualism) ความต้องการรู้จักตัวตนที่แท้จริงของกัน และกันจะลดลง โดยการใช้เครื่องมือ ส่งผลต่อการปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ นอกจากนี้ ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีด้านการสื่อสารอย่างรวดเร็วที่จะนำสังคมไทยไปสู่สังคมดิจิทัลมากขึ้น เป็นความท้าทายต่อการจัดการเรียนการสอน และกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่ต้องปรับให้อยู่บนฐานของนวัตกรรม และเทคโนโลยีดิจิทัล และเอื้อต่อคนทุกกลุ่มให้สามารถเข้าถึงสื่อการเรียนรู้ที่หลากหลาย ไม่จำกัดเวลา และสถานที่ รวมทั้งการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม และไม่ส่งผลกระทบต่อการใช้ปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน สังคม ดังนั้นหากต้องการให้ประชาชนมีการแสดงความรู้สึก การชื่นชม การให้รางวัล การตำหนิการตักเตือน และการลงโทษ สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในกระบวนการอบรมเลี้ยงดูล้วนเป็นการปลูกฝังส่งเสริม และพัฒนาเจตคติและพฤติกรรมที่พึงปรารถนาของสังคมให้กับบุตร

### ๒.๓.๒ รูปแบบการ ขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย

Munn, Fernald, & Fernald, ๑๙๖๙; Watson & Linggren, ๑๙๗๙ อ้างใน อ้อมเดือน สดมณี และฐาศุภร์ จันประเสริฐ<sup>๓๑)</sup> แนวคิดเรื่องการถ่ายทอดทางสังคม (Socialization) การถ่ายทอดทางสังคมเป็นกระบวนการที่ทำให้บุคคลเรียนรู้ที่จะที่อยู่ร่วมกับผู้อื่น เพื่อช่วยให้สามารถปรับตัวให้เข้ากับขนบธรรมเนียม ประเพณีวัฒนธรรม กฎระเบียบหรือกฎหมายของสังคม รวมไปถึงแนวการประพฤติปฏิบัติต่างๆ ผลจากการเรียนรู้จะทำให้บุคคลมีความคิด ความรู้สึก เจตคติ ค่านิยม แรงจูงใจ บุคลิกภาพ และพฤติกรรมที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมของสังคมที่ตนเองเป็นสมาชิกอยู่ใน กระบวนการนี้จะรวมถึงการได้รับข้อมูลข่าวสารหรือสารสนเทศที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน และการประกอบอาชีพโดยกระบวนการถ่ายทอดทางสังคมนี้จะเกิดขึ้นกับบุคคลตลอดช่วงชีวิตตั้งแต่วัยเด็กวัยรุ่นจนถึงวัยชรา ตัวกลาง (Agents) ที่ทำหน้าที่ในการถ่ายทอดทางสังคมให้กับบุคคลประกอบด้วย บิดามารดา ครูอาจารย์ เพื่อน ๆ ตัวแทนทางศาสนา และสื่อมวลชน ครอบครัวมีบทบาทในปลูกฝัง และพัฒนาความเป็นพลเมืองดีตามระบอบประชาธิปไตยอย่างไรในชีวิตของคนส่วนใหญ่จะมีความใกล้ชิดกับครอบครัวมากที่สุด โดยเฉพาะครอบครัวไทยที่บุตรอยู่ร่วมกับบิดามารดา

<sup>๓๑)</sup> อ้อมเดือน สดมณี และ ฐาศุภร์ จันประเสริฐ, “การพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม : จากแนวคิดสู่แนวทางการปฏิบัติ”, วารสารพฤติกรรมศาสตร์, (ปีที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๕๔), หน้า ๑๙-๓๐.

ตั้งแต่แรกเกิดจนเข้าสู่วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ หรือบางครอบครัวอาจจะอยู่ร่วมกันไปตลอดชีวิต การที่บุตรและบิดามารดาอยู่ร่วมกันจะทำให้มีความใกล้ชิด และผูกพันกัน ซึ่งส่งผลทำให้บุตรมีความคิด ความรู้สึก พฤติกรรม และรูปแบบการดำเนินชีวิตที่ใกล้เคียงกับบิดามารดา เช่น บิดามารดาชอบอ่านหนังสือ ชอบปลูกต้นไม้ ชอบเดินทางท่องเที่ยว ฯลฯ บุตรก็มีแนวโน้มที่จะชอบกิจกรรมนั้นๆ ตามบิดามารดาไปด้วย เป็นเพราะบุตรได้เห็นแบบอย่างการแสดงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบิดามารดาตั้งแต่เริ่มจำความได้ โดยพวกเขาค่อยๆ เรียนรู้ซึมซับ และจดจำสิ่งเหล่านั้น ในบางครั้งบุตรอาจจะร่วมทำกิจกรรมไปพร้อม ๆ กับบิดามารดา จนกระทั่งมีความคิด ความรู้สึก พฤติกรรม และรูปแบบการดำเนินชีวิตเหมือนหรือคล้ายคลึงกับบิดามารดาของตนเอง ทั้งนี้เพราะการอบรมเลี้ยงดูเป็นกระบวนการอบรมบ่มนิสัยและฝึกหัดให้บุตรเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว ทำให้พวกเขาได้เรียนรู้ถึงบทบาทหน้าที่ของตนเอง และฝึกหัดที่จะอยู่ภายใต้กฎระเบียบของครอบครัวอันเป็นการพัฒนาความมีวินัยและความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเองเมื่อบุตรเติบโตขึ้นก็จะสามารถเป็นสมาชิกที่ดีของสังคมที่พวกเขาเข้าไปเป็นสมาชิกอยู่ทั้งสังคมในสถาบันการศึกษา ที่ทำงาน และชุมชน<sup>๓๒</sup>

### การเป็นสมาชิกที่ดีของโรงเรียน

เมื่อเราอยู่ในโรงเรียน เราทุกคนมีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อโรงเรียน เพราะโรงเรียนเป็นสถานที่ที่ให้ความรู้ ซึ่งเราต้องอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ อีกมากมาย ดังนั้นเราจึงจำเป็นต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของห้องเรียนและโรงเรียน เพื่อที่จะได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และเกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย เช่น

- เมื่ออยู่ในโรงเรียน เราต้องช่วยกันรักษาความสะอาดในห้องเรียน และในบริเวณต่างๆ ของโรงเรียน ทั้งขณะลงในถึงขณะที่โรงเรียนจัดให้
- ให้ความเคารพเชื่อฟังครูอาจารย์ ตั้งใจเรียนหนังสือรวมทั้งทำงานต่างๆ ที่ครูมอบหมายด้วยความตั้งใจ และเอาใจใส่

นอกจากนี้ เราควรปฏิบัติตนให้เป็นสมาชิกที่ดีของห้องเรียน และโรงเรียน เช่น

---

<sup>๓๒</sup> ทินพันธุ์ นาคะตะ, ประชาธิปไตยไทย, โครงการเอกสารและตำราคณะรัฐประศาสนศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๑๔๑.

- ปฏิบัติในการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ต้องรู้ว่าเมื่อเราเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมต่างๆ ควรปฏิบัติตนอย่างไร และเมื่อเป็นผู้ตามควรปฏิบัติตนอย่างไร
- รู้จักแสดงความคิดเห็นตามสิทธิของตนเอง รวมทั้งรู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และเคารพข้อตกลงของคนส่วนใหญ่
- ถ้าเกิดข้อขัดแย้งกัน ให้แก้ปัญหาด้วยหลักเหตุผล ไม่ใช่อารมณ์หรือพลังกำลังในการแก้ปัญหา เพราะไม่ใช่วิธีแก้ปัญหาที่ถูกต้อง แต่กลับจะทำให้เกิดปัญหาอื่นๆ ตามมา
- ในการแข่งขันทำกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียน เช่น การแข่งกีฬา การประกวดในด้านต่างๆ ต้องฝึกฝนตนเองให้เป็นผู้รู้จักแพ้ ชนะ และให้อภัย รวมทั้งยอมรับในคำตัดสินของคณะกรรมการ

กล่าวได้ว่าทั้งครอบครัว และโรงเรียนมีเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญเป็นอย่างมากในการอบรมหล่อหลอมเกล้าให้บุตรมีเจตคติ และพฤติกรรมที่พึงปรารถนาของสังคมในทุกๆ ด้าน เช่น การดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรมจริยธรรม การตั้งใจศึกษาเล่าเรียน การดูแลอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม และทรัพยากรธรรมชาติ การมีจิตอาสา การมีจิตสาธารณะ การออกกำลังกายอย่างเหมาะสมการดูแลสุขภาพสุขภาพกาย และสุขภาพจิต การดำเนินชีวิตตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การแสดงออกทางการเมืองอย่างถูกต้อง และเหมาะสม โดยให้ความสำคัญทั้งการศึกษาในระบบและการศึกษาทางเลือกไปพร้อมกัน เพื่อสร้างคุณภาพของคนไทยให้สามารถเรียนรู้ พัฒนาตนได้ เติบโตตามศักยภาพ ประกอบอาชีพ และดำรงชีวิตได้โดยมีความใฝ่รู้ และทักษะที่เหมาะสม เป็นคนดีมีคุณธรรม สร้างเสริมคุณภาพการเรียนรู้ โดยเน้นการเรียนรู้เพื่อสร้างสัมมาชีพในพื้นที่ ลดความเหลื่อมล้ำ และพัฒนากำลังคนให้เป็นที่ต้องการเหมาะสมกับพื้นที่ ทั้งในด้านการเกษตร อุตสาหกรรม และธุรกิจบริการ

#### ๒.๔. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในยุคสังคมก้มหน้า ปฏิสัมพันธ์ของผู้คนถูกลดทอนด้วยเทคโนโลยี เมื่อบริบททางสังคมแปรเปลี่ยน เรื่องของ “สุขภาวะผู้สูงอายุ” จะเป็นสิ่งที่ไกลห่างจากคนรุ่นใหม่ เมื่อทบทวนดูแล้วจะพบว่าสิ่งที่ผู้สูงวัยขาด คือ โอกาสสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนรอบด้าน ธรรมนุญสุขภาพพระสงฆ์ ซึ่ง

เป็นแม่แบบของการผลักดันด้านทางของการพัฒนาสุขภาพและสิทธิการเข้าถึงบริการทางสุขภาพแก่พระสงฆ์ในสังคมไทย ขณะเดียวกันยังสะท้อนอัตลักษณ์ของคณะสงฆ์ถึงคือความพยายามเกื้อกูลแก่ชุมชน โดยเสนอให้พระสงฆ์ได้ใช้ทุนทางสังคมดูแลทั้งภายในสังฆะและสามารถเกื้อกูลให้ประชาชนมีสุขภาพดี โดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาหรือพื้นที่ของวัดเป็นแหล่งพัฒนาจิต และปัญญาควบคู่ไปด้วย การนี้ พระเดชพระคุณพระเทพเวที รศ.ดร. ผู้รักษาการแทนเจ้าคณะภาค ๖ และ รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้มอบหมายนโยบายให้กองกิจการนิสิตร่วมกับหน่วยงานด้านสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ อาทิ สสส. สปสช. และ สช. เป็นต้น ในการพัฒนาพระนิสิตของมหาวิทยาลัยสงฆ์ให้สนองงานการพัฒนาสุขภาพให้กับพระสงฆ์และประชาชนในอนาคตต่อไป (พระมหาชุตีภัก อภินนโท, สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มจร, )

#### ๒.๔.๑ งานวิจัยเกี่ยวกับการขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธ

ยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๘๐) ได้กำหนดเป้าหมายเพื่อพัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี คนเก่ง มีคุณภาพ พร้อมสำหรับวิถีชีวิตในศตวรรษที่ ๒๑ และสังคมไทยมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อและสนับสนุนต่อการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต เพื่อขับเคลื่อนการพัฒนาประเทศและทรัพยากรมนุษย์ของไทย อย่างไรก็ตาม ด้วยแนวโน้มและบริบทการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว รุนแรง และฉับพลันมากยิ่งขึ้น ประกอบกับปัญหาทุนมนุษย์ขาดคุณภาพที่มีอยู่แต่เดิม ส่งผลให้ในระยะต่อจากนี้ การพัฒนาทุนมนุษย์จำเป็นต้องพิจารณาถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ โดยเฉพาะการเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์และความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี

#### แนวคิดเกี่ยวกับการขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย

พระมหาอำคา วรปัญญา (สุขแดง)<sup>๓๓</sup> (๒๕๖๔) บทความวิชาการ เรื่อง “การส่งเสริมสุขภาพวิถีพุทธในความปกติใหม่” นี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพวิถีพุทธในความปกติใหม่ ประกอบด้วย ๖ ด้าน ได้แก่ ๑.๑) สุขภาวะทางร่างกาย ๑.๒) สุขภาวะทางพฤติกรรม ๑.๓) สุขภาวะทางอารมณ์ ๑.๔) สุขภาวะทางจิตใจ ๑.๕) สุขภาวะทางสังคม ๑.๖) สุขภาวะทางปัญญา ๒) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการส่งเสริมสุขภาพวิถีพุทธในความปกติใหม่

<sup>๓๓</sup> พระมหาอำคา วรปัญญา (สุขแดง), “การส่งเสริมสุขภาพวิถีพุทธในความปกติใหม่”, วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๒ (กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔), หน้า ๔๕๕.

ประกอบด้วย ๔ ด้าน ได้แก่ ๒.๑) ปัจจัยด้านปัจเจกบุคคล ๒.๒) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ๒.๓) ปัจจัยด้านการสนับสนุนจาก “รัฐ บวร” ๒.๔) ปัจจัยด้านนโยบาย และ ๓) ประยุกต์ใช้

แนวทางการส่งเสริมสุขภาวะวิถีพุทธในความปกติใหม่ ประกอบด้วย ๕ ด้าน ได้แก่ ๓.๑) ศิลป์กับความปกติใหม่ ๓.๒) สมานศิลป์กับความปกติใหม่ ๓.๓) ปัญญากับความปกติใหม่ ๓.๔) สังคหะธรรมาภิบาลกับความปกติใหม่ ๓.๕) การปรับตัวและยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงในความปกติใหม่ ซึ่งการประยุกต์แนวทางการส่งเสริม สุขภาวะวิถีพุทธ กำหนดขึ้นเพื่อให้ครอบคลุมทั้งระบบ เกิดเป็นนวัตกรรมสุขภาวะในความปกติใหม่ จากการทบทวนวรรณกรรมสรุปเป็นองค์ความรู้ และสังเคราะห์ขึ้นภายใต้ปรากฏการณ์ทางสังคมปัจจุบันท่ามกลาง การแพร่ระบาดไวรัสโคโรนา๒๐๑๙ (โควิด - ๑๙) เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมในด้านต่าง ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะให้เกิดคุณภาพ อันจะส่งผลต่อสภาพการดำรงชีวิตและรูปแบบการดำเนินชีวิตปกติสุข เป็นขุมพลังให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี ภายใต้นโยบายแห่งรัฐ โดยกระทรวงสาธารณสุขที่บูรณาการทำงานร่วมกับทุกกระทรวง ทบวง กรม และองค์กรทางพระพุทธศาสนา เพื่อส่งเสริมสุขภาวะวิถีพุทธให้สอดคล้องกับทุกขสัจจ จากอุบัติการณ์ความปกติใหม่ สังคมโลกที่เปลี่ยนไป ครอบคลุมทุกช่วงวัยของชีวิต เต็มโตไปข้างหน้าอย่างมีคุณภาพ ตอบสนองการบรรลุวิสัยทัศน์ของชาติ ได้แก่ มั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน

#### พระโสภณพัฒนบัณฑิต, ธวัชรัตน์ แดงหาญ และพระประเสริฐศักดิ์ รัตนบุญโณ<sup>๓๔</sup>

(๒๕๖๒) ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง “การขับเคลื่อนระบบสุขภาพ โดยใช้ธรรมานุยุตสุขภาวะชุมชนวิถีพุทธตำบลหนองตาไก่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด” พบว่า ตำบลหนองตาไก้มีผลงานแสดงให้เห็นอย่างเป็นรูปธรรม โดยมีกลไกการขับเคลื่อนอย่างเป็นระบบ ได้แก่การบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพ มีแผนการดำเนินงาน มีกฎกติกาที่ทำให้ทุกคนสามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องเป็นแนวทางเดียวกัน อย่างเป็นธรรม ส่งผลให้การบริหารจัดการงบประมาณเป็นไปอย่างถูกต้อง ทำให้การดำเนินงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ เนื่องจาก อบต.และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีการดำเนินงาน ผู้ปฏิบัติมีความมั่นใจ ปฏิบัติงานอย่างถูกต้องโปร่งใสและเป็นธรรม ทั้งนี้โดยการมีส่วนร่วมของชุมชนที่จะร่วมตรวจสอบการดำเนินงานให้เกิดการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดได้อย่างเป็นประโยชน์อย่างสูงสุดต่อส่วนรวมอย่างแท้จริง แหล่งงบประมาณที่สำคัญคือ กองทุนสุขภาพตำบล เมื่อมีธรรมานุยุตพื้นที่ฉบับนี้ก็ทำให้องค์กรสุขภาพตำบลมีเครื่องมือที่ใช้กำกับการดำเนินงานได้อย่างโปร่งใส ยุติธรรมและมีมาตรฐานชัดเจนด้านกำลังการขับเคลื่อน พบว่า หน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีกลไกของการดำเนินงานแบบบูรณาการ ทั้งงบประมาณและภารกิจในบรรยากาศของการมีส่วนร่วมทั้งภาคีเครือข่ายภาครัฐ และเอกชน รวมทั้ง

<sup>๓๔</sup> พระโสภณพัฒนบัณฑิต และคณะ, “การขับเคลื่อนระบบสุขภาพ โดยใช้ธรรมานุยุตสุขภาวะชุมชนวิถีพุทธตำบลหนองตาไก่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด”, วารสารวิชาการธรรมทรรศน์, ปีที่ ๑๙ ฉบับที่ ๒ (เมษายน - มิถุนายน ๒๕๖๒). หน้า ๑-๒.

คนในชุมชนด้วย ทั้งนี้เพราะการดำเนินงานสามารถแก้ปัญหาของชุมชนได้ตามความต้องการอย่างตรงจุด ในด้านหลักประกันสุขภาพและความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ทำให้เกิดกฎกติกาชุมชนบรรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรมที่ช่วยยึดโยงสังคมให้มีความเข้มแข็งมั่นคง ประชาชนทุกคนยอมรับและปฏิบัติตามด้วยความจริงใจ ตามพันธสัญญา นอกจากนี้ยังมีกลไกในการคุ้มครองสิทธิ์ของประชาชนกลุ่มต่าง ๆ ตั้งแต่เกิดจนตาย เช่นการดูแลพัฒนาการเด็กเล็ก กลุ่มเยาวชน กลุ่มสตรีและกลุ่มผู้สูงอายุ นอกจากนี้ยังมีกลไกของการส่งเสริมให้คนทำความดีโดยการมีธนาคารความดี อันจะส่งผลให้คนในชุมชนอยู่อย่างมีความสุขทั้งกายและใจ ส่งผลดีต่อสุขภาพในที่สุด

สรุป จากแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ : สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงใน จังหวัดเลย การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ หมายถึง กลุ่มคนกลุ่มองค์กรกลุ่มหน่วยงานหรือกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอยู่แล้วหรือจัดรวมเป็นกลุ่มเดียวกันประเภทเดียวกันหรือพื้นที่เดียวกันเข้าร่วมเป็นสมาชิก ใช้เพียงการรวมกลุ่มของสมาชิกที่มีความสนใจร่วมกันในระดับเพียงแค่การพบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือร่วมสังสรรค์ด้วยกันเท่านั้นหากจะต้องพัฒนากระบวนการด้านสุขภาวะวิถีพุทธ ไปสู่ระดับของการลงมือทำกิจกรรมร่วมกันด้วยเป้าหมายที่ร่วมกันด้วยมีสุขภาวะที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ สู่อสังคัมที่สงบสุข อย่างยั่งยืนต่อไป

## ๒.๕ กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยได้นำเอาแนวความคิดเกี่ยวกับลักษณะสำคัญของ พระโสมนพัฒนาบัณฑิต, ธวัชรัตน์ แดงหาญ และพระประเสริฐศักดิ์ รตนบุญ โณ (๒๕๖๒) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนระบบสุขภาพ โดยใช้ธรรมนุญสุขภาพชุมชนวิถีพุทธ ตำบลหนองตาไก่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด” มากำหนดเป็นกรอบแนวคิด ดังนี้





## บทที่ ๓

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒) รูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย การวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

#### ๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยเน้นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้ศึกษาแนวคิด หลักการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย จากคัมภีร์ จากเอกสารที่เกี่ยวข้องรวมถึงการเก็บข้อมูลเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เช่น การสัมภาษณ์ เชิงลึก การประชุมกลุ่มย่อย และการจัดเวทีวิชาการของชุมชนต่างๆ และภาคที่เกี่ยวข้อง คณะผู้วิจัยได้คัดเลือกการสัมภาษณ์เจาะลึกผู้ที่เกี่ยวข้อง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญการศึกษาครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้กำหนดประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ดังนี้

กลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เครือข่ายการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) ประชากรศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุ โดยศึกษาจากผู้สูงอายุที่อาศัยใน ๒ อำเภอ ซึ่งขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของทาโร ยามาเน่ และการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบโควตา (Quota sampling) ประกอบด้วย ๑) อำเภอเมืองเลย ประชากร จำนวน ๙๕,๗๑๒ ราย ๒) อำเภอวังสะพุง ประชากร

จำนวน ๖๖,๔๓๒ ราย จำนวนประชากร ทั้งสิ้น ๑๖๒,๑๔๔ ราย (กรมกิจการผู้สูงอายุ รายงานข้อมูล จังหวัดเลย ณ วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๕) รวมประชากรกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญในแผน บูรณาการวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย” จำนวน ๑๑๖ ราย

๓.๑.๑ การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย

- ๑) กลุ่มผู้สูงวัย / พระสงฆ์ในพื้นที่พัฒนา ๒ พื้นที่ๆ ละ ๕ ราย จำนวน ๑๐ ราย
- ๒) ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ เช่น ๑. โรงเรียนผู้สูงวัย ๒. องค์การบริหารส่วนตำบล และ เทศบาลตำบล ๓. อสม. เกี่ยวข้องในพื้นที่ดำเนินการศึกษา ๒ พื้นที่ๆ ละ ๖ ราย จำนวน ๑๒ ราย
- ๓) ปราชญ์ท้องถิ่น ผู้อาวุโส และกลุ่มชาวบ้านในพื้นที่ ๒ อำเภอ ในจังหวัดเลย พื้นที่ๆ ละ ๕ ราย จำนวน ๑๐ ราย
- ๔) กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสาที่ทำงานในในจังหวัดเลย ๒ อำเภอ เพื่อร่วมเรียนรู้ จำนวนพื้นที่ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

๓.๑.๒ การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย

- ๑) กลุ่มผู้สูงวัยอยู่ในพื้นที่ ๒ อำเภอ ในจังหวัดเลย จำนวน ๔๐ ราย
- ๒) กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสาที่ทำงานในพื้นที่ใน ๒ อำเภอ เพื่อร่วมเรียนรู้ในการ พัฒนาชุมชนและการพัฒนาสังคม จำนวนพื้นที่ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย
- ๓) กลุ่มโรงเรียนผู้วัย ๒ พื้นที่ ๆ ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

รวมประชากรกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญในแผนบูรณาการวิจัยเรื่อง “การ ขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย” จำนวน ๑๑๖ ราย

### ๓.๒ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพโดยเน้นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้มีการดำเนินการวิจัยเป็น ๓ ระยะ ดังนี้

#### ระยะที่ ๑ ระยะเตรียม

การเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดย ๑. การสัมภาษณ์เชิงลึกและการสนทนากลุ่ม ๒. การศึกษาค้นคว้าและสำรวจข้อมูลจากเอกสารตำรางานวิจัย วิทยานิพนธ์ ดุษฎีนิพนธ์แนวคิดและทฤษฎีที่ใช้การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

#### ระยะที่ ๒ ระยะดำเนินการ

๑. จัดประชุมออกแบบ การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญปฏิบัติการ

๒. ดำเนินการรูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย

๓. ติดตามประเมินความก้าวหน้าในการดำเนินงานโดยการสังเกต สัมภาษณ์สอบถามและประชุมร่วมกัน

๔. สะท้อนผลโดยการสรุปและประเมินผลการดำเนินงานของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย เพื่อวิเคราะห์ปัญหาอุปสรรคและปัจจัยสู่ความสำเร็จ

ระยะที่ ๓ ระยะประเมินผล ประเมินผลการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

๑) ประโยชน์ทางวิชาการ แผนบูรณาการนี้ ใช้เป็นคู่มือ การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ : สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงใน จังหวัดเลย ได้รูปแบบกระบวนการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ได้พัฒนารูปแบบการ งานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ : สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง

๒) ประโยชน์กับชุมชนและสังคม แผนบูรณาการการวิจัยนี้จะช่วยเพิ่มรายได้ให้ชุมชนสังคม การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ นอกจากนั้น คณะผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญกับกลุ่มเครือข่ายผู้ประกอบการ และภาครัฐ ทุกภาคส่วนเพื่อบูรณาการพัฒนารูปแบบจัดการพัฒนาเศรษฐกิจแบบมีส่วนร่วมตอบสนองยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี แผนพัฒนากลุ่มจังหวัด จังหวัดภาคอีสานตอนบน

๓) ประโยชน์เชิงเศรษฐกิจ การเพิ่มศักยภาพการส่งเสริมการค้าและลงทุน กระตุ้นเศรษฐกิจ จังหวัดเลย เชื่อมโยงกับการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม และส่งเสริมการเกษตร การมีส่วนร่วมของภาคประชาชน รัฐบาลและเอกชน และสร้างเสริมแนวทางการบริหารจัดการแบบมีส่วนร่วม ยั่งยืน

๔) ประโยชน์เชิงนโยบาย การเพิ่มศักยภาพและสร้างสังคมเข้มแข็ง การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในแผนงานวิจัยนี้ ประชากรก่อนวัยสูงอายุเพียบพร้อมไปด้วยทักษะสำคัญแห่งศตวรรษที่ ๒๑ พร้อมทั้งมีทักษะชีวิต มีการเตรียมการในทุกมิติก่อนวัยสูงอายุ พร้อมทั้งจะเรียนรู้และเพิ่มพูนทักษะการทำงานให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงตลอดช่วงชีวิต

### ๓.๓ เครื่องมือในการดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในโครงการวิจัยนี้ คือ

ระยะที่ ๑

- แบบสัมภาษณ์ (In-depth Interview) วิธีการนี้ผู้วิจัยใช้ในการรวบรวมข้อมูลจากประชากรกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญในพื้นที่ กรณีศึกษา

- โดยใช้สัมภาษณ์เรื่องราวต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับประวัติความเป็นมาของชุมชน สภาพสังคม และ วิธีการดำเนินชีวิตของกลุ่มชุมชนในพื้นที่กรณีศึกษาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน

- การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observations)

วิธีการนี้ผู้วิจัยใช้ในการรวบรวมข้อมูลจากประชากรกลุ่มตัวอย่าง

## ระยะที่ ๒ เครื่องมือที่ใช้ในครั้งนี้ได้แก่

กิจกรรม การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย ด้วยเทคนิคการมีส่วนร่วมสนับสนุนทางสังคม คือ ๓ อ. ๑) อาหาร ๒) การออกกำลังกาย ๓) อารมณ์ ๓ ส. ๑) สวดมนต์ ๒) สมาธิ ๓) สนทนาธรรม/ และมรรค ๘ คือ ๑) สัมมาทิฐิ ๒) สัมมาสังกัปปะ ๓) สัมมาวาจา ๔) สัมมากัมมันตะ ๕) สัมมาอาชีวะ ๖) สัมมาวายามะ ๗) สัมมาสติ ๘) สัมมาสมาธิ ดำเนินการจัดกิจกรรมจำนวน ๖ ครั้ง ๖ สัปดาห์ โดยมีขั้นตอนการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อรูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง มาปรับใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

- การสังเกตแบบมีส่วนร่วม คณะผู้วิจัยเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ขณะเดียวกันจะซักถามและจดบันทึก เพิ่มเติมอย่างละเอียดมากขึ้น

กิจกรรมที่ ๑ “สุขใจ เมื่อได้สวดมนต์”

กิจกรรมที่ ๒ “สมาธิมา ปัญญาเกิด”

กิจกรรมที่ ๓ “การสนทนาธรรม นำชีวีวิถีพุทธ”

กิจกรรมที่ ๔ การดูแลสุขภาพด้วยหลักการ

กิจกรรมที่ ๕ การ “ขยับกาย สบายชีวี”

กิจกรรมที่ ๖ “อารมณ์ดีเพราะมีความสุข”

กิจกรรมที่ ๗ “จิตอาสา เพื่อพัฒนาชุมชน”

แบบมีโครงสร้างโดยแบบสอบถามแบ่งเป็นสองส่วน ส่วนที่หนึ่งถามข้อมูลส่วนบุคคล ส่วนที่สองถามข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย

การตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบคุณภาพฉบับร่างโดยให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยตรวจสอบความตรงความครอบคลุมของหัวข้อการรับรู้ด้านการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย แนวคิดและการจัดการเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน ซึ่งหลังจากทำการปรับแก้ไขแบบทดสอบตาม

ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญแล้ว ผู้วิจัยจึงนำผลมาปรับแก้ไขเพื่อให้ได้ข้อคำถามที่ชัดเจนยิ่งขึ้นแล้วจึงนำไปใช้จริง

### แบบสัมภาษณ์ (In-depth Interview)

#### คำถามสำหรับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

๑. จุดเด่นทางด้านกายภาพ (เอกลักษณ์) อะไร คือ การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ดังนี้

ศึกษาวิเคราะห์สภาพการณ์ปัจจุบัน เป็นการศึกษวิเคราะห์สภาพการณ์ต่างๆ ที่ดำรงอยู่ก่อนแล้วก่อนที่จะเริ่มการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย โดยทำการศึกษาข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้สูงอายุ คือ ๑) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมือง ๒) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมืองวังสะพุง รวมทั้งสิ้น ๑๑๒ คน กลุ่มผู้สูงอายุประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เครือข่ายผู้สูงอายุสร้างสรรค์นวัตกรรม การเตรียมความพร้อมของผู้ที่จะก้าวเข้าสู่ความสูงวัย สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธ ในสภาพการณ์ วิกฤตไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) จำนวน ๒ แห่ง โดยใช้สูตรการคำนวณของทาโร ยามาเน่ ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๑๑๒ ราย จากจำนวนประชากรทั้งสิ้น ๑๑๖,๕๔๖ ราย

๒. ปัญหาและอุปสรรคอะไรที่มีผลต่อ การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ดังนี้

ศึกษาวิเคราะห์สภาพการณ์ปัจจุบัน เป็นการศึกษวิเคราะห์สภาพการณ์ต่างๆ ที่ดำรงอยู่ก่อนแล้วก่อนที่จะเริ่มการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย โดยทำการศึกษาข้อมูลทั่วไปของ คือ ๑) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมือง ๒) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมืองวังสะพุง รวมทั้งสิ้น ๑๑๒ คน โดยการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ เช่น ๑. โรงเรียนผู้สูงอายุ ๒. องค์การบริหารส่วนตำบลและ เทศบาลตำบล ๓. สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดเลย ๔. วิทยาลัยสงฆ์เลย ๕. สำนักงานพื้นที่เขตการศึกษา เกี่ยวข้องในพื้นที่ดำเนินการศึกษา ๒ พื้นที่

๓. การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ท่านคิดว่าควรพัฒนาด้านใดบ้าง ดังนี้

ศึกษา วิเคราะห์สภาพการณ์ปัจจุบัน เป็นการศึกษาวិเคราะห์สภาพการณ์ต่างๆ ที่ดำรงอยู่ก่อนแล้วก่อนที่จะเริ่มดำเนิน การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย โดยทำการศึกษาข้อมูลทั่วไป คือ ๑) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมือง ๒) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมืองวังสะพุง รวมทั้งสิ้น ๑๐ คน โดยการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ เช่น ๑. โรงเรียนผู้สูงอายุ ๒. องค์การบริหารส่วนตำบลและ เทศบาลตำบล ๓. สำนักงานสถิติจังหวัด ๔. วิทยาลัยสงฆ์เลย ๕. สำนักงานพื้นที่เขตการศึกษา เกี่ยวข้องในพื้นที่ดำเนินการศึกษาพื้นที่ๆ ละ ๒ ราย จำนวน ๑๐ ราย วิเคราะห์สาเหตุปัญหา

๔. ข้อเสนอแนะหรือข้อคิดเห็นทั่วไป แบบตรวจสอบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย (Resource Audit)

การตรวจสอบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

#### การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observations)

โดยการร่วมกิจกรรมและการศึกษาลักษณะการมีส่วนร่วมของบุคคลกรการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับ ปรากฏการณ์ที่ต้องการศึกษาในแง่ต่างๆ เช่น ศักยภาพโครงสร้างพื้นฐาน สภาพแวดล้อมทางสังคมและธรรมชาติ วัฒนธรรมประเพณี วิถีชีวิต หลักพุทธธรรม แนวคิด และการจัดการ เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน อุปกรณ์ที่ใช้ได้แก่ แผนที่ กล้องถ่ายรูป สมุดบันทึก

#### ตัวอย่างประเด็นการสังเกตพื้นที่

๑. ผู้วิจัยใช้การถาม จดบันทึก สังเกต ฝ้าดูลักษณะทางกายภาพ สถานที่ เพื่อนำมาประกอบข้อมูลจากส่วนอื่นที่ได้รวบรวมมา

๒. การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

๓. การจัดการเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

๔. ศักยภาพโครงสร้างและสังคม สาธารณูปโภค ชุมชน

## ๕. หลักพุทธธรรม วิธีชุมชน วัฒนธรรม ค่านิยมต่างๆ ในชุมชน และแนวความคิด

ระยะเวลาดำเนินการสังเกตแบบมีส่วนร่วม ดังนี้

กิจกรรม	ระยะเวลาในการดำเนินการ
๑. ประชุมคณะทำงานวิจัย และผู้ช่วยวิจัยเพื่อชี้แจงกระบวนการ เพื่อตอบวัตถุประสงค์	ตุลาคม ๒๕๖๕
๒. ขอเอกสารเพื่อลงพื้นที่จากทางวิทยาลัยสงฆ์เลย ศึกษาเรื่อง การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย	ตุลาคม ๒๕๖๕
๓. ติดต่อประสานงานกับกลุ่มตัวแทนผู้ให้ข้อมูลสำคัญ และโรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ อำเภอ จังหวัดเลย	ตุลาคม ๒๕๖๕
๔. ประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์กับโรงเรียนผู้สูงอายุ และคณะผู้ร่วมงานวิจัย	พฤศจิกายน ๒๕๖๕
๕. จัดกิจกรรมร่วมกับครูและกลุ่มจิตอาสาในพื้นที่ โรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ แห่ง โดยมีผู้ช่วยงานวิจัย เข้าร่วมกิจกรรม เก็บข้อมูล	พฤศจิกายน - ธันวาคม ๒๕๖๕
๖. คณะผู้วิจัย และกลุ่มจิตอาสาในพื้นที่ โรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ แห่ง วางแผนร่วมกันในการดำเนินการช่วยเหลือและเป็นพี่เลี้ยง หารูปแบบกิจกรรมเพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้คนทุกโรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ แห่ง	พฤศจิกายน - ธันวาคม ๒๕๖๕
๗. ประเมินผลการดำเนินงานกิจกรรมตามโครงการศึกษา	มกราคม - กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖
๘. วิเคราะห์ผลการดำเนินงานกิจกรรมตามโครงการ เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”	มีนาคม - เมษายน ๒๕๖๖
๙. สรุปผลการดำเนินงานกิจกรรมตามโครงการ เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”	พฤษภาคม ๒๕๖๖
๑๐. รายงานผลการดำเนินงานกิจกรรมตามโครงการ เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” มิถุนายน	มิถุนายน ๒๕๖๖



**๓.๓.๑ เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ** โดยการสัมภาษณ์ (In-dept Interview ) โดยมีลักษณะแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง เพื่อสัมภาษณ์ผู้รู้กลุ่มตัวแทน

**๓.๓.๒ เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ** ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

๑) ศึกษาเอกสารต่างๆ ตลอดจนหนังสือตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒) กำหนดขอบเขตของเนื้อหาและสร้างแบบสอบถาม

๓) ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความถูกต้องและเหมาะสมของเครื่องมือ ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือแบบสอบถาม คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุเทน วรชชีโณรส ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสำนักศิลปะและวัฒนธรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย เป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้อง และปรับแก้ไขของเครื่องมือแบบสัมภาษณ์กลุ่ม โดยการตรวจสอบคุณภาพ นำร่างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมาตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และตรวจสอบ (การใช้ภาษาชัดเจน ชัดเฉพาะและเข้าใจง่าย) โดยผู้เชี่ยวชาญว่ามีความสอดคล้อง และเหมาะสมในการนำไปใช้

ด้านความเป็นปรนัย ผู้เชี่ยวชาญให้แก้ไขสำนวนภาษาบางส่วน ซึ่งได้พิจารณาปรับปรุงแล้วทำให้มีการใช้ภาษาได้ชัดเจน ชัดเฉพาะและเข้าใจง่าย ด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ทุกข้อรายการที่ให้ผู้เชี่ยวชาญ เกี่ยวข้องกับนิเวศวิทยาวัฒนธรรม

### ๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคณะผู้วิจัยได้แจ้งผู้ช่วยนักวิจัย ซึ่งเป็นนิสิตในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย และนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ร่วมเป็นคณะทำงานในการเก็บข้อมูลและร่วมกิจกรรม กิจกรรม การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ด้วยเทคนิคการมีส่วนร่วมสนับสนุนทางสังคม คือ ๓ อ. ๑) อาหาร ๒) การออกกำลังกาย ๓) อารมณ์ ๓ ส. ๑) สวดมนต์ ๒) สมาธิ ๓) สนทนาธรรม/ และมรรค ๘ คือ ๑) สัมมาทิฐิ ๒) สัมมาสังกัปปะ ๓) สัมมาวาจา ๔) สัมมากัมมันตะ ๕) สัมมาอาชีวะ ๖) สัมมาวายามะ ๗) สัมมาสติ ๘)

สัมมนาฯ ดำเนินการจัดกิจกรรมจำนวน ๗ ครั้ง ๗ สัปดาห์ โดยมีขั้นตอน การขับเคลื่อนระบบงาน สุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

### ๓.๕ การวิเคราะห์ และการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารการเก็บข้อมูลภาคสนามด้วยวิธีการ สัมภาษณ์สังเกต และการสนทนากลุ่มย่อยนำมาทำการวิเคราะห์ สรุป และอภิปรายผล โดยจับประเด็น ของเรื่องการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ตามวัตถุประสงค์ของการ วิจัยหลังจากนั้นจะนำมาเสนอรายงานแบบพรรณนาเชิงวิเคราะห์ (Analytical Description)

**ข้อมูลเชิงคุณภาพ** ที่ได้จากการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม (Focus Group) ใช้การ วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) นำมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ข้อมูลที่ได้จากการ สังเกต กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ และการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพทำการวิเคราะห์แต่ละ บุคคลในภาพรวม เพื่อการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย และนำมา สรุปประเด็นเนื้อหา เพื่อเตรียมการวางแผนปรับปรุง

#### การวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเป็นขั้นตอนต่างๆ ดังนี้

๑. นำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากเอกสารข้อมูลทั้งเอกสารปฐมภูมิ และทุติยภูมิจากแหล่ง ต่างๆ ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย และนำข้อมูลจากการบันทึกในขั้นตอนของการลงพื้นที่เป็น กรณีศึกษาในครั้งแรกมาวิเคราะห์ และตั้งเป็นคำถามเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ตามประเด็นที่ต้องการ ศึกษาวิจัย

๒. นำข้อมูลจากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างมาตรวจสอบความสมบูรณ์ซึ่งการตรวจสอบ ข้อมูลใช้การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้าด้านข้อมูลแบบสาม (Triangulation) ดังนี้

๒.๑ การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) เป็นการตรวจสอบ ข้อมูลที่ได้มานั้นถูกต้องหรือไม่ โดยแหล่งที่พิจารณาตรวจสอบ ได้แก่ แหล่งข้อมูลเวลา สถานที่ และ แหล่งบุคคลที่มีความต่างกันแต่ได้ข้อมูลที่ตรงกัน

๒.๒ การตรวจสอบสามเส้าด้วยวิธีการรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) คือการเก็บข้อมูลรวบรวมหลายวิธี ทั้งจากการศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์ การสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วม และไม่มีส่วนร่วม เมื่อข้อมูลมีความถูกต้องเป็นประเภท หรือแบ่งไปตามหมวดหมู่ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ในการวิจัย

### ๓.๖ ระยะเวลาการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ตั้งแต่เดือน ตุลาคม ๒๕๖๕ จนถึงเดือน กันยายน ๒๕๖๖ รวมระยะเวลา ๑ ปี

## บทที่ ๔

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒) เพื่อพัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย การวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการวิจัยในการศึกษาเชิงคุณภาพได้แบ่งการศึกษาออกเป็น ๒ ตอนเพื่อตอบวัตถุประสงค์ทั้ง ๒ ข้อ ประกอบด้วย ตอนที่ ๑) ผลการวิเคราะห์ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย และ ๒) รูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### ผลการวิเคราะห์รูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ (In-depth Interview) โดยมีการกำหนดคำถามไว้ล่วงหน้าและการสัมภาษณ์แบบเจาะจงประเด็นโดยการวิพากษ์ เพื่อพิจารณาความเหมาะสมจากประชากรกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ผู้รู้ (Keys persons) ในชุมชน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน ๑๑๒ รูป/คน ประกอบด้วย ดังนี้

กลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เครือข่ายการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) ประชากรศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุ โดยศึกษาจากผู้สูงอายุที่อาศัยใน ๒ อำเภอ ซึ่งขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของทาโร ยามาเน่ และการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบโควตา (Quota sampling) ประกอบด้วย ๑) อำเภอเมืองเลย ประชากร จำนวน ๙๕,๗๑๒ ราย ๒) อำเภอวังสะพุง ประชากร จำนวน ๖๖,๔๓๒ ราย จำนวนประชากร ทั้งสิ้น ๑๖๒,๑๔๔ ราย (กรมกิจการผู้สูงอายุ รายงานข้อมูลจังหวัดเลย ณ วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๕) รวมประชากรกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญในแผน

บูรณาการวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” จำนวน ๑๑๖ ราย

๑. การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย

๑) กลุ่มผู้สูงอายุ / พระสงฆ์ในพื้นที่พัฒนา ๒ พื้นที่ๆ ละ ๕ ราย จำนวน ๑๐ ราย

๒) ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ เช่น ๑. โรงเรียนผู้สูงอายุ ๒. องค์การบริหารส่วนตำบล และ เทศบาลตำบล ๓. อสม. เกี่ยวข้องในพื้นที่ดำเนินการศึกษา ๒ พื้นที่ๆ ละ ๖ ราย จำนวน ๑๒ ราย

๓) ประชาชนท้องถิ่น ผู้อาวุโส และกลุ่มชาวบ้านในพื้นที่ ๒ อำเภอ ในจังหวัดเลย พื้นที่ๆ ละ ๕ ราย จำนวน ๑๐ ราย

๔) กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสาที่ทำงานในในจังหวัดเลย ๒ อำเภอ เพื่อร่วมเรียนรู้ จำนวนพื้นที่ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

๒. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย

๑) กลุ่มผู้สูงอายุอยู่ในพื้นที่ ๒ อำเภอ ในจังหวัดเลย จำนวน ๔๐ ราย

๒) กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสาที่ทำงานในพื้นที่ใน ๒ อำเภอ เพื่อร่วมเรียนรู้ในการพัฒนาชุมชนและการพัฒนาสังคม จำนวนพื้นที่ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

๓) กลุ่มโรงเรียนผู้สูงอายุ ๒ พื้นที่ๆ ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

รวมประชากรกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญในแผนบูรณาการวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” จำนวน ๑๑๒ ราย

ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์เชิงลึก และการสนทนากลุ่ม (Focus Group) ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) นำมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตกิจกรรมเชิงปฏิบัติการ และการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพทำการวิเคราะห์แต่ละบุคคลในภาพรวม เพื่อการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย และนำมาสรุปประเด็นเนื้อหา เพื่อเตรียมการวางแผนปรับปรุง โดยปรากฏผลการศึกษาดังนี้

#### ๔.๑ ผลการวิเคราะห์เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ผู้วิจัยพบว่า การสื่อสารประยุกต์ใช้ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ อยู่บนพื้นฐานของการวางแผนจัดการอย่างเป็นระบบให้มีประสิทธิภาพอย่างชัดเจนโดยให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วม

มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑. เพื่อศึกษาสภาพการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ๒. เพื่อส่งเสริมและพัฒนาการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุของเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุ นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองเลย และ ๓. เพื่อสร้างรูปแบบงานขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ๓ ระดับของเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุ ในเขตอำเภอเมืองเลย จังหวัดเลย การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยมีข้อปัญหาที่ต้องการทราบจากการวิจัยอยู่ ๒ ประการ คืองานขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองเลยเป็นอย่างไร มีการส่งเสริม มีการสร้างรูปแบบ และมีกระบวนการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุหรือไม่ อย่างไร ในการวิจัย คณะวิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยไว้ ๓ ด้าน คือ ขอบเขตด้านพื้นที่ กำหนดศึกษาวิจัยในพื้นที่ ๖ เทศบาล ๔ องค์การบริหารส่วนตำบล จาก ๑๔ ตำบล ๔๐ หมู่บ้าน/ชุมชน จาก ๑๔๐ หมู่บ้าน/ชุมชน ของเขตอำเภอเมืองเลย, ขอบเขตด้านประชากร ได้กำหนดประชากรวิจัยไว้ ๕๐ คน จาก ๑๐ หน่วยงาน/องค์กร เพื่อเป็นผู้ให้สัมภาษณ์/ร่วมเสวนากลุ่ม ประชากรวิจัยนี้ได้มาโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย และ ขอบเขตด้านระยะเวลา โดยคณะวิจัยดำเนินการโครงการระหว่างวันที่ ๓๐ ตุลาคม ๒๕๖๕-๓๐ กันยายน ๒๕๖๖

พลเมืองของโลกที่อยู่ร่วมกันภายใต้กฎข้อบังคับและบัญญัติของกฎหมายอย่างเป็นระเบียบเพื่อความสงบและปลอดภัย แน่นนอนเราต่างอาศัยอยู่ในประเทศที่มีความแตกต่าง แต่ความแตกต่างทั้งหมดนั้น คือ ความต่างที่เหมือนกัน เพราะแม้แต่ละประเทศจะมีความเชื่อ มีศาสนาและวัฒนธรรม มีคนเชื้อชาติและสังคมที่ต่างกัน แต่ไม่ว่าจะต่างกันอย่างไร เราก็อยู่บนโลกเดียวกัน โลกใบเดียวกันกับที่เราได้ใช้ทรัพยากรธรรมชาติเพื่อความอยู่รอด อยู่กับธรรมชาติที่มีมาตลอดช่วงเวลาที่เราถือกำเนิดและดับไป การจัดทำแผนงาน โครงการ ปฏิทินงาน และปฏิบัติกิจกรรม ด้วยความเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอ การศึกษาหลักการ วัตถุประสงค์ ขอบข่าย แนวการจัดกิจกรรม การประเมินผลพัฒนาผู้เรียน และจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนให้บรรลุตามเป้าหมาย การชี้แจงและทำความเข้าใจกับผู้เรียนและผู้ปกครองเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นอย่าง

อิสระ การตั้งกลุ่มจิตอาสา เพื่อเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ทำงานเป็นทีม และมีคุณธรรม โดยมีพระคุณเจ้า คอยให้คำปรึกษากิจที่ต้องทำ

#### ๔.๑.๑) สภาพการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ผู้สูงอายุเป็นผู้ทำประโยชน์ให้แก่ครอบครัว ชุมชน สังคม เป็นเวลายาวนาน การที่จะดูแลสุขภาพท่านเหล่านี้ ให้มีสุขภาพร่างกายที่ดี สุขภาพจิตที่อบอุ่นจากครอบครัวและชุมชน นับว่าเป็นการตอบแทนบุญคุณตามหลักจริยธรรมอันเป็นหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา<sup>๓๕</sup> สามารถประมวลรวมเป็นแนวคิดและข้อเสนอแนะได้ว่า ผู้สูงอายุ มีอายุมาก วัยสังขารทรุดโทรม กิจกรรมคนหนุ่มคนสาวแบบเต็นแรงเต็นกา ไม่ควรใช้กับคนแก่หรือผู้สูงวัย ผู้สูงอายุ จะมีความสุขมาก เมื่อมีโอกาสได้เข้าวัด ได้ฟังเทศน์ ได้กราบพระ ได้สวดมนต์ ผู้สูงอายุไม่ว่าแห้ว ไม่เดี๋ยวตาย ไม่ถูกทอดทิ้ง เพราะมีโรงเรียนผู้สูงอายุ มีโรงเรียนอาวุโสศึกษา มีโรงเรียนชราบาล มีครูลูกครูหลานช่วยเหลือดูแล ส่วนข้อเสนอแนะนั้น<sup>๓๖</sup> ผู้สูงอายุนับว่าเป็นศูนย์กลางแห่งความเคารพนับถือคนในชุมชนและเป็นผู้ถ่ายทอดองค์ความรู้ไม่ว่าจะเป็นด้านทักษะการดำรงชีวิตและคุณธรรมจริยธรรมในการปรองดองกันในชุมชนและสังคมและเป็นกลไกในการสร้างสายสัมพันธ์คนในครอบครัวสู่ชุมชน<sup>๓๗</sup> การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุควรคำนึงถึง กายภาพและสุขภาพจิตเป็นหลัก ด้วยการจัดระบบ วิธีการ ให้ตอบสนองความต้องการของผู้สูงวัยให้ครอบคลุมท่านเหล่านี้<sup>๓๘</sup> ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ผ่านร้อนผ่านหนาวหรืออีกนัยหนึ่งคือผู้ที่ผ่านประสบการณ์มาทั้งชีวิต หากจะนำความรู้ความสามารถมาใช้ให้เป็นประโยชน์ด้วยการเป็นผู้ช่วยครูอาสาในโรงเรียนผู้สูงวัยและเป็นเครือข่ายผู้สูงวัยจะช่วยให้เกิดประโยชน์สูงสุดในสังคมและเทศชาติอย่างยิ่ง<sup>๓๙</sup> มีข้อเสนอแนะทั่วไปว่า ๑. ให้ท้องถิ่น ท้องถิ่น มีโรงเรียนผู้สูงอายุ หรือโครงการดูแลผู้สูงอายุเป็นโครงการประจำขององค์กร หน่วยงาน ของท้องถิ่น หรือท้องถิ่นตลอดไป<sup>๔๐</sup> ๒. ผู้สูงอายุที่มีได้เข้าร่วมกิจกรรมขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะกับหน่วยงาน องค์กร ด้วยเงื่อนไขส่วนบุคคล เช่น เป็นผู้พิการ ผู้ป่วยติดเตียง ผู้มีภาวะพึ่งพิง เป็นต้น ควรได้รับการดูแลและได้รับการจัดสรรสวัสดิการ

<sup>๓๕</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๐. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.เมือง เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๓๖</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๓. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.วังสะพุง เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๓๗</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๑. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.เมือง เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๓๘</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๕๐. เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.) เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๓๙</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๕. เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง) เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๔๐</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๖๙. นายก (ท.ต.น้ำสวย) เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่อยู่ในระบบ<sup>๔๑</sup> ๓. ผู้สูงอายุที่มีได้เข้าร่วมกิจกรรม ควรได้รับการเยี่ยมเยียนเป็นครั้งคราวจากกลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจจากคนวัยเดียวกัน หรือไม่ก็ให้หน่วยงาน องค์กร ได้ช่วยเหลือให้ท่านเหล่านั้น ได้มีโอกาสมาดูงาน มาชมเพื่อน ๆ ทำกิจกรรมร่วมกันบ้างเป็นคราว ๆ ไป<sup>๔๒</sup> เสนอแนะในด้านกิจกรรมผู้สูงอายุ<sup>๔๓</sup> ๑. ให้มีวันนัดพบผู้สูงอายุในระดับอำเภอและจังหวัด มีกิจกรรมร่วมกัน รับรางวัล รับเกียรติบัตร ไหว้พระสวดมนต์ร่วมกัน ฟังเทศน์พระมหาเถระร่วมกันอย่างเป็นทางการ และ ๒. ควรมีการวิจัยผลสัมฤทธิ์แห่งการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพะสำหรับผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั้งในระดับท้องถิ่น ระดับจังหวัด ระดับภาค และระดับชาติต่อไป

#### ๔.๑.๒) ส่งเสริมและพัฒนาการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพะผู้สูงอายุของเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุและโรงเรียนผู้สูงอายุ

ทรัพยากรมนุษย์เป็นสิ่งที่สำคัญต่อสรรพสิ่งมีชีวิตบนโลกซึ่งเป็นต้นทุนของสังคมที่ถูกนำมาใช้เพื่อความอยู่รอดและเพื่อความเจริญทางเศรษฐกิจและสังคม เดิมโลกใบนี้มีความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติเพียงพอกับจำนวนของมนุษย์ที่อาศัยอยู่ ด้วยเหตุผลนี้การรักษาความสมบูรณ์ของธรรมชาติให้คงอยู่นั้นจึงยังไม่อยู่ในความตระหนักรู้ เป็นเหตุเป็นตาให้กับชุมชนหรือหน่วยงานของรัฐในการสนับสนุนคนดี ด้านยาเสพติด และป้องกันคนที่เป็นภัยกับสังคมการสนับสนุนให้ผู้อื่นปฏิบัติตนเป็นพลเมืองดีเป็นจิตอาสาปฏิบัติเพื่อชุมชน<sup>๔๔</sup> การเสริมกิจกรรมของผู้สูงอายุ ใช้วิธีนำกิจกรรมเสริมมาร่วมบูรณาการการออกกำลังกายและพัฒนาจิตด้วยการสนทนาธรรม ฟังเทศจากพระสงฆ์และปฏิบัติธรรมด้วยการเรียนสมาธิจากพระสงฆ์ และกิจกรรม ลงแขก คือช่วยเป็นแรงงานช่วยเพื่อนอยู่ในโรงเรียนผู้สูงอายุ<sup>๔๕</sup> เป็นกิจกรรมเสริมผู้สูงอายุ การส่งเสริม กระตุ้น และในการออกกำลังกาย ร่วมปฏิบัติกิจกรรม และการประเมินผล<sup>๔๖</sup> รวมทั้งการส่งเสริมกิจกรรมด้านพระพุทธศาสนา ด้านการศึกษา โดย

<sup>๔๑</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๖๘. รองนายก (ท.ต.น้ำสวย) เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๔๒</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๕๔. เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.) เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๔๓</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๖๐. เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง) เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๔๔</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๕. กิจกรรมกลุ่ม โรงเรียนผู้สูงอายุ ต.น้ำสวย อ.เมือง จ.เลย เมื่อวันที่ ๒ กรกฎาคม ๒๕๖๖.

<sup>๔๕</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๗๐. ผช.ครูใหญ่ ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย เมื่อวันที่ ๑๐ มีนาคม ๒๕๖๖.

<sup>๔๖</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๑๑๐. กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา เมื่อวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๖.



ผ่านการบูรณาการด้านการเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ แล้วนำสู่ชุมชน การจัดกิจกรรมที่ฝึกการทำงานและ การให้บริการด้านต่างๆ ทั้งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและต่อส่วนรวม เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจ ความเอื้ออาทร ความเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณค่า และมีความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม การ สร้างกลุ่มจิตอาสา<sup>๔๗</sup> การประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรมของแต่ละโครงการ และเสริมสร้างกรณีที่ โครงการประเมินแล้วได้รับการตอบสนองจากนักเรียนผู้สูงอายุ

#### ๔.๑.๓) รูปแบบงานขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ๓ กลุ่มอายุของ เครือข่ายชมรมผู้สูงอายุและโรงเรียนผู้สูงอายุ

การสร้างกลไกเครือข่ายและบูรณาการการดำเนินงานในพื้นที่และขยายออกสู่ระดับ จังหวัด และประเทศ ด้วยเครือข่ายการปฏิบัติงานขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ การ เฝ้าระวัง การส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มผู้สูงอายุสุขภาพดี<sup>๔๘</sup> และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุใน กลุ่มเสี่ยง ให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ เพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานให้สอดคล้องกับบริบทของ พื้นที่ ด้วยรูปแบบการบูรณาการระหว่างชุมชนกับส่วนราชการและวัดที่อยู่ในพื้นที่ เช่น โรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น ด้วยรูปแบบการคัดกรองเบื้องต้น ทั้ง ผู้ป่วยติดเตียงและคนในครอบครัว รวมถึงเครือข่ายผู้สูงอายุ ปัจจุบันองค์การบริหารส่วนท้องถิ่น ได้เข้า มามีบทบาท โดยตรง ในเรื่องส่งเสริม โรงเรียนผู้สูงอายุ<sup>๔๙</sup> แต่ละท้องถิ่นมีส่วนสำคัญในการสนับสนุน เช่น กำลังคน กำลังทรัพย์ และสถานที่ในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ สร้างกระแสความรอบรู้ด้านสุขภาพในการดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวมเพื่อเตรียมความ พร้อมผ่านสื่อ Social Media, สื่อสาธารณะ หากได้เยาวชนจิตอาสาที่เป็นลูกหลานในพื้นที่เข้ามา มี ส่วนในด้าน Social Media แล้วจะสามารถเข้าถึงพร้อมทั้งช่วยผู้สูงอายุในการเข้าถึงสื่อ ส่งเสริมใน ด้าน การใกล้ชิดกับลูกหลานในชุมชนซึ่งส่งผลให้เกิดสานสายสัมพันธ์กันโดยไม่รู้ตัว อีกทั้งเยาวชนเองจะได้รู้สึก

<sup>๔๗</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๑๑๒. กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา เมื่อวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๖.

<sup>๔๘</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๕๘. เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง) เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๔๙</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๕๒. เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.) เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

ภูมิใจในการได้ทำในสิ่งที่ตัวเองถนัด<sup>๕๐</sup> นับว่าได้ทั้งความอบอุ่นในชุมชนและลดห่างระหว่างชั้นวัยของคนในชุมชนสร้างความเข้มแข็งให้ชุมชน รูปแบบงานขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ดังนี้

๑) ส่วนราชการ ท้องถิ่น มีโรงเรียนผู้สูงอายุ หรือโครงการดูแลผู้สูงอายุเป็นโครงการประจำขององค์กร หน่วยงาน ของท้องที่ หรือท้องถิ่นตลอดไป ผู้สูงอายุที่มีได้เข้าร่วมกิจกรรมขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะกับหน่วยงาน องค์กร ด้วยเงื่อนไขส่วนบุคคล เช่นเป็นผู้พิการ ผู้ป่วยติดเตียง ผู้มีภาวะพึ่งพิง เป็นต้น ควรได้รับการดูแลและได้รับการจัดสรรสวัสดิการเช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่อยู่ในระบบ และผู้สูงอายุที่มีได้เข้าร่วมกิจกรรม ตามที่กล่าวข้างต้นนั้นควรได้รับการเยี่ยมเยียนเป็นครั้งคราวจากกลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจจากคนวัยเดียวกัน หรือไม่ก็ให้หน่วยงาน องค์กร ได้ช่วยเหลือให้ท่านเหล่านั้น ได้มีโอกาสมาคุยเพื่อน ๆ ทำกิจกรรมร่วมกันบ้างเป็นคราว ๆ ไป<sup>๕๑</sup>

๒) ให้มีวันนัดพบผู้สูงอายุในระดับอำเภอ และจังหวัด มีกิจกรรมร่วมกัน รับรางวัล รับเกียรติบัตร ไหว้พระสวดมนต์ร่วมกัน ฟังเทศน์พระมหาเถระร่วมกันอย่างเป็นทางการ และควรมีการวิจัยผลสัมฤทธิ์แห่งการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั้งในระดับท้องถิ่น ระดับจังหวัด ระดับภาค และระดับชาติต่อไป<sup>๕๒</sup>

สรุป ผู้สูงอายุ มีอายุมาก วัยสังขารทรุดโทรม กิจกรรมคนหนุ่มคนสาว ไม่ควรใช้กับคนแก่หรือผู้สูงวัย ผู้สูงอายุ จะมีความสุขมาก เมื่อมีโอกาสได้เข้าวัด ได้ฟังเทศน์ ได้กราบพระ ได้สวดมนต์ เมื่อมีกิจกรรมทางโลกแล้ว ต้องมีกิจกรรมทางธรรมด้วยและผู้สูงอายุไม่ว่าเหว ไม่เดี๋ยวตาย ไม่ถูกทอดทิ้งเพราะมีโรงเรียนผู้สูงอายุ มีโรงเรียนอาวุโสศึกษา มีโรงเรียนชราบบาล มีครูลูกครูหลานช่วยเหลือดูแล ซึ่งแยกออกเป็น ๓ กลุ่ม ๑) กลุ่มติดสังคม ๒) กลุ่มติดบ้าน ๓) กลุ่มติดเตียง ดังการประสานการร่วมมือระหว่างรัฐกับภาคเอกชนและชุมชน บูรณาการจัดการอบรมจิตอาสาพร้อมเสริมสร้างเยาวชนจิตอาสาในแต่ละท้องที่ให้ได้รับความรู้ความเข้าใจในกิจกรรมต่างๆ เช่น ด้านฟื้นฟูศักยภาพ ด้าน

<sup>๕๐</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๑๑๑. กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา เมื่อวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๖.

<sup>๕๑</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๔. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.วังสะพุง เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๕๒</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๑๑. กิจกรรมกลุ่ม โรงเรียนผู้สูงวัย ต.น้ำสวย อ.เมือง จ.เลย เมื่อวันที่ ๒ กรกฎาคม ๒๕๖๖.

ผู้จัดการการดูแลผู้สูงอายุ (Care Manager) และด้านผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Caregiver) ด้านประชาสัมพันธ์ (Social Media)

## ๔.๒ ผลการวิเคราะห์การพัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยจากสถานการณ์ โรคภัย พิบัติติดต่อร้ายแรง

### ๔.๒.๑ แนวคิดการเยียวยาสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักการสาธารณสุขสงเคราะห์วิถีพุทธ

สังคมปัจจุบัน เกิดสถานการณ์ปัญหาภัยพิบัติที่นับวันจะทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น เช่น การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ภาวะโลกร้อน สงคราม และโรคระบาด ฯลฯ ภัยพิบัติที่เกิดขึ้นส่งผลกระทบต่อประชาชนทุกเพศวัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุถือว่าเป็นผู้ที่มีภาวะเสี่ยงมากกว่ากลุ่มคนอื่น ๆ เมื่อปี ๒๕๖๓ ได้เกิดสถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง (โรคโควิด-๑๙) ระบาดในประเทศไทย ส่งผลกระทบต่อประชาชนทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม สาธารณสุข และสุขภาพจิต ซึ่งต้องอาศัยความร่วมมือจากหน่วยงานภาครัฐ เอกชนและประชาสังคม การจัดตั้งกลไกการขับเคลื่อนให้ทุกภาคส่วนได้มีส่วนร่วม ในการเฝ้าระวังการป้องกันดูแลสุขภาพ ในช่วงที่สถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง (โรคโควิด-๑๙) จำนวนผู้ติดเชื้อและผู้เสียชีวิตต่อวันเพิ่มขึ้น ในกลุ่มของผู้เสียชีวิตส่วนใหญ่เป็นกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งเป็นวัยที่มีระบบภูมิคุ้มกันเสื่อมถอยลง ทำให้ผู้เสี่ยงติดเชื้อโควิด-๑๙ ได้ง่าย และอาจมีอาการรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้<sup>๕๓</sup> ดังนั้น การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง พระพุทธศาสนาได้เสนอพุทธวิธีในการดูแลสุขภาพที่สอดคล้องต่อการนำไปดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวมได้อย่างเหมาะสมเพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิตที่มีคุณภาพตามศักยภาพของแต่ละบุคคล ภายใต้องค์ประกอบของสุขภาวะในแต่ละมิติ<sup>๕๔</sup> คือ ๑) สุขภาวะทางกาย ๒) สุขภาวะทางจิต ๓) สุขภาวะทางสังคม และ ๔) สุขภาวะทางจิตวิญญาณ และ ๕) สุขภาวะทางสิ่งแวดล้อม ในปัจจุบันมีความสำคัญมากทั้งสิ่งแวดล้อมด้านกายภาพและสิ่งแวดล้อมทางสังคม ในการที่จะดูแลสุขภาพให้ครอบคลุมแบบองค์รวมได้นั้นการควบคุมจิตใจและร่างกายให้มีสุขภาวะที่ดีเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพราะสุขภาวะทางใจที่ดีส่งผลให้สุขภาวะทางกายดีไปด้วย<sup>๕๕</sup> ความสุขในทางพระพุทธศาสนา มี ๒ อย่างคือ กายิกสุขคือสุขทางกาย และเจตสิกสุขคือสุข

<sup>๕๓</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๕๔. เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.) เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๕๔</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๓. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.วังสะพุง เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๕๕</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๕๐. เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.) เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

ทางใจ ทศนะเรื่องความเจ็บป่วยพระพุทธรูปเจ้าทรงแสดงไว้ว่า “ร่างกายเป็นรังแห่งโรค” บุคคลย่อมจะเจ็บป่วยอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นธรรมดา ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ผู้ที่ปราศจากโรคทางกายเป็นเวลานานๆ หรือไม่มีโรคทางกายปรากฏอยู่เลยนั้นพอหาได้ แต่คนที่ไม่ได้มีโรคทางใจแม้เพียงชั่วขณะหนึ่งนี้หายาก ยกเว้นพระอรหันต์ผู้หมดกิเลสแล้วเท่านั้น” ดังนั้น การให้คำปรึกษาหรือคำแนะนำในการดูแลป้องกันโรคจะเป็นพลังส่งเสริมให้สามารถควบคุมหรือเอาชนะสิ่งทำลายต่อชีวิตได้ รวมถึงเป็นการเตรียมพร้อมให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขทั้งกายและจิตใจ

การสาธารณสุขสงเคราะห์วิถีพุทธเป็นการสังคมสงเคราะห์รูปแบบหนึ่งของพุทธศาสนา โดยถือเป็นแนวทางที่วัดและพระสงฆ์มีส่วนร่วมในการช่วยเหลือเกื้อกูลประชาชนโดยให้การสงเคราะห์ทั้งทางจิตใจและทางวัตถุ โดยจะเน้นให้การช่วยเหลือด้านจิตใจแก่ผู้ประสบอุบัติเหตุหรือเดือดร้อน เป็นที่พึ่งบนพื้นฐานการใช้ปัญญาให้สามารถพึ่งตนเองได้ซึ่งถือเป็นกลไกสำคัญส่วนหนึ่งที่ช่วยขับเคลื่อนสังคมจังหวัดเลยเป็นจังหวัดหนึ่งที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ดังนั้น คณะผู้วิจัยจึงต้องการศึกษารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยจากสถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงในจังหวัดเลย เพื่อจะได้เป็นแนวทางส่วนหนึ่งในการแก้ไขปัญหาต่อไป

#### ๔.๒.๒ รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในสถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง

รูปแบบการสร้างสุขภาพผู้สูงอายุตามแนววิถีพุทธ เป็นการดูแลชีวิตแบบองค์รวม ประกอบด้วยด้านร่างกาย จิตใจ ปัญญา และสังคมสิ่งแวดล้อมให้เกิดความสมดุล มีสุขภาพที่ดีทั้งกายและจิตใจ แนวทางในการสร้างสุขภาพของพระพุทธศาสนาโดยนำเอาหลักไตรสิกขาและภาวนา ๔ มาประยุกต์<sup>๕๖</sup> คือ (๑) การสร้างสุขภาพด้านร่างกายและสิ่งแวดล้อมด้วยอิศศีลสิกขา มีสัมมาวาจา (วาจาชอบ) สัมมาภิมันตะ (การกระทำชอบ) และสัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีวิตชอบ) ให้มนุษย์สามารถดำเนินชีวิตเป็นไปในทิศทางถูกต้องเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์และสิ่งแวดล้อม (๒) การสร้างสุขภาพด้านจิตใจด้วยอิจิตตสิกขา ซึ่งมีสัมมาวายามะ (เพียรชอบ), สัมมาสติ (ระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (จิตตั้งมั่นชอบ) เป็นอริยมรรคให้ดำเนินชีวิตด้วยสภาวะจิตที่บริสุทธิ์และมีสมาธิตั้งมั่น และ (๓) การ

<sup>๕๖</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๑. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.เมือง เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

สร้างสุขภาวะด้านปัญญาด้วยอภิปญญาสิกขา ซึ่งมีสัมมาทิฐิ (ความเห็นชอบ) อันเป็นความเข้าใจเรื่องราวอย่างถูกต้อง มีปัญญาเห็นชอบในสิ่งที่ถูกทั้งทางโลกและธรรมะ<sup>๕๗</sup>

#### ๔.๒.๓ หลักการและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมของสถานปฏิบัติธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ

หลักการและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมของสถานปฏิบัติธรรม ดังนี้ ๑. รูปแบบการสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนววิถีพุทธ มี ๒ รูปแบบ คือ ๑) การเยียวยาทางจิตใจ เป็นการดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุแบบองค์รวม ได้แก่ อัถละ ๓ ประการ หลักไตรสิกขาและภาวนา ๔ มาเป็นกรอบการดำเนินการ ๒) การเยียวยาทางวัตถุ อาศัยองค์การทางศาสนาและนโยบายทางสังคมเข้ามาร่วมสนับสนุน<sup>๕๘</sup> ๒. รูปแบบการส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุในสถานการณโรครภัยพิบัติติดต่อย่ำแรงของการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ มี ๕ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ได้แก่ ส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ด้านจิตใจ ได้แก่<sup>๕๙</sup> การรวมกลุ่มจัดกิจกรรมทางศาสนา การฝึกสมาธิ เป็นต้น ด้านสังคม ได้แก่ การส่งเสริมการเข้าร่วมกลุ่มกิจกรรมนันทนาการ ด้านจิตวิญญาณ ได้แก่ การทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา และด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ การจัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม คนในครอบครัวต้องคอยเอาใจใส่ และ ๓. หลักการและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมของสถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่งในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ๑) หลักการทั่วไปของสถานปฏิบัติธรรม เป็นสถานที่ทำบุญ ฝึกสมาธิและปฏิบัติธรรมของประชาชนทั่วไปทั้งแบบง่ายและแบบเชิงลึก ๒) หลักพุทธธรรมที่ประยุกต์ในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่มาปฏิบัติธรรม คือ ได้แก่ หลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา, และหลักภาวนา ๔ ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตตภาวนา และปัญญาภาวนา

สรุป การรับรู้เกี่ยวกับการใช้ชีวิตของแต่ละบุคคล ซึ่งสามารถอธิบาย ได้ดีที่สุดจากความพึงพอใจที่ผู้สูงอายุแต่ละบุคคลได้รับ โดยจะวัดการรับรู้เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแต่ละด้าน คือ ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี ด้านสภาพร่างกายที่ดี ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม และด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง ผลของการปฏิบัติธรรม นอกจากจะ

<sup>๕๗</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๓. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.วังสะพุง เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๕๘</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๒. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.เมือง เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

<sup>๕๙</sup> สัมภาษณ์หมายเลข ๔๔. พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.เมือง เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๖.

เป็นการสร้างขวัญและกำลังใจแก่ผู้ป่วยแล้ว ยังเป็นการสร้างความสามัคคีปรองดองให้เกิดขึ้นในหมู่ญาติและครอบครัวของผู้ป่วยได้อีกด้วย เป็นการตั้งใจที่จะให้ความดีที่ตนสะสมมาจากการบำเพ็ญเพียรทางจิตหรือการสร้างคุณความดีอย่างใดอย่างหนึ่งนั้น ส่งผลในสิ่งที่ตนเองได้ใช้ปัญญาพิจารณาว่าเป็นสิ่งที่เหมาะสมและควรที่จะได้รับ เป็นต้นว่า อธิษฐานให้ตนเองก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม มีเพื่อนที่เป็นกัลยาณมิตรผู้เป็นบัณฑิต ขอให้ตนกระทำมงคลต่างๆ ให้สมบูรณ์ การทำบุญด้วยการรู้จักเผื่อแผ่แบ่งปัน สงเคราะห์สิ่งของต่อผู้อื่น เพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข การรู้จักฝึกตนและวางตนให้อยู่ในระเบียบแบบแผนควบคุมตนไม่ให้ทำชั่ว รู้จักอ่อนน้อมถ่อมตนมีสัมมาคารวะ และการเจริญภาวนาการรู้จักขวนขวายหาความรู้ใส่ตนเอง อบรมจิตให้รู้จักพัฒนาตนเอง ไม่หวั่นไหวตามสิ่งแวดล้อมเมื่อมีสิ่งยั่วยุมารบกวนสามารถควบคุมอารมณ์ได้ และให้เป็นผู้ที่ฉลาดทางปัญญา

#### ๔.๓) สรุปลองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

แผนงานวิจัย “เรื่องการขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ” พบว่า สาธารณสุขชุมชนแบบภาคประชาชนชุมชนมีส่วนร่วมการเสริมสร้างรูปแบบการเฝ้าระวังผู้สูงอายุแบบชุมชนมีส่วนร่วม และ รูปแบบในการการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยาวแรง พบว่า องค์ความรู้จากการวิจัย แนวทางการประยุกต์ใช้หลักคำสอนพระพุทธศาสนา ในการสร้างเสริมสุขภาพประชาชนและผู้สูงอายุตามแนวจารีตประเพณีในการปฏิบัติธรรมในฐานะคฤหัสถ์ ซึ่งสอดคล้องกับการพัฒนาผู้สูงอายุตามวิถีพุทธที่ครอบคลุมความเป็นองค์รวมที่มีทั้งสุขภาพะทางกาย จิตใจ ปัญญา และสังคมสิ่งแวดล้อม เรียกว่า “สุขภาพะองค์รวมตามแนววิถีพุทธ” สอดคล้องตามวัตถุประสงค์เพื่อทำจิตที่ไม่สงบให้เกิดความสงบ เพื่อทำจิตที่ไม่มีความสุขสบายให้เกิดความสุขสบาย และเพื่อทำจิตที่เป็นอกุศลให้เปลี่ยนเป็นจิตที่เป็นกุศล ส่วนวิปัสสนานั้นไม่ได้ฝึกเพื่อสิ่งเหล่านี้ แต่ฝึกเพื่อให้เกิดสัมมาทิฐิหรือฝึกเพื่อให้เห็นความจริงของกายของใจเท่านั้นเอง

หลักธรรมที่นำมาบูรณาการใช้ในกิจกรรมตามหลักพุทธศาสนา เพื่อให้การดำรงอยู่ด้วยความไม่ประมาท การพัฒนาตนเอง โดยการนำหลักภาวนามาประยุกต์ใช้และประพฤติปฏิบัติตาม การ

ประยุกต์ใช้หลักภาวนา ๔ (กายภาวนา ศิลภาวนา จิตภาวนา และปัญญา ภาวนา) มาพัฒนา ใน ๔ ด้าน ได้แก่

(๑) กายภาวนา พัฒนาด้านกาย ทำตนให้ถึงพร้อม การพัฒนาความสัมพันธ์กายของเรากับสิ่งแวดล้อมภายนอก ปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ ตัวอย่างเช่น การบริโภคในชีวิตประจำวัน เราจะต้องรู้ว่าเราบริโภคสิ่งต่างๆ เพื่อประโยชน์อะไร เช่น บริโภคเพื่อสุขภาพ เพื่อประโยชน์ต่อร่างกาย มิใช่การบริโภคตามความอยาก ความสนุกสนานหรือความโก้เก๋ ฯลฯ ซึ่งเมื่อฝึกแล้วจะประเสริฐเลิศสูงสุด แล้วตั้งใจฝึกตนจนมองเห็นความยากลำบากอุปสรรคและปัญหา มีจิตสำนึกในการพัฒนาตนยิ่งขึ้นไปจนเต็มแห่งศักยภาพด้วยพัฒนาที่พร้อมทุกด้านทั้งพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา บางคนอยู่ด้วยความประมาท ถึงเวลาเจ็บระหวยป่วยไข้ขึ้นมาแล้วก็จะแก้ไขปัญหาไม่ได้ เพราะไม่เคยเจริญพระกรรมฐาน (จิตภาวนา) บริหารจิตให้อุดทน ไม่เคยบริหารสุขภาพอนามัย (พัฒนากาย) บริหารงานการให้มีประโยชน์ในชีวิตในกิจประจำวัน บางคนประมาท ไม่ได้สร้างความดีไว้ให้แก่ตัวเอง ไม่มีโอกาสจะสร้างบุญให้เกิดขึ้นกับตัวเอง ให้เกิดความสุขกายและสบายใจ

(๒) ศิลภาวนา พัฒนาด้านสังคม ทำศิลปะให้ถึงพร้อม การฝึกความประพฤติให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กันมีวินัยเป็นฐานของการพัฒนาชีวิต รู้จักระเบียบความเป็นอยู่ กิจกรรม กิจการ และสิ่งแวดล้อมให้อื้อโอกาสแก่การพัฒนาชีวิตอย่างน้อยมีศีลขั้นพื้นฐาน คือมีพฤติกรรมที่ถูกต้องในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม ด้วยการอยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์อย่างเกื้อกูลไม่เบียดเบียนกัน และในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ ด้วยการกินใช้ปัจจัย ๔ ตลอดจนอุปกรณ์เทคโนโลยีทั้งหลาย ในทางที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิต เกื้อหนุน การศึกษา การสร้างสรรค์ และระบบดุลยสัมพันธ์ของธรรมชาติ ศิล คือการอยู่ร่วมสังคมโดยไม่เบียดเบียนกัน แต่มีชีวิตที่เกื้อกูลกันต่อกัน และมีวินัย จิตที่พัฒนาแล้วจะไม่ทำให้ใครง่าย เครียดง่าย ช่วยให้มีความสุขดี

(๓) จิตตภาวนา การพัฒนาจิตให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร อุดทนมีสมาธิ และสดชื่น เบิกบาน เป็นสุขผ่องใส ฯลฯ พัฒนาจิต ทำจิตให้ถึงพร้อม มีจิตใจที่ดี สร้างสรรค์ ใฝ่รู้ เป็นต้น ในการเรียนรู้หาความสุขจากการศึกษา และมีความสุขจากการทำสิ่งดีงามด้วยการใช้สมองและมือในการสร้างสรรค์ ความสุขที่แท้จริง คือการบำเพ็ญจิตภาวนา ให้มันหาเหตุผล บริหารให้จิตใจมัน เข้มแข็งอดทน จะรู้ได้เลยว่าของอันใดจะดีชั่วควรจะแก้ไข

ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเป็นประการใด เราก็จะได้มาปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น อันนี้เป็นหลักอันหนึ่งในภาคปฏิบัติทางพุทธศาสนา เป็นการพิสูจน์ตัวเองได้ชัดเจนสามารถจะพิสูจน์คนอื่นได้ชัดเจนคืออย่างนี้เป็นต้น

(๔) ปัญญาภavana พัฒนาด้านปัญญา การฝึกปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยสภาวะทางปัญญา ถือเหตุปัจจัยมองอะไร ๆ ตามเหตุและผล คือ ตั้งอยู่ในหลักความคิดความเชื่อถือที่ดั้งเดิมมีเหตุผล อย่างน้อยถือหลักเหตุปัจจัยที่จะนำไปสู่การพิจารณาไตร่ตรองสืบสวนค้นคว้าเป็นทางเจริญปัญญาและเชื่อการกระทำว่าเป็นอำนาจใหญ่สุดที่บันดาลชะตากรรมกับทั้งมีพฤติกรรมและจิตใจที่อยู่ในอำนาจเหตุผล แม้จะใฝ่ทำให้สำเร็จและตั้งามรู้เท่าทันความเป็นไปได้ภายในขอบเขตของเหตุปัจจัยที่มีและที่ทำถึงสำเร็จก็ไม่หลงถึงพลาดก็ไม่ห่อคั่งรังจืดฟ่องใสเป็นอิสระได้ ไม่ว่าจะวามเอาแต่ใจตน ตลอดจนไม่ปล่อยตัวเลื่อนไหลไปตามกระแสความตื่นข่าวและค่านิยม จิตที่พัฒนาแล้วทำให้มีสมาธิ ใจไม่ว้าวุ่นสับสนก็เป็นฐานให้แก่การพัฒนาปัญญา จิตใจเป็นอิสระด้วยปัญญาที่รู้ความจริง รู้แจ้งสังขารหรือรู้เท่าทันโลกและชีวิต ก็จะไม่ตกเป็นทาสของสิ่งทั้งหลาย ไม่หวั่นไหวตามความเป็นภายนอก ปัญญากำจัดเหตุปัจจัยแห่งความติดข้องของจิตหมดสิ้นไปแล้ว

#### ๔.๔) ผลการวิเคราะห์การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

ผู้วิจัยได้ทำการทดลองการจัดกิจกรรมการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย โดยทำการศึกษาจำนวน ๒ โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลน้ำสวย อ.เมือง จ.เลย และโรงเรียนผู้สูงอายุบ้านวังสะพุง อ.วังสะพุง จ.เลย ซึ่งมีรายละเอียดของตัวอย่างโครงการดังนี้

กิจกรรมที่ ๑ “สุขใจ เมื่อได้สวดมนต์”

กิจกรรมที่ ๒ “สมาธิมา ปัญญาเกิด”

กิจกรรมที่ ๓ “การสนทนาธรรม นำชีวิตวิถีพุทธ”



กิจกรรมที่ ๔ “การดูแลสุขภาพด้วยหลักการ”

กิจกรรมที่ ๕ การ “ขยับกาย สบายชีวี”

กิจกรรมที่ ๖ “อารมณ์ดีเพราะมีความสุข”

กิจกรรมที่ ๗ “จิตอาสา เพื่อพัฒนาชุมชน”

โครงการ “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”

“กิจกรรมสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ” ให้กับนักเรียนทั้ง ๒ โรงเรียน เป็นเวลา ๖ สัปดาห์

กิจกรรม	วัตถุประสงค์ ของโครงการ	วิธีดำเนินการ	กลุ่มเป้าหมาย /ระยะเวลา	ผลที่ได้รับ	ประเมินผล โครงการ
๑. “สุขใจ เมื่อ ได้สวดมนต์”	๑. เพื่อ เสริมสร้าง	๑. กิจกรรม รางวัลผู้สูงอายุ	กลุ่มเป้าหมาย	๑. เกิดการ เสริมสร้าง	๑. ระดับไม่ เป็นที่น่าพอใจ
๒. “สมาธิมา ปัญญาเกิด”	ความรู้ความ เข้าใจเกี่ยวกับ	ต้นแบบ ทุก สัปดาห์ต้น	๑. ผู้เรียนใน ชั้นเรียน	ความรู้ความ เข้าใจเกี่ยวกับ	จะนำไปสู่การ ปรับปรุง
๓. “การ สนทนาธรรม นำชีวีวิถีพุทธ”	ดูแลสุขภาพ กายสุขภาพใจ	เดือนมีการ ประกาศการผู้ สูงอายุ จิต	๒. ผู้เรียนนอก ชั้นเรียน	การทำงานสุข ภาวะวิถีพุทธ	แก้ไข และ พัฒนา
๔. “การดูแล สุขภาพด้วย หลักการ”	๒. เพื่อเป็น แนวทางใน การปฏิบัติการ ออกกำลังกาย	เดือนมีการ ประกาศการผู้ สูงอายุ จิต	๓. ลูกหลาน และชุมชน รอบโรงเรียน	ในการดูแลผู้ สูงอายุ อย่างมี ประสิทธิผล	โครงการให้ เหมาะสม ยิ่งขึ้นต่อไป
๕. การ “ขยับ กาย สบาย ชีวี”	ให้เกิดขึ้น อย่างเป็น รูปธรรม	แจ่มใส อารมณ์ดี กำลังใจ และ	ระยะเวลา ๑.ทุกๆ ๗ วัน ๒.ทุกๆ สัปดาห์	๒. เกิดการ ปฏิบัติการทำ อย่างเป็น รูปธรรม	๒. ระดับเป็น ที่น่าพอใจ จะ นำไปสู่การ พัฒนา
๖. “อารมณ์ดี เพราะมี ความสุข”	๓. ส่งเสริม การบูรณาการ ระหว่างชุมชน และชุมชน	ใจดีกับเพื่อนร่วม โรงเรียน		๓. เกิดการบูร ณาการผู้สูงอายุ และชุมชน	โครงการ ขยาย กลุ่มเป้าหมาย
๗. “จิตอาสา เพื่อพัฒนา	และชุมชน ใกล้เคียงเพื่อ	เพื่อน เช่น นำ เพื่อนสวดมนต์		ใกล้เคียงเพื่อ ความสมัคร	เผยแพร่ ประชาสัมพันธ์

ชุมชน”	ความสมัคร สมานสามัคคี	หมู่สรรเสริญ พระรัตนตรัย ทำนอง สรภัญญะ		สมานสามัคคี	และบูรณาการ หลายภาคส่วน ในวงกว้างขึ้น ต่อไป
--------	--------------------------	---	--	-------------	--

จากการทดลองจัด “กิจกรรมสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ” ให้กับนักเรียนทั้ง ๒ โรงเรียน เป็นเวลา ๖ สัปดาห์ ผลการศึกษาปรากฏดังนี้

### ๑. ผลการวิเคราะห์กิจกรรม ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

#### ๑. กิจกรรม “กิจกรรมสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ”

#### ๒. วัตถุประสงค์ของโครงการ

๑) เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ

๒) เพื่อพัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง

#### ๓. วิธีดำเนินการ

๓.๑ ครูใหญ่ โรงเรียนผู้สูงอายุ จัดประชุมสร้างความรู้ความเข้าใจให้กับผู้สูงอายุ ให้จัดกิจกรรมโครงการ “กิจกรรมสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ” เพื่อให้ครูที่เลี้ยง การประกาศผลการทำความดี ทุกๆต้นสัปดาห์ จำนวน ๖ สัปดาห์มีการประกาศผลการประกาศการผู้สูงอายุ จิตแจ่มใส อารมณ์ดี และเป็นตัวอย่างที่ดีกับเพื่อนร่วมโรงเรียน ทุกๆ ต้นเดือนแรกของสัปดาห์มีการประกาศการทำความดีให้กับผู้เรียนที่มีจิตสำนึกที่ดีหน้าเสาธง เพื่อเป็นกำลังใจ และเป็นตัวอย่างที่ดีกับเพื่อนร่วมโรงเรียน

๓.๒ สร้างกิจกรรมกิจกรรมโดยเพื่อนช่วยเพื่อน เช่น นำเพื่อนสวดมนต์หมู่สรรเสริญพระรัตนตรัย ทำนองสรภัญญะ

#### ๔. กลุ่มเป้าหมาย /ระยะเวลา

๔.๑ กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ผู้สูงวัยและชุมชนรอบโรงเรียน

๔.๒ ระยะเวลา ประเมินผลทุกๆ ๗ วัน หน้าชั้นเรียนและทุกๆ สัปดาห์แรกของเดือน หน้าเสาธง ตลอด ๖ สัปดาห์

#### ๕. ผลที่ได้รับ

๑. เกิดการเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย อย่างมีประสิทธิภาพ

๒. เกิดการปฏิบัติการทำอย่างเป็นรูปธรรม

๓. เกิดการบูรณาการผู้สูงวัย และชุมชนใกล้เคียงเพื่อความสมัครสมานสามัคคี

#### ๖. ประเมินผลโครงการ

จากผลการจัดกิจกรรมและผลที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม จะเห็นได้ว่าอยู่ในระดับเป็นที่น่าพอใจ จะนำไปสู่การพัฒนาโครงการ ขยายกลุ่มเป้าหมาย เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ และ บูรณาการหลายภาคส่วนในวงกว้างขึ้นต่อไป

**๒.ผลการวิเคราะห์กิจกรรม พัฒนารูปแบบและบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงวัยจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย**

๑. กิจกรรม “กิจกรรมสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย”

๒. วัตถุประสงค์ของโครงการ

๑) เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ

๒) เพื่อพัฒนารูปแบบและบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงวัยจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อ

ร้ายแรง

### ๓. วิธีดำเนินการ

๓.๑ ครูใหญ่โรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ โรงเรียน จัดประชุมสร้างความรู้ความเข้าใจให้กับนักเรียนผู้สูงอายุ ครูพี่เลี้ยง ให้จัดกิจกรรมโครงการ “กิจกรรมสุขภาวะวิถีพุทธ” เพื่อให้ครูอาสาสมัครบัณฑิตให้เมื่อนักเรียนทำความดี การประกาศผลการทำความดี ทุกๆ ต้นสัปดาห์ จำนวน ๖ สัปดาห์มีการประกาศผลการทำความดีในชั้นเรียน ทุกๆ ต้นเดือนแรกของสัปดาห์มีการประกาศการทำความดีให้กับผู้เรียนที่มีจิตสำนึกที่ดีหน้าเสาธง เพื่อเป็นกำลังใจ และเป็นแรงกระตุ้นที่ดีกับเพื่อนร่วมโรงเรียน

๓.๒ สร้างกิจกรรม การลงแขก โดยเพื่อนช่วยเพื่อน เช่น นำเพื่อนสวดมนต์หมู่สรรเสริญพระรัตนตรัย ทำนองสรภัญญะ

### ๔. กลุ่มเป้าหมาย /ระยะเวลา

๔.๑ กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ นักเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ และชุมชนรอบโรงเรียน

๔.๒ ระยะเวลา ประเมินผลทุกๆ ๗ วัน และทุกๆ สัปดาห์แรกของเดือน หน้าเสาธงตลอดภาคการศึกษา

### ๕. ผลที่ได้รับ

๑) การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุใน จังหวัดเลย สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธ พัฒนาระบบกระบวนการพัฒนากิจกรรม การส่งเสริมและสนับสนุนเทคโนโลยี แบบมีส่วนร่วม

๒) ได้องค์ความรู้พัฒนารูปแบบการจัดการเสริมสร้าง รูปแบบการเฝ้าระวังผู้สูงอายุในสภาพการณ์ สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย

### ๖. ประเมินผลโครงการ

จากผลการจัดกิจกรรม และผลที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม โดยเพื่อนช่วยเพื่อน เช่น นำเพื่อนสวดมนต์หมู่สรรเสริญพระรัตนตรัย ทำนองสรภัญญะ จะเห็นได้ว่าอยู่ในระดับที่น่าพอใจ ผู้สูง

วัยได้รับการเยียวยาด้วยกิจกรรม เพื่อนช่วยเพื่อน ทำให้สุขภาพจิตและสุขภาพกายดีขึ้น โดยผู้สูงวัยมีความมั่นใจที่ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่าและลดการไปโรงพยาบาล ลดค่าใช้จ่าย ประหยัดงบประมาณรัฐบาล ปีละหลายหลายร้อยล้านบาท ซึ่งน่าจะนำไปสู่การพัฒนาโครงการ ขยายกลุ่มเป้าหมาย เผยแพร่ประชาสัมพันธ์รวมทั้งการอบรมผู้สูงวัย และเยาวชนจิตอาสา การใช้งานระบบโปรแกรม ด้านประชาสัมพันธ์ (Social Media) ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานร่วมกับ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) เสริมสร้างโครงการ พระคิลานุปัฏฐาก (พระอาสาสมัครส่งเสริมสุขภาพประจำวัด - อสว.) และบูรณาการหลายภาคส่วนในวงกว้างขึ้นไป

## บทที่ ๕

### สรุปผล อภิปรายผล ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒) พัฒนารูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยุทธศาสตร์ในจังหวัดเลย การวิจัยเรื่องนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยเน้นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้ ศึกษาแนวคิด การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ จากคัมภีร์ จากเอกสารที่เกี่ยวข้องรวมถึงการเก็บข้อมูลเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เช่น การสัมภาษณ์ เชิงลึก การประชุมกลุ่มย่อย และการจัดเวทีวิชาการของชุมชนต่างๆ และภาคที่เกี่ยวข้อง ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย ผู้รู้ (Keys persons) พื้นที่ในเขตจังหวัดเลย

โดยคัดเลือกแบบเจาะจง คือ กลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เครือข่ายการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) ประชากรศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุ โดยศึกษาจากผู้สูงอายุที่อาศัยใน ๒ อำเภอ ซึ่งขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของทาร์โย ยามาเน่ และการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบโควตา (Quota sampling) ประกอบด้วย ๑) อำเภอเมืองเลย ประชากร จำนวน ๙๕,๗๑๒ ราย ๒) อำเภอวังสะพุง ประชากร จำนวน ๖๖,๔๓๒ ราย จำนวนประชากร ทั้งสิ้น ๑๖๒,๑๔๔ ราย (กรมกิจการผู้สูงอายุ รายงานข้อมูล จังหวัดเลย ณ วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๕) รวมประชากรกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญในแผนบูรณาการวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” จำนวน ๑๑๒ ราย

## ผลการวิจัย

สรุปผลการศึกษาเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้แบ่งการศึกษาออกเป็น ๒ ตอนเพื่อตอบวัตถุประสงค์ทั้ง ๒ ข้อ ประกอบด้วย ตอนที่ ๑) เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒) พัฒนารูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยาวแรงในจังหวัดเลย ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ (In-depth Interview) โดยมีการกำหนดคำถามไว้ล่วงหน้า และการสัมภาษณ์แบบเจาะจงประเด็นโดยการวิพากษ์ เพื่อพิจารณาความเหมาะสมจากประชากรกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ผู้รู้ (Keys persons) ในชุมชน ผู้ให้ข้อมูลศึกษาวิเคราะห์สภาพการณ์ปัจจุบัน เป็นการศึกษาวิเคราะห์สภาพการณ์ต่างๆ ที่ดำรงอยู่ก่อนแล้วก่อนที่จะเริ่มการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย โดยทำการศึกษาข้อมูลทั่วไปของ คือ ๑) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมือง ๒) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมืองวังสะพุง รวมทั้งสิ้น ๑๑๒ คน โดยการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ เช่น ๑. โรงเรียนผู้สูงอายุ ๒. องค์การบริหารส่วนตำบลและ เทศบาลตำบล ๓. สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดเลย ๔. วิทยาลัยสงฆ์เลย ๕. สำนักงานพื้นที่เขตการศึกษา เกี่ยวข้องในพื้นที่ดำเนินการศึกษา ๒ พื้นที่ ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์เชิงลึก และการสนทนากลุ่ม (Focus Group) ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) นำมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา ข้อมูลที่ได้จากการสังเกต กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ และการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพทำการวิเคราะห์แต่ละบุคคลในภาพรวม เพื่อการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ และนำมาสรุปประเด็นเนื้อหา เพื่อเตรียมการวางแผนปรับปรุง

## สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

### ๕.๑) ผลการวิเคราะห์เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

ผลการศึกษาพบว่า การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ได้แก่

(๕.๑.๑) เพื่อศึกษาสภาพการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ประเด็นคำถามและคำตอบจากแบบสัมภาษณ์ที่กล่าวถึงวิสัยทัศน์และนโยบายในการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะหรือไม่ อย่างไร คำตอบโดยรวม มีวิสัยทัศน์ชัดเจน ๕ เทศบาล แต่ที่เป็นนโยบายจะปรากฏในคำแถลงนโยบายของนายกเทศมนตรีเทศบาล/นายกองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะทางกายภาพ คำตอบโดยรวมทุกหน่วยงานมีกิจกรรมขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะในหลายกิจกรรมเช่นกิจกรรมขยับกายสบายชีวิวิถีพุทธ กิจกรรมร่ำวงผู้สูงอายุ กิจกรรมรำเชิดขวัญ และกิจกรรมบริหารกายหน้าเสาธง ในวันไปเข้าเรียนเป็นต้น ส่วนกิจกรรมทางจิตภาพนั้น เป็นกิจกรรมการฟังเทศน์ ฟังการบรรยายธรรมจากพระสงฆ์ ตลอดถึงการไปร่วมโครงการธรรมสัญจรเป็นครั้งคราว ไปศึกษาดูงาน และไหว้พระ ตามจังหวัดใกล้เคียง เป็นต้น

(๕.๑.๒) เพื่อส่งเสริมและพัฒนากิจกรรมขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุของเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุและโรงเรียนผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองเลย ประเด็นคำถามเกี่ยวกับการขับเคลื่อนด้านการเงิน หรือ ด้านงบประมาณ (Finance Perspective)นอกจากเบี้ยยังชีพแล้ว มีแหล่งสนับสนุนจากที่อื่นหรือไม่ คำตอบ โดยรวมตอบว่า ได้รับ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ได้รับจากคณะสงฆ์ในโครงการวัด รัฐประชา สร้างสุข ที่มีวัดศรีบุญเรือง บ้านตัว ในเขตเทศบาลเมือง อำเภอเมืองเลย เป็นศูนย์กลาง สำหรับหน่วยงานอื่น นาน ๆ จะมีมูลนิธิ สมาคม ทางการกุศล มีมาบ้าง เฉพาะหน่วยงานองค์กรในท้องถิ่น มีแจกเสื้อผ้า เครื่องใช้ เครื่องครัว มีบ้างในโอกาสสำคัญ เช่นวันสงกรานต์ วันปีใหม่ แต่เห็นเจ้าหน้าที่บอกว่า เป็นของขวัญจากท่านนายก และคำถามต่อเนื่องในประเด็นเบี้ยยังชีพว่า สนองต่อความจำเป็นพื้นฐานหรือไม่ คะแนนเต็ม ๑๐๐ จะให้ค่าเท่าไร คำตอบ โดยรวมตอบว่า สนองต่อความจำเป็นพื้นฐานได้บ้าง ให้คะแนน ๕๐ /๑๐๐ เพราะได้มา ใช้ไป ตลาดสดท้องถิ่น/หมู่บ้าน ราคาที่ราคาเดียวกันกับราคาตลาดในเมือง ตัวเลขเงินเบี้ยยังชีพที่ได้ ถ้าซื้อกิน ก็กินได้ ๗ มื้อ



ไม่ค่อยจะอิม ผู้ให้สัมภาษณ์ฝากผู้วิจัยด้วยว่า ถ้าเพิ่มเบี้ยยังชีพไม่ได้ ก็ควรจำกัดเงื่อนไขต่าง ๆ ที่ทำให้ข้าวของราคาถูกลงด้วย เช่นลดค่าเช่าแผงขายของในตลาดที่เทศบาลหรือ อบต. ดูแล เป็นต้น

(๕.๑.๓) รูปแบบงานขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ๓ ระดับของเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุและโรงเรียนผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองเลย ประเด็นการจัดกิจกรรมที่เป็นการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะ จัดเป็นการขับเคลื่อนในระบบหรือนอกระบบราชการ คำตอบโดยรวมตอบไปในแนวเดียวกันว่าทั้งในระบบและการกุศล ที่ต่อดังนั้นเพราะกิจกรรมบางครั้งหน่วยงานดูแลทั้งหมด ทั้งการตรวจสุขภาพ อาหาร และการอบรมเชิงปฏิบัติการ แต่บางครั้งมีองค์กรการกุศล สมาคม มูลนิธิ และผู้มีจิตศรัทธา มาเป็นเจ้าภาพและบริการ บางครั้งมีพระมหาเถระมาเทศนาธรรม มีเจ้าศรัทธามาเป็นเจ้าภาพทั้งจัดปัจจัยไทยธรรม ภัตตาหาร และเลี้ยงดูผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมด้วย จึงเข้าใจว่าเป็นงานทั้งในระบบและการกุศล

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุ มีอายุมาก วยสังขารทรุดโทรม กิจกรรมคนหนุ่มคนสาว ไม่ควรใช้กับคนแก่หรือผู้สูงวัย ผู้สูงอายุ จะมีความสุขมาก เมื่อมีโอกาสได้เข้าวัด ได้ฟังเทศน์ ได้กราบพระ ได้สวดมนต์ ผู้สูงอายุไม่รู้ว่าเหว ไม่เดี๋ยวตาย ไม่ถูกทอดทิ้ง เพราะมีโรงเรียนผู้สูงอายุ มีโรงเรียนอาวโสศึกษา มีโรงเรียนชราบาล มีครูลูกครูหลานช่วยเหลือดูแล ผลการศึกษาที่พบดังกล่าวนี้กับได้สอดคล้องกับแนวคิดของ พระโสภณพัฒนบัณฑิต และคณะ<sup>๑</sup> ที่กล่าวถึงรูปแบบงานขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีกลไกของการดำเนินงานแบบบูรณาการ ทั้งงบประมาณและภารกิจในบรรยากาศของการมีส่วนร่วมทั้งภาคีเครือข่ายภาครัฐ และเอกชน รวมทั้งคนในชุมชนด้วย ทั้งนี้เพราะการดำเนินงานสามารถแก้ปัญหาของชุมชนได้ตามความต้องการอย่างตรงจุด ในด้านหลักประกันสุขภาพและความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ทำให้เกิดกฎกติกาขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรมที่ช่วยยึดโยงสังคมให้มีความเข้มแข็งมั่นคง ประชาชนทุกคนยอมรับและปฏิบัติตามด้วยความจริงใจ ตามพันธสัญญา นอกจากนั้นยังมีกลไกในการคุ้มครองสิทธิของประชาชนกลุ่มต่าง ๆ ตั้งแต่เกิดจนตาย เช่นการดูแลพัฒนาการเด็กเล็ก กลุ่มเยาวชน กลุ่มสตรีและกลุ่มผู้สูงอายุ นอกจากนั้นยังมีกลไกของการส่งเสริมให้คนทำความดีโดยการมีธนาคารความดี อันจะส่งผลให้คนในชุมชนอยู่อย่างมีความสุขทั้งกายและใจ ส่งผลดีต่อสุขภาพในที่สุด รูปแบบงานขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับ

<sup>๑</sup> พระโสภณพัฒนบัณฑิต และคณะ, “การขับเคลื่อนระบบสุขภาพ โดยใช้ธรรมานุยุสุขภาพชุมชนวิถีพุทธ ตำบลหนองตาไก้ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด”, วารสารวิชาการธรรมทรรศน์, ปีที่ ๑๙ ฉบับที่ ๒ (เมษายน - มิถุนายน ๒๕๖๒). หน้า ๑-๒.

ผู้สูงอายุ ของเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุและโรงเรียนผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองเลย ดังนี้ ๑. ให้ท้องที่ท้องถิ่น มีโรงเรียนผู้สูงอายุ หรือโครงการดูแลผู้สูงอายุเป็นโครงการประจำขององค์กร หน่วยงาน ของท้องที่ หรือท้องถิ่นตลอดไป ๒. ผู้สูงอายุที่มีได้เข้าร่วมกิจกรรมขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะกับหน่วยงาน องค์กร ด้วยเงื่อนไขส่วนบุคคล เช่นเป็นผู้พิการ ผู้ป่วยติดเตียง ผู้มีภาวะพึ่งพิง เป็นต้น ควรได้รับการดูแลและได้รับการจัดสรรสวัสดิการเช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่อยู่ในระบบ ๓. ผู้สูงอายุที่มีได้เข้าร่วมกิจกรรม ควรได้รับการเยี่ยมเยียนเป็นครั้งคราวจากกลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจจากคนวัยเดียวกัน หรือไม่ก็ให้หน่วยงาน องค์กร ได้ช่วยเหลือให้ท่านเหล่านั้น ได้มีโอกาสมาดูงาน มาชมเพื่อนๆ ทำกิจกรรมร่วมกันบ้างเป็นคราวๆ ไป ๔. ให้มีวันนัดพบผู้สูงอายุในระดับอำเภอและจังหวัด มีกิจกรรมร่วมกัน รับประทานอาหาร รับประทานอาหารร่วมกัน ฟังเทศน์พระมหาเถระร่วมกันอย่างเป็นทางการ และ ๕. ควรจะมีเสริมสร้างการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะสำหรับผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั้งในระดับท้องถิ่น ระดับจังหวัด ระดับภาคและระดับชาติต่อไป

แนวทางการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการสร้างเสริมสุขภาพประชาชนและผู้สูงอายุของสถานปฏิบัติธรรมใช้หลักการเทศน์ตามแนวจารีตในการจัดดำเนินงานในโครงการต่างๆ สถานธรรมแห่งนี้ได้คัดเลือกหลักธรรมที่สำคัญในทางพุทธศาสนา เพื่อนำไปส่งเสริมและเกื้อกูลต่อการดำเนินชีวิตและสร้างเสริมสุขภาพของผู้ปฏิบัติธรรมในฐานะคฤหัสถ์ นำเสนอวิธีการยกพุทธศาสนสุภาษิตและคติธรรมคำกลอนมาประกอบการบรรยาย เพราะเป็นวิธีที่นิยมกันมากที่สุดและเมื่อยกหัวข้อธรรมขึ้นมาแสดงครั้งใด ท่านก็จะยกคำเหล่านี้รองรับทุกครั้งไป ทั้งนี้เพื่อทำให้เนื้อหาชัดเจนเข้าใจได้ง่าย อีกทั้งยังทำหน้าที่เป็นเสมือนบทสรุปลงท้ายไป ซึ่งสอดคล้องกับการพัฒนาบุคคลตามวิถีพุทธที่ครอบคลุมความเป็นองค์รวมที่มีทั้งสุขภาพทางกาย จิตใจ ปัญญา และสังคมสิ่งแวดล้อม เรียกว่า “สุขภาพะองค์รวมตามแนววิถีพุทธ”

#### **๕.๒) ผลการวิเคราะห์รูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงในจังหวัดเลย**

การสาธารณสุขสงเคราะห์วิถีพุทธของคณะสงฆ์เป็นการดำเนินกิจกรรมเพื่อให้เป็นสาธารณประโยชน์ในด้านสังคมสงเคราะห์ทั้งการสงเคราะห์บุคคลและสาธารณสุขสงเคราะห์ โดยมีพระสงฆ์เป็นผู้นำชุมชนในการช่วยเหลือเยียวยาผู้ประสบภัยพิบัติในด้านต่างๆ เช่น ด้านการพัฒนา

จิตใจ ด้านการพัฒนาชุมชนและท้องถิ่น การส่งเสริมอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม เป็นต้น พระสงฆ์ยังมีบทบาทในการพัฒนาชุมชนและสังคม เช่น ให้ใช้สถานที่วัดดำเนินกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่ชุมชน เป็นสถานที่จัดประชุมอบรมอาชีพต่างๆ ให้แก่ประชาชน การช่วยเหลือผู้ยากไร้ เพื่อมุ่งพัฒนาทางคุณภาพชีวิตประชาชนทั้งทางวัตถุและจิตใจให้มีความสมดุลทั้งกาย วาจาและใจ งานสาธารณสงเคราะห์ได้กำหนดให้เป็นหน้าที่ของเจ้าอาวาสตามมาตรา ๓๗ ของพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ พุทธศักราช ๒๕๐๕ ข้อ ๔ บัญญัติไว้ว่า เจ้าอาวาสมีหน้าที่ ดังนี้ (๔) “ให้ความสะดวกตามสมควรในการบำเพ็ญกุศล” งานสาธารณสงเคราะห์ของพระสงฆ์จึงได้ดำเนินการช่วยเหลือประชาชนและสังคมทั้งทางวัตถุและจิตใจในรูปแบบต่างๆ โดยเน้นการพัฒนาด้านจิตใจเป็นหลักสำคัญ เพื่อเพิ่มศักยภาพของมนุษย์ให้มีคุณภาพเจริญยิ่งขึ้นเพื่อไปขับเคลื่อนงานต่างๆ ให้เจริญตามขึ้นมา

**๕.๒.๑) แนวคิดการเยียวยาสุขภาวะผู้สูงอายุตามหลักการสาธารณสุขสงเคราะห์วิถีพุทธ** มี ๒ รูปแบบ คือ ๑) การเยียวยาทางจิตใจ เป็นการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวม ได้แก่ อັถณะ ๓ ประการ หลักไตรสิกขาและภาวนา ๔ มาเป็นกรอบการดำเนินการ ๒) การเยียวยาทางวัตถุ อาศัยองค์การทางศาสนาและนโยบายทางสังคมเข้ามาร่วมสนับสนุน

**๕.๒.๒) รูปแบบการส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุในสถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อ** ร้ายแรงของเทศบาลเมืองวังสะพุง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย พบว่า การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ มี ๕ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ได้แก่ ส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ด้านจิตใจ ได้แก่ การรวมกลุ่มจัดกิจกรรมทางศาสนา การฝึกสมาธิ เป็นต้น ด้านสังคม ได้แก่ การส่งเสริมการเข้าร่วมกลุ่มกิจกรรมนันทนาการ ด้านจิตวิญญาณ ได้แก่ การทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา และด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ การจัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม คนในครอบครัวต้องคอยเอาใจใส่

**๕.๒.๓) หลักการและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมของสถานปฏิบัติธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ** หลักการและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมของสถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่งในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ๑) หลักการทั่วไปของสถานปฏิบัติธรรม พบว่า เป็นสถานที่ทำบุญ ฝึกสมาธิ และปฏิบัติธรรมของประชาชนทั่วไปทั้งแบบง่ายและแบบเชิงลึก ๒) หลักพุทธธรรมที่ประยุกต์ในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่มาปฏิบัติธรรม คือ ได้แก่ หลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา, และหลักภาวนา ๔ ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตตภาวนา และปัญญาภาวนา

การเผยแพร่โดยการเทศน์ตามแนวจารีตที่สำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ ได้ถือเป็นแบบเผยแพร่พุทธศาสนาที่ได้ผล การเทศนาธรรมแบบจารีตหรืออ่านตามคัมภีร์โบราณ การเทศนาธรรมแบบปฏิภาณโวหาร และการปาฐกถาธรรมเป็นรูปแบบการเผยแพร่ธรรมะรูปแบบหนึ่งเท่านั้น แต่ละรูปแบบต่างมีความสำคัญ มีความโดดเด่น มีความเหมาะสมแตกต่างกัน หากเปรียบเทียบแต่ละรูปแบบเหมือนกับการศึกษาในแต่ละชั้นอาจเปรียบได้ว่า การเทศนาธรรมแบบจารีตที่เน้นการอ่านตามคัมภีร์โบราณ เหมือนการศึกษาในระดับประถมศึกษาที่ต้องฝึกอ่านตามตัวหนังสือที่เรียบเรียงไว้แล้วให้ถูกต้องชัดเจนตามหลักไวยากรณ์ ฝึกเอื้อนเสียงให้ถูกต้องตามทำนองนิยม ฝึกควบคุมจิตให้มีสมาธิไม่ประหม่า ฝึกการสำรวมระวังกิริยามารยาท แต่ไม่สามารถคิดแต่งอธิบายขยายความพุทธธรรมตามประสบการณ์ได้ต้องอาศัยตำราหรือคัมภีร์โบราณที่นักปราชญ์ได้รจนาไว้เป็นแนวทางไม่ให้ผิดพลาดเหมาะสำหรับผู้เริ่มต้นเทศนาที่พระผู้บวชใหม่ต้องฝึกฝนให้ชำนาญ

### ๕.๓) ผลการวิเคราะห์การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัด

เลย

ผู้วิจัยได้ทำการทดลองการจัดกิจกรรมการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ โดยทำการศึกษานาน ๒ โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลน้ำสวย และโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลวังสะพุง เพื่อทดสอบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ โดยการจัดกิจกรรม “กิจกรรมสุขภาวะวิถีพุทธ” ให้กับผู้สูงอายุทั้ง ๒ โรงเรียน จากการทดลองจัด “เพื่อนช่วยเพื่อน เช่น นำเพื่อนสวดมนต์หมู่สรรเสริญพระรัตนตรัย ทำนองสรภัญญะ” เป็นเวลา ๑ เดือน

ผลการศึกษาพบว่า ผลการวิเคราะห์การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย สำหรับโรงเรียนผู้สูงอายุ ๑. อำเภอเมือง ๒. อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย

สำหรับผลการวิเคราะห์ผลการวิเคราะห์การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย สำหรับโรงเรียนผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า เกิดการเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการ งานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ กิจกรรม จากผลการจัดกิจกรรม และผลที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม โดยเพื่อนช่วยเพื่อน เช่น นำเพื่อนสวดมนต์หมู่สรรเสริญพระรัตนตรัย ทำนองสรภัญญะ จะเห็นได้ว่าอยู่ในระดับเป็นที่น่าพอใจ ผู้สูงอายุได้รับการเยียวยาด้วยกิจกรรม เพื่อนช่วย

เพื่อน ทำให้สุขภาพจิตและสุขภาพกายดีขึ้น โดยผู้สูงวัยมีความมั่นใจที่ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่าและลดการไปโรงพยาบาล ลดค่าใช้จ่าย ซึ่งน่าจะนำไปสู่การพัฒนาโครงการ ขยายกลุ่มเป้าหมาย เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ และบูรณาการหลายภาคส่วนในวงกว้างขึ้นไป

## อภิปรายผล

การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย ครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๒) พัฒนารูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยาวแรง ในจังหวัดเลย วัยชราเป็นวัยที่เคลื่อนไหวและทำอะไรไม่ค่อยได้ แต่ทุกคนทราบหรือไม่ว่าแม้ทั้งสภาพร่างกายและจิตใจจะเสื่อมถอยลงแต่กลับต้องการการดูแลที่เพิ่มขึ้น เนื่องจากเป็นธรรมชาติที่มนุษย์วัยนี้ต้องผ่านเรื่องราวมากมายแต่หลักๆที่เห็นได้ชัดคือ การสูญเสียคนใกล้ชิด เช่น ลูกหลานเริ่มแยกย้ายออกจากบ้าน สูญเสียคู่ชีวิตและเพื่อนสนิท เป็นต้น สาเหตุดังกล่าวจึงส่งผลต่อความแปรปรวนทางอารมณ์ให้กับพวกท่านอยู่ไม่น้อย อย่างไรก็ตามเมื่อต้นไม้ยังต้องการน้ำไว้หล่อเลี้ยงให้เติบโต จิตใจของวัยชราที่เช่นเดียวกันที่ต้องการความสงบและความสุข โดยเฉพาะกับลูกๆ หลานๆ

### ตอนที่ ๑) อภิปรายผลการวิเคราะห์ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

จากผลการศึกษาที่พบว่า ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุใช้หลักธรรมที่เป็นเครื่องวัดและสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ หลักธรรมที่สำคัญคือ หลักไตรสิกขาและหลักภาวนา ๔ หลักไตรสิกขา หมายถึง ศีล สมาธิ และปัญญา ส่วนหลักภาวนา ๔ หมายถึง กายภาวนา สีสภาวนา จิตตภาวนาและปัญญาภาวนา (๑) กายภาวนาหรือหรือการพัฒนา ด้านร่างกาย โดยเฉพาะในด้านพฤติกรรมดำรงชีวิตเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นคือ นอกจากผู้สูงอายุจะดูแลสุขภาพร่างกายหรือสุขอนามัยแบบเฉพาะตนแล้ว ยังใช้การทำงานเพื่อสาธารณกุศลหรืองานจิตอาสาเป็นการออกกำลังกาย รวมถึงการรับประทานอาหารที่ปลอดภัยจากสารเคมีและ

ดำรงชีวิตที่เรียบง่ายพอเพียง หลีกเลี่ยงการดื่มสุราและการเที่ยวไปในสถานที่อันเป็นอโคจร อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี มีอากาศที่บริสุทธิ์ ยอมรับสภาพความจริงของสังขารตามหลักไตรลักษณ์ (๒) สีสภาวนาหรือการพัฒนาด้านสังคม ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตอยู่ในกรอบของศีล ๕ อันดีงาม เป็นอุบาสิกอุบาสิกาที่ดี ไม่คิดเบียดเบียนผู้อื่น และช่วยเหลือเกื้อกูลกัน (๓) จิตตภาวนาหรือการพัฒนาด้านจิตใจ ผู้สูงอายุมีจิตใจที่สงบเย็นขึ้น มีความโลภ ความโกรธน้อยลงมีความสุขใจมากขึ้นโดยเฉพาะทุกครั้งที่ได้ทำบุญ และมีจิตใจดีงามชอบช่วยเหลือผู้อื่นอยู่เสมอ มีหลักยึดเหนี่ยวจิตใจคือพระรัตนตรัย (๔) ปัญญาภาวนาหรือการพัฒนาด้านปัญญา มีสัมมาทิฐิคือ ความคิดที่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม มีเหตุผลและยึดประโยชน์สุขของคนส่วนใหญ่เป็นตัวขับเคลื่อนภารกิจต่างๆ ในชีวิตให้มีความสัมพันธ์สอดคล้องกัน ไม่ยึดทิเลส หรือพวกพ้องเป็นที่ตั้งในการทำงานสัมมาทิฐิ เป็นกระบวนการทางความคิดที่สำคัญอย่างหนึ่งที่จะช่วยชี้นำแสงสว่างให้แก่คนทั้งหลาย เป็นหลักแห่งความเห็นที่ถูกต้อง ส่งเสริมให้คนเรามองปัญหาเป็น เข้าใจปัญหาถูกและสามารถแก้ปัญหาความขัดแย้งต่างๆ ได้ตามหลักของเหตุผล ในอริยสัจ ๔ ถ้าคนเรามีสัมมาทิฐิในการทำภารกิจ การใช้แรงงานก็จะกลายเป็นคนทำงานด้วยความขยันอดทน ไม่หวั่นเกรงต่อความยากลำบากในการทำงาน เป็นคนมีความคิดบวก มองโลกในแง่ดี มีความคิดสร้างสรรค์และคิดอยู่เสมอว่า ปัญหา อุปสรรคและความลำบากต่างๆ เป็นของคู่กันและเป็นเรื่องธรรมชาติในการทำงานและการดำเนินชีวิต เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นก็พยายามหาวิธีแก้ไขความถูกต้อง มีเหตุผลและเป็นธรรม มีความถูกต้องตรงกับความเป็นจริง รู้จักวิธีพูดประสานประโยชน์และเคารพเหตุผลของกันและกัน

## ตอนที่ ๒) อภิปรายผลการวิเคราะห์พัฒนารูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย

จากผลการศึกษาที่พบว่า พัฒนารูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย มีรูปแบบที่พบจากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

๑) ด้านสุขภาวะทางกาย สรุบได้ดังนี้ โดยการคัดกรองและแบ่งสุขภาวะทางกายของผู้สูงอายุออกเป็น ๓ กลุ่ม ได้แก่ ๑) กลุ่มติดเตียงหรือผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้หรือผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงจะต้องมีลูกหลานหรือคนช่วยดูแลอย่างใกล้ชิดเพื่อฟื้นฟูร่างกายโดยการจัดกิจกรรมต่างๆ และคำนึงถึงความปลอดภัยเป็นหลัก กลุ่มติดเตียงจะมีสถานพยาบาลในชุมชน โรงพยาบาลส่งเสริม

สุขภาพชุมชนตำบลคอยดูแลสุขภาพทุกมิติ โดยมีอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) ผู้นำชุมชน ทำหน้าที่ประเมินร่างกายเบื้องต้นและส่งต่อให้หมอจากโรงพยาบาลช่วยเหลือ เช่น การตรวจสุขภาพประจำปี วัดความดัน ตรวจเบาหวาน ฯลฯ แต่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่นิยมออกกำลังกาย มีผู้สูงอายุเพียงส่วนน้อยที่ตรวจสุขภาพประจำปี และเมื่อเจ็บป่วยเพียงน้อยนิยมซื้อยามารับประทานเอง ๒) กลุ่มผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง หรือเคลื่อนไหวลำบาก ควรเป็นกิจกรรมที่เน้นการบริหารกล้ามเนื้ออยู่กับที่ เช่น การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ อาจมีอุปกรณ์ช่วยเสริมประเภทบอล ยางยืดหรือการเปลี่ยนอิริยาบถ และ ๓) ผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตนเองหรือพึ่งพาตนเองได้ ควรส่งเสริมการออกกำลังกาย จัดกิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมและสม่ำเสมอ โดยมีหน่วยงานของรัฐ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นให้การสนับสนุน มีการตั้งชมรมออกกำลังกาย เช่น การเล่นโยคะ กิจกรรมเต้นรำ วง รวมถึงการปลูกพืชผักสวนครัว และกิจกรรมเพื่อฝึกสมอง ความจำและอารมณ์ เช่น การนั่งสมาธิ สวดมนต์ การเดินจงกรม เป็นต้น

**๒) ด้านสุขภาวะทางใจ** สรุปได้ดังนี้ ๑) ส่งเสริมการเข้าร่วมกลุ่มกิจกรรมนันทนาการ อาทิ เช่น การเล่นเกม ดนตรี ศิลปะ หรืองานอดิเรกที่ชอบ เป็นต้น เพื่อส่งเสริมความรู้สึกสนุกสนาน ซึ่งจะช่วยผ่อนคลายและลดความเครียดได้ ๒) การรวมกลุ่มจัดกิจกรรมทางศาสนา ไปวัดเพื่อทำบุญ เช่น การทำสมาธิ ฟังธรรมะ เป็นต้นทำกิจกรรมตามประเพณี การร่วมทำกิจกรรมของชุมชน รวมถึงการเยี่ยมให้กำลังใจผู้สูงอายุที่เจ็บป่วย ไปพบปะพูดคุย เป็นกำลังใจในยามเจ็บป่วย หรือยามท้อแท้ หดหู่ใจ ทำให้มีความสบายใจ จิตใจกลับมาเข้มแข็งและดีขึ้น คุณภาพชีวิตด้านจิตใจมีผลกระทบต่อสุขภาวะทางกายด้วย การมีสมาธิบ่อยๆ ย่อมส่งผลต่อการทำงาน ส่งผลให้ระดับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจดีมากที่สุด ดังนั้น คนในครอบครัวควรหาเวลาพูดคุยกับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ พาผู้สูงอายุไปวัด ทำบุญ ไหว้พระ สวดมนต์ นั่งสมาธิ เพื่อให้จิตใจสงบ หาเวลาทำกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุบ้าง ๓) การใช้เวลาร่วมกันให้เกิดประโยชน์ด้วยการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น มีกิจกรรมงานฝีมือ กิจกรรมส่งเสริมอาชีพ มีกิจกรรมผ่อนคลายเพื่อ มีการปรับตัว และเปิดใจยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเอง และดำเนินชีวิตในทางสายกลาง ๔) ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ฝึกคิดแง่บวก รู้จักควบคุมอารมณ์ ผ่อนคลาย และปล่อยวาง รวมทั้งสามารถปรับตัวและยอมรับสภาพที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมและวิถีชีวิตความเป็นอยู่ได้ เมื่อผู้สูงอายุต้องเผชิญปัญหาทางด้านสุขภาพจิตใจ และ ๕) การให้เกียรติผู้สูงอายุ พุดคุยแลกเปลี่ยนกัน รู้ทำให้

ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ทำให้มีความสุขทางใจ ได้ผ่อนคลายความทุกข์ ความกังวลใจ สร้างความเบิกบานใจ และเกิดความอบอุ่นใจ

**๓) สุขภาวะทางสังคม** สรุปได้ดังนี้ ๑) การดูแลผู้สูงอายุคนในครอบครัวหรือผู้ดูแลต้องให้ความสำคัญและคอยเอาใจใส่ ส่วนผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพัง กลุ่มติดบ้าน ติดเตียง ไม่มีลูกหลานดูแลหรือมีแต่ไม่ได้รับการดูแลเท่าที่ควร ควรให้มีการดูแลโดยชุมชน คือ คนในครอบครัว ผู้นำชุมชน กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุข หน่วยงานภาครัฐ ทีมแพทย์ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น กลุ่มผู้สูงอายุด้วยกันเอง จิตอาสา นอกจากนี้ ควรปรับเปลี่ยนแนวคิดใหม่ของลูกหลานเพื่อให้กลับมาดูแลพ่อแม่ผู้สูงอายุ ๒) การสร้างเสริมให้มีกิจกรรมร่วมกันในชุมชนอย่างสม่ำเสมอ เช่น กิจกรรมเพื่อนชวนเพื่อน เพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อให้มีโอกาสได้เข้ามาลองทำกิจกรรมเพื่อสังคม ได้พบปะพูดคุยกัน มีการรับประทานอาหารร่วมกัน ๓) ควรมีโอกาสที่ยกย่องให้คุณค่าและให้เป็นที่ยอมรับของสังคม ควรให้ผู้สูงอายุที่เคยเป็นข้าราชการหรือผู้บริหารระดับสูงมีการจับกลุ่มทำกิจกรรมด้วยกัน ๔) การเตรียมการรองรับด้านที่อยู่อาศัยและชุมชนให้กับผู้สูงอายุ ควรจะมีการประสานหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่การสร้างเครือข่ายช่วยเหลือโดยชุมชนผ่านช่องทางสารสนเทศต่างๆ เช่น ไลน์ เฟซบุ๊ก ความพึงพอใจที่ได้ผูกมิตรกับคนอื่นส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตด้านสังคมมากที่สุด ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือคนในสังคมควรจัดกิจกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถมีส่วนร่วมได้เพื่อเพิ่มความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุคคลอื่นในสังคม ทำให้ผู้สูงอายุมีบทบาท มีศักดิ์ศรี และมีคุณค่าต่อสังคม

**๔) สุขภาวะทางจิตวิญญาณ** สรุปได้ดังนี้ ๑) ความผาสุกสำหรับทางด้านจิตวิญญาณของชาวพุทธ คือ การได้ทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น การให้ทาน การรักษาศีล การเจริญสติภาวนา การทำสมาธิ การแผ่เมตตา การสวดมนต์ ๒) การฝึกให้ผู้สูงอายุมีสติอยู่ตลอดเวลา เพื่อเกิดปัญหาในชีวิตก็จะสามารถแก้ไขได้ทั้งหมด ๓) ผู้สูงอายุที่เขามีปัญหาในเรื่องของจิตวิญญาณ นักจิตวิทยาต้องหาวิธีการให้เขาปรับตัวโดยอาศัยโดยให้ทำใจยอมรับกับสภาวะที่เกิดขึ้นและพูดคุยให้กำลังใจ เพื่อให้เขาคิดบวก และยอมรับสภาวะที่เกิดขึ้น นอกจากนั้นให้มีการพูดคุยปลอบใจ สร้างกำลังใจที่ดี เพื่อให้รู้สึกว่ามีคุณค่า ๔) ส่งเสริมการได้แสดงออก และการถ่ายทอดสิ่งที่มีอยู่ในตัวเขาให้สังคมได้รับรู้จะทำให้เขาได้เห็นคุณค่าในตัวเองมากขึ้น เปิดโอกาสให้เขาได้ใช้ความรู้ความสามารถที่มี เช่น การเป็นจิตอาสาจะทำให้เพิ่มพูนความสุขทางจิตวิญญาณ ๕) การสร้างพื้นฐาน



จิตวิญญาณ โดยหาหน่วยงานช่วยเหลือหรือคนรับรู้ เพื่อพูดคุยรับรู้ความรู้สึก สร้างความเป็นกันเอง ทำให้เขารู้สึกว่าเขาได้ไม่โดดเดี่ยว

**๕) สุขภาวะด้านสภาพแวดล้อม** สรุปได้ดังนี้ ๑) จัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านเรือนให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ คนในครอบครัวควรจัดการดูแลให้เหมาะสมเพื่อช่วยอำนวยความสะดวกและตอบสนองความต้องการในด้านต่างๆ ให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตภายในบ้านได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข เช่น ห้องนอนของผู้สูงอายุควรอยู่ชั้นล่างของบ้าน อากาศถ่ายเทสะดวก พื้นบ้านควรเป็นพื้นเรียบและไม่ควรเป็นพื้นขัดมันป้องกันการหกล้ม และห้องน้ำควรเป็นพื้นที่เรียบเสมอกัน พื้นต้องเรียบและไม่ลื่นไม่มันเงา ห้องน้ำต้องมีราวจับและควรแยกส่วนพื้นที่เปียกและแห้ง ๒) การจัดพื้นที่เฉพาะสำหรับผู้สูงอายุให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ทั้งในพื้นที่ทางราชการ พื้นที่เอกชนช่วยเพิ่มการเอื้อประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุได้ เช่น การสร้างสวนสาธารณะ สถานพยาบาล ร้านอาหาร ที่จอดรถสำหรับผู้สูงอายุและคนพิการ สถานพักฟื้น และฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ รวมถึงวัดและศาสนิกกิจทางศาสนาให้เอื้อต่อการเข้าถึงของผู้สูงอายุ ทางลาดและบันไดควรมีราวจับ มีทางลาดสำหรับการเคลื่อนย้ายของผู้สูงอายุที่นั่งรถเข็น ๓) สภาพแวดล้อมที่เกื้อกูล เช่น มีน้ำสะอาด อากาศบริสุทธิ์ สังคมมีความเอื้อเฟื้อ มีหลักประกันทางสุขภาพ และสวัสดิการย่อมช่วยให้สุขภาพของบุคคลเป็นไปด้วยดี ๔) การเตรียมพื้นที่สีเขียว หรือสวนสาธารณะ เพื่อรองรับการใช้งานระดับชุมชน เช่น สวนสาธารณะขนาดเล็กกระจายอยู่ตามจุดต่างๆ รองรับการใช้งานของผู้สูงอายุในชุมชนที่อยู่ใกล้ และ ๕) จัดกลุ่มกิจกรรมที่สอดคล้องตามความถนัดของผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัยหรือตามความสนใจ เช่น กลุ่มจักสาน กลุ่มช่างไม้ กลุ่มร้องเพลง เป็นต้น

### ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย ในครั้งนี้ ทำให้ผู้วิจัยรับรู้ถึง การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย และ พัฒนารูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย ซึ่งได้สรุปผลและอภิปรายผลการวิจัยไปแล้วนั้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้นี้ดังนี้

## ๑. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ในเชิงปฏิบัติ

๑.๑ จากผลการวิเคราะห์รูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ประเด็นสำคัญที่ควรพัฒนาในเชิงปฏิบัติ คือ เน้นรูปแบบการจัดกิจกรรมการ สร้างเสริมกิจกรรม โดยนำหลักการทางพระพุทธศาสนามาเป็นปรับเป็นหลักในการดำเนินชีวิตให้สมบูรณ์แบบที่สะท้อนในแง่มุมต่างๆ ในสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว ชุมชน และสังคมที่ตนดำรงอยู่

๑.๒ การสนับสนุนให้วัดเป็นแหล่งเรียนรู้ วัฒนธรรมประเพณี การให้ความรู้โดยการ จัดสถานที่ฝึกอบรมพัฒนา เพื่อการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุโดยใช้หลัก พระพุทธศาสนาเป็นกรอบแนวคิดสำคัญในการวางแนวทางการสร้างความสามัคคีในชุมชน

๑.๓ การส่งเสริมการมีส่วนร่วม ประสานกันระหว่างส่วนราชการ วัด และชุมชนเพื่อ เป็นกำลังในการพัฒนาหมู่บ้าน ชุมชน และวัดไปพร้อมๆ กัน

๑.๔ การจัดประชุมปรึกษาหารือกันระหว่างส่วนราชการ วัด และชุมชน เพื่อและ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ก่อให้เกิดความสามัคคีและการมีส่วนร่วมอย่างเป็นรูปธรรม

๑.๕ การจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ และการรณรงค์ต่างๆ ด้วยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน เพื่อให้ครอบคลุมการพัฒนาในทุกด้าน และทุกมิติ สังคม และสิ่งแวดล้อม จิตใจ วัฒนธรรม ฯลฯ

## ๒. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ในเชิงนโยบาย

๑) ทุกหน่วยงานควรให้ความสำคัญแก่กระบวนการทางการศึกษาเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ แก่ผู้สูงอายุและครอบครัว และควรมีการเตรียมความพร้อมและการวางแผนชีวิตผู้สูงอายุของ บุคคล ตั้งแต่อยู่ในช่วงวัยต้นๆ ที่สามารถเรียนรู้ได้ นอกจากนี้ควรส่งเสริมให้เกิดการสร้างค่านิยมใหม่ ในสังคมเกี่ยวกับศักยภาพผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับกรอบวัฒนธรรมของไทย แสวงหาแนวทางที่ เหมาะสมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาที่ตอบสนองความต้องการของ ผู้สูงอายุในด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านจิตวิญญาณ และด้านสิ่งแวดล้อม

๒) ความเข้มแข็งที่เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มกิจกรรมของผู้สูงอายุในรูปแบบต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นชมรมผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุ การรวมกลุ่มกิจกรรมต่างๆ และการรวมกลุ่มกับคนหลายช่วงวัย ทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องควรมีการส่งเสริมให้เกิดการเปิดกว้างในการรวมกลุ่ม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการรวมรวมกลุ่มที่เกิดขึ้นตามอัธยาศัยของผู้สูงอายุและคนในชุมชน นอกจากนี้ ควรมุ่งเน้นการใช้ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มดังกล่าวให้เป็นพื้นที่สำหรับการเรียนรู้ของคนในท้องถิ่นไม่ว่าจะเป็นผู้สูงอายุ เด็ก เยาวชน และกลุ่มคนหลายช่วงวัย เพื่อสร้างการรวมตัวที่ไม่มีการแบ่งแยกความเป็นผู้สูงอายุ เด็กและเยาวชน เป็นการรวมตัวที่ส่งเสริมให้เกิดความเข้มแข็งและยั่งยืนแก่ชุมชนอย่างแท้จริง

๓) รัฐควรประกาศนโยบายให้ชัดเจน และให้วัด โรงเรียน และชุมชนได้มีส่วนร่วมในการส่งเสริม ให้มีการพบปะในส่วนที่เกี่ยวข้อง ทั้งชาวบ้าน และเจ้าหน้าที่ ให้ความรู้ และข้อปฏิบัติกับประชาชนอย่างสม่ำเสมอ เพื่อตอบสนองต้องการของชุมชนอย่างเป็นรูปธรรม การรวมตัวกันของผู้สูงอายุมีความหลากหลายรูปแบบ แต่ละรูปแบบมีลักษณะของการ ดำเนินงานแบบแยกส่วนขาด การบูรณาการและไม่มีความเชื่อมโยงกัน ทำให้การทำงานของแต่ละส่วนงาน เป็นไปอย่างไม่เป็นระบบ ข้อเสนอแนะนโยบายคือ กลไกหลักในการสนับสนุนการดำเนินงานคือ หน่วยงานในท้องถิ่นควรมีบทบาทหลักในการสนับสนุนกลไกการรวมตัวกันของผู้สูงอายุในรูปแบบต่างๆ ร่วมกับภาคีเครือข่ายต่างๆ ในและนอกพื้นที่

### ๓. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

๓.๑ ควรมีการศึกษาเรื่องเดียวกันในมิติอื่น เช่น ศึกษาผลกระทบจากกลุ่มเปราะบาง สถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงในจังหวัดอื่นๆ หรือภูมิภาคอื่นๆ ในประเทศไทยเป็นต้น

๓.๒ ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยจาก สถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงในจังหวัดอื่นๆ หรือภูมิภาคอื่นๆ ในประเทศไทย

๓.๓ ควรมีการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัยให้หลากหลายมิติมากขึ้น

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาบาลี – ภาษาไทย

#### ๑.๑ ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

#### ๑.๒ ข้อมูลทุติยภูมิ

##### ๑.๒.๑ หนังสือภาษาไทย

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. การจัดการเครือข่าย:กลยุทธ์สำคัญสู่ความสำเร็จของการปฏิรูป

การศึกษา. กรุงเทพมหานคร: บริษัทซัคเซสมีเดีย จำกัด, ๒๕๔๓.

โกวิท พวงงาม และอลงกรณ์ อรรคแสง. อบต.ในกระบวนทัศน์ใหม่: พัฒนาสร้างเครือข่าย และ

เสริมสร้าง ความเข้มแข็ง. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,

๒๕๔๗.

คณะกรรมการจัดทำยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์. สภา

แห่งชาติ วาระปฏิรูปพิเศษ ๔ : การกำหนดยุทธศาสตร์ชาติ. กรุงเทพมหานคร:

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, ๒๕๕๘.

ครรชิต มัลลียงศ์. ก้าวไกลไปกลับคอมพิวเตอร์ สารคอมพิวเตอร์ที่ข้าราชการที่ต้องรู้. พิมพ์ครั้งที่

๒. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ, ๒๕๕๐.

คุณ โทชนันท์. พุทธศาสนากับสังคมและวัฒนธรรม. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๕.

ชาย โพธิ์สิตา. จิตสำนึกต่อสาธารณะสมบัติ : ศึกษากรณีกรุงเทพมหานคร. นครปฐม: สถาบันวิจัย

ประชากรและสังคม. มหาวิทยาลัยมหิดล. ๒๕๔๓.

ไชย ณ พล อัครสุภเศรษฐ์. ระบบบริหารมาตรฐานพุทธ. กรุงเทพมหานคร: เคล็ดไทย, ๒๕๕๗.

เปลื้อง ณ นคร. พจนานุกรมแปล ไทย – ไทย. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๕.

ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพมหานคร: นามมีบุคส์พับลิเคชั่นส์,

๒๕๔๖.

พจนานุกรมการสาธารณสุขไทยฉบับ ๑๐๐ ปี , สำนักวิชาการสาธารณสุข สำนักงานปลัดกระทรวง  
สาธารณสุข, ๒๕๖๑.

พระมหาสุทิตย์ อาภากร. **เครือข่าย : ธรรมชาติ ความรู้ และการจัดการ**. กรุงเทพมหานคร:  
โครงการเสริมสร้างการเรียนรู้เพื่อชุมชนเป็นสุข, ๒๕๔๗.

ไพบุลย์ วัฒนศิริธรรม และ สังคม สัจจร. **สำนึกไทยที่พึงปรารถนา**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิบูรณะ  
ชนบทแห่งประเทศไทย, ๒๕๔๓.

หวน พิณรุฬันธ์. **การบริหารโรงเรียนด้านความสัมพันธ์กับชุมชน**. กรุงเทพมหานคร: อักษรบัณฑิต,  
๒๕๒๙.

สุรวุฒิ ปัดไธสง. **บทบาทครอบครัวในการถ่ายทอดทางการเมืองให้กับนักเรียนประถมศึกษาใน  
กรุงเทพมหานคร**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโร, ๒๕๔๒.

สมพร เทพลีธา. **ขัดเกลาทางสังคม**. กรุงเทพมหานคร: สมชายการพิมพ์, ๒๕๔๑.

อาทิตา ชุตระกุล. **คุณธรรมนำความรู้ รูปแบบการเรียนการสอนแบบบูรณาการคุณค่า ความเป็น  
มนุษย์**. กรุงเทพมหานคร: วี.ที.ซี. คอมมิวนิเคชั่น, ๒๕๕๖.

อารี เลิศแสนพร. **จิตสาธารณะ: มติการปลูกฝังจิตสำนึกในนักสวัสดิการสังคมรุ่นใหม่**.  
กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยหัวเฉียว, ๒๕๕๕.

### ๑.๒.๒ บทความ

กมลวรรณ คารมปราษฎ์ คล้ายแก้ว. **บทบาทของครอบครัวในการปลูกฝังและพัฒนาความเป็น  
พลเมืองดีตามระบอบประชาธิปไตยให้กับเด็กและเยาวชน**. วารสารพฤติกรรมการศึกษา.  
ปีที่ ๒๐ ฉบับที่ ๑ มกราคม ๒๕๕๗.

ธนา ประมุขกุล. **เครือข่าย**. วารสารส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม. ปีที่ ๒๔ ฉบับที่ ๓ ก.ค.-  
ก.ย. ๒๕๕๔.

พระมหาอำคา วรปัญญา (สุขแดง), “การส่งเสริมสุขภาวะวิถีพุทธในความปกติใหม่”, วารสาร  
สังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๒ (กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔).

พระโสภณพัฒนบัณฑิต และคณะ, “การขับเคลื่อนระบบสุขภาพ โดยใช้ธรรมานุญสุภาพชุมชนวิถีพุทธ  
ตำบลหนองตาไก่ อำเภอโพธิ์ชัย จังหวัดร้อยเอ็ด”, วารสารวิชาการธรรมทรรศน์, ปีที่ ๑๙  
ฉบับที่ ๒ (เมษายน - มิถุนายน ๒๕๖๒).

พูลศักดิ์ อุดมโกชน์ และพิทักษ์ ศิริวงศ์. **การให้ความหมาย ที่มาของความหมาย และแนวทางการ  
ปฏิบัติในความเป็นพลเมืองดีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนกีฬาเทศบาล  
นครนครปฐมจังหวัดนครปฐม**. วารสารวิชาการ Veridian E-Journal. ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๓  
เดือน กันยายน – ธันวาคม ๒๕๕๖.

อ้อมเดือน สดมณี และ ฐาศุภร์ จันประเสริฐ. การพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม : จากแนวคิดสู่แนวทางการปฏิบัติ. วารสารพฤติกรรมการศึกษาศาสตร์. ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๑ มกราคม ๒๕๕๔.

### ๑.๒.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

มิ่งขวัญ คงเจริญ. รายงานการวิจัย เรื่องการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างพลังอำนาจชุมชน เพื่อสร้างจิตสำนึกของความเป็นพลเมืองดีในวิถีชีวิตประชาธิปไตย. กรุงเทพมหานคร:

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, ๒๕๕๕.

สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.), การขับเคลื่อนธรรมนูญว่าด้วยระบบสุขภาพแห่งชาติ, นนทบุรี: บริษัท มาตา จำกัด๒๕๕๗.

วิจิตร ภัทรพรไพโรจน์ และคณะ, การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพวิถีพุทธของผู้สูงอายุ จังหวัดระนอง, วารสารพยาบาลทหารบก. ปีที่ ๒๑ ฉบับที่ ๑ มกราคม - เมษายน ๒๕๖๓.

## ๒. ภาษาอังกฤษ:

### ๒.๑ PRIMARY SOURCES:

Boissevain, Jeremy. Friends of Friends : Network Manipulators and Coalitions.

Oxford : Basil Blackwell, ๑๙๗๔.

Gee, C. Y. and Choy. J. L. The Travel Industry. New York: Van Nostrand, ๑๙๘๙.

### ๓. บทความจากอินเทอร์เน็ต :

กรมกิจการผู้สูงอายุ, สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย. <https://www.dop.go.th/th/know/side>.

สืบค้นเมื่อ: มีนาคม ๒๕๖๕.

จังหวัดเลย, <<https://th.wikipedia.org/wiki>>. มีนาคม ๒๕๖๕.

ดร.อาทิตา ชุตระกุล, “สำนึกรับผิดชอบของคนไทยต่อสังคมปัจจุบันในภาวะวิกฤติ”

<<https://www.gotoknow.org/posts>>. มีนาคม ๒๕๖๕.

ณัฐวุฒิ เทพทวี, “สิ่งที่เรียกว่าจิตสำนึก”, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์,

<<http://www.learners.in.th/blogs/posts/๕๐๘๘๓๙>>, มีนาคม ๒๕๖๕.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

เอกสารชี้แจงข้อมูลแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย



## เอกสารชี้แจงข้อมูลแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

(Participant information sheet)

### ชื่อโครงการวิจัย

(ภาษาไทย) การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

(ภาษาอังกฤษ) Promoting Buddhist health care work for the elderly

in Loei Province

วันที่ชี้แจง วันที่ ๑ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

ชื่อที่ทำงานของผู้วิจัย

ผศ.ดร.จารุกิตติ์ พิริยสุวัฒน์ เลขที่ ๑๑๙ หมู่ ๕ ตำบลศรีสองรัก อำเภอเมือง จังหวัดเลย  
รหัสไปรษณีย์ ๔๒๑๐๐ โทรศัพท์ ๐๘๕-๔๑๙๓๕๙๕

### โครงการวิจัยนี้มีที่มาอย่างไร และวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

สังคมไทยเข้าสู่ภาวะการณลดลงของประชากรวัยเรียนส่งผลให้ความจำเป็นของการขยายสถานศึกษาในเชิงปริมาณลดลงในภาพรวม และเป็นโอกาสในการยกระดับคุณภาพ ความเสมอภาค และประสิทธิภาพทางการศึกษา หากสามารถบริหารจัดการทรัพยากรการศึกษาและส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามประชากรวัยแรงงานที่ลดลงและประชากรสูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จะส่งผลกระทบต่อทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งในด้านการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ ความสามารถในการแข่งขัน และผลิตภาพแรงงานรวมถึงอัตราการพึ่งพิงของผู้สูงอายุต่อวัยแรงงาน และภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น นำมาซึ่งปัญหาขาดแคลนกำลังแรงงานในประเทศ และแนวโน้มความจำเป็นในการพึ่งพาและนำเข้าแรงงานต่างชาติมากขึ้น รวมทั้งความต้องการงบประมาณเพื่อเป็นสวัสดิการรองรับวัยเกษียณ อย่างไรก็ตาม การเป็นสังคมสูงวัยนับเป็นโอกาสในการพัฒนาสินค้าและบริการรูปแบบใหม่เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้สูงอายุที่มีกำลังซื้อสูงด้วยเช่นเดียวกัน นอกจากนี้ แนวโน้มการเพิ่มขึ้นของประชากรรุ่นใหม่ โดยเฉพาะเจนเนอเรชันวาย ซีและอัลฟา รวมถึงรุ่นหลังเจนเนอเรชันซีและอัลฟาซึ่งเริ่มเข้ามาเป็นวัยเด็กตั้งแต่นั้นปี ๒๕๖๙ จะส่งผลให้ความแตกต่างระหว่างคนรุ่นใหม่และคนรุ่นเดิมเด่นชัดขึ้น ทั้งในด้านทัศนคติ พฤติกรรม และการให้คุณค่าด้านต่าง ๆ อาทิ การให้ความสำคัญกับความสมดุลระหว่างการทำงานกับ

ชีวิตส่วนตัว อิสระและความยืดหยุ่นในการทำงาน รวมถึงมีความเป็นผู้ประกอบการสูง ประกอบกับ แนวโน้มการเพิ่มขึ้นของแรงงานต่างด้าวซึ่งมีความหลากหลายทางเชื้อชาติ ความเชื่อ และวัฒนธรรม มากยิ่งขึ้น จึงอาจนำมาซึ่งรูปแบบการทำงาน การใช้ชีวิต และสภาพสังคมรูปแบบใหม่ ซึ่งต้องอาศัย วัฒนธรรมที่เปิดกว้างและเข้าอกเข้าใจกันมากยิ่งขึ้น (กรอบแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๓ “พลิกโฉมประเทศไทยสู่ เศรษฐกิจสร้างคุณค่า สังคมเดินหน้าอย่างยั่งยืน”)

แผนงานบูรณาการนี้มีโครงการวิจัยย่อยภายใต้แผนงานจำนวน ๒ โครงการ คือ โครงการวิจัยย่อยที่ ๑. ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย โครงการวิจัยย่อยที่ ๒. จะ ได้รูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงใน จังหวัดเลย แบบมีส่วนร่วมของชุมชนและผู้สูงอายุสร้างสรรค์นวัตกรรม สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธ ในสภาพการณ์ วิกฤตไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ จังหวัดเลย มีจำนวนประชากร ชาย ๓๒๐,๑๖๕. คน หญิง ๓๑๘,๕๗๑. คน รวม ๖๓๘,๗๓๖. คน จำนวนประชากร ผู้สูงอายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป ชาย ๕๕,๙๗๙. คน หญิง ๖๐,๕๖๗. คน รวม ๑๑๖,๕๔๖. คน คิดเป็นร้อยละ ๑๘.๒๕ ลำดับที่ ๓๖ ของผู้สูงอายุในประเทศไทย จังหวัดเลย เป็นพื้นที่เป้าหมายในการดำเนินการวิจัย และคณะผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญแบบมีส่วนร่วมของชุมชน ผู้ สูงวัย/และเยาวชน ในการร่วมด้วยช่วยกันระดมความคิดเพื่อขับเคลื่อนพลังความคิดผู้สูงอายุและ ชุมชนสู่การสร้างสรรค์นวัตกรรม สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธนำไปสู่การขยายผลไปสู่ระดับประเทศ ต่อไป อย่างยั่งยืน

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑) ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

๒) รูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ใน จังหวัดเลย

ค่าใช้จ่ายที่ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยจะต้องรับผิดชอบ (ถ้ามี)

ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น

คำตอบแทนที่ได้รับเมื่อเข้าร่วมโครงการวิจัย

ไม่มีคำตอบแทน

## ท่านได้รับเชิญให้เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้เพราะคุณสมบัติที่เหมาะสมดังต่อไปนี้

เป็นผู้ที่มีความสนใจให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์ เข้าร่วมการสนทนากลุ่มและให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์วิชาการ เพื่อเป็นข้อมูลในการวิเคราะห์ สังเคราะห์ และพัฒนารูปแบบการขับเคลื่อนงาน สุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

## ท่านไม่สามารถเข้าร่วมโครงการวิจัยได้หากท่านมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

เป็นผู้ไม่มีความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจ ที่จะร่วมโครงการวิจัย

## จะมีการทำโครงการวิจัยนี้ที่ใด และมีจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ทั้งสิ้นเท่าไร

โครงการวิจัยนี้ทำการศึกษารูปแบบ การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ๑) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดเลย ๒) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย และมีจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังนี้

๑) การวิจัยในเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย

๑.๑ กลุ่มผู้สูงอายุประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เครือข่ายผู้สูงอายุสร้างสรรค์นวัตกรรม การเตรียมความพร้อมของผู้ที่จะก้าวเข้าสู่ความสูงวัย สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธ ในสภาพการณ์ วิกฤตไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) จำนวน ๒ แห่ง โดยใช้สูตรการคำนวณของทาโร่ ยามาเน่ ได้ กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๒๕ ราย จากจำนวนประชากรทั้งสิ้น ๑๑๖,๕๔๖ ราย

๑.๒ กลุ่มผู้สูงอายุ/ เยาวชน และภาครัฐ จำนวน ๕ แห่ง โดยเป็นการสุ่มตัวอย่าง รวมทั้งหมด จำนวน ๒๒๕ ราย

๒) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย

๒.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ/ เยาวชน และพระสงฆ์ในพื้นที่พัฒนา ๒ พื้นที่ๆ ละ ๑๐ ราย จำนวน ๒๐ ราย

๒.๒ ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ เช่น ๑. โรงเรียนผู้สูงอายุ ๒. องค์การบริหารส่วนตำบล และ เทศบาลตำบล ๓. สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดเลย ๔. พัฒนาฝีมือแรงงาน ๕. สำนักงาน พื้นที่เขตการศึกษา เกี่ยวข้องในพื้นที่ดำเนินการศึกษา ๓ พื้นที่ๆ ละ ๒ ราย จำนวน ๑๐ ราย

๒.๓ ประชาชนท้องถิ่น ผู้อาวุโส และกลุ่มชาวบ้านในพื้นที่ ๒ อำเภอ ในจังหวัดเลย พื้นที่ๆ ละ ๓ ราย จำนวน ๖ ราย

๒.๔ กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสาที่ทำงานในจังหวัดเลย ๒ พื้นที่ เพื่อร่วมเรียนรู้ จำนวนพื้นที่ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

๓) การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประกอบด้วย

๓.๑ กลุ่มผู้สูงอายุอยู่ในพื้นที่ ๒ อำเภอ ในจังหวัดเลย จำนวนพื้นที่ละ ๓๐ ราย รวมจำนวน ๖๐ ราย

๓.๒ กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสาที่ทำงานในพื้นที่ใน ๓ พื้นที่ เพื่อร่วมเรียนรู้ในการพัฒนาชุมชนและการพัฒนาสังคม จำนวนพื้นที่ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

๓.๓ กลุ่มโรงเรียนผู้วัย ๒ พื้นที่ๆ ละ ๕ ราย รวมจำนวน ๑๐ ราย

รวมประชากรกลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญในแผนบูรณาการวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” จำนวน ๑๒๖ ราย

#### **ระยะเวลาที่ท่านจะต้องร่วมโครงการวิจัยและจำนวนครั้งที่นี่**

ท่านจะได้รับการสอบถามข้อมูลพื้นฐาน และรับคำอธิบายเกี่ยวกับการวิจัย ก่อนการดำเนินการวิจัย ระยะเวลาในการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ๑ ชั่วโมง จำนวน ๑ ครั้ง ระยะเวลาในการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group) ๒-๓ ชั่วโมง จำนวน ๑ ครั้ง และระยะเวลาในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship) ๒-๓ ชั่วโมง จำนวน ๑ ครั้ง อย่างไรก็ตามระยะเวลาในการให้ข้อมูลขึ้นกับความสะดวกของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

#### **หากท่านเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ท่านจะต้องปฏิบัติตามขั้นตอน หรือได้รับการปฏิบัติอย่างไร**

ในการให้ข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก ให้ข้อมูลแลกเปลี่ยนเปลี่ยนเรียนรู้โดยการร่วมสนทนากลุ่มย่อย และในขั้นการประเมินรูปแบบโดยผู้เชี่ยวชาญในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งแต่ละขั้นตอนของการศึกษาวิจัย ท่านจะได้รับการชี้แจงเกี่ยวกับการศึกษาวิจัยทุกครั้งก่อนเริ่มทำการศึกษาวิจัย

**ความไม่สุขสบาย หรือความเสี่ยงอันตรายที่อาจจะได้รับจากกรรมวิธีการวิจัยมีอะไรบ้าง และวิธีการป้องกัน/แก้ไขที่ผู้วิจัยเตรียมไว้หากมีเหตุการณ์ดังกล่าวเกิดขึ้น**

ไม่มีความเสี่ยงอันตรายที่จะได้รับจากกรรมวิธีการวิจัย

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากโครงการวิจัย

๑) ประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติเพื่อให้เข้าใจการวิถีชีวิตและการขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย และจังหวัดอื่นๆ

๒) ประโยชน์ต่อสาขาวิชาพระพุทธศาสนาและทางวิชาการ เพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ จากการขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย เพื่อเป็นการศึกษาศึกษาสังคมผ่านทางคติชนวิทยา

๓) ประโยชน์ต่อความเป็นมนุษย์ เพื่อการพัฒนาตนเองทั้งด้านปัญญา จิตใจ และการกระทำ เพื่อทราบกระบวนการงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในด้านการถ่ายทอด อบรมเยาวชนรุ่นใหม่ของการขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

### ค่าใช้จ่ายที่ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยจะต้องรับผิดชอบ (ถ้ามี)

ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น

### คำตอบแทนที่จะได้รับเมื่อเข้าร่วมโครงการวิจัย

ไม่มีคำตอบแทน

### หากท่านไม่เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ท่านมีทางเลือกอื่นอย่างไรบ้าง

ไม่มี

### หากเกิดอันตรายที่เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัยนี้ จะติดต่อกับใคร และได้รับการปฏิบัติอย่างไร

หากเกิดอันตรายที่เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัยนี้ ท่านสามารถติดต่อกับ

ผศ.ดร.จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์

เลขที่ ๑๑๙ หมู่ ๕ ตำบลศรีสองรัก อำเภอเมือง จังหวัดเลย

รหัสไปรษณีย์ ๔๒๑๐๐

โทรศัพท์ ๐๔๒-๐๓๙๖๓๐ / ๐๘๕-๔๑๙๓๕๙๕

### หากท่านมีคำถามที่เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัย จะถามใคร ระบุชื่อผู้วิจัยหรือผู้ร่วมวิจัย

หากท่านมีคำถามที่เกี่ยวข้องกับกับโครงการวิจัย โปรดสอบถามได้ที่

ผศ.ดร.จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์ เบอร์โทร. ๐๘๕-๔๑๙๓๕๙๕

หากท่านรู้สึกว่าการได้รับการปฏิบัติอย่างไม่เป็นธรรมในระหว่างโครงการนี้โครงการวิจัยนี้ ท่านอาจแจ้งเรื่องได้ที่ สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

เบอร์โทร. ๐๓๕ ๒๔๘๐๐๐ ต่อ ๘๑๕๓, ๘๐๗๓

### **ข้อมูลส่วนตัวของท่านที่ได้จากโครงการวิจัยครั้งนี้จะถูกนำไปใช้ดังต่อไปนี้**

ผู้วิจัยจะนำเสนอข้อมูลที่ได้ที่ได้จากโครงการวิจัย เพื่อประโยชน์ทางวิชาการโดยไม่เปิดเผยชื่อนามสกุลที่อยู่ของผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัยทุกคน ผู้วิจัยจะเก็บรักษาข้อมูลส่วนตัวและข้อมูลที่ได้จากโครงการวิจัยไว้ในงานวิจัยของสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### **ท่านจะถอนตัวออกจากโครงการวิจัยหลังจากได้ลงนามเข้าร่วมโครงการวิจัยแล้วได้หรือไม่**

ท่านสามารถถอนตัวออกจากโครงการวิจัยได้ตลอดเวลาที่ท่านต้องการ โดยจะไม่มีผลเสียใดๆ เกิดขึ้นหรือท่านอาจถูกขอให้ออกจากโครงการวิจัยเมื่อท่านมีโรคที่มีอาการป่วยเกิดขึ้น ไม่สามารถร่วมกิจกรรมได้

หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมวิจัย (Informed Consent) รับรองโดยคณะกรรมการ  
พิจารณาโครงการวิจัย สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

.....

โครงการวิจัย การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย  
Promoting Buddhist health care work for the elderly in Loei Province

วันที่ลงนาม ๑ ตุลาคม ๒๕๖๕

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมให้ทำการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึง  
วัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย อันตราย รวมทั้งประโยชน์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการวิจัย  
อย่างละเอียด และมีความเข้าใจดีแล้ว

ผู้วิจัยรับรองว่าตอบคำถามที่ข้าพเจ้าเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ จะไม่ปิดบังซ่อนเร้น จน  
ข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้าเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ โดยปราศจากการบังคับหรือชักจูง

ข้าพเจ้ามีสิทธิเสรีที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยเมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกนี้  
จะไม่มีผลต่อข้าพเจ้าจะพึงได้รับในปัจจุบันและในอนาคต

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับ และจะเปิดเผยเฉพาะ  
ในของสรุปผลการวิจัยโดยไม่มีการระบุชื่อนามสกุลของข้าพเจ้าเจ้า การเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับตัว  
ข้าพเจ้าต่อ หน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง จะกระทำด้วยเหตุผลทางวิชาการเท่านั้น

ผู้วิจัยรับรองว่าหากเกิดอันตรายใดๆจากการวิจัย ข้าพเจ้าจะได้รับการรักษาพยาบาล  
ตามที่ระบุในเอกสารชี้แจงข้อมูลแก่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้าจะได้รับเอกสารชี้แจงและหนังสือยินยอมที่มีข้อความเดียวกันกับผู้วิจัยเก็บไว้  
เป็นส่วนตัวข้าพเจ้าเจ้า ๑ ชุด


ข้าพเจ้าได้รับทราบข้อความข้างต้นแล้ว มีความเข้าใจดีทุกประการ และลงนามในใบ  
ยินยอมด้วยความเต็มใจ


ลงชื่อ





ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

(พระราชปรีชาภูมิ,ดร.)

ลงชื่อ  ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย  
(นายสมชาย หานนท์)

ลงชื่อ  ผู้ดำเนินโครงการวิจัย  
(ผศ.ดร.จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์)

ลงชื่อ  พยาน  
(พระทวีศักดิ์ ไต้ศรีโคตร)

ลงชื่อ  พยาน  
(ดร.อุดร จันทวัน)

ในกรณีที่ผู้เข้าร่วมในโครงการวิจัย อายุน้อยกว่า ๑๘ ปี/ไม่สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง และไม่สามารถลงลายชื่อกับตนเองตนเอง

ข้าพเจ้า.....ในฐานะเป็น.....

(ผู้แทนโดยชอบธรรมตามกฎหมาย/ผู้ปกครอง/บิดา-มารดา/สามี-ภรรยา) ของ

.....อนุญาตให้.....เข้าร่วมใน  
โครงการวิจัยในครั้งนี้

ลงชื่อ.....ผู้แทนโดยชอบธรรมตามกฎหมาย/ผู้ปกครอง/บิดา-  
มารดาสามี-ภรรยา)

ลงชื่อ.....พยาน)

(.....ชื่อ-นามสกุล ตัวบรรจง)

ลงชื่อ.....พยาน)

(.....ชื่อ-นามสกุล ตัวบรรจง



ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม/แบบสัมภาษณ์



**แบบสอบถามและสัมภาษณ์ประกอบการวิจัย**  
**แผนงานวิจัย เรื่อง การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย**

**คำชี้แจง**

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามและสัมภาษณ์

ตอนที่ ๒ ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

ตอนที่ ๓ รูปแบบบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย

ตอนที่ ๔ ขอเสนอแนะเพิ่มเติมที่เกี่ยวข้อง

**หมายเหตุ** ข้อมูลที่ท่านตอบแบบสอบถามนี้จะเก็บรักษาไว้เป็นความลับ และนำไปใช้เฉพาะงานวิจัย ครั้งนี้เท่านั้น

**ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามและสัมภาษณ์**

- |                  |   |   |
|------------------|---|---|
| ๑. เพศ           | <input type="checkbox"/> ชาย                      | <input type="checkbox"/> หญิง                     |
| ๒. อายุ          | <input type="checkbox"/> ต่ำกว่าหรือเท่ากับ ๒๐ ปี | <input type="checkbox"/> ๒๑ - ๓๐ ปี               |
|                  | <input type="checkbox"/> ๓๑ - ๔๐ ปี               | <input type="checkbox"/> ๔๑ - ๕๐ ปี               |
|                  | <input type="checkbox"/> ๕๑ - ๖๐ ปี               | <input type="checkbox"/> ๖๑ ปีขึ้นไป              |
| ๓. ระดับการศึกษา | <input type="checkbox"/> ประถมศึกษา               | <input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนต้น         |
|                  | <input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนปลาย        | <input type="checkbox"/> อนุปริญญา/ ปวส./ ปวท.    |
|                  | <input type="checkbox"/> ปริญญาตรี                | <input type="checkbox"/> สูงกว่าปริญญาตรี         |
| ๔. อาชีพ         | <input type="checkbox"/> เกษตรกร                  | <input type="checkbox"/> รับจ้าง                  |
|                  | <input type="checkbox"/> พนักงานเอกชน             | <input type="checkbox"/> รับราชการ/ ลูกจ้างของรัฐ |
|                  | <input type="checkbox"/> ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว     | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ.....              |

**ตอนที่ ๒ การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ**

๒.๑ ท่านมีความเข้าใจ การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ จังหวัดเลย  
อย่างไร.....

.....  
.....  
.....

๒.๒ ปัญหา อุปสรรค ในการการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ จังหวัด  
เลย .....

.....  
.....

๒.๓ แนวทางแก้ไขการ การการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ จังหวัด  
เลย .....

.....  
.....  
.....

๒.๔ รูปแบบการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย .....

.....  
.....  
.....  
.....

๒.๕ รูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ใน  
จังหวัดเลย .....

.....  
.....  
.....  
.....

### ตอนที่ ๓ การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

๓.๑ ท่านคิดว่าการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ประกอบด้วยอะไรบ้าง .....

.....

๓.๒ ท่านคิดว่า ปัญหา อุปสรรค และแนวทางแก้ไข การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย มีอะไรบ้าง.....

.....

๓.๓ ท่านคิดว่า รูปแบบกิจกรรม บทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติ ติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย ควรมีรูปแบบกิจกรรมอย่างไร

๓.๔ ท่านคิดว่า การมีส่วนร่วมในกิจกรรม บทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย อย่างไร .....

.....

.....

### ตอนที่ ๔

ตอนที่	ข้อที่	ประเด็นการสัมภาษณ์	คำตอบ
๑	๑	สภาพปัจจุบันของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย มีอะไรบ้าง	
	๒	สภาพปัจจุบันของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย ด้านการรับรู้มุมมองชุมชนเป็นอย่างไร	
	๓	สภาพปัจจุบันของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย ด้านการเกิดผลประโยชน์ชุมชน เป็นอย่างไร	
	๔	สภาพปัจจุบันของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย ด้านการมีส่วนร่วมของชุมชน เป็นอย่างไร	
	๕	สภาพปัจจุบันของการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย ด้านการเสริมสร้างความเข้าใจในชุมชน เป็นอย่างไร	

ตอนที่	ข้อที่	ประเด็นการสัมภาษณ์	คำตอบ
๒	๑	ด้านการจัดการขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ด้านการรับรู้และมีส่วนร่วมชุมชน เป็นอย่างไร	
	๒	ด้านการจัดการ การขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ปฏิสัมพันธ์เชิงแลกเปลี่ยน เป็นอย่างไร	
	๓	ด้านการจัดการขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ด้านการพึ่งพิงอิง ร่วมกันในชุมชน เป็นอย่างไร	
	๔	ด้านการจัดการขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ด้านการมีวิสัยทัศน์ร่วมกันในชุมชน เป็นอย่างไร เป็นอย่างไร	
	๕	ด้านการจัดการขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ก่อให้เกิดผลประโยชน์และความสนใจร่วมกันในชุมชน เป็นอย่างไร	

**ตอนที่ ๕ ขอเสนอแนะเพิ่มเติมที่เกี่ยวข้อง**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณผู้ให้ข้อมูลทุกท่าน

คณะผู้วิจัย

ภาคผนวก ค

หนังสือนำ



ที่ อว. ๖๑๓๓/ว.....

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาลัยสงฆ์เลย เลขที่ ๑๑๙ หมู่ ๕

ต.ศรีสองรัก อ.เมือง จ.เลย ๔๒๑๐๐

โทร. ๐๔๒-๘๐๑๒๐๓

๓ ธันวาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขออนุมัติครุภัณฑ์สัมภาระและเก็บข้อมูลงานวิจัย

เจริญพร

สิ่งที่ส่งมาด้วย แผนงานวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วยวิทยาลัยสงฆ์เลย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้รับทุนอุดหนุนจาก กองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม ในการจัดทำแผนงานวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” ซึ่งต้องดำเนินเก็บข้อมูลเพื่อวิเคราะห์รายงานการวิจัย ในช่วงเดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๕ – กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๖ เพื่อรวบรวมข้อมูลสรุปผลการวิจัยตามกรอบระยะเวลาของงานวิจัยที่กำหนดไว้

วิทยาลัยสงฆ์เลย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จึงขออนุมัติครุภัณฑ์สัมภาระและเก็บข้อมูลงานวิจัย และข้อมูลที่เกี่ยวข้อง พร้อมขอเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้องในงานวิจัย โดยมอบหมายให้ ผศ.ดร.จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์ หัวหน้าโครงการ และทีมงานลงพื้นที่ในช่วงเดือนดังกล่าว เป็นผู้รับผิดชอบในการประสานงานด้านการวิจัย หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๕-๔๑๙๓๕๙๕ รายละเอียดตามที่ส่งมาด้วย

จึงเจริญพรมาเพื่อโปรดพิจารณาและขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระราชปริชามุนี,ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์เลย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

## ภาคผนวก ง

รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมแผนงานวิจัย / ตารางกิจกรรม



**รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมแผนงานวิจัย**  
**เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย”**  
**มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย**  
**ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากกองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม**  
**ปีงบประมาณ ๒๕๖๖ จำนวน ๑๑๒ คน**

ลำดับ	รายชื่อ-นามสกุล	อายุ	หน่วยงาน /โรงเรียน	ลายมือชื่อ
๑	นางทองเลื่อน ทาแก้ว	๖๐	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒	นางบัวลัย อางแก้ว	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓	นางบุญเยี่ยม ไชยทิพย์	๖๗	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๔	นางเสถียร ไชยสีหา	๖๘	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๕	นางละมัย ทิรุจเชื้อ	๗๕	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๖	นางบุญเยื่อ วิรัตน์	๖๘	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๗	นางคำหยาด เสมาวงค์	๗๒	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๘	นายลอง มาใจ	๗๑	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๙	นางแสงจันทร์ บัปพาน	๗๐	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๐	นายบุญปิ่น พิมพา	๗๔	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๑	นางคำปุ่น สิงหา	๗๑	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๒	นางคำปุ่น บุริน	๗๘	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๓	นางสมบุรณ์ วงศ์พยัคฆ์	๖๖	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๔	นางบัวพรหม ศรีจำปา	๖๕	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๕	นายประชัน มาตรา	๗๒	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๖	นางทองจันทร์ พรหมสิทธิ์	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๗	นางอนงค์ อางแก้ว	๗๓	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๘	นางวุฒิ มณีกัน	๗๙	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๑๙	นางบัว เพี้ยแก้ว	๗๘	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๐	นางลำดวน เข้มมงคล	๗๓	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๑	นางคำหุ่น เจริญเพชร	๗๑	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๒	นางอวยชัน จันทร์ล้อม	๖๖	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๓	นางมยุรี สุณา	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๔	นางทองเลื่อน บุริน	๗๕	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	

**รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมแผนงานวิจัย**  
เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” (ต่อ)

ลำดับ	รายชื่อ	อายุ	หน่วยงาน /โรงเรียน	ลายมือชื่อ
๒๕	นางบุญยืน โลขันสา	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๖	นางละมวน มณีกัน	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๗	นายสุรินทร์ ดาวงษา	๖๓	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๘	นางประหยัด จันทวัน	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๒๙	นางบุญมี คำแก้ว	๖๗	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๐	นางปุย บุตรเต	๘๐	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๑	นางละมุล สุจิมงคล	๗๕	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๒	นางบัวเรียน เป้ามงคล	๗๐	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๓	นางเก็ง เทพนาทิม	๗๔	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๔	นางคำคิด เพี้ยเสนา	๗๘	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๕	นายสุบิน เป้ามงคล	๖๘	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๖	นางพิมพ์ดา ดาวงษา	๗๔	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๗	นาโกฮ้าง พันลูกท้าว	๖๗	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๘	นางคำมูล พรหมสิทธิ์	๖๘	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๓๙	นางคำคิด จันทศรี	๗๑	ร.ร.ผู้สูงอายุภูผาล้อมน้ำสวย	
๔๐	พระครูปิยะธรรมวุฒิ	๖๗	พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.เมือง	
๔๑	พระมหาทนะนงค์ศักดิ์ สัจจวโร	๔๓	พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.เมือง	
๔๒	พระอธิการธนากร โฆสธมโม	๔๗	พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.วังสะพุง	
๔๓	พระพยุหศักดิ์ มหาปัญโญ	๓๖	พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.วังสะพุง	
๔๔	พระมหาไพโรจน์ อคฺคธมโม	๔๙	พระสงฆ์ในพื้นที่/อ.เมือง	
๔๕	นายธนบดีนทร์ ททรัพย์สมบัติ	๒๐	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	
๔๖	น.ส.มัชฌิมาลัย สุพะนาน	๒๐	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	
๔๗	น.ส.อารยา สุดหอม	๑๙	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	
๔๘	น.ส.เกษราภรณ์ มาตทวงษ์	๑๙	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	
๔๙	นายยุทธชัย แสงสุวรรณ	๒๐	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	

รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมการดำเนินงานวิจัย เรื่อง  
 “การขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” (ต่อ)

ลำดับ	รายชื่อ	อายุ	หน่วยงาน /โรงเรียน	ลายมือชื่อ
๕๐	นางเนตรชนก พันลูกท้าว	๔๓	เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.)	
๕๑	นางลภิน แจ่มใส	๔๘	เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.)	
๕๒	น.ส.จิรภา หอมบุษยา	๔๕	เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.)	
๕๓	นางนิตยา กรรณลา	๕๑	เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.)	
๕๔	น.ส.จิตาภา โตจาก	๕๒	เจ้าหน้าที่ (รพ.สต.)	
๕๕	นางเพ็ญวิภา บุตรวงษ์	๓๖	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง)	
๕๖	น.ส.อภิญา คำใส	๔๕	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง)	
๕๗	นางจีวรรณ เกียรติภัก	๔๓	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง)	
๕๘	น.ส.นัตตาพร อัจแก้ว	๓๗	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง)	
๕๙	น.ส.สุพัตรา เจริญเพชร	๓๗	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง)	
๖๐	น.ส.ลักขณรีธา เกษเกษร	๓๘	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.วังสะพุง)	
๖๑	น.ส.ชนิตา ทาสुकนธ์	๒๔	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.น้ำสวย)	
๖๒	น.ส.ปรีชญา มูลชมภู	๒๓	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.น้ำสวย)	
๖๓	น.ส.เสาวลักษณ์ บุญสาร	๓๔	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.น้ำสวย)	
๖๔	น.ส.เกวลี ประสพ	๒๔	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.น้ำสวย)	
๖๕	น.ส.เจนจิรา วรรณา	๔๗	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.น้ำสวย)	
๖๖	นายวรกร กงตรา	๓๙	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.น้ำสวย)	
๖๗	นายดิพนธ์กรณ์ จันทร์ปิตุ	๔๔	เจ้าหน้าที่ (ท.ต.น้ำสวย)	
๖๘	นายประดิษฐ์ ศรีจำปา	๗๙	รองนายก (ท.ต.น้ำสวย)	
๖๙	นายโสภณ อริยะสุข	๗๖	นายก (ท.ต.น้ำสวย)	
๗๐	นางวาริณี มาตรา	๖๘	ผช.ครูใหญ่ ร.ร.ผาล้อม	
๗๑	พ.ต.ท.มนัส นามเชียงใต้	๘๙	วิทยากร	
๗๒	น.ส.กานต์ เลพล	๕๑	วิทยากร	
๗๓	นางสุพรรณิ วีระเสรี	๖๔	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๗๔	นางวิรัตน์ ทิพเวช	๖๗	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	

รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมการแผนงานวิจัย เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาพะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” (ต่อ)				
ลำดับ	รายชื่อ	อายุ	หน่วยงาน /โรงเรียน	ลายมือชื่อ
๗๕	นางสุนี บรรยงค์	๕๘	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๗๖	นางสุภาพ หอมบุปผา	๖๓	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๗๗	นางสุดชาดา บัวสาย	๖๑	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๗๘	นางสายทอง เลพล	๗๒	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๗๙	นายชาญชัย เกตุกลม	๖๑	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๐	นางชื่น ดาวงษา	๗๒	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๑	นางประไพ บุตรเต	๖๐	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๒	นางเลียบ มาแสงจันทร์	๗๐	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๓	นายจอมพล เป้ามงคล	๖๒	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๔	นางสาคร อางแก้ว	๗๗	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๕	นางเลียง เกตุกลม	๖๓	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๖	นายสุวัจน์ จันทศรี	๖๖	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๗	นางอุดม เป้ามงคล	๗๖	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๘	นางบุญนำ บุญพรหม	๖๔	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๘๙	นางสุดใจ พันลูกท้าว	๖๐	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๐	นางลำไพ ภูจอมแก้ว	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๑	นายเลิศชัย คนแรง	๗๐	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๒	นายวิรัตน์ สุนนท์ก	๖๘	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๓	นายชรัส อางแก้ว	๖๕	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๔	นางสมจิต วงศ์พยัคฆ์	๖๓	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๕	นายสมพร ทองบ้านทุ่ม	๖๘	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๖	นางจันทิ ทองบ้านทุ่ม	๕๙	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๗	นาเส็ง บุตรเต	๗๐	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๘	นายภราดร มูลศิริ	๗๑	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๙๙	นางบุญตา อางแก้ว	๗๔	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๑๐๐	นางช่อผกา อางแก้ว	๖๓	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	

รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมการดำเนินงานวิจัย เรื่อง  
 “การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” (ต่อ)

ลำดับ	รายชื่อ	อายุ	หน่วยงาน /โรงเรียน	ลายมือชื่อ
๑๐๑	นายบัวทอง ฝ่ายจำปา	๗๐	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๑๐๒	นางบังอร แก้วชาเนตร	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๑๐๓	นางถาวร มูลศิริ	๖๑	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๑๐๔	นายวิรัตน์ ยานุชาติ	๖๔	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๑๐๕	นางสมพร กระวน	๖๒	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๑๐๖	นายบุญมี กระวน	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๑๐๗	นางกาศรี พิมโคตร	๖๙	ร.ร.ผู้สูงอายุวังสะพุง	
๑๐๘	นายธนกร งามสง่า	๒๐	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	
๑๐๙	นายวรฤทธิ์ มณีศรี	๒๐	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	
๑๑๐	น.ส.ปาริษา เดชธงชัย	๑๙	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	
๑๑๑	น.ส.มูธิตา จุละนนท์	๑๙	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	
๑๑๒	น.ส.ศิราพร ชูใบ	๒๐	กลุ่มเยาวชนและกลุ่มจิตอาสา	

## ตารางกิจกรรม

### เรื่อง “การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”

กิจกรรม	ระยะเวลาในการ ดำเนินการ
๑. ประชุมคณะทำงานวิจัย และผู้ช่วยวิจัยเพื่อชี้แจงกระบวนการ เพื่อตอบ วัตถุประสงค์	ตุลาคม ๒๕๖๕
๒. ขอเอกสารเพื่อลงพื้นที่จากทางวิทยาลัยสงฆ์เลย ศึกษาเรื่อง “การขับเคลื่อน งานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”	ตุลาคม ๒๕๖๕
๓. ติดต่อประสานงานกับกลุ่มตัวแทนผู้ให้ข้อมูลสำคัญ และโรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ อำเภอ จังหวัดเลย	ตุลาคม ๒๕๖๕
๔. ประชุมชี้แจงวัตถุประสงค์กับโรงเรียนผู้สูงอายุ และคณะผู้ร่วมงานวิจัย	พฤศจิกายน ๒๕๖๕
๕. จัดกิจกรรมร่วมกับครูและกลุ่มจิตอาสาในพื้นที่ โรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ แห่ง โดยมีผู้ช่วยงานวิจัย เข้าร่วมกิจกรรม เก็บข้อมูล	พฤศจิกายน - ธันวาคม ๒๕๖๕
๖. คณะผู้วิจัย และกลุ่มจิตอาสาในพื้นที่ โรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ แห่ง วางแผน ร่วมกันในการดำเนินการช่วยเหลือและเป็นพี่เลี้ยง หารูปแบบกิจกรรมเพื่อสร้าง แรงบันดาลใจให้คนทุกโรงเรียนผู้สูงอายุ ทั้ง ๒ แห่ง	พฤศจิกายน - ธันวาคม ๒๕๖๕
๗. ประเมินผลการดำเนินงานกิจกรรมตามโครงการศึกษา	มกราคม - กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖
๘. วิเคราะห์ผลการดำเนินงานกิจกรรมตามโครงการ เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุข ภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”	มีนาคม - เมษายน ๒๕๖๖
๙. สรุปผลการดำเนินงานกิจกรรมตามโครงการ เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุข ภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”	พฤษภาคม ๒๕๖๖
๑๐. รายงานผลการดำเนินงานกิจกรรมตามโครงการ เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุข ภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”	มิถุนายน ๒๕๖๖

ภาคผนวก จ

ชุดฝึกอบรม/โปรแกรมฝึก/ภาพกิจกรรม

## เรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย”

กิจกรรมการมีส่วนร่วมสนับสนุนทางสังคม คือ ๓ อ. ๑) อาหาร ๒) การออกกำลังกาย ๓) อารมณ์ ๓ ส. ๑) สวดมนต์ ๒) สมาธิ ๓) สนทนาธรรม/ และมรรค ๘ คือ ๑) สัมมาทิฐิ ๒) สัมมาสังกัปปะ ๓) สัมมาวาจา ๔) สัมมากัมมันตะ ๕) สัมมาอาชีวะ ๖) สัมมาวายามะ ๗) สัมมาสติ ๘) สัมมาสมาธิ ดำเนินการจัดกิจกรรมจำนวน ๗ ครั้ง ๗ สัปดาห์ โดยมีขั้นตอน การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย

รายการ สัปดาห์	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม สนับสนุนทางสังคม คือ ๓ อ.
กิจกรรมที่ ๑	“สุขใจ เมื่อได้สวดมนต์”	- สัมมาทิฐิ - สัมมาวาจา
กิจกรรมที่ ๒	“สมาธิมา ปัญญาเกิด”	- สัมมาสติ - สัมมาทิฐิ
กิจกรรมที่ ๓	“การสนทนาธรรม นำชีวีวิถีพุทธ”	- สัมมาวายามะ - สัมมาอาชีวะ
กิจกรรมที่ ๔	“การดูแลสุขภาพด้วยหลักการ”	- การออกกำลังกาย - สัมมาสังกัปปะ
กิจกรรมที่ ๕	การ “ขยับกาย สบายชีวี”	- การออกกำลังกาย - สัมมากัมมันตะ
กิจกรรมที่ ๖	“อารมณ์ดีเพราะมีความสุข”	- การออกกำลังกาย - สัมมาทิฐิ
กิจกรรมที่ ๗	“จิตอาสา เพื่อพัฒนาชุมชน”	- การออกกำลังกาย - สัมมาทิฐิ - สัมมาสติ



### กิจกรรมที่ ๑ “สุขใจ เมื่อได้สวดมนต์”



## กิจกรรมที่ ๒ “สมาธิมา ปัญญาเกิด”



กิจกรรมที่ ๓ “การสนทนาธรรม นำชีวิวิถีพุทธ”



กิจกรรมที่ ๔ “การดูแลสุขภาพด้วยหลักการ”



กิจกรรมที่ ๕ “การขยับกาย สบายชีวี”



กิจกรรมที่ ๖ “อารมณ์ดีเพราะมีความสุข”



กิจกรรมที่ ๗ “จิตอาสา เพื่อพัฒนาชุมชน”



**ภาคผนวก ฉ**

**การนำวิจัยไปใช้ประโยชน์**



## การดำเนินงานวิจัยไปใช้ประโยชน์

กิจกรรม	วัตถุประสงค์ ของโครงการ	วิธีดำเนินการ	กลุ่มเป้าหมาย /ระยะเวลา	ผลที่ได้รับ	ประ เมิ น ผล โครงการ
<p>๑. “สุขใจ เมื่อ ได้สวดมนต์”</p> <p>๒. “สมาธิมา ปัญญาเกิด”</p> <p>๓. “ก า ร สนทนาธรรม นำชีวิวิฤทธิพุทธ”</p> <p>๔. “การดูแล สุขภาพด้วย หลักการ”</p> <p>๕. การ “ขยับ กาย สบาย ชีวี”</p> <p>๖. “อารมณ์ดี เพ ร าะ มี ความสุข”</p> <p>๗. “จิตอาสา เพื่อพัฒนา ชุมชน”</p>	<p>๑. เพื่อ เสริมสร้าง ความรู้ความ เข้าใจเกี่ยวกับ ดูแลสุขภาพ กายสุขภาพใจ</p> <p>๒. เพื่อเป็น แนวทางใน การปฏิบัติการ ออกกำลังกาย ให้เกิดขึ้น อย่างเป็น รูปธรรม</p> <p>๓. ส่งเสริม การบูรณาการ ระหว่างชุมชน และชุมชน ใกล้เคียงเพื่อ ความสมัคร สมานสามัคคี</p>	<p>๑. กิจกรรม รางวัลผู้สูงวัย ต้นแบบ ทุก สัปดาห์ต้น เดือนมีการ ประกาศการผู้ สูงวัย จิต แจ่มใส อารมณ์ดี กำลังใจ และ เป็นตัวอย่างที่ดี กับเพื่อนร่วม โรงเรียน</p> <p>๒. สร้าง กิจกรรมโดย เพื่อนช่วย เพื่อน เช่น นำ เพื่อนสวดมนต์ หมู่สรรเสริญ พระรัตนตรัย ทำนอง สรภัญญะ</p>	<p>กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>๑. ผู้เรียนใน ชั้นเรียน</p> <p>๒. ผู้เรียนนอก ชั้นเรียน</p> <p>๓. ลูกหลาน และชุมชน รอบโรงเรียน ระยะเวลา ๑.ทุกๆ ๗ วัน ๒.ทุกๆ สัปดาห์</p>	<p>๑. เกิดการ เสริมสร้าง ความรู้ความ เข้าใจเกี่ยวกับ การงานสุข ภาวะวิฤทธิพุทธ ในการดูแลผู้ สูงวัย อย่างมี ประสิทธิผล</p> <p>๒. เกิดการ ปฏิบัติการทำ อย่างเป็น รูปธรรม</p> <p>๓. เกิดการบูร ณาการผู้สูงวัย และชุมชน ใกล้เคียงเพื่อ ความสมัคร สมานสามัคคี</p>	<p>๑. ระดับไม่ เป็นที่น่าพอใจ จะนำไปสู่การ ปรับปรุง แก้ไข และ พัฒนา โครงการให้ เหมาะสม ยิ่งขึ้นต่อไป</p> <p>๒. ระดับเป็น ที่น่าพอใจ จะ นำไปสู่การ พัฒนา โครงการ ขยาย กลุ่มเป้าหมาย เผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ และบูรณาการ หลายภาคส่วน ในวงกว้างขึ้น ต่อไป</p>

ภาคผนวก ช

บทความวิจัย

การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย  
Promoting Buddhist health care work for the elderly in Loei  
Province

ผศ.ดร. จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์

Asst. Prof. Dr.Jarukit Phiriyasuvat

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Loei Buddhist College

#### บทคัดย่อ

แผนงานวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาพวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย” มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ 1) เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย 2) เพื่อพัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย การวิจัยเรื่องนี้ กลุ่มประชากรศึกษา ดังนี้ 1) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอเมือง 2) โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอวังสะพุง จำนวน 2 แห่ง กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 112 ราย การวิจัยที่ผสมผสานการวิจัยแบบมีส่วนร่วม (Participatory Research) กับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) รวมทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุสภาพร่างกายและจิตใจเสื่อมถอยลงต้องการได้รับการดูแลที่เหมาะสม เนื่องจากเป็นธรรมชาติที่มนุษย์วัยนี้ต้องผ่านเรื่องราวการสูญเสียคนใกล้ชิด เช่น ลูกหลาน เริ่มแยกย้ายออกจากบ้าน สูญเสียคู่ชีวิตและเพื่อนสนิท ส่งผลต่อความแปรปรวนทางอารมณ์ จิตใจของผู้สูงอายุย่อมได้รับความสงบและความสุขโดยเฉพาะกับลูกๆ หลานๆ และสังคมไม่มองว่าบุคคลเหล่านี้เป็นภาระ

1. ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาพผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย 1) กิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย เช่น เข้าวัด ได้ฟังธรรม ได้กราบพระ ได้สวดมนต์ และกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน ผ่าน

โรงเรียนผู้สูงอายุประจำชุมชน มีครูอาสาช่วยเหลือดูแล 2) ควรมี เจ้าหน้าที่วิชาชีพ ด้านจิตวิทยาหรือนันทนาการบำบัด ประจำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

2. พัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงวัยจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย 1. รูปแบบการสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุตามแนววิถีพุทธ พบว่า มี 2 รูปแบบ คือ 1) การเยียวยาทางจิตใจ เป็นการดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุแบบองค์รวม ได้แก่ อุตตะ 3 ประการ หลักไตรสิกขาและภาวนา 4 มาเป็นกรอบการดำเนินการ 2) การเยียวยาทางวัตถุ อาศัยองค์ความรู้ทางศาสนาและนโยบายทางสังคมเข้ามาร่วมสนับสนุน 2. รูปแบบการส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุในสถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงของเทศบาลเมืองวังสะพุง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย พบว่า การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ มี 5 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ได้แก่ ส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ด้านจิตใจ ได้แก่ การรวมกลุ่มจัดกิจกรรมทางศาสนา การฝึกสมาธิ เป็นต้น ด้านสังคม ได้แก่ การส่งเสริมการเข้าร่วมกลุ่มกิจกรรมนันทนาการ ด้านจิตวิญญาณ ได้แก่ การทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา และด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ การจัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม คนในครอบครัวต้องคอยเอาใจใส่ และ 3. หลักการและการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมของสถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่งในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ 1) หลักการทั่วไปของสถานปฏิบัติธรรม พบว่า เป็นสถานที่ทำบุญ ฝึกสมาธิและปฏิบัติธรรมของประชาชนทั่วไปทั้งแบบง่ายและแบบเชิงลึก 2) หลักพุทธธรรมที่ประยุกต์ในการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่มาปฏิบัติธรรม คือ ได้แก่ หลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา, และหลักภาวนา 4 ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตตภาวนา และปัญญาภาวนา

**คำสำคัญ:** การขับเคลื่อน, งานสุขภาวะวิถีพุทธ, ผู้สูงวัย

## ABSTRACT

Research plan on “Driving Buddhist health work in caring for the elderly in Loei Province” has two objectives: 1) to drive the health system for the elderly in Loei Province 2) to develop a model and role in providing relief to the elderly from their situations Serious infectious diseases in Loei Province. Research on this matter The study population is as follows: 1) School for the Elderly, Mueang District 2) School for the Elderly Wang Saphung District, 2 locations, a group of 112 key informants, research that combines participatory research (Participatory Research) and action research (Action Research) including qualitative research methods (Qualitative Research)

The research results found that Elderly people whose physical and mental health is deteriorating need appropriate care. This is because it is natural for humans at this age to go through stories of losing close people, such as children and grandchildren starting to move away from home. Loss of life partner and close friend Affects emotional fluctuations The minds of the elderly will gain peace and happiness, especially with their children and grandchildren, and society will not view these people as a burden.

1. Driving the health system for the elderly in Loei Province 1) Exercise activities that are appropriate for age, such as going to temples, listening to sermons, paying respect to monks, praying, and peer-to-peer activities. Through the community school for the elderly There should be volunteer teachers to help take care of them. 2) There should be professional staff. in psychology or recreational therapy assigned to local government organizations

2. Develop a model and role in relieving the elderly from their situations. Serious infectious diseases in Loei Province 1. Models for creating health of the elderly according to the Buddhist way found that there are 2 types: 1) Psychological healing It is holistic care for the health of the elderly, including the 3 elements, the Threefold Principles and the 4 Bhavanas as a framework for action. 2) Material remedies. Relying on religious organizations and social policies to join in supporting 2. Model for promoting the health of the elderly in situations of serious communicable disaster diseases of Wang Saphung Municipality Wang Saphung District, Loei Province, found that promoting the health of the elderly has 5 aspects: the physical aspect,

including promoting regular exercise; the mental aspect, including joining groups to organize religious activities, practicing meditation, etc. The social aspect, including promoting participation in recreational activity groups. Spiritual aspect includes doing Buddhist activities. and environmental aspects, including appropriate living arrangements Family members must be attentive and 3. Principles and application of Buddhist principles of a meditation center in the lives of the elderly. 1) General principles of the meditation center found that it is a place for making merit. Practice meditation and Dhamma practice for the general public, both simple and in-depth. 2) Buddhist principles applied to promoting the health of the elderly who come to practice Dhamma include the Threefold Principles, namely morality, concentration and wisdom, and the 4 principles of meditation, namely physical meditation and morality. Bhavana, Citta Bhavana, and Panya Bhavana

**Keywords:** Mobilization, Buddhist well-being, Aging

---

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับครอบครัว เพราะถือว่าครอบครัวที่ดีเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้และการพัฒนา สภาพสังคมไทยในปัจจุบัน สังคมในปัจจุบันมีการแข่งขันทางเศรษฐกิจอย่างรุนแรง ทำให้เกิดผลกระทบต่อสภาวะความเป็นอยู่ของบุคคล ให้มีความรู้ ความเข้าใจในการศึกษา หลักธรรม คุณธรรม จริยธรรม เพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติหน้าที่ให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข เพื่อการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัยและพัฒนาให้รู้จักหน้าที่ของตนและฐานะที่เป็นพลเมืองของประเทศชาติ ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาและนึกถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน พระพุทธศาสนาจึงมีหลักธรรมที่ส่งเสริมให้มนุษย์พัฒนาครอบครัวสู่สังคม

ดังนั้น ปัญหาสุขภาพวัยผู้สูงอายุมักเกิดจากปัญหาพฤติกรรมสุขภาพที่เคยทำจนกลายเป็นนิสัยติดตัวมาตั้งแต่อยู่ในช่วงวัยกลางคน เนื่องจากช่วงวัยกลางคนหรือวัยที่กำลังทำงานนั้นมักจะคิดแต่เรื่องการสร้างฐานะหาเงินให้ได้มากๆ จนละเลยที่จะดูแลตัวเองหรือไม่ได้คิดถึงเรื่องสุขภาพร่างกายที่ถูกใช้งานอย่างหนักเกินพอดีจนทำให้เกิดการสะสมหรือก่อตัวของโรคเรื้อรังต่างๆ ตัวอย่างเช่น โรคความดันโลหิตสูงที่มักเป็นจุดเริ่มต้นของโรคอันตรายต่างๆ ที่เกิดจากการไม่ควบคุมดูแลระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติจนเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรคความดันโลหิตสูงขึ้นมาซึ่งการสะสมอาการของโรคนั้นไม่ใช่จะเกิดขึ้นภายในเวลาอันสั้นแต่ต้องใช้ระยะเวลาหลายปี หากมีการดูแลสุขภาพในช่วงวัยทำงานจะทำให้ปัญหาพฤติกรรมสุขภาพจะเกิดขึ้นน้อยเมื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุก็น่าจะมีหรือได้รับผลกระทบจากโรคเรื้อรังน้อยลง (กรมกิจการผู้สูงอายุ, <https://1th.me/K0VYQ>) วัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม ทำให้ผู้สูงอายุต้องพบกับปัญหาสุขภาพโรคเรื้อรัง จิตใจหดหู่ ภาวะซึมเศร้า ฯลฯ แต่หากผู้สูงอายุยอมรับความเปลี่ยนแปลงและพยายามปรับตัวจะทำให้ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุลดลง และส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุน้อยลง ซึ่งการปรับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุจะเป็นการลดผลกระทบและช่วยป้องกันโรคต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้สูงอายุจึงควรหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพในเรื่องอาหารการกิน การออกกำลังกาย การพักผ่อนที่เพียงพอและทำอารมณ์ให้แจ่มใสไม่เครียดก็จะช่วยลดปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุไทยให้น้อยลงได้ จัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุได้บรรลุตามวัตถุประสงค์ของรัฐบาล สอดคล้องกับความคาดหวังของผู้สูงอายุ และแก้ปัญหาต่างๆ ที่อยู่ บนข้อจำกัดหลายประการ ทั้งภาครัฐ เอกชนและประชาสังคมเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาหรือพัฒนาพื้นที่ที่จะช่วยให้เห็นทางเลือกใหม่ หรือนวัตกรรมในการจัดบริการสาธารณะ เกิดอำนาจหรือพลังในการผลักดัน เนื่องจากการปฏิบัติหน้าที่มีลักษณะของการเชื่อมโยงระหว่างส่วนราชการทั้งส่วนกลาง ภูมิภาค รัฐวิสาหกิจและองค์การมหาชน เพื่อเป็นต้นแบบขยายสู่ระดับประเทศ

คณะผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงประโยชน์ที่ผู้ใช้จะได้รับจากการวิจัยนับเป็นประเด็นและขยายผลงานวิจัยที่ต้องการเพิ่มเติมสามารถสร้างเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (Creative economy) ตามแผนพัฒนาระดับภาคและการพัฒนาโครงการที่จะเกิดผลกระทบ (Impact) เป็นที่ชัดเจนเชิงประจักษ์ ประชากรก่อนวัยสูงอายุเพียบพร้อมไปด้วยทักษะสำคัญแห่งศตวรรษที่ 21 พร้อมทั้งมีทักษะชีวิต มีการเตรียมการในทุกมิติก่อนวัยสูงอายุ พร้อมทั้งจะเรียนรู้และเพิ่มพูนทักษะการทำงานให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงตลอดช่วงชีวิต ได้ต้นแบบสำหรับถ่ายทอดสู่สาธารณชน และชุดแผนงานวิจัยนี้ยังตอบ

โจทยคนไทยและสังคมไทยเกิดความตระหนัก และเตรียมการเพื่อยามสูงอายุ ลดค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพของรัฐ และครอบครัว อันเนื่องมาจากการสูงอายุ แผนงาน การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ : สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย ส่งผลกระทบต่อภาพรวมในระดับประเทศ ส่งผลที่เป็นประโยชน์ต่อการนำไปใช้ศึกษาหรือเป็นแนวทางการปฏิบัติในองค์กรที่เกี่ยวข้องจัดว่าเป็นงานวิจัยใช้ได้จริงตอบโจทยแนวความคิดการเรียนรู้ที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเพิ่มศักยภาพทรัพยากรในพื้นที่เพื่อรองรับการสังคมแห่งผู้สูงอายุ และชุดแผนงานวิจัยนี้มีโครงการวิจัยย่อยภายใต้แผนงาน จำนวน 2 โครงการ ประกอบด้วย

1) ขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย วัตถุประสงค์หลัก สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธ พัฒนาระบบกระบวนการพัฒนากิจกรรม การส่งเสริมและสนับสนุนเทคโนโลยี แบบมีส่วนร่วม ได้ทราบถึงปัญหาอุปสรรคระบบงานสุขภาวะสำหรับการเตรียมความพร้อมของผู้ที่จะก้าวเข้าสู่ความสูงวัย เสริมสร้างนวัตกรรมการผลิตและการบริการ เชิงสร้างสรรค์ ของผู้สูงอายุแบบมีส่วนร่วม

2) รูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงในจังหวัดเลย วัตถุประสงค์หลัก พัฒนาศักยภาพกระบวนการพัฒนารูปแบบการเฝ้าระวังผู้สูงอายุในสภาพการณ์ แบบมีส่วนร่วมของเครือข่ายผู้สูงอายุ องค์กรความรู้พัฒนารูปแบบการจัดการเสริมสร้างรูปแบบการเฝ้าระวังผู้สูงอายุในสภาพการณ์ สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย แบบมีส่วนร่วมของเครือข่ายและชุมชน

ดังนั้นชุดโครงการวิจัย การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย คณะผู้วิจัยมีการบูรณาการหลักปรัชญาพระพุทธศาสนาและเทคโนโลยี กับหลักการบริหารจัดการโดยความร่วมมือของผู้สูงอายุและชุมชน แผนบูรณาการการวิจัยนี้ก่อให้เกิดประโยชน์ทางวิชาการ และโมเดลองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม และชุมชนเป็นประโยชน์ด้านสุขภาวะ สร้างสุขภาพกายใจวิถีพุทธ ในสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย เพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุให้รู้สึกมีคุณค่าและนำประสบการณ์มาต่อยอดและถ่ายทอด อันเป็นนโยบายหลักของรัฐบาล ประโยชน์เชิงนโยบายในระยะยาวที่จะบูรณาการเชิงปฏิบัติการเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกับการจัดการพัฒนารูปแบบการแผนพัฒนาประเทศ ต่อไป



## วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดวัตถุประสงค์ ดังต่อไปนี้

1. เพื่อขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย
2. เพื่อพัฒนารูปแบบและบทบาทการเยียวยาผู้สูงอายุจากสถานการณ์ โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง ในจังหวัดเลย

## ขอบเขตของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตเนื้อหาโดยบูรณาการจากแนวความคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับรูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ : สถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เริ่มศึกษา ตุลาคม 2565 จนถึงเดือน กันยายน 2566 รวมระยะเวลา 1 ปี

## แนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

### ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ

เป้าหมายสูงสุดของการส่งเสริมสุขภาวะวิถีพุทธในความปกติใหม่ ได้แก่ การมีสุขภาวะชีวิตที่ปกติสุขภายใต้การเปลี่ยนแปลงทุกสถานการณ์ที่เกิดขึ้นบนฐานแห่งการเข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง เพราะบางครั้ง สิ่งที่เกิดขึ้น ไม่น่ากลัวเท่ากับจิตใจที่ไร้สติควบคุม ล่องลอยฟุ้งซ่าน วิตกกังวล หดหู่หวาดกลัว จิตใจที่ขาดสติจะนำไปสู่ความประมาทในการใช้ชีวิต ดังนั้นการเจริญสติให้มีความรู้สึกตัวนึกได้ ระลึกได้ อยู่กับปัจจุบันทุกขณะอิริยาบถ จึงจำเป็นต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม คิด พูด ทำ เป็นปัจจัยส่งเสริมสุขภาวะในทุก ๆ ด้าน คำว่า “สติ” แปลว่า ความระลึกได้ นึกได้ ไม่เผลอ หรือการกุมใจไว้กับกิจที่ทำอยู่ (พระมหาอำคา วรปัญญา (สุขแดง), วารสาร สังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ : 2564).

**ณัฐวุฒิ เทพทวี** ได้สรุปการสร้างจิตสาธารณะเพื่อส่วนรวม และแนวทางการสร้างจิตสาธารณะ ดังนี้

จิตสาธารณะ เพื่อส่วนรวม (ณัฐวุฒิ เทพทวี, “สิ่งที่เรียกว่าจิตสำนึก”, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์: 2560.)

- 1) โดยการกระทำของตนเอง ต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเอง เพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบ และเกิดความเสียหายต่อส่วนรวม

2) มีบทบาทช่วยสังคมในการรักษาประโยชน์ของส่วนรวม เพื่อแก้ปัญหา สร้างสรรค์สังคม ซึ่งถือว่าเป็นความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

แนวทางการสร้างจิตสาธารณะ

- 1) สร้างวินัยในตนเอง
- 2) ให้ความสำคัญต่อสิ่งแวดล้อม
- 3) ตระหนักถึงปัญหา และผลกระทบที่เกิดขึ้นกับสังคม

กระแสโลกาภิวัตน์ และเศรษฐกิจฐานความรู้ในสังคมเทคโนโลยีสารสนเทศมีผลกระทบต่อสังคมไทยทั้งที่พึงประสงค์ และไม่พึงปรารถนา การพัฒนาเศรษฐกิจโดยไม่พัฒนาคน และสังคมย่อมส่งผลเสียในด้านต่างๆ ซึ่งนำไปสู่คุณภาพชีวิตของคนไทยที่ตกต่ำ สังคมไทยในปัจจุบันมีความเปราะบางด้านคุณธรรมจริยธรรมมุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วสู่วิถีโลกปัจจุบันโดยขาดการไตร่ตรองอย่างรอบคอบของการก้าวเดินไปข้างหน้า ภาพที่เห็นชัดเจนก็คือ การทุจริตคอร์รัปชัน การก่ออาชญากรรม การเสพ และการค้ายาเสพติดของวัยรุ่น จากปัญหา และสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น เด็กและเยาวชนได้รับอิทธิพลโดยตรงทำให้มีค่านิยมด้านวัตถุ ขาดระเบียบวินัย ขาดความรับผิดชอบต่อสังคม

## วิธีดำเนินการวิจัย

กิจกรรม การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ด้วยเทคนิคการมีส่วนร่วมสนับสนุนทางสังคม คือ 3 อ. 1) อาหาร 2) การออกกำลังกาย 3) อารมณ์ 3 ส. 1) สวดมนต์ 2) สมาธิ 3) สนทนาธรรม/ และมรรค 8 คือ 1) สัมมาทิฐิ 2) สัมมาสังกัปปะ 3) สัมมาวาจา 4) สัมมากัมมันตะ 5) สัมมาอาชีวะ 6) สัมมาวายามะ 7) สัมมาสติ 8) สัมมาสมาธิ ดำเนินการจัดกิจกรรมจำนวน 6 ครั้ง 6 สัปดาห์ โดยมีขั้นตอนการขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลยปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อรูปแบบบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงอายุสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อร้ายแรง มาปรับใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

## แบบแผนของการวิจัย

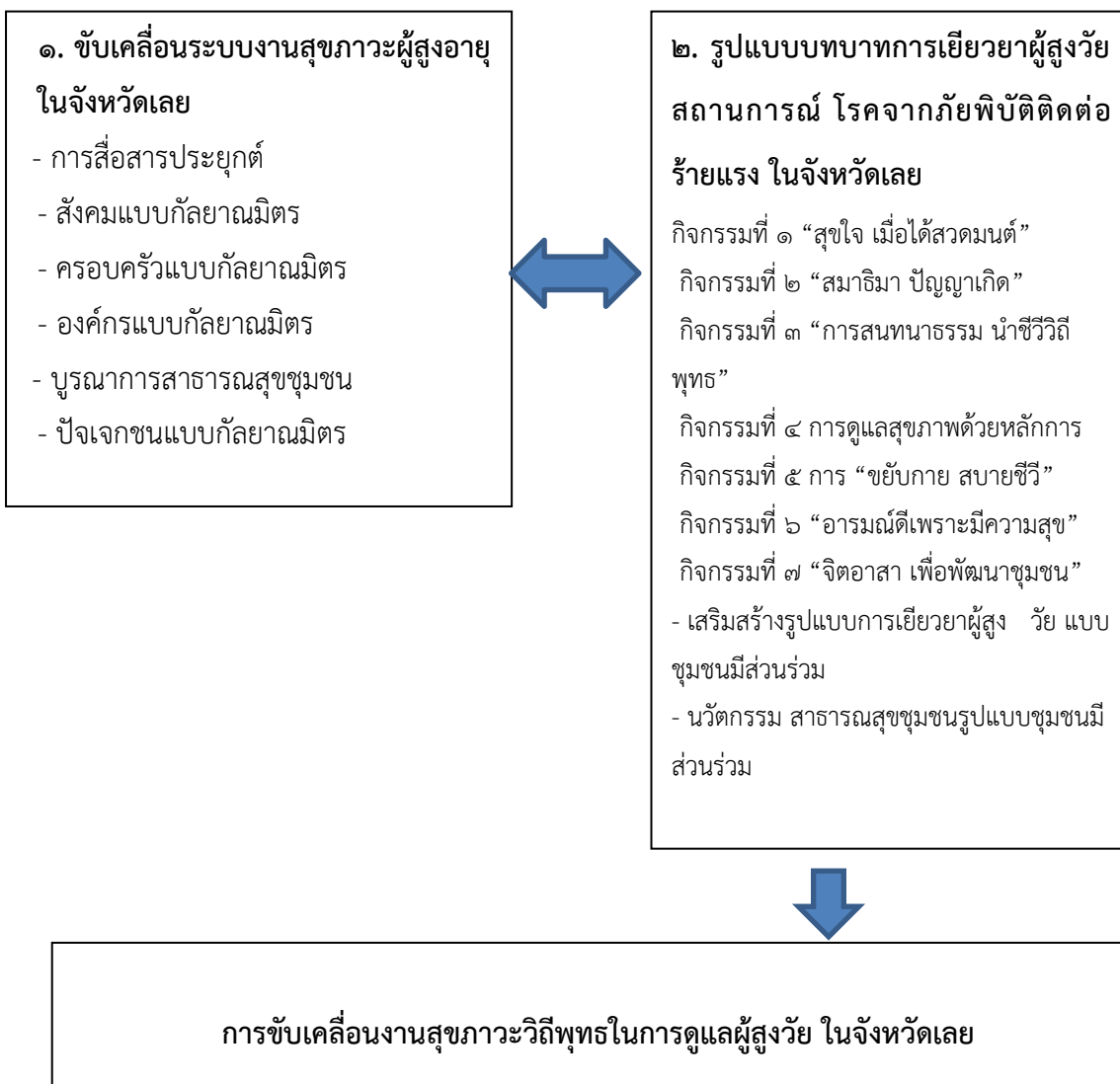
การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยเน้นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) ประกอบด้วย การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้ศึกษาแนวคิด การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย โดยแบ่งวิธีดำเนินการวิจัยออกเป็น 3 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การศึกษาจากคัมภีร์ จากเอกสารที่เกี่ยวข้อง โดยศึกษาจากเอกสารปฐมภูมิและทุติยภูมิที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ เพื่อกำหนดแนวคำถาม และสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informants) ในพื้นที่ จังหวัดเลย

ระยะที่ 2 เป็นการวิจัยภาคสนาม (field research) ซึ่งดำเนินการในลักษณะจัดเป็นโครงการ “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ” คือ 1) โรงเรียนผู้สูงอายุบ้านน้ำสวย อำเภอเมือง จังหวัดเลย 2) โรงเรียนผู้สูงอายุบ้านวังสะพุง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย รวมทั้งสิ้น 112 คน

ระยะที่ 3 เป็นการนำเสนอและยืนยันแนวทางการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ด้วยการวิเคราะห์ข้อมูล จาก ระยะ ที่ 1 และ ระยะที่ 2 ในลักษณะการถอดบทเรียน (lesson learned) และยืนยันแนวทางโดยการสนทนากลุ่ม (focus group discussion) ของผู้ทรงคุณวุฒิในจังหวัดเลย

**กรอบแนวคิดของแผนงานชุดโครงการวิจัย**



## ผู้ให้ข้อมูลสำคัญการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยพิจารณาเลือกตัวแทน ประกอบด้วย ผู้รู้ (Keys persons) พื้นที่ในเขต จังหวัดเลย คือ กลุ่มผู้สูงวัยที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เครือข่าย การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย 2019 (COVID-19) ประชากร ศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ กลุ่มผู้สูงวัย โดยศึกษากลุ่มผู้สูงวัยที่อาศัยใน 2 อำเภอ ซึ่ง ขนาดของกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของทาร์ ยามาเน่ และการ เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบโควตา (Quota sampling) ประกอบด้วย 1) อำเภอเมืองเลย ประชากร จำนวน 95,712 ราย 2) อำเภอวังสะพุง ประชากร จำนวน 66,432 ราย จำนวนประชากร ทั้งสิ้น 162,144 ราย (กรมกิจการผู้สูงอายุ รายงานข้อมูล จังหวัดเลย ณ วันที่ 31 ธันวาคม 2565) ผู้ให้ข้อมูล สำคัญในแผนบูรณาการวิจัยเรื่อง “การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัด เลย” จำนวน 112 ราย

## เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ โดยผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายเพื่อทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) ด้วยการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) กำหนดคุณสมบัติตามกลุ่มต่างๆ เพื่อให้ครอบคลุมประเด็นที่ศึกษา ได้แก่ 1) แบบ สัมภาษณ์ (Interview form) สำหรับการวิจัยระยะที่ 1 โดยเป็นการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (semi-structured Interview) และ 2) วิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) สำหรับ “กิจกรรมสุข ภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย” คือ 1) โรงเรียนผู้สูงวัยผาล้อมน้ำสวย อำเภอเมือง จังหวัดเลย 2) โรงเรียนผู้สูงวัยบ้านวังสะพุง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ระยะที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลโดยนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร และการสัมภาษณ์ข้อมูลเชิง ลึกของผู้ให้ข้อมูลมาทำการวิเคราะห์ และระยะที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากโครงการ “กิจกรรมสุข ภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย” จากนั้นนำผลจากการวิจัยระยะที่ 1 และระยะที่ 2 มารูปแบบการ สร้างสุขภาวะผู้สูงอายุดตามแนววิถีพุทธ ดีความเพื่อสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย

## ผลการวิจัย

ผลการศึกษาการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ในจังหวัดเลย พบว่า

### อภิปรายผล

การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัยด้วยธรรมชาติของมนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ทั้งภายในและภายนอก ทำให้ผู้สูงวัยมีแนวโน้มจะกลับไปเป็นเหมือนเด็กที่ต้องการการพึ่งพาอาศัยจากผู้อื่น สัญญาณเตือนที่บ่งชี้ว่าผู้สูงอายุจำเป็นต้องได้รับการดูแลสุขภาพจิตอย่างใกล้ชิด

โดยหลักการทางพระพุทธศาสนาเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่สามารถจะพัฒนาได้และยกย่องผู้ที่พัฒนาตนว่าเป็นบุคคลสูงสุด ดังภาษิตว่า ทนโต เสฏโฐมนุสเสสุ ในหมู่มนุษย์คนที่ฝึกตนแล้ว เป็นผู้ประเสริฐที่สุด (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) . หลักแม่บทของการพัฒนาตน: 2557, 83 ) จึงได้วางหลักอันเป็นกรอบแห่งการพัฒนาไว้ ดังปรากฏในคำสอนเรื่องไตรสิกขาที่ครอบคลุมการพัฒนาชีวิตมนุษย์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ จำแนกออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านศีลหรือด้านกายและพฤติกรรมเนื่องด้วยร่างกาย (ศีลสิกขา) หมายถึงพัฒนาด้านสังคมและสภาพแวดล้อม เพื่อให้คนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับสังคมและสภาพแวดล้อม 2) ด้านจิตใจ (จิตสิกขา) หมายถึงพัฒนาจิตใจให้มีความมั่นคง มีความสงบเยือกเย็น ไม่หวั่นไหวต่ออารมณ์ต่างๆ ที่มากระทบ และ 3) ด้านสติปัญญา การรู้คิด (ปัญญาสิกขา) ผู้สูงอายุก็น่าจะต้องมีการดูแลและพัฒนาตนเองตามกรอบการพัฒนาชีวิตทั้ง 3 ด้านนี้ เช่นกันกับคนในวัยอื่นๆ และยิ่งต้องการการพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น ดังนั้น แนวคิดในการพัฒนามนุษย์ตามหลักธรรมไตรสิกขาจึงเป็นกรอบในการดูแลผู้สูงอายุ โดยในการดูแลผู้สูงอายุนี้พระพุทธศาสนามีเกณฑ์การวัดว่าบุคคลนั้นได้รับการพัฒนาตามหลักไตรสิกขามากน้อยเพียงใดและอย่างไร โดยอาศัยคำสอนเรื่องภาวนา 4 ได้แก่ 1) กายภาวนา 2) ศีลภาวนา 3) จิตตภาวนา 4) ปัญญาภาวนา การดูแลและพัฒนาผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 นี้ ครอบคลุมการดูแลผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้มีศีลธรรม มีสติปัญญาเข้าใจความเป็นจริงของโลกและชีวิต หากผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาตามแนวทางทั้งสี่ด้านนี้อย่างเหมาะสมประกอบด้วยสัทธาสัมปทา ศีลสัมปทา จาคสัมปทา และปัญญาสัมปทาย่อมทำให้ผู้สูงอายุพึงพอใจ และมีความสุข ภาวนา 4 เป็นหลักที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนเพื่อใช้เป็นคุณสมบัติของบุคคล หมายความว่า อันไหนที่ไม่มีก็ทำให้เป็นขึ้น อันไหนที่ไม่มีก็ทำให้มีขึ้น เป็นคุณสมบัติของบุคคลผู้ได้เจริญกาย ศีล จิต และปัญญาแล้ว สอดคล้องกับแนวคิดของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ประยุทธ์ ปยุตโต :2566) ที่กล่าวไว้ว่า การพัฒนาชีวิตมนุษย์สำคัญยิ่งในลักษณะองค์รวมประสานกัน 4 ด้าน ดังนี้ 1) พัฒนากาย คือ การพัฒนาร่างกายให้แข็งแรง มีสุขภาพดีและพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพอย่างถูกต้องดังงามในทางที่เป็นคุณประโยชน์ 2) พัฒนาศีล

คือ การพัฒนาการอยู่ร่วมในสังคมด้วยดีอย่างเกื้อกูลเป็นประโยชน์และมีอาชีพที่ถูกต้องโดยประกอบ  
 สัมมาอาชีพ 3) พัฒนาจิต คือ การพัฒนาคุณสมบัติของจิต ผูกอบรมเสริมสร้างจิตให้พร้อมสมบูรณ์  
 4) พัฒนาปัญญา คือ การพัฒนาความรู้ความเข้าใจเริ่มตั้งแต่ปัญญาเป็นความรู้ความเข้าใจในศิลป  
 วิทยาการ ความรู้ทางวิชาการ

### องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

งานวิจัยชิ้นนี้ ค้นพบว่า สังคมผู้สูงอายุมักจะถูกมองว่าเป็นคนแก่เลอะเลือน ทำอะไรไม่ค่อยได้  
 ความคิดอ่านโบราณ เหมือนเป็นดอกไม้ที่ใกล้โรยราเต็มที อย่างไรก็ตามหากดอกไม้ต้องการน้ำหล่อ  
 เลี้ยงฉันทใด ผู้สูงอายุก็นต้องการการดูแลเอาใจใส่ฉันทนั้น เนื่องจากเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก  
 ทั้งสุขภาพร่างกายเสื่อมลงและจิตใจแปรปรวน ปัญหาด้านสภาพจิตใจของผู้สูงอายุเกิดจากความรู้สึก  
 สูญเสีย ทั้งคนใกล้ชื้ออย่างบุตรหลานที่ค่อยๆ เติบโตแยกย้ายไปมีครอบครัว รวมถึงเพื่อนสนิทหรือ  
 คู่ชีวิตที่ล้มหายตายจากไป สูญเสียความสามารถเป็นที่พึ่ง ภาวะผู้นำ การยอมรับจากผู้อื่น อีกทั้ง  
 โลกปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สภาพสังคมแบบในอดีตเริ่มเลือนหายไป การแข่งขันสูงขึ้น  
 จากครอบครัวใหญ่กลายเป็นครอบครัวเล็ก และสังคมไม่มองว่าบุคคลเหล่านี้เป็นภาระ มีดังนี้

การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ จากรูปแบบการสร้างสุขภาวะผู้สูงอายุ  
 ตามหลักคำสอน พระพุทธศาสนา เป็นการดูแลชีวิตแบบองค์รวมประกอบด้วยด้านร่างกาย จิตใจ  
 ปัญญา และสังคมสิ่งแวดล้อมให้เกิดความสมดุล มีสุขภาวะที่ดีทั้งทางกายและจิตใจ แนวทางในการสร้าง  
 สุขภาวะของพระพุทธศาสนาโดยนำเอาหลักไตรสิกขาและภาวนา 4 มาประยุกต์ คือ (1) การสร้างสุข  
 ภาวะด้านร่างกายและสังคมสิ่งแวดล้อมด้วยอิศลสิกขา มีสัมมาวาจา (วาจาชอบ) สัมมากัมมันตะ  
 (การกระทำชอบ) และสัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีวิตชอบ) ให้มนุษย์สามารถดำเนินชีวิตเป็นไปในทิศทาง  
 ถูกต้องเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์และสิ่งแวดล้อม (2) การสร้างสุขภาวะด้านจิตใจด้วยอิติจิตตสิกขา ซึ่งมี  
 สัมมาวายามะ (เพียรชอบ), สัมมาสติ (ระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (จิตตั้งมั่นชอบ) เป็นอริยมรรคให้  
 ดำเนินชีวิตด้วยสภาวะจิตที่บริสุทธิ์และมีสมาธิตั้งมั่น และ (3) การสร้างสุขภาวะด้านปัญญาด้วยอิ  
 ปัญญาสิกขา ซึ่งมีสัมมาทิฐิ (ความเห็นชอบ) อันเป็นความเข้าใจเรื่องราวอย่างถูกต้อง มีปัญญา  
 เห็นชอบในสิ่งที่ถูกทั้งทางโลกและทางธรรม

### ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย ในครั้งนี้ ทำ  
 ให้ผู้วิจัยรับรู้ถึง การขับเคลื่อนระบบงานสุขภาวะผู้สูงอายุ ในจังหวัดเลย และ พัฒนารูปแบบบทบาท

การเยียวยาผู้สูงวัยสถานการณ์ โรคจากภัยพิบัติติดต่อยาวแรง ในจังหวัดเลย ซึ่งได้สรุปผล และอภิปรายผลการวิจัยไปแล้วนั้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้ดังนี้

### 1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ในเชิงปฏิบัติ

1.1 จากผลการวิเคราะห์รูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย ประเด็นสำคัญที่ควรพัฒนาในเชิงปฏิบัติ คือ เน้นรูปแบบการจัดกิจกรรมการ สร้างเสริมกิจกรรม โดยนำหลักการทางพระพุทธศาสนามาเป็นปรับเป็นหลักในการดำเนินชีวิตให้สมบูรณ์แบบที่สะท้อนในแง่มุมต่างๆ ในสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว ชุมชน และสังคมที่ตนดำรงอยู่

1.2 การสนับสนุนให้วัดเป็นแหล่งเรียนรู้ วัฒนธรรมประเพณี การให้ความรู้โดยการ จัดสถานที่ฝึกอบรมพัฒนา เพื่อการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัยโดยใช้หลักพระพุทธศาสนาเป็นกรอบแนวคิดสำคัญในการวางแนวทางการสร้างความสามัคคีในชุมชน

1.3 การส่งเสริมการมีส่วนร่วม ประสานกันระหว่างส่วนราชการ วัด และชุมชนเพื่อเป็นกำลังในการพัฒนาหมู่บ้าน ชุมชน และวัดไปพร้อมๆ กัน

1.4 การจัดประชุมปรึกษาหารือกันระหว่างส่วนราชการ วัด และชุมชน เพื่อและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ก่อให้เกิดความสามัคคีและการมีส่วนร่วมอย่างเป็นรูปธรรม

1.5 การจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัย และการรณรงค์ต่างๆ ด้วยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน เพื่อให้ครอบคลุมการพัฒนาในทุกด้าน และทุกมิติ สังคม และสิ่งแวดล้อม จิตใจ วัฒนธรรม ฯลฯ

### 2. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้ในเชิงนโยบาย

1) ทุกหน่วยงานควรให้ความสำคัญแก่กระบวนการทางการศึกษาเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุและครอบครัว และควรมีการเตรียมความพร้อมและการวางแผนชีวิตผู้สูงอายุของ บุคคล ตั้งแต่อยู่ในช่วงวัยต้นๆ ที่สามารถเรียนรู้ได้ นอกจากนี้ควรส่งเสริมให้เกิดการสร้างค่านิยมใหม่ในสังคมเกี่ยวกับศักยภาพผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับกรอบวัฒนธรรมของไทย แสวงหาแนวทางที่เหมาะสมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวพระพุทธศาสนาที่ตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุในด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านจิตวิญญาณ และด้านสิ่งแวดล้อม

2) ความเข้มแข็งที่เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มกิจกรรมของผู้สูงอายุในรูปแบบต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นชมรมผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุ การรวมกลุ่มกิจกรรมต่างๆ และการรวมกลุ่มกับคนหลายช่วงวัย ทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องควรมีการส่งเสริมให้เกิดการเปิดกว้างในการรวมกลุ่ม โดยเฉพาะอย่าง

ยิ่งการรวมรวมกลุ่มที่เกิดขึ้นตามอัธยาศัยของผู้สูงอายุและคนในชุมชน นอกจากนี้ ควรมุ่งเน้นการใช้ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการรวมกลุ่มดังกล่าวให้เป็นพื้นที่สำหรับการเรียนรู้ของคนในท้องถิ่นไม่ว่าจะเป็นผู้สูงอายุ เด็ก เยาวชน และกลุ่มคนหลายช่วงวัย เพื่อสร้างการรวมตัวที่ไม่มีการแบ่งแยกความเป็นผู้สูงอายุ เด็กและเยาวชน เป็นการรวมตัวที่ส่งเสริมให้เกิดความเข้มแข็งและยั่งยืนแก่ชุมชนอย่างแท้จริง

3) รัฐควรประกาศนโยบายให้ชัดเจน และให้วัด โรงเรียน และชุมชนได้มีส่วนร่วมในการส่งเสริม ให้มีการพบปะในส่วนที่เกี่ยวข้อง ทั้งชาวบ้าน และเจ้าหน้าที่ ให้ความรู้ และข้อปฏิบัติกับประชาชนอย่างสม่ำเสมอ เพื่อตอบสนองต้องการของชุมชนอย่างเป็นรูปธรรม การรวมตัวกันของผู้สูงอายุมีความหลากหลายรูปแบบ แต่ละรูปแบบมีลักษณะของการ ดำเนินงานแบบแยกส่วนขาด การบูรณาการและไม่มีความเชื่อมโยงกัน ทำให้การทำงานของแต่ละส่วนงาน เป็นไปอย่างไม่เป็นระบบ ข้อเสนอแนะนโยบายคือ กลไกหลักในการสนับสนุนการดำเนินงานคือ หน่วยงานในท้องถิ่นควรมีบทบาทหลักในการสนับสนุนกลไกการรวมตัวกันของผู้สูงอายุในรูปแบบต่างๆ ร่วมกับภาคีเครือข่ายต่างๆ ในและนอกพื้นที่

### 3. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรมีการศึกษาเรื่องเดียวกันในมิติอื่น เช่น ศึกษาผลกระทบจากกลุ่มเปราะบาง สถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงในจังหวัดอื่นๆ หรือภูมิภาคอื่นๆ ในประเทศไทยเป็นต้น

3.2 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบและบทบาทการเฝ้าระวังผู้สูงวัยจาก สถานการณ์โรคภัยพิบัติติดต่อร้ายแรงในจังหวัดอื่นๆ หรือภูมิภาคอื่นๆ ในประเทศไทย

3.3 ควรมีการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบการขับเคลื่อนงานสุขภาวะวิถีพุทธในการดูแลผู้สูงวัยให้หลากหลายมิติมากขึ้น

### กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้ได้รับทุนอุดหนุน จาก สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกสว.) และสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



## Reference

กรมกิจการผู้สูงอายุ, (2565). สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.

<<https://gdcatalog.m-society.go.th>>

พระมหาอำคา วรปัญญา (สุขแดง), (2564). วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ ปีที่ 6 ฉบับที่ 2, หน้า 457.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ประยุทธ์ ปยุตโต), (2566). "พัฒนาตน" เป็น "หลักแม่บทของการพัฒนาตน", <[https://www.watnyanaves.net/th/book\\_detail.](https://www.watnyanaves.net/th/book_detail.)>

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต), (2559). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร:อมรินทร์การพิมพ์).

ณัฐวุฒิ เทพทวี, (2560) “สิ่งที่เรียกว่าจิตสำนึก”, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, <<http://www.learners.in.th/blogs/posts/508839>> .

## ประวัตินักวิจัย

ชื่อ-นามสกุล	(ภาษาไทย) จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์ (ภาษาอังกฤษ) JARUKIT PHIRIYASUVAT
ตำแหน่งปัจจุบัน	ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย
หน่วยงานที่สังกัด	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย เลขที่ ๑๑๙ หมู่ ๕ ตำบลศรีสองรัก อำเภอเมือง จังหวัดเลย ๔๒๑๐๐ โทร. ๐๘๕-๔๑๙๓๕๙๕
ประวัติการศึกษา	มัธยมศึกษา: ร.ร.อำนวยการศิลป์พระนคร (พ.ศ. ๒๕๒๓) ปริญญาตรี: (ศน.บ) ศาสนศาสตรบัณฑิต (พุทธศาสนศึกษา) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย (พ.ศ. ๒๕๔๙) ปริญญาโท: (ศน.ม) ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต (พุทธศาสนศึกษา) มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย (พ.ศ. ๒๕๕๑) ปริญญาเอก: (Ph.D. Buddhist) MAGADH University (พ.ศ. ๒๕๕๕)
หัวหน้าโครงการ	ผศ.ดร.จารุกิตต์ พิริยสุวัฒน์ สาขาวิชาพระพุทธศาสนา คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย โทรศัพท์ ๐๘๕-๔๑๙๓๕๙๕ / e-mail: <a href="mailto:Jirakitpon@hotmail.com">Jirakitpon@hotmail.com</a>