

การใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
ยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี
NEW NORMAL INTEGRATED LIVELIHOOD, REGARDING SUFFICIENCY
ECONOMY PHILOSOPHY TO ENHANCE THE QUALITY OF ELDERLY
LIVES IN PHETCHABURI PROVINCE



¹พนัส ชัยรัมย์ และ ²เกศรินทร์ คงเหมียน

¹Panas Chairum and ²Ketsarin Kongmian

มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ประเทศไทย

Phetchaburi Rajabhat University, Thailand

¹Waramun@gmail.com, ²ketsarinkong56@gmail.com

Received: August 30, 2024; **Revised:** November 21, 2024; **Accepted:** December 28, 2024

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการใช้ชีวิตวิถีชีวิตใหม่แบบบูรณาการ ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 2) ส่งเสริมการใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 3) การพัฒนาต้นแบบใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ วิธีดำเนินการวิจัยแบบผสมผสานวิธี กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุ จำนวน 60 คน เครื่องมือที่ใช้ในวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม สถิติที่ใช้คือ ค่าร้อยละ และอภิปรายเนื้อหาเป็นความเรียง ผลการวิจัย 1) ส่งเสริมมีวิธีการทำงานแบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่คาดว่าจะทำให้งานมีประสิทธิภาพมากขึ้นเพื่อพัฒนาการทำงานให้มีผลงานที่โดดเด่น 2) ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมการใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยวิธีการทำงานแบบบูรณาการของผู้สูงอายุมี 5 ส่วน คือ (1) กิจกรรมในการพัฒนากลุ่ม (2) อาชีพเพื่อ

¹อาจารย์ สาขาการพัฒนาชุมชนและสังคม คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

²เจ้าหน้าที่ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

เพิ่มรายได้ของกลุ่ม (3) การส่วนร่วมกับชุมชน (4) การวางแผนการบริหารจัดการรายได้ (5) การสร้างเครือข่ายการดำเนินงานของกลุ่ม (3) การพัฒนาต้นแบบใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาของผู้สูงอายุ ทั้ง 4 พื้นที่ มีองค์ประกอบ 5 ส่วน คือ (1) กลุ่มองค์กรของผู้สูงอายุได้กำหนดกิจกรรมในการพัฒนา กลุ่ม (2) ส่งเสริมอาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ของกลุ่มผู้สูงอายุตามทรัพยากรที่เป็นทุนในวิถีท้องถิ่น (3) เครือข่ายการดำเนินงานของกลุ่มผู้สูงอายุ (4) หน่วยงานสนับสนุนงบประมาณและวิชาการในท้องถิ่น และ (5) หน่วยงานสนับสนุนงบประมาณและวิชาการระดับจังหวัดและระดับกระทรวง ทบวงกรม ทั้ง ภาครัฐ เอกชน

คำสำคัญ : การใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการ; หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง; คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ; จังหวัดเพชรบุรี

Abstract

The purposes of this research were to; 1) study integrated living of a new way of life. According to the Sufficiency Economy Philosophy. 2) Promote a new way of living integrated according to the Sufficiency Economy Philosophy to improve the quality of life of the elderly. 3) Develop a prototype for living a new way of life integrated according to the principles. Sufficiency Economy Philosophy is used to improve the quality of life of the elderly. How to conduct mixed methods research The sample group was 60 elderly people. The research tools included questionnaires, interviews, and group discussions. The statistics used are percentages and the content is discussed in essays. Research results 1) Promote an integrated working method based on the Sufficiency Economy Philosophy that is expected to make work more efficient in order to develop work to have outstanding results. 2) Elderly people are encouraged to live a new way of life integrated according to the Sufficiency Economy Philosophy. The integrated working method for the elderly has 5 parts: (1) group development activities (2) careers to increase group income (3) community participation (4) income management planning. (5) Creation of the group's operational network 3) Developing a prototype for an integrated new way of life for the elderly in all 4 areas. There are 5 components: (1) the organization of the elderly has determined activities for group development; (2) promoting careers to increase the income of the group. elderly according to capital resources in a local way (3) operational networks of elderly groups (4) local budget and

academic support agencies and (5) budget and academic support agencies at the provincial and ministry levels, bureaus and departments, both Public sector Private sector.

Keywords : Living a new, integrated way of life; Sufficiency Economy Philosophy; Quality of life for the elderly; Phetchaburi Province

บทนำ

จากสถานการณ์ปัจจุบันโลกมีประชากรสูงอายุเพิ่มสูงขึ้น เรียกได้ว่าโลกได้กลายเป็นสังคมสูงอายุแล้ว ซึ่งประชากรในอาเซียนก็ได้มีอายุสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว ประเทศในอาเซียนที่เป็นสังคมสูงอายุ 3 ประเทศ คือ สาธารณรัฐสิงคโปร์ (ร้อยละ 20) ไทย (ร้อยละ 17) และสาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม (ร้อยละ 11) ประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุมาตั้งแต่พ.ศ. 2548 คาดว่าในปี 2564 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” หมายถึง สังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด และในปี 2574 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมสูงอายุระดับสุดยอด” เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด จากรายงานการสำรวจสุขภาพผู้สูงอายุไทย ปี 2556 โดยกรมอนามัยร่วมกับโครงการประเมินเทคโนโลยีและนโยบายด้านสุขภาพ (HITAP) และสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) พบว่า ผู้สูงอายุไทยร้อยละ 95 มีความเจ็บป่วยด้วยโรคหรือปัญหาสุขภาพ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 41 โรคเบาหวาน ร้อยละ 18 ข้อเข่าเสื่อมร้อยละ 9 ผู้พิการ ร้อยละ 6 โรคซึมเศร้า ร้อยละ 1 และผู้ป่วยติดเตียง ร้อยละ 1 ขณะที่เพียงร้อยละ 5 ที่ไม่มีโรคหรือปัญหาสุขภาพดังกล่าว นอกเหนือจากปัญหาด้านสุขภาพ ผู้สูงอายุยังเผชิญปัญหาสภาพชีวิตความเป็นอยู่ และระบบการดูแลที่ไม่ได้มาตรฐาน รวมถึงความมั่นคงทางด้านรายได้ โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่มาจากพื้นฐานครอบครัวที่ยากจน นอกจากนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังขาดการพัฒนาทักษะทั้งในการทำงาน และการดำรงชีวิตในสังคมให้เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกอีกด้วย (กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2562 : 1)

จังหวัดเพชรบุรีเป็นอีกจังหวัดหนึ่งของประเทศไทยที่เข้าสู่ “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” โดยจังหวัดเพชรบุรียังเป็น 1 ใน 10 จังหวัดที่มีจำนวนผู้สูงอายุสูงที่สุดในภาคกลาง คิดเป็นร้อยละจากจำนวนประชากรทั้งหมด ประกอบไปด้วย 1) จังหวัดสิงห์บุรี คิดเป็นร้อยละ 26.10 2) จังหวัดชัยนาท คิดเป็นร้อยละ 25.00 3) จังหวัดสมุทรสงคราม คิดเป็นร้อยละ 25.00 4) จังหวัดอ่างทอง คิดเป็นร้อยละ 24.20 5) จังหวัดสุพรรณบุรี คิดเป็นร้อยละ 22.60 6) กรุงเทพมหานคร คิดเป็น ร้อยละ 22.10 7)

จังหวัดนครนายก คิดเป็นร้อยละ 21.80 8) จังหวัดลพบุรี คิดเป็นร้อยละ 21.50 9) จังหวัดราชบุรี คิดเป็นร้อยละ 21.30 10) จังหวัดเพชรบุรี คิดเป็นร้อยละ 21.20 11) จังหวัดนนทบุรี คิดเป็นร้อยละ 20.50 12) จังหวัดตราด คิดเป็นร้อยละ 20.40 13) จังหวัดพระนครศรีอยุธยา คิดเป็นร้อยละ 20.40 14) จังหวัดจันทบุรี คิดเป็นร้อยละ 20.30 15) จังหวัดนครปฐม คิดเป็นร้อยละ 19.70 16) จังหวัดสระบุรี คิดเป็นร้อยละ 19.00 17) จังหวัดฉะเชิงเทรา คิดเป็นร้อยละ 18.90 18) จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ คิดเป็นร้อยละ 18.90 19) จังหวัดปราจีนบุรี คิดเป็นร้อยละ 18.30 20) จังหวัดกาญจนบุรี คิดเป็นร้อยละ 18.30 21) จังหวัดสมุทรสาคร คิดเป็นร้อยละ 17.90 22) จังหวัดสมุทรปราการ คิดเป็นร้อยละ 17.50 23) จังหวัดสระแก้ว คิดเป็นร้อยละ 16.80 24) จังหวัดปทุมธานี คิดเป็นร้อยละ 16.50 25) จังหวัดชลบุรี คิดเป็นร้อยละ 15.20 และ 26) จังหวัดระยอง คิดเป็นร้อยละ 14.60 ตามลำดับ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2567)

จังหวัดเพชรบุรีมีประชากร 482,950 คน แยกตามกลุ่มอายุวัยเด็ก 0-14 ปี จำนวน 72,936 คน คิดเป็นร้อยละ 15.10 ซึ่งมีจำนวนลดลงกว่าปีที่ผ่านมา กลุ่มวัยแรงงาน อายุ 15-59 ปี จำนวน 307,623 คน คิดเป็นร้อยละ 63.69 และมีจำนวนประชากรผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 102,391 คน คิดเป็นร้อยละ 21.20 ซึ่งมีจำนวนเพิ่มขึ้นกว่าปีที่ผ่านมา คิดเป็นสัดส่วนวัยแรงงานที่จะต้องทำหน้าที่ในการดูแลผู้สูงอายุ คือ ประชากรวัยแรงงาน 5 คน ทำหน้าที่ในการดูแลผู้สูงอายุ 1 คน (สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง, 2565)

ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญในปัญหาดังกล่าวและเห็นว่าในการใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ยกกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงวัยในจังหวัดเพชรบุรี เป็นสิ่งที่จำเป็น นอกจากความรู้ ความมีจิตสำนึกถึงการดำรงชีวิต มองความ มีคุณค่าของตัวเอง ก่อให้เกิดความตระหนักในตนเอง เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพชุมชนต้นแบบ ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและยังเป็นกระบวนการเตรียมความพร้อมของกลุ่มผู้สูงอายุ รวมถึงการมีส่วนร่วมของกลุ่มหรือตัวบุคคลที่เกี่ยวข้องความร่วมมือของชุมชน และเครือข่ายที่อยู่ในพื้นที่และ ที่สำคัญคือ วิธีการ กระบวนการที่ส่งผลต่อบุรณาการที่มีประสิทธิภาพต่อแบบบูรณาการผู้สูงอายุครบวงจรของพื้นที่อย่างเหมาะสม ผู้วิจัยจึงได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการ ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ยกกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงวัยในจังหวัดเพชรบุรี เพื่อตอบปัญหาสังคมด้านการดูแลผู้สูงอายุในภายหน้าต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการใช้ชีวิตวิถีชีวิตใหม่แบบบูรณาการ ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
2. เพื่อส่งเสริมการใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
3. เพื่อการพัฒนาต้นแบบใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยใช้วิธีดำเนินการวิจัยแบบผสมผสานวิธี โดยมีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยมี จำนวน 60 คน เป็นผู้สูงอายุใน 4 ตำบล คือ 1) ตำบลบ้านลาด อำเภอบ้านลาด 2) ตำบลยางน้ำก๊าดใต้ อำเภอหนองหญ้าปล้อง 3) ตำบลสองพี่น้อง อำเภอแก่งกระจาน และ 4) ตำบลหนองชุมพลเหนือ อำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งคณะผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Random Sampling)

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

เนื้อหาที่เป็นประเด็นสำคัญของการวิจัยนี้จะครอบคลุมเกี่ยวกับการใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการ ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี และการพัฒนาที่ช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ แบ่งออกเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ และข้อมูลปัญหาและอุปสรรค ข้อเสนอแนะในการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ

ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านการดำเนินงานและการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ แบ่งเป็น 5 ส่วน คือ ข้อมูลผู้สูงอายุ ในด้านข้อมูลทั่วไปของชมรม ข้อมูลด้านคณะกรรมการของชมรม ข้อมูลสมาชิกชมรมในด้านการมีส่วนร่วม การตอบสนองความต้องการของสมาชิก ข้อมูลการดำเนินงาน ระเบียบข้อบังคับชมรม ความต่อเนื่องในการจัดกิจกรรม หน่วยงานที่ให้ การสนับสนุนชมรม และปัญหาและอุปสรรค ข้อเสนอแนะ

ส่วนที่ 3 ข้อมูลด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียงของผู้สูงอายุ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์โดยค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ คณะผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดที่เก็บรวบรวมได้ในขั้นตอนต่าง ๆ ของการวิจัยมาตรวจสอบความถูกต้องและความสอดคล้องของเนื้อหาโดยการตรวจสอบแบบสามเส้า(Triangulation Method) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Analysis) ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ เชิงเนื้อหา (Content Analysis and Synthesis) ที่เกี่ยวข้องอย่างเป็นระบบโดยการตีความ (Interpret) เทียบเคียงทฤษฎีและผลงานวิจัยที่มีการศึกษาวิจัยไว้แล้ว และนำเสนอผลการวิเคราะห์และข้อมูลในรูปของความเรียง

ผลการวิจัย

1. การใช้ชีวิตวิถีชีวิตใหม่แบบบูรณาการ ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พบว่า แสดงให้เห็นถึงการมีความรู้ความเข้าใจ และการดำรงชีวิตตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงจากการสั่งสมความรู้จากรุ่นสู่รุ่น ตามวิถีไทยการดำรงชีวิตแบบไทยมาแต่โบราณ และสอดคล้องกับ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเศรษฐกิจพอเพียง ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เศรษฐกิจพอเพียงเป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผลรวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการมีผลกระทบใดๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและ ภายใน ทั้งนี้จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบและความระมัดระวังอย่างยิ่งในการวางแผนและการดำเนินการทุกขั้นตอน และขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติทุกระดับให้มีความสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางทั้งด้านวัตถุสังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้ เป็นอย่างดี (สำนักเสริมสร้าง ความเข้มแข็งชุมชน, 2554 : 7)

ในการวิจัยนี้ได้ได้นำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่เป็นปรัชญาซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในรัชกาลที่ 9 พระราชทานพระราชดำริชี้แนะแนวทาง การดำเนินชีวิตแก่พสกนิกรชาวไทย มาก่อนเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ เพื่อให้รอดพ้น และสามารถดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์และความเปลี่ยนแปลงต่างๆ โดยนำมาเป็นหลักในการศึกษาวิจัย ตามรูปแบบของปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุก

ระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและบริหารประเทศ ให้ดำเนินไปในทาง สายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจ เพื่อให้ก้าวทันต่อโลกยุคโลกาภิวัตน์ ซึ่งการนำเอาความหมายของศัพท์แต่ละคำมาศึกษาทำความเข้าใจให้ ถูกต้องก่อนนำไปปฏิบัติ นั่นคือ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในภายนอก ทั้งนี้ จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวังอย่างยิ่งในการนำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผนและการดำเนินการ ทุกขั้นตอน และต้องมีพื้นฐานจิตใจที่มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และมีความรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญาและความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี ดังปรากฏในองค์ประกอบของเศรษฐกิจพอเพียงที่ประกอบด้วย คุณสมบัติที่สามารถทำได้จริงเมื่อเข้าใจอย่างแจ่มชัดและจะง่ายขึ้นในการนำไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางปฏิบัติของประชาชนในชุมชน และจะนำไปสู่การพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืนได้

จากการจัดทำเป็นแบบสอบถาม ที่นำแนวคิดมาใช้คือ หลักแนวคิดของเศรษฐกิจพอเพียง การพัฒนาตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง คือ การพัฒนาที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของทางสายกลางและความไม่ประมาท โดยคำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ตลอดจนใช้ความรู้ ความรอบคอบ และคุณธรรม ประกอบการวางแผน การตัดสินใจ และการกระทำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมีหลักพิจารณา อยู่ 5 ส่วน ดังนี้

1. กรอบแนวคิด เป็นปรัชญาที่ชี้แนะแนวทางการดำรงอยู่ และปฏิบัติตนในทางที่ควรจะเป็น โดยมีพื้นฐานมาจากวิถีชีวิตดั้งเดิมของสังคมไทย สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ ตลอดเวลา และเป็น การมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา และเป็น การมองโลกเชิงระบบที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มุ่งเน้นการรอดพ้นจากภัย และวิกฤต เพื่อความมั่นคง และความยั่งยืนของ การพัฒนา
2. คุณลักษณะเศรษฐกิจพอเพียงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติตนได้ในทุกระดับ โดยเน้นการปฏิบัติบนทางสายกลาง และการพัฒนาอย่างเป็นขั้นตอน
3. คำนียาม ความพอเพียงจะต้องประกอบด้วย 3 คุณลักษณะ พร้อม ๆ กันดังนี้
 - 3.1 ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไป และไม่มากเกินไปโดยไม่เบียดเบียนตนเอง และผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ
 - 3.2 ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของความพอเพียงนั้น จะต้อง เป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้น จากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ

3.3 การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นโดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้และไกล

4. เงื่อนไข การตัดสินใจและการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียงนั้น ต้องอาศัย ทั้งความรู้ และคุณธรรมเป็นพื้นฐาน กล่าวคือ

4.1 เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผน และความระมัดระวังในขั้นปฏิบัติ

4.2 เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้างประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริต และมีความอดทน มีความเพียรใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

5. แนวทางปฏิบัติ/ผลที่คาดว่าจะได้รับ จากการนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ คือ การพัฒนาที่สมดุล และยั่งยืนพร้อมรับต่อการเปลี่ยนแปลงในทุกด้าน ทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้ และเทคโนโลยี

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาสมรรถนะด้านสมรรถนะการมุ่งผลสัมฤทธิ์ของผู้สูงอายุ ในการบริหารจัดการรายได้สร้างเศรษฐกิจครัวเรือน คือ สมาชิกในกลุ่มผู้สูงอายุมีจิตใจมุ่งมั่นเพื่อ ปฏิบัติงานของกลุ่มให้สำเร็จผล โดยการทำหน้าที่ของตนให้ถูกต้อง การปฏิบัติงานให้เสร็จตาม กำหนดเวลา การปรับปรุงวิธีการทำงานให้มีคุณภาพดีขึ้น และส่งเสริมมีวิธีการทำงานแบบใหม่ ที่ คาดว่าจะทำให้งานมีประสิทธิภาพมากขึ้นเพื่อการพัฒนาการทำงานให้มีผลงานที่โดดเด่น

2. ส่งเสริมการใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่า ส่งเสริมสมรรถนะของผู้สูงอายุในบริบทชุมชน เพื่อเพิ่มรายได้ ต่อหัวของสมาชิกผู้สูงอายุให้สูงขึ้น เพื่อพัฒนาต้นแบบ และพัฒนากิจกรรมเสริมสร้างการพัฒนา อาชีพเสริมรายได้ โดยประยุกต์เศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อแสวงหาแนวร่วมเครือข่าย ภาควิชาเครือข่ายการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และจัดทำข้อเสนอแนะทางที่ เหมาะสมเพื่อพัฒนากิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชน กับชมรมผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ และโดยโครงการมีวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างรูปแบบการเสริมสร้างพลังเสริมสร้างสมรรถนะของ ผู้สูงอายุในบริบทชุมชน ให้สามารถใช้สมรรถนะในการดำเนินชีวิตและมีการทำงานทั้งในอาชีพหลัก และอาชีพเสริมที่เพิ่มรายได้ต่อหัวของสมาชิกผู้สูงอายุให้สูงขึ้น และพัฒนากิจกรรมเสริมสร้างการ พัฒนาอาชีพเสริมรายได้หลังการเสริมสร้างสมรรถนะให้ผู้สูงอายุแล้ว โดยนำเอาหลักการเศรษฐกิจ พอเพียงมาใช้ในพัฒนาต้นแบบหรือการประยุกต์เศรษฐกิจพอเพียงกับการเสริมสร้างสมรรถนะกลุ่ม ผู้สูงอายุ และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการแสวงหาแนวร่วมเครือข่ายภาคีเป็นเครือข่ายการมีส่วนร่วมของ

ชุมชนที่มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อีกทั้งมีการจัดทำข้อเสนอแนวทางที่เหมาะสมเพื่อพัฒนา กิจกรรมการมีส่วนร่วมของชุมชนกับชมรมผู้สูงอายุ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ นั้น สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมการใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดย วิธีการทำงานแบบบูรณาของผู้สูงอายุมี 5 ส่วน คือ (1) กิจกรรมในการพัฒนากลุ่ม (2) อาชีพเพื่อ เพิ่มรายได้ของกลุ่ม (3) การส่วนร่วมกับชุมชน (4) การวางแผนการบริหารจัดการรายได้ (5) การ สร้างเครือข่ายการดำเนินงานของกลุ่ม

3. การพัฒนาต้นแบบใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมา ใช้ในการยกระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงวัย พบว่า การพัฒนาต้นแบบใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาของ ผู้สูงอายุ ทั้ง 4 พื้นที่ มีองค์ประกอบ 5 ส่วน คือ (1) กลุ่มองค์กรของผู้สูงอายุได้กำหนดกิจกรรมในการ พัฒนากลุ่ม (2) ส่งเสริมอาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ของกลุ่มผู้สูงอายุตามทรัพยากรที่เป็นทุนในวิถีท้องถิ่น (3) เครือข่ายการดำเนินงานของกลุ่มผู้สูงอายุ ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุในพื้นที่ต่าง ๆ ทั้งในจังหวัดเดียวกัน และต่างจังหวัด (4) หน่วยงานสนับสนุนงบประมาณและวิชาการในท้องถิ่น ทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น องค์กรบริหารส่วนตำบล สาธารณสุขตำบล โรงพยาบาลประจำตำบล โรงเรียน วัด ประชาชนใน ชุมชน (บวร) ร้านค้า และผู้ประกอบการอื่นๆ ในชุมชน และ (5) หน่วยงานสนับสนุนงบประมาณและ วิชาการระดับจังหวัดและระดับกระทรวง ทบวงกรม ทั้งภาครัฐ เอกชน เช่น สำนักงานพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด (พมจ.) มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) สำนักงานจังหวัด (สังกัดกรมการปกครอง) หน่วยงานภาคีในการพัฒนาอื่นๆ

อภิปรายผล

1. ส่งเสริมวิธีการทำงานแบบบูรณาการตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงที่คาดว่าจะทำให้ งานมีประสิทธิภาพมากขึ้นเพื่อการพัฒนาการทำงานให้มีผลงานที่โดดเด่น มีความสอดคล้องกับ งานวิจัยของ อรทัย พระทิต (2558) นำเสนอคือ 1) การมีส่วนร่วมแบบเป็นกันเอง เป็นไปโดยการอาสา รวมตัวกันขึ้นเองเพื่อแก้ไขปัญหาในกลุ่มของตนเองโดยไม่ต้องขอความช่วยเหลือจากภายนอก โดยมี รูปแบบ เป็นเป้าหมาย 2) การมีส่วนร่วมแบบชักนำ เป็นการเข้าร่วมโดยต้องการความเห็นชอบหรือ การสนับสนุนจากรัฐบาล เป็นรูปแบบโดยทั่วไปในประเทศกำลังพัฒนา 3) การมีส่วนร่วมแบบบังคับ เป็นผู้มีส่วนร่วมภายใต้การดำเนินนโยบายของรัฐบาลภายใต้การดำเนินการโดยเจ้าหน้าที่ของรัฐหรือ การบังคับโดยตรง รูปแบบนี้เป็นรูปแบบผู้ดำเนินการงานได้รับผลในทันทีแต่ไม่ได้รับผลในระยะยาวมี แต่ผลเสียไม่ได้รับการสนับสนุนอย่างยั่งยืน มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ ทศน์วรรณ พันธเสน (2556) พบว่า ควรมีการประเมินผล การจัดระบบสวัสดิการผู้สูงอายุตลอดเวลา ควรพัฒนาเจ้าหน้าที่ผู้

ให้บริการด้านสวัสดิการสังคมให้มีประสิทธิภาพ ควรมีกิจกรรมส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวในทุกชุมชน ควรมีการให้การช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้มีที่พักอาศัยที่ปลอดภัยและมีความสุข และควรมีกิจกรรมส่งเสริมอาชีพและพัฒนารายได้เพิ่มมากขึ้น

2. ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมการใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยวิธีการทำงานแบบบูรณาของผู้สูงอายุมี 5 ส่วน คือ (1) กิจกรรมในการพัฒนากลุ่ม (2) อาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ของกลุ่ม (3) การส่วนร่วมกับชุมชน (4) การวางแผนการบริหารจัดการรายได้ (5) การสร้างเครือข่ายการดำเนินงานของกลุ่ม ความสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศุภณัฐ ทรัพย์นาวิน และคณะ (2560) พบว่ารูปแบบการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับภูมิสังคมของจังหวัดเพชรบุรีคือ ชมรมผู้สูงอายุควรเป็นแกนนำในการจัดกิจกรรมโดยมีคณะทำงานผู้สูงอายุระดับหมู่บ้านเป็นผู้ประสานงานและกลุ่ม องค์กร หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ช่วยส่งเสริมสนับสนุนปัจจัยต่าง ๆ ในการจัดกิจกรรม การจัดกิจกรรมควรจัดในระดับหมู่บ้านมากกว่าเดือนละ 1 ครั้ง และผู้สูงอายุนำความรู้และทักษะที่ได้ไปปฏิบัติเป็นประจำที่บ้านของตนแล้วนำมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กันในการจัดกิจกรรมระดับหมู่บ้านครั้งต่อไป กิจกรรมระดับตำบลควรจัดอย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง และกิจกรรมระดับจังหวัดควรจัดอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง นอกจากนี้ชมรมผู้สูงอายุควรตั้งคณะทำงานด้านการจัดหาทุนสำหรับใช้จ่ายในการจัดกิจกรรม เมื่อนำรูปแบบไปทดลองกับชมรมผู้สูงอายุใน 3 ตำบล พบว่าคณะทำงานประจำหมู่บ้านของแต่ละชมรม สามารถดำเนินโครงการ/กิจกรรมที่จัดเตรียมกันไว้ได้ และได้รับการสนับสนุนทรัพยากรจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

3. การพัฒนาต้นแบบใช้ชีวิตวิถีใหม่แบบบูรณาของผู้สูงอายุ ทั้ง 4 พื้นที่ มีองค์ประกอบ 5 ส่วน คือ (1) กลุ่มองค์กรของผู้สูงอายุได้กำหนดกิจกรรมในการพัฒนาชุมชน (2) ส่งเสริมอาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ของกลุ่มผู้สูงอายุตามทรัพยากรที่เป็นทุนในวิถีท้องถิ่น (3) เครือข่ายการดำเนินงานของกลุ่มผู้สูงอายุ (4) หน่วยงานสนับสนุนงบประมาณและวิชาการในท้องถิ่น และ (5) หน่วยงานสนับสนุนงบประมาณและวิชาการระดับจังหวัดและระดับกระทรวง ทบวงกรม ทั้งภาครัฐ เอกชน มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ สิริวัลลีย์ พุกษาอุตมชัย และสรวรรยา ธรรมอภิพล (2560) พบว่า การดำเนินงานของชมรมฯ เป็นไปตาม POSDCORB สำหรับความสำเร็จในการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุตอนแฝก มาจาก 4 ปัจจัย ได้แก่ 1) ด้านผู้นำชมรม มีภาวะความเป็นผู้นำ มีจรรยาบรรณมีจิตอาสาปฏิบัติงานด้วยความเสียสละ เล็งเห็นผลประโยชน์ของผู้สูงอายุเป็นหลัก 2) ด้านความสามารถในการพึ่งตนเอง โดยการหาแหล่งเงินทุนในการสนับสนุนการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ภายในชมรมได้ตลอดมา 3) ด้านความสามารถในการประสานงานกับภาคี โดยร่วมมือกันระหว่างหน่วยงานภาครัฐภาคท้องถิ่น และภาคสังคม 4) การดำเนินงานตามข้อบังคับ สำหรับแรงจูงใจในการเข้าร่วมชมรม ฯ มาจากปัจจัยภายใน 4 ปัจจัย ได้แก่ ความสนใจ ความต้องการ ความชอบและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง

และแรงจูงใจจากปัจจัยภายนอก 4 ปัจจัย ได้แก่ การบริการตรวจสุขภาพ กิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการ การสนับสนุนเครื่องอุปโภคบริโภค และการยอมรับทางสังคม

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

การนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ จะพบว่าเป็นการสอดคล้องกันกับการดำเนินกิจกรรมเนื่องจากเป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิตแบบดั้งเดิมของผู้สูงอายุ ส่งผลให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งทางด้านสุขภาพกายและจิตใจ ด้านสังคมได้ร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีเครือข่าย ด้านเศรษฐกิจ มีรายได้เพิ่ม สร้างคุณค่าและศักดิ์ศรีให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2567). แผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 (พ.ศ.2566-2580) จาก <https://www.dop.go.th/th/know/side/1/1/1962>.
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2562). คู่มือแนวทางการขับเคลื่อนแผนปฏิบัติการการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ กรมอนามัย. กรุงเทพฯ : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด
- ทัศนวรรณ พันธเสน. (2556). การพัฒนาระบบการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบล ชัยบุรี อำเภอชัยบุรี จังหวัดปทุมธานี. วารสารวิชาการคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลชัยบุรี, 8(2), 215 – 231.
- ศุภณัฐ ทรัพย์นาวิณ และคณะ. (2560). การพัฒนารูปแบบการจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับภูมิสังคมของจังหวัดเพชรบุรี. Veridian E-Journal,Silpakorn University (Humanities, Social Sciences and arts), 12(1), 310-330.
- สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครองกระทรวงมหาดไทย. (2565). จำนวนประชากร และความหนาแน่นของประชากร, สัดส่วนประชากร ปี 2563 – 2565. จาก <https://stat.bora.dopa.go.th/StatMIS/#/ReportStat/3>.
- สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน . (2554). คู่มือการพัฒนาหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ. กรุงเทพฯ: สำนักเสริมสร้างความเข้มแข็งชุมชน.

สิริวัลลี พุกษาอุดมชัย และ สวรรยา ธรรมอภิพล. (2560). ปัจจัยความสำเร็จในการดำเนินงาน
ของชมรมผู้สูงอายุตำบลคอนแฝก จังหวัดนครปฐม. Veridian E-Journal, Silpakorn
University สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ. ปีที่ 10 ฉบับที่ 1 เดือนมกราคม
- เมษายน 2560.

อรทัย พระทัด. (2558). การมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาชุมชนในพื้นที่ เกาะรัตนโกสินทร์
กรณีศึกษา ชุมชนป้อมมหากาฬ. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

