

## บทที่ 2

### แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในที่อยู่อาศัยแบบแฟลตเคหะชุมชนดินแดง 1 และ 2 ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะเสนอเป็นลำดับดังต่อไปนี้

ทฤษฎีการสูงอายุ และการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ  
ครัวเรือน และการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ  
วิถีชีวิต และความต้องการที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ  
สิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุ  
ข้อควรพิจารณาในการออกแบบที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ  
หลักในการวางแผนและการดำเนินการเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ  
ความต้องการพื้นฐานในการใช้พื้นที่  
การออกแบบภายในอาคารสำหรับผู้สูงอายุ  
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### ทฤษฎีการสูงอายุ และการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ

#### 1. แนวคิดของวัยสูงอายุ

แนวคิดของวัยสูงอายุได้ถือกำเนิดขึ้นในประเทศที่พัฒนาแล้วเป็นระยะเวลาานาน โดยได้เริ่มขึ้นภายหลังจากมีการเปลี่ยนเข้าสู่ระบบเศรษฐกิจแบบอุตสาหกรรมซึ่งเน้นประสิทธิภาพเป็นหลักโดยคนส่วนใหญ่อยู่ในฐานะลูกจ้างและมีอายุงานเมื่อทำงานถึงวัยหนึ่งที่ประสิทธิภาพลดลงผู้รับจ้างก็จะถูกให้ออกจากงานไม่ว่าจะมีเงินชดเชยหรือไม่ก็ตาม ดังนั้นเมื่อถึงอายุหนึ่งความสามารถและโอกาสในการหางานทำก็จะลดลงกลายเป็นผู้ด้อยโอกาสและเกิดปัญหาในสังคมขึ้น นอกจากนั้นผู้ที่มีอายุมากเหล่านี้จะมีความเจ็บป่วยและทุพพลภาพ เกิดความจำเป็นต้องพึ่งพาและรับการดูแลเป็นอย่างมาก ในขณะที่เดียวกันการพัฒนาทำให้คนอายุยืนยาวขึ้น ในขณะที่ครอบครัว ชุมชน และสังคม ไม่สามารถจัดการได้ตามที่ควรจะเป็น และนั่นคือจุดเปลี่ยนที่สังคมในประเทศทางตะวันตกเข้ามาพิจารณาและให้ความสำคัญกับการเป็นผู้สูงอายุ การดำเนินงานที่เกิดขึ้นคือ การให้การช่วยเหลือ การให้สวัสดิการและการบริการ ตลอดจนการสิทธิประโยชน์ต่างๆ ดังนั้นจึงมีความจำเป็นจะต้องกำหนดเส้นแบ่งและตั้งนิยามให้กับบุคคลที่มีวัยเข้าสู่ระยะที่จะมีสิทธิที่จะได้รับสวัสดิการ การบริการและสิทธิประโยชน์ต่างๆ และนั่นจึงเป็นที่มาแห่ง "วัยสูงอายุ" ด้วยเหตุนี้เส้นแบ่งของแต่ละสังคม (ประเทศ) จึงอาจแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่

กับลักษณะโครงสร้างประชากร สังคม เศรษฐกิจ และความพร้อมของสังคมนั้นๆ สำหรับประเทศไทยได้ถือนิยาม "ผู้สูงอายุ" ว่าเป็นผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี บริบูรณ์ขึ้นไป และเมื่อแนวคิดเรื่องวัยและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุแพร่เข้าสู่สังคมไทย (ประมาณปลายพุทธศตวรรษที่ 24) จึงเกิดการดำเนินการอย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน

## 2. ช่วงวัยในวงจรชีวิต

ในความจริงของชีวิตตั้งแต่แรกเกิดจนตายสามารถจำแนกโดยอาศัยสถานะของความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีอิสระโดยไม่ได้ขึ้นอยู่กับเกณฑ์ตัวเลขของอายุแต่อย่างใดได้ 4 ช่วงวัย ดังนี้คือ

**วัยที่หนึ่ง** เริ่มตั้งแต่แรกเกิด วัยเด็ก และ วัยรุ่น เป็นวัยที่อยู่ในระยะของการพัฒนา ต้องการดูแล ต้องพึ่งพา และไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่โดยลำพังในสังคมได้ อย่างไรก็ตามเด็กหรือวัยรุ่นที่สามารถแยกออกไปอยู่ตามลำพังได้ก็จะเริ่มเข้าสู่วัยที่สอง

**วัยที่สอง** วัยผู้ใหญ่หรือวัยทำงาน เป็นวัยที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีอิสระในสังคม ทำงานและรับผิดชอบดูแลตัวเองได้ อาจเป็นโสดหรือสมรส และอาจยังอยู่ร่วมชายคาเดียวกับบุพการีได้

**วัยที่สาม** เป็นวัยที่สามารถอยู่อย่างมีอิสระ แต่สามารถหยุดจากงานที่ต้องทำเพื่อหาเลี้ยงชีพ เนื่องจากได้รับสวัสดิการ มีเงินออมเพียงพอ หรือได้รับการอุปถัมภ์จากคนในครอบครัว ดังนั้นวัยนี้จึงมีเวลาเป็นของตนเอง สามารถเลือกทำสิ่งที่ต้องการ จึงมีผู้กล่าวว่าวัยนี้เป็นวัยทองหรือวัยวัฒนา เมื่อพิจารณาจะเห็นว่าคนจำนวนไม่น้อยที่เข้าสู่วัยนี้ได้ก่อนอายุ 60 ปี และมีคนอายุมากกว่า 60 ปี อยู่จำนวนไม่น้อยที่ยังไม่ได้เข้าสู่วัยที่สาม แต่ติดอยู่ในวัยที่สอง เนื่องจากต้องทำงานหาเลี้ยงชีพตนเองและครอบครัว ผู้สูงอายุในวัยที่สองมักเป็นผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตชนบทและอยู่ในภาคเกษตรกรรม

**วัยที่สี่** บุคคลในวัยนี้เป็นวัยชราอย่างแท้จริง เป็นวัยที่ต้องกลับมาพึ่งพาอีกครั้ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาด้านสุขภาพ ไม่สามารถดำรงชีพอยู่ในชุมชนอย่างมีอิสระได้ ต้องมีผู้ดูแล คนบางคนเข้าสู่วัยชราตั้งแต่ก่อนอายุ 60 ปี บางคนเข้าเมื่ออายุต้นๆ แต่โดยทั่วไปจะเข้าสู่วัยนี้ที่อายุราว 75-80 ปี

## 3. ประชากรสูงอายุแบ่งตามกลุ่มอายุ

น.พ.วิฑูร แสงสิงแก้ว (2536) กล่าวว่า ในทางการแพทย์ได้จัดผู้สูงอายุโดยแบ่งตามวัยเป็น 3 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุวัยเริ่มต้น (young old) เป็นผู้มีอายุอยู่ระหว่าง 60-70 ปี ในวันนี้ส่วนใหญ่มีสุขภาพอนามัยที่ช่วยเหลือตัวเองได้และยังทำคุณประโยชน์ให้แก่สังคมได้

กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุวัยปานกลาง (medium old) เป็นผู้มีอายุอยู่ระหว่าง 70-80 ปี กว่าครึ่งหนึ่งยังมีสภาพทางสุขภาพที่ยังช่วยเหลือตัวเองได้ และเริ่มจะต้องมีผู้คอยช่วยเหลือดูแลบ้าง การทำคุณประโยชน์ให้แก่สังคมทำได้น้อยลงตามลำดับ

กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุวัยปลาย (oldest old) เป็นผู้มีอายุมากกว่า 80 ปี ขึ้นไป ส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุกลุ่มนี้จะต้องได้รับการดูแลจากบุตรหลานและคนอื่นๆ

#### 4. การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ

นายแพทย์สุรพงษ์ อัมพันวงษ์ (2535) กล่าวว่า คนชรา คือ ธรรมชาติของมนุษย์ซึ่งเป็นสิ่งมีชีวิตชนิดหนึ่ง เป็นขบวนการที่มีความต่อเนื่องมาตั้งแต่วัยหนุ่มสาวเมื่อใดก็ตามที่มนุษย์มีอายุยืนยาวขึ้น นั้นหมายความว่ามนุษย์ผู้นั้นต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ความเปลี่ยนแปลงที่พบได้ในวัยชรา นั้น มีหลายด้าน อาทิเช่น

4.1 การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพอนามัย ด้วยอวัยวะที่เสื่อมสลายประสิทธิภาพการทำงานย่อมลดลง ผู้สูงอายุจึงอาจมีโรคต่างๆ ได้ง่ายกว่าคนทั่วไป โรคเหล่านี้ล้วนมีสาเหตุมาจากความเสื่อมเป็นส่วนใหญ่ ทั้งป้องกันได้และป้องกันไม่ได้ เช่น โรคสมองเสื่อม ข้อเสื่อม ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เบาหวาน มะเร็ง แม้ไม่เป็นโรคประสิทธิภาพในการทำงานด้านอื่นๆ อาจลดลง เช่น ช้าลง ชี้ลืม คิดช้า ความต้านทานโรคลดลง การย่อยอาหารลดลง ทำให้เกิดอาการท้องอืดท้องเฟ้อ

4.2 การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ผู้สูงอายุจะพบกับความสูญเสียในสิ่งต่างๆ มากขึ้น ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นขบวนการทางธรรมชาติเกือบทั้งสิ้น เช่น การสูญเสียสมรรถภาพความแข็งแรงของร่างกาย สูญเสียคุ้มครอง เพื่อนสนิท ญาติ ผู้ใกล้ชิด ความเชื่อถือของผู้อื่นจากการเกษียณอายุ บางรายพึ่งตนเองไม่ได้ ภาวะต่างๆ เหล่านี้ต้องการการปรับตัวอย่างมาก รายที่ไม่สามารถปรับตัวได้ จะเกิดโรคภัยต่างๆ เช่น วิตกกังวล หวาดระแวง ซึมเศร้า เป็นต้น รายที่ปรับตัวได้พอสมควรอาจแสดงออกด้วยการจู้จี้ ชีบ่น อารมณ์แปรปรวนง่าย

4.3 การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม การเกษียณอายุจากงานที่ทำเป็นประจำความแข็งแรงของร่างกายลดลง ความเจ็บป่วยจากโรคทางกายและทางใจล้วนทำให้ผู้สูงอายุพึ่งตนเองได้น้อยลง การสูญเสียคุ้มครองในวัยเดียวกัน ทำให้ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาอาศัยลูกหลานมากยิ่งขึ้น ในภาวะสังคมปัจจุบันซึ่งครอบครัวไทยต่างแยกเป็นครอบครัวเดี่ยวที่มีขนาดเล็กลงมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาสถูกทอดทิ้งได้ง่าย

4.4 การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ ความสามารถในการหารายได้ลดลง ทำให้ผู้สูงอายุต้องอาศัยเงินทอง หรือทรัพย์สินไว้น้อยหรือไม่ได้ละสมจึงจำเป็นต้องพึ่งพาผู้อื่น เช่น บุตรหลาน ญาติมิตร โอกาสจะประสบปัญหาจึงมีมาก

กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข (2536) ได้สรุปว่าการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจในผู้สูงอายุที่เห็นได้ชัดเจน คือ

1. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ได้แก่
  - 1.1 ผิวหนังบาง แห้ง เหี่ยว ย่น มักมีอาการคัน จำเลือด สีผิวน้อยลง เกิดจากจุดต่างขาว บางตอนกลับมากขึ้น เกิดเป็นตกรัศ
  - 1.2 ต่อมเหงื่อลดน้อยลง การขับเหงื่อลดน้อยลง ทำให้ทนต่อการเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิของอากาศไม่ได้ดี เกิดความรู้สึกหนาวร้อน ไม่คงที่
  - 1.3 ผมและขนร่วง เปลี่ยนเป็นสีขาว หรือ หงอก ทำให้ผมบาง หัวล้านขนตามร่างกายร่วงหลุดง่าย ที่เห็นชัดคือ ขนรักแร้ ทั้งนี้เนื่องจากต่อมรูขุมขนทำงานน้อยลง
  - 1.4 ตา สายตาจะเปลี่ยนเป็นสายตาวาย เลนส์หรือกระจกตาขุ่น เกิดต้อกระจก กล้ามเนื้อลูกตาเสื่อม การปรับสายตาช้า ทำให้ปวด เวียนศีรษะง่าย
  - 1.5 หู ประสาทรับเสียงเสื่อมไป เกิดหูตึง แต่จะได้ยินเสียงต่ำๆ ได้ชัดกว่าเสียงพูดธรรมดา
  - 1.6 จมูก ประสาทรับกลิ่นบกพร่องไป ทำให้การรู้สึก การดมกลิ่นลดน้อยลง
  - 1.7 ลิ้น รุ่ยสน้อยลง
  - 1.8 ฟัน โยก หัก
  - 1.9 ต่อมน้ำลาย ขับน้ำออกน้อย ทำให้ปากแห้ง
  - 1.10 น้ำย่อย กรดเกลือในกระเพาะอาหารลดน้อยลง ทำให้เบื่ออาหารท้องอืดง่าย ตามมาด้วยภาวะขาดอาหารและโลหิตจาง
  - 1.11 ตับและตับอ่อน หน้าที่การทำงานเสื่อมไป อาจเกิดโรคเบาหวาน
  - 1.12 การขับถ่ายอุจจาระ ไม่ปกติ ท้องผูกเสมอ เพราะไม่ค่อยได้ออกกำลังกาย
  - 1.13 กระดูก ปริมาณแคลเซียมลดน้อยลง ทำให้กระดูกบาง เปราะ พรุน หักง่าย มีอาการปวดเจ็บกระดูกบ่อย
  - 1.14 ข้อเสื่อม เกิดอาการเจ็บป่วย เคลื่อนไหวลำบาก
  - 1.15 กล้ามเนื้อเหี่ยว เล็กลง อ่อนกำลังลง ทำงานออกแรงมากไม่ได้ เพื่อย ล้าเร็ว และทรงตัวไม่ดี
  - 1.16 ปอด เสื่อมลง การขยายและยุบตัวไม่ดี ทำให้เหนื่อยง่าย
  - 1.17 หัวใจ แรงบีบตัวน้อยลง การเต้นมักผิดจังหวะ
  - 1.18 หลอดเลือด มีลักษณะแข็ง เป็นสาเหตุของความดันโลหิตสูง
  - 1.19 การขับถ่ายปัสสาวะ ไตมีหน้าที่เสื่อมไปขับของเสียได้น้อยลงแต่ขับน้ำออกมาก จึงถ่ายปัสสาวะมากและบ่อยขึ้นในเวลากลางคืน

1.20 กระเพาะปัสสาวะ กล้ามเนื้อ นูรูด ที่ควบคุมการถ่ายปัสสาวะหย่อนไป ทำให้กลั้นปัสสาวะไม่ได้ดี ผู้ชายต่อมลูกหมากโต

1.21 ระบบประสาทและสมองเสื่อมไปตามธรรมชาติ ทำให้ความรู้สึกช้าความจำถดถอย การทรงตัวไม่ดี การเคลื่อนไหวช้า

1.22 ต่อมไทรอยด์ และฮอร์โมนต่างๆ จะลดลง เช่น ต่อมไทรอยด์ขนาดเล็กกลง ทำให้เกิดไฮโปไทรอยด์ได้

1.23 ต่อมเพศ เสื่อมไป สมรรถภาพทางเพศลดลง

## 2. การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ

ลักษณะการเปลี่ยนแปลงที่พบ คือ

2.1 การรับรู้ ผู้สูงอายุมักยึดติดกับความคิด และเหตุผลของตัวเอง การเรียนรู้ในสิ่งใหม่ๆ เป็นไปได้ยาก

2.2 การแสดงออกทางอารมณ์ มักออกมาในลักษณะของความท้อแท้ น้อยใจ หงุดหงิด โกรธง่าย ซึมเศร้า

2.3 ความสนใจสิ่งแวดลอม ผู้สูงอายุจะสนใจเรื่องของตนเองมากกว่าเรื่องของผู้อื่น

2.4 การสร้างวิธิตำเนินชีวิตของตนเอง

2.5 ยอมรับสภาพของการเข้าสู่วัยสูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุบางคนมุ่งสร้างความคิดมุ่งชีวิตสงบ เข้าวัด ถือศีลกินเจ บางคนชอบอยู่คนเดียว

นายแพทย์บรรลุ ศิริพานิช (2545) กล่าวว่า เมื่ออายุมากขึ้น สิ่งแรกที่ปรากฏเกี่ยวกับสุขภาพและอนามัย ได้แก่ การเคลื่อนไหวร่างกาย มีความผิดปกติไปเพราะความพิการของอวัยวะต่างๆ เช่น ข้ออักเสบ สายตาไม่ดี และถ้าเป็นผู้สูงอายุที่ไม่เคยออกกำลังกายความพิการจะมีแนวโน้มมากขึ้น ทำให้เกิดความลำบากในการดำเนินกิจวัตรประจำวัน และเมื่อผู้สูงอายุประสบกับปัญหาเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวจึงต้องมีเครื่องช่วยหรือมีวิธีการในการจัดการกับความผิดปกติเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินกิจวัตรประจำวันและช่วยเหลือตัวเองได้มากที่สุด อุปกรณ์เหล่านี้ ได้แก่

1. ไม้เท้า เพื่อช่วยในการเดิน
2. เครื่องพยุงตัวและช่วยเดิน ใช้พยุงกล้ามเนื้อไหล่และแขนเพื่อให้สามารถเดินได้
3. ไม้เท้าสามขา หรือคอกสำหรับเดิน ส่วนใหญ่ทำจากอลูมิเนียม อาจมีล้อหรือไม่มีล้อ มีถาดวางของ หรือมีขอสำหรับห้อยของ
4. เก้าอี้หมุนที่มั่นคง อาจช่วยการเคลื่อนไหวรอบตัวขณะนั่งทำงานหรือนั่งเล่น
5. ที่นั่งถ่ายอุจจาระยกสูง ทำให้นั่งสบายและลุกยืนได้ง่ายเมื่อเสร็จกิจ
6. เก้าอี้ล้อเลื่อน อาจจำเป็นสำหรับบางคน แต่ต้องเป็นหนทางสุดท้าย (แพทย์จะเป็น

คนพิจารณา)

และนายแพทย์บรรลุ ศิริพานิช (2545:115-121) ได้กล่าวถึงปัญหาสุขภาพจิตและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ซึ่งผู้เขียนจะได้ยกมาเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับที่อยู่อาศัยดังนี้

การนอนไม่หลับ นิสัยเกี่ยวกับการนอนไม่หลับของผู้สูงอายุอาจมีผลทำให้ผู้ที่อยู่บ้านเดียวกันต้องเกิดความยุ่งยากไปด้วย เช่น ลูกขึ้นเดินในเวลากลางคืน หรือลุกจากเตียงแต่เช้ามีดทำกิจวัตรที่ต้องเปิดไฟ หรืออาบน้ำ สาเหตุทั่วไปของการนอนไม่หลับ ได้แก่

1. ไม่มีกิจกรรมที่ต้องใช้กำลังภายในตอนกลางวัน ทำให้ไม่เหนื่อยพอที่จะนอนหลับในเวลากลางคืน

2. นอนหลับเวลากลางวัน

3. การวิตกกังวลหรือซึมเศร้า

4. ที่นอนไม่สบาย ห้องนอนร้อนหรือเย็นเกินไป

5. มีปัญหาทางกายทำให้นอนไม่หลับ เช่น ปวดตามข้อ ไม่สบายเพราะท้องผูก

6. ต้องตื่นมาปัสสาวะ ซึ่งอาจมีสาเหตุมาจากโรคประจำตัว

การกลับอุจจาระปัสสาวะไม่อยู่ ปัญหาในข้อนี้มีผลต่อการจัดที่อยู่อาศัย คือ

1. จัดห้องสุขาไว้ในห้องนอนหากเป็นไปได้

2. เก็บขวดใส่ปัสสาวะไว้ในที่ใกล้ๆ

3. ติดดวงไฟระหว่างทางไปส้วมให้สว่างพอ

4. ให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาหลายๆ ในการไปส้วม

**ครอบครัว ครัวเรือน และการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ**

ปัจจุบันพบว่าผู้สูงอายุอาศัยในครัวเรือน 4 ลักษณะ (สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล และคณะ, 2544) ได้แก่

1. ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนขนาดใหญ่ เป็นลักษณะที่มีครอบครัวของบุตร หลานญาติ และบุคคลอื่นๆ อยู่ด้วย หรือปลูกบ้านอยู่ในบริเวณขอบเขตเดียวกัน ทั้งนี้เมื่อพิจารณาจากความสัมพันธ์ที่สมาชิกอื่นในครอบครัวมีต่อผู้สูงอายุเป็นหลัก พบว่าผู้สูงอายุจะมีฐานะเป็นเสาหลักของครอบครัวถึงแม้จะไม่ได้ประกอบอาชีพแล้วก็ตาม หากพิจารณานัยทางประชากรศาสตร์ โดยอาศัยจำนวนผู้สูงอายุในครัวเรือนของผู้สูงอายุเป็นหลักที่โดยเฉลี่ยเท่ากับ 4.47 คน และถือว่าครอบครัวที่มีสมาชิกเกินกว่านี้ (ตั้งแต่ 5 คน ขึ้นไป) เป็นครัวเรือนขนาดใหญ่ ผู้สูงอายุไทยที่อาศัยอยู่กับครัวเรือนที่มีสมาชิกตั้งแต่ 5 คนขึ้นไปมีถึง ร้อยละ 46.6

2. ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนขนาดเล็ก ซึ่งพิจารณาโดยใช้เกณฑ์ตามจำนวนผู้อยู่

อาศัยในบ้าน โดยถือว่าครัวเรือนที่มีสมาชิกตั้งแต่ 4 คนลงมาเป็นครัวเรือนขนาดเล็ก จะพบว่า มีผู้สูงอายุถึงร้อยละ 49.1 ที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนประเภทนี้

3. ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพัง ซึ่งมีหลายลักษณะ ได้แก่ การอยู่อาศัยเพียงคนเดียว เนื่องจากเป็นม่าย โสดหรือไม่มีบุตรดูแล รวมทั้งการอยู่อาศัยเพียงลำพังแต่มีการปลูกบ้านอยู่อาศัยในบริเวณบ้านญาติหรือผู้อื่น กลุ่มนี้มีประมาณร้อยละ 3.6 ถึงร้อยละ 4.3

4. ผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยกับสถาบันทางสังคมต่างๆ ถึงแม้จะไม่ใช่เป็นการอยู่อาศัยในครอบครัวตามความเข้าใจทั่วไป แต่เมื่อพิจารณาตามเงื่อนไขทางกฎหมายและความสัมพันธ์ภายในสถาบันแล้ว สถาบันบางแห่งอาจนับได้ว่าเป็น "ครอบครัว" ลักษณะหนึ่งของผู้สูงอายุ ยกตัวอย่าง เช่น สถานสงเคราะห์คนชราต่างๆ ของทั้งภาครัฐและเอกชน

### วิถีชีวิตและความต้องการที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

เป็นสิ่งที่ถูกต้องที่ที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุต้องตอบสนองความต้องการที่พิเศษของผู้สูงอายุ (Isaac Green. et al., 1975 อ้างถึงใน วรวรรณ นิตบงกช, 2541 : 40) เพราะการเปลี่ยนแปลงทางสภาพร่างกายและสังคมซึ่งเป็นกระบวนการเข้าสู่วัยสูงอายุ แต่เป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องที่จะลงความเห็นว่าความเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุมีผลทำให้ความต้องการที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุแตกต่างกันโดยสิ้นเชิงจากที่อยู่อาศัยของคนทุกกลุ่มอายุ เพราะสำหรับทุกๆ กลุ่มอายุแล้วที่อยู่อาศัยประกอบไปด้วยอารมณ์ของการอยู่อาศัยของครอบครัว ความเป็นอิสระของจิตใจ และการกระทำ ที่เต็มไปด้วยรูปแบบของความเป็นมิตร และชุมชนเป็นสิ่งแวดล้อมซึ่งแต่ละคนสามารถภาคภูมิใจและหาแนวคิดของความต้องการที่จะมาเป็นแบบอย่างของวิถีชีวิตที่มีความหมายของพวกเขาได้

ยิ่งไปกว่านั้นจะต้องตระหนักถึงความหลากหลายของกลุ่มผู้สูงอายุหลายๆ วัย ความสามารถ ความต้องการ ความปรารถนาซึ่งเกิดขึ้นกับคนในช่วงเวลานั้นๆ รวมไปถึงวิถีชีวิตที่แตกต่างกัน ความรับผิดชอบของผู้ออกแบบอยู่ที่ การจัดหาที่อยู่อาศัยที่สูงอายุได้มีโอกาสปรับตัวเพื่อความสะดวกสบายมากขึ้น รวมทั้งความภูมิฐานให้สมวัยและกระบวนการเกษียณอายุ การออกแบบทำให้สภาพสังคมดีขึ้น แต่ละแบบสามารถปรับเข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ ความปลอดภัย สะดวกสบาย สิ่งแวดล้อมทางกายภาพและสังคมของที่อยู่อาศัยจะต้องได้รับการออกแบบที่จะสนับสนุนกิจกรรมตามปกติของมนุษย์ โดยไม่ได้ลดความเป็นอิสระหรือเป็นเหตุให้ผู้สูงอายุรู้สึกโดดเดี่ยว

ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุไม่ได้เป็นเพียงงานทางกายภาพ แต่เป็นกระบวนการทางสังคม และผู้ออกแบบต้องมีสำนึกในการที่จะศึกษาสังคมด้วย แบบทางกายภาพของที่อยู่อาศัย การ

พัฒนาโดยรวมของที่อยู่อาศัย และความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบๆที่อยู่อาศัย และชุมชน จะต้องได้รับการวางแผนเพื่อที่จะตอบสนองข้อเท็จจริง และความเป็นอยู่ที่แท้จริงของผู้สูงอายุ

### สิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุ

สิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุคือ บ้าน และชุมชน

1. บ้าน (Home) บ้านเป็นปัจจัยที่สำคัญในการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุใช้เวลาประมาณ 80-90% ของพวกเขาอยู่ที่บ้าน (Montgomery, 1972 อ้างถึงใน วรวรรณ นิตบงกช, 2541: 48) ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่อยู่ติดบ้านมากที่สุดในสังคม แง่คิดที่แตกต่างกันของสิ่งแวดล้อมทางด้านที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่พอจะยกตัวอย่าง มีดังนี้

1.1 สิ่งเร้า (Stimulation) ความรู้สึกหลายๆ ด้านที่ลดลงเมื่ออายุมากขึ้นอันเนื่องมาจากภาวะทางสุขภาพ ทำให้ระดับของสิ่งเร้าต่างๆ ที่ต้องการสูงขึ้น เช่น เสียง การมองเห็น กลิ่น และการสัมผัส เป็นต้น เป็นสิ่งเร้าต่อผู้สูงอายุเช่นเดียวกับคนในวัยหนุ่มสาว ด้วยเหตุนี้ผู้สูงอายุอาจจะเคยมีประสบการณ์ในการขาดการกระตุ้นจากสิ่งเร้า ถ้าไม่มีการกระตุ้นความรู้สึกจากสิ่งเร้า ก็อาจจะเกิดภาวะสิ่งแวดล้อมที่น่าเบื่อได้ (Leo and Silverstone, 1971 อ้างถึงใน วรวรรณ นิตบงกช, 2541) สิ่งแวดล้อมที่นักชราวิทยาพยายามสร้างเพื่อกระตุ้นความรู้สึกของผู้สูงอายุแต่ละคนเช่นเดียวกับการอาศัยอยู่ในสังคมและสภาพทางจิต มีหลายหนทางที่จะบรรลุเป้าหมายนี้อันเนื่องมาจากการมองเห็นโดยทั่วๆ ไปลดลงเพราะอายุที่มากขึ้น สิ่งแรกที่จะต้องปรับปรุงคือแสงไฟ ควรจะเพิ่มจำนวนหลอดไฟและความสว่างมากขึ้น จะสามารถเปลี่ยนห้องที่มืดให้ดูสดใสและน่าสนใจว่า นักชราวิทยาอาจจะแนะนำให้ทาสีห้องด้วยโทนสีที่สดใสและเด่นจะสามารถกระตุ้นการมองเห็นได้ รูปแบบของการกระตุ้นสายตาอื่นๆ คือ โคมบาย ม่านสีสดใส รูปภาพ ปฏิทิน หรือนาฬิกา

1.2 การเคลื่อนที่ (Mobility) ภาพลักษณ์อันดับที่สองของสิ่งแวดล้อมที่จะพิจารณาในบ้านใดก็ตามที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ด้วย คือ การเคลื่อนที่ เป็นเรื่องโชคไม่ตีที่สิ่งแวดล้อมหลายๆ อย่างไม่ได้ออกแบบมาสำหรับการเคลื่อนที่ของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุหลายคน พบว่า การเคลื่อนที่ยากลำบากในบ้านและในชุมชนของพวกเขา

ถึงแม้ว่าเรื่องนี้จะไม่ได้เกิดขึ้นในกลุ่มคนหนุ่มสาว บ้านทั่วไปมักจะมีอุปสรรคที่อันตรายสำหรับผู้สูงอายุ บ้านสามารถออกแบบโดยจัดหาความปลอดภัยและพื้นที่ในการเคลื่อนที่ที่สูงสุดสำหรับผู้สูงอายุ ในการออกแบบบ้าน ข้อจำกัดที่พิเศษของผู้สูงอายุจะต้องนำมาพิจารณาในการออกแบบด้วย สถาปนิกควรจะรวมเอาลักษณะหลายๆ อย่างเหล่านั้นไว้ในบ้าน

ประการแรก บ้านควรจะมีชั้นเดียว และไม่ควรจะมีพื้นที่ต่างระดับหรือบันได และไม่ควรจะมีธรณีประตู สิ่งเหล่านี้มีแนวโน้มจะสกัดกั้นการเคลื่อนที่ของผู้สูงอายุ และเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ ในบ้านที่มีอยู่แล้ว ลิฟต์สามารถนำมาใช้แทน บันได หรือพื้นที่ชั้นล่าง



สามารถเปลี่ยนมาเป็นห้องนอนหรือห้องน้ำ และสามารถช่วยลดความจำเป็นในการใช้บันไดได้  
 ทุกๆ ปีที่อุบัติเหตุในผู้สูงอายุมีสาเหตุมาจากผู้สูงอายุตกบันได ดังนั้นไม่ควรมีบันไดในบ้านของ  
 ผู้สูงอายุ

ประการที่ 2 บ้านที่ออกแบบเป็นพิเศษสำหรับผู้สูงอายุควรจะเป็นการจัดให้ประตู  
 มีขนาดความกว้างเป็นพิเศษ เพื่อให้ล้อเข็นผ่านได้โดยปราศจากสิ่งกีดขวาง ประตูเหล่านี้จะช่วยให้  
 ผู้สูงอายุที่อยู่รถล้อเข็นเคลื่อนที่ได้สะดวกและไม่เกิดการเสียดสีระหว่างมือกับประตูเวลาเข็นล้อ

ประการที่ 3 บ้านสำหรับผู้สูงอายุควรจะออกแบบให้ดูแลรักษาง่ายเท่าที่จะเป็นไปได้  
 ได้ ด้วยเหตุนี้บ้านทั่วๆ ไปควรจะเล็ก ถ้าเป็นหลังใหญ่ควรมีห้องซึ่งง่ายต่อการปิดเอาไว้เพื่อ  
 สะดวกสบายในการดูแล บ้านอาจจะมีบานเลื่อนอลูมิเนียมป้องกันพายุ และสนามหญ้าที่มีพุ่มไม้  
 เตี้ยๆ เพื่อลดงานสนาม

ประการที่ 4 ลักษณะบ้านที่ปลอดภัย พื้นไม่ควรจะมีพรมผืนเล็กๆ หรือพื้นที่ลื่น  
 พรมที่หนานุ่มจะจำกัดการเคลื่อนที่ทั้งคนและล้อเข็น

ประการที่ 5 ประตูควรมีสลักกลอนประตูไม่ใช่ลูกบิด เป็นไปได้ยากที่จะเปิดลูกบิด  
 ด้วยมือที่อ่อนแอจากโรคข้ออักเสบ และประตูควรจะสามารถผลักเปิดได้ง่าย

ประการที่ 6 สถาปนิกต้องคำนึงถึงข้อจำกัดทางร่างกายที่เกิดขึ้นในปัจจุบันและมี  
 แนวโน้มว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต สำหรับคู่สามีภรรยาสูงอายุที่ดูไม่มีท่าทีที่จะเกิดข้อจำกัดทาง  
 ร่างกาย สถาปนิกอาจจะออกแบบบ้านที่ใหญ่กว่าซึ่งสามารถลดขนาดแต่ยังใช้การได้ดีถ้าคนหนึ่ง  
 คนใดไม่สามารถช่วยตัวเองได้ในเวลาต่อมา โดยออกแบบให้สามารถปิดห้องไว้บางส่วนและ  
 เหลือไว้ใช้เพียง 2-3 ห้องเท่านั้น

1.3 ความปลอดภัย (Safety) เป็นที่น่าสังเกตว่า หลักความคิดทั้งหลายที่ได้กล่าวใน  
 ข้างต้นเกี่ยวกับการเคลื่อนที่ของผู้สูงอายุล้วนสัมพันธ์กับความปลอดภัย เช่น การหลีกเลี่ยงการ  
 เคลื่อนย้ายโดยบันไดของผู้สูงอายุ และสิ่งกีดขวางความปลอดภัย มีหลายสิ่งที่สามารถดัดแปลง  
 สิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดความปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ เช่น แสงสว่างที่เพียงพอสำหรับพื้นที่ที่จะ  
 เกิดอันตราย เช่น ครัว ห้องน้ำ และทางลงบันได ราวจับที่แข็งแรงตลอดภายในบ้าน โดยเฉพาะ  
 ทางเดินในห้องน้ำ ผู้สูงอายุบางคนต้องเดินกระเด้งกระแด้ง ดังนั้นจึงไม่ควรมีพรมผืนเล็กๆ เสื่อ  
 หรือสิ่งอื่นๆ ที่อาจจะทำให้สะดุดหกล้ม ทุกบ้านของผู้สูงอายุควรมีสัญญาณป้องกันไฟด้วยไฟ  
 สว่างวาม และเครื่องใช้สำหรับผู้สูงอายุใช้ควรมีสัญลักษณ์ที่เห็นได้เด่นชัด บ้านควรมีโทรศัพท์  
 และสัญญาณฉุกเฉินที่คนภายในบ้านสามารถสังเกตเห็นได้เมื่อมีอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ

1.4 ความเป็นส่วนตัว (Privacy) เมื่ออายุมากขึ้นชีวิตส่วนบุคคลหรือส่วนตัวมักจะ  
 เป็นจุดสุดท้ายของผู้สูงอายุ ข้อจำกัดทางการเงินอาจจะมีจำเป็นต้องไปอาศัยอยู่กับ  
 เพื่อนหรือญาติ ปัญหาทางด้านสุขภาพและปัญหาทางด้านจิตใจอาจจะหมายถึงการที่จะต้องเข้า

ไปอยู่ในสถานดูแลคนชรา การจัดการทั้งสองแบบหมายถึงจุดจบของความเป็นส่วนตัว การเข้ามาอยู่ของคนร่วมห้องหรือการที่มีคนจำนวนมากอยู่ใกล้ๆ การที่ไม่สามารถล็อกประตู หรือไม่สามารถระบุได้ว่าใครเข้ามาในห้อง เป็นข้อบ่งชี้จุดสิ้นสุดของความเป็นส่วนตัวทั้งหมด Pastalan (Pastalan, 1970; nd อ้างถึงใน วรวรรณ นิตบงกช, 2541) ได้ให้ข้อสังเกตว่า ความเป็นส่วนตัวเป็นสิ่งสำคัญมากในการอยู่อาศัยส่วนบุคคล เป็นความส่วนตัวที่ยังคงมีความภูมิฐานและความเป็นตัวของตัวเองยังคงอยู่ เป็นความส่วนตัวที่แต่ละคนสามารถพักผ่อนจากอุปสงค์ทางสังคมภายในสังคม และหยุดการแสดงบทบาททางสังคม Pastalan ให้ข้อสังเกตอีกว่า การปฏิสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องทางสังคมเหมือนกับนักแสดงแสดงละครอยู่บนเวทีอย่างต่อเนื่อง แต่ละคนต้องการเวลาที่จะลงจากเวทีเพื่อที่จะพัก เพื่อที่จะสะท้อนภาพต่างๆ เพื่อที่จะวางแผน เพื่อที่จะวางแผน และแสดงพฤติกรรมที่พวกเขาเห็นว่าเป็นส่วนตัว

1.5 ความสะดวกสบาย (Comfort) ลักษณะสุดท้ายของสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัยที่จะกล่าวถึง คือ ความสะดวกสบาย ความสะดวกสบายหมายถึง ความรู้สึกถึงความเป็นตัวของตัวเอง และสิ่งแวดล้อมไม่สร้างการบีบบังคับมากเกินไป แต่ละคนรู้สึกสะดวกสบาย นั่นคือสิ่งแวดล้อมของบ้านกระตุ้นความรู้สึก ถ้าแต่ละคนได้เคลื่อนที่ ถ้าแต่ละคนรู้สึกปลอดภัย ถ้าสิ่งแวดล้อมนั้นนำไปสู่ปฏิสัมพันธ์ของสังคม และถ้ามีความเป็นส่วนตัว ดังนั้นความสะดวกสบายจะตามมาโดยธรรมชาติในรูปแบบของสิ่งแวดล้อม ปัจจัยที่กล่าวมาแล้วเป็นสิ่งเริ่มแรกเกี่ยวกับการจัดหาความสะดวกสบายในการรับรู้ของความสงบภายในจิตใจ และยังคงมีความสะดวกสบายในการรับรู้ทางกายภาพ เช่น ควรจะสะดวกสบายในรูปของอุณหภูมิ ผู้สูงอายุอ่อนแอต่ออุณหภูมิที่สูงมากกว่า ดังนั้นควรจะรักษาอุณหภูมิของสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุให้อยู่ในระดับที่ดีอย่างสม่ำเสมอ เสี่ยงรบกวนเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่จะต้องพิจารณา ผู้สูงอายุไม่ได้นอนหลับดีเหมือนคนหนุ่มสาว และสิ่งแวดล้อมที่มีเสียงรบกวนเป็นปัญหาที่ทำให้เลวร้ายยิ่งขึ้น

2. ชุมชน (Community) สิ่งแวดล้อมอันดับที่ 2 ซึ่งสำคัญต่อผู้สูงอายุคือ ชุมชน 95-96 % ของคนที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไปอาศัยอยู่ในชุมชน มีเพียง 4-5% ของคนเหล่านี้อยู่ใน Nursing Home สำหรับชุมชนนั้นนักสังคมวิทยาหมายถึง พื้นที่และผู้คนที่แต่ละคนอาศัยอยู่ใกล้ๆ กัน และมีปฏิสัมพันธ์กัน ประเภทของชุมชนซึ่งแต่ละคนอาศัยสามารถได้รับผลกระทบที่นำกล้วในชีวิตของแต่ละคน ดังจะยกตัวอย่าง 5 รูปแบบของปัจจัยในชุมชนที่มีผลกระทบต่อการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ได้แก่ อาชญากรรม การขนส่ง สิ่งอำนวยความสะดวกของชุมชน การย้ายที่อยู่อาศัย และการแบ่งแยกกลุ่มอายุ-การรวมกลุ่มอายุ

2.1 อาชญากรรม (Crime) อาชญากรรมเป็นการพิจารณาที่สำคัญในการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุได้รับผลกระทบจากอาชญากรรมมากขึ้น และผู้สูงอายุอยู่อาศัยด้วยความกลัวต่ออาชญากรรมมากกว่ากลุ่มอายุอื่นๆ ความเข้าใจถึงสิ่งแวดล้อมที่มีอันตรายและน่ากลัว

สามารถจูงใจให้ผู้สูงอายุรู้ว่าจะอยู่อาศัยอย่างไร พวกเขาอาจอยู่ในบ้านและตัดความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ และกลัวคนแปลกหน้า

2.2 การขนส่ง (Transportation) รูปแบบของระบบขนส่งที่เป็นเครื่องจักรกลบางรูปแบบเกือบจะเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับแต่ละคน ถ้าพวกเขาเข้าต้องการที่จะออกไปมีส่วนร่วมในสังคม การขาดการขนส่งที่เพียงพออาจบีบบังคับให้แต่ละคนจำกัดการดูแลสุขภาพเพราะพวกเขาไม่สามารถไปหาหมอ ไปคลินิกหรือโรงพยาบาล มากไปกว่านั้นการขาดการขนส่งสามารถผลักดันให้ผู้สูงอายุแต่ละคนแยกตัวออกจากสังคม และอยู่อย่างโดดเดี่ยวในสังคม การขนส่งสามารถให้ความสามารถในการพึ่งพาตนเองของผู้สูงอายุ และควบคุมการอยู่อาศัยของพวกเขาได้ (วรวรรณ นิตบงกช, 2541: 54)

2.3 สิ่งอำนวยความสะดวกของชุมชนและแหล่งบริการต่างๆ (Community Facilities and Resource) ภาพลักษณ์อื่นๆ ของชุมชนซึ่งมีผลกระทบต่อการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ คือ การมีและไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวกหรือแหล่งบริการต่างๆ สำหรับผู้สูงอายุ ที่เรากล่าวถึงไม่เพียงแต่เป็นสิ่งอำนวยความสะดวกพิเศษสำหรับผู้สูงอายุ เช่น ศูนย์ผู้สูงอายุ แต่เป็นสิ่งอำนวยความสะดวกทั่วๆ ไป เช่น ร้านขายของชำ โรงพยาบาล หรือศูนย์กลางความบันเทิง

การขนส่งสำหรับผู้สูงอายุมักมีปัญหามาตามี่ Crap (1971: 104-114 อ้างถึงใน วรวรรณ นิตบงกช, 2541: 55) ได้ศึกษาไว้ว่า ผู้สูงอายุไม่ชอบการเดินทาง และ Regnier (1975: 295-314 อ้างถึงใน วรวรรณ นิตบงกช, 2541: 55) พบว่าผู้สูงอายุไม่ค่อยกล้าที่จะออกไปข้างนอกเกินกว่า 6 ช่วงตึก จากบ้านของพวกเขาสำหรับซื้อสินค้าหรือบริการ ด้วยเหตุนี้ถ้าชุมชนสามารถบริการความต้องการของผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ สิ่งอำนวยความสะดวกและแหล่งทรัพยากรต่างๆ จะมีอยู่อย่างหนาแน่นในพื้นที่เล็กๆ ใกล้กับที่อยู่อาศัย สิ่งอำนวยความสะดวกบางอย่างที่ผู้สูงอายุต้องการ คือ ป้ายรถเมล์ ร้านขายยา ร้านขายของหลายๆ ชนิด ศูนย์การแพทย์ ธนาคาร ห้างสรรพสินค้า ไปรษณีย์ สวนสาธารณะ ศูนย์ผู้สูงอายุ เป็นต้น แต่เป็นที่น่าสงสัยว่าประเทศต่างๆ เป็นเรื่องยากที่หลายประเทศส่วนใหญ่จะสามารถจัดหาแหล่งบริการเหล่านี้ให้แก่ผู้สูงอายุในพื้นที่เล็กๆ ใกล้บ้านได้

2.4 การแยกตัวและการอยู่รวมในสังคมของผู้สูงอายุ (Age Segregation and Integration) ผู้สูงอายุควรจะอยู่ในชุมชนสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะหรืออยู่ในชุมชนที่มีกลุ่มอายุอื่นๆ รวมอยู่ด้วย จากที่ได้กล่าวถึงว่าแหล่งบริการและสิ่งอำนวยความสะดวกเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ และบางครั้งผู้สูงอายุจะอยู่อาศัยอย่างหนาแน่นในบริเวณที่มีบริการเหล่านั้น

จากการศึกษาของ Sherman (1975a: 479-483, 1975b: 103-107 อ้างถึงใน วรวรรณ นิตบงกช, 2541: 57-58) เรื่องสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยร่วมกับกลุ่มอายุอื่น และสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุที่แยกตัวออกจากสังคม ซึ่งค้นพบดังต่อไปนี้

2.4.1 ผู้สูงอายุที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แยกตัวจากกลุ่มอายุอื่นๆ และผู้สูงอายุที่อยู่ร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ ได้รับการช่วยเหลือจากลูกหลานเหมือนกัน

2.4.2 และผู้สูงอายุที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แยกตัวจากกลุ่มอายุอื่นๆ มีแนวโน้มที่จะให้ความช่วยเหลือจากลูกหลานมากกว่า แต่อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ อาศัยอยู่ใกล้ลูกหลานมากกว่า

2.4.3 ผู้สูงอายุที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แยกตัวจากกลุ่มอายุอื่นๆ และผู้สูงอายุที่อยู่ร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ มีรูปแบบการช่วยเหลือจากเพื่อนบ้านที่เหมือนกัน

2.4.4 ผู้สูงอายุที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แยกตัวจากกลุ่มอายุอื่นๆ และผู้สูงอายุที่อยู่ร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ จะพึงพอใจถ้าพวกเขาได้เลือกสิ่งแวดล้อมของพวกเขาเองตามความต้องการและความชอบของพวกเขา

2.4.5 ผู้สูงอายุที่อยู่ร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ ติดต่อดัมพันธกับผู้อื่นค่อนข้างน้อย

2.4.6 ผู้สูงอายุที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แยกตัวออกจากกลุ่มอายุอื่นๆ มักจะมีความสัมพันธ์ต่อลูกหลานและญาติน้อยกว่าผู้สูงอายุที่อยู่ร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ

2.4.7 ผู้สูงอายุที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แยกตัวออกจากกลุ่มอายุอื่นๆ มีเพื่อนใหม่มากกว่าและมีการเยี่ยมเยียนเพื่อนบ้านมากกว่าผู้สูงอายุที่อยู่ร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ ซึ่งสัมพันธ์กับ Messer (1967: 247-251 อ้างถึงใน วรวรรณ นิตยงกช, 2541: 58) ที่ให้ข้อสังเกตว่าผู้สูงอายุในสิ่งแวดล้อมแบบแยกตัวจากกลุ่มอายุอื่นๆ มีระดับการปฏิสัมพันธ์สูงกว่าผู้สูงอายุที่อยู่ร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ

อย่างไรก็ตาม ดูเหมือนว่าศึกษาในทางวิชาการเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุที่มีอยู่มากมายจะแนะนำว่าไม่มีสิ่งแวดล้อมแบบใดที่จะดีที่สุดสำหรับผู้สูงอายุ มากไปกว่านั้น ถ้าในฐานะของนักชราวิทยาให้ความสำคัญกับหลักความคิด เช่น ความพึงพอใจในชีวิตและขวัญกำลังใจ การมีลักษณะที่แตกต่างกันของผู้สูงอายุ จะทำให้สามารถแนะนำได้ว่าสิ่งแวดล้อมทั้งสองประเภท ควรจะเป็นข้อเสนอที่ยืดหยุ่นได้สำหรับผู้สูงอายุ และขึ้นอยู่กับว่าความต้องการของพวกเขาได้รับการตอบสนองหรือไม่

### ข้อควรพิจารณาในการออกที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

มีสิ่งสำคัญที่ควรจะได้รับพิจารณาในการออกที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ พอสรุปได้ดังนี้

1. ผู้สูงอายุจะย้ายถิ่นที่อยู่อาศัยน้อยกว่าคนหนุ่มสาว ตามความเป็นจริงแล้ว 90% ของผู้สูงอายุจะไม่ย้ายที่อยู่หลังจากที่พวกเขาอายุ 65 ปี ที่พักอาศัยที่ออกแบบควรจะเป็นสิ่งที่ให้ความรู้สึกถึงความเป็นบ้าน มากกว่าบ้านชั่วคราว

2. โดยปกติแล้วผู้สูงอายุมักจะไม่ค่อยไปไหน เพราะความสามารถในการเข้าถึงแหล่งความบันเทิงในชุมชน การบริการ และความสะดวกสบายในสังคมได้น้อย และด้วยเหตุนี้จึงควรจัดหาการบริการขั้นพื้นฐานเป็นอย่างน้อย และสาธารณูปการภายในสิ่งแวดล้อมหรือชุมชนของการอยู่อาศัยของพวกเขา

3. ผู้สูงอายุต้องการทางเลือกของรูปแบบการอยู่อาศัย

4. ผู้สูงอายุปรารถนาอิสรภาพ และต้องการสิ่งแวดล้อมซึ่งขยายและเพิ่มพูนเวลาในการอยู่อาศัยแบบไม่พึ่งพาใคร

5. ตรงกันข้ามกับหลักธรรมดาที่รู้จักกันอยู่ทั่วไป ผู้สูงอายุต้องการพื้นที่ใช้สอยมากกว่าคนหนุ่มสาวเพื่อที่จะดำเนินกิจกรรมในลักษณะเดียวกัน ผู้สูงอายุต้องการแบบพิเศษที่ปรับพื้นที่ที่เป็นไปได้สำหรับข้อจำกัดทางด้านร่างกาย

6. คำจำกัดความของรูปแบบกิจกรรมของผู้สูงอายุ ไม่ควรจะมีพื้นฐานมาจากข้อสมมติฐานที่ว่า การแยกประเภทตามกิจกรรมการอยู่อาศัยพื้นฐานของพวกเขาที่แตกต่างจากคนหนุ่มสาว กิจกรรมจะแตกต่างเพียงวิถีทางที่ผู้สูงอายุปรารถนาเท่านั้น

7. ผู้สูงอายุจะไม่ยินดีที่จะยอมรับในความไม่สะดวกสบาย และไม่ปรารถนาให้ผู้อื่นได้เห็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชีวิตความเป็นอยู่ของตน ยกตัวอย่างเช่น ผู้สูงอายุไม่ชอบการออกแบบห้องนอน ห้องน้ำ และครัวที่สามารถมองเห็นได้จากมุมห้องนั่งเล่น

### หลักในการวางแผนและการดำเนินการเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

Lowton (Lowton, M.P.1975: 54) กล่าวถึง หลักในการวางแผนเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุไว้ว่า

1. ลักษณะทางกายภาพของที่อยู่อาศัย จะต้องสัมพันธ์กับเป้าหมายสูงสุดของการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ เช่น สถานที่ถูกสุขอนามัย อากาศถ่ายเทดี สิ่งแวดล้อมดี

2. สร้างสิ่งแวดล้อมที่จะส่งเสริมให้ผู้สูงอายุแสดงออกถึงความสามารถของตนเอง เช่น กิจกรรมการออกกำลังกายประจำวันทำให้อายุยืนยาว และการสร้างบรรยากาศให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในสังคม

3. จัดสิ่งแวดล้อมที่สนับสนุนให้มีการปรับพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ในสภาพที่ขาดรายได้เลี้ยงตนเอง ควรมีบริการที่ช่วยเหลือผู้สูงอายุ เนื่องจากความสามารถในด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุเสื่อมถอยลง และอาจถูกปฏิเสธจากสังคม

4. เป้าหมายของการวางแผน ควรจัดสิ่งแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุในของเขตที่กว้างที่สุดจากการช่วยเหลือให้ชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้นจนถึงการสนับสนุนอย่างสูงสุด

รูปแบบการบริการสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ บริการอาหารบริการทางการแพทย์ การคมนาคมขนส่ง การทำความสะอาดบ้าน บริการทางสังคม การดูแลเรื่องการแต่งตัว และการทำความสะอาดร่างกาย

หลักการออกแบบที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

1. สนองความต้องการทางด้านความปลอดภัย เช่น ห้องน้ำมีราวจับ พื้นกระเบื้องไม่ลื่น อุปกรณ์เปิดปิดน้ำที่ไม่ต้องออกแรงมากการเปิด เป็นต้น
2. มีสัญญาณฉุกเฉินจากหัวเตียง หรือห้องน้ำ สำหรับเรียกขอความช่วยเหลือ
3. ออกแบบสิ่งส่งเสริมสุขอนามัย เช่น อากาศถ่ายเทสะดวก มีแสงสว่างเข้าถึง

รายละเอียดของการออกแบบที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

1. ขนาดของห้อง ไม่มีการสำรวจข้อมูลเอาไว้ว่าขนาดเท่าใดจะมีประสิทธิภาพสูงสุด แต่ควรครอบคลุมทั้งหมด คือ มีห้องนั่งเล่น ห้องนอน ห้องอาหาร ห้องน้ำ และครัว
2. ห้องรับแขกพักผ่อน เป็นจุดศูนย์กลางของการอยู่อาศัย จึงควรเป็นห้องที่ไม่มีสิ่งกีดขวางหรือมีเฟอร์นิเจอร์กีดขวาง ถ้าเป็นไปได้ควรใช้เตียงนอนเป็นพื้นที่แบ่งส่วน หน้าต่างในห้องควรมีขนาดใหญ่พอที่จะให้แสงสว่างและแสงแดดผ่านเข้ามาได้ พื้นที่นี้จะมีกิจกรรมต่างๆ เป็นส่วนประกอบ เช่น สันทนาการและบันเทิง อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ นั่งเล่น ฯลฯ และควรมีเฟอร์นิเจอร์ที่เหมาะสม
3. ห้องครัว ควรเตรียมอุปกรณ์ทำครัวให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสปรุงอาหารด้วยตนเอง เพื่อให้เหงาและใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ อาจเป็นได้ทั้ง Full-Fledge Kitchen และครัวแบบเปิด (Open Galley Affair) ซึ่งพบบ่อยใน Apartment แบบ Studio หรือ Apartment ของคนโสด ควรพิจารณาถึงข้อจำกัดในการใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ภายในครัว เช่น เตา ตู้เย็น อ่างล้างมือ สำหรับเตาควรมีโอกาสน้อยที่สุดที่จะทำให้เกิดเพลิงไหม้ เตาไม่ควรอยู่ในมุม อ่างล้างมือควรเป็นแบบคู่ ด้านล่างของอ่างล้างมือควรมีพื้นที่สำหรับรถเข็น ตู้เย็นหรือลิ้นชักในครัวควรอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสม เพื่อให้ผู้สูงอายุจะได้ไม่ก้มมากเกินไปทำให้เสียสุขภาพหลัง
4. ห้องอาบน้ำ เป็นพื้นที่ที่ก่อให้เกิดอุบัติเหตุได้มากที่สุด ควรมีที่จับกันหกล้ม (Grab Bar) ในห้องน้ำ โดยเฉพาะตรงฝักบัว ที่อาบน้ำ และล้าง ควรมีสัญญาณฉุกเฉินในห้องน้ำ ฝักบัวควรเป็นชนิดแรงดันต่ำ ก๊อกน้ำและอุปกรณ์ควรเป็นชนิดที่เบาแรงเปิด ประตูห้องน้ำควรเป็นแบบที่เปิดให้คนอื่นสามารถเข้าไปได้เมื่อเกิดอุบัติเหตุ ห้องน้ำไม่ควรแคบเกินไปจนเป็นอุปสรรคในการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ พื้นผิวไม่ควรใช้วัสดุที่ลื่น
5. ห้องนอน เป็นห้องที่ใช้มากที่สุด จึงควรมีความเป็นส่วนตัวมากที่สุด ควรแยกเป็น

สัดส่วนจากห้องอื่นๆ ห้องนอนไม่ควรเล็กเกินไป และควรที่จะเป็นห้องที่ส่งเสริมกำลังใจและให้ความหวัง ด้วยหน้าต่างและการมองเห็นทิวทัศน์ เพียงควรจะเคลื่อนย้ายได้ในบางโอกาส และไม่ควรรออยู่ในมุมใดมุมหนึ่ง ห้องนอนควรมีพื้นที่สำหรับโทรทัศน์ ผู้ที่อยู่เป็นคู่ควรมีพื้นที่สำหรับเตียงคู่

6. ห้องแต่งตัว มีตู้เสื้อผ้า โต๊ะเครื่องแป้งและกระจก นักจิตวิทยาบอกว่าผู้ที่ผู้สูงอายุได้ส่องกระจกดูตัวเองจะทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น โดยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้รับรู้ถึงสภาพปัจจุบันของตัวเอง

7. พื้นห้อง ควรเป็นพื้นที่ทำความสะอาดได้ง่ายและไม่ลื่น

8. หน้าต่าง ไม่ควรสูงเกินไป ทำให้สามารถมองเห็นวิวภายนอกได้ง่าย และไม่ควรมีติดหรือลื่นเกินไป เพราะจะทำให้มีเสียงดังเวลามีลมพัด และควรทำจากวัสดุที่แข็งแรงเพื่อความปลอดภัย

9. แสงไฟ ควรมีสวิตช์อยู่ในจุดที่ผู้สูงอายุปิดเปิดได้สะดวก และควรมีแสงไฟจากภายนอกสอดเข้ามาในกรณีที่ไฟในบ้านเสียเพื่อช่วยในการมองเห็นของผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุมักมีปัญหาทางด้านสายตา ดังนั้นในบริเวณที่อยู่อาศัยจึงควรมีความสว่างทั้งในเวลากลางวันและกลางคืน

10. ทางเดิน ควรทำราวสำหรับผู้สูงอายุจับเพื่อช่วยในการเดิน

นายแพทย์บรรลุ ศิริพานิช (2545: 62-65) ได้กล่าวถึงหัวข้อที่น่าจะนำมาพิจารณาเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ดังต่อไปนี้

การย้ายที่อยู่ไปอยู่ในที่แห่งใหม่ พิจารณาดังนี้

1. บ้านที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ในปัจจุบันตั้งอยู่ในทำเลที่ผู้สูงอายุปรารถนาที่จะอาศัยอยู่ในบั้นปลายของชีวิตหรือไม่ โดยพิจารณาในปัจจัยหลายๆ ด้าน เช่น ญาติพี่น้อง เพื่อน ระยะเวลาจากชุมชน แหล่งบริการ หากอยู่ไกลจากแหล่งชุมชนและบริการต่างๆ มากเกินไปจะไม่สะดวกสำหรับผู้สูงอายุที่มีความลำบากในการเคลื่อนไหว

2. ขนาดของบ้านเหมาะสมกับชีวิตของผู้สูงอายุหรือไม่ ถ้าหลังใหญ่เกินไปอาจแบ่งให้คนอื่นเช่าได้

3. แบบแปลนแผนผังของบ้าน และอุปกรณ์อำนวยความสะดวก เช่น บ้านที่อยู่สูงหรือมีหลายชั้นเกินไป ต้องเดินขึ้นบันไดไปยังส่วนต่างๆ ของบ้าน ไม่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ บริเวณและอุปกรณ์ห้องน้ำมีและอยู่ในที่ที่ใช้สะดวกหรือไม่ การระบายอากาศเป็นอย่างไร

4. การดูแลรักษาบ้าน ถ้ามีสวนใครจะดูแล มีค่าใช้จ่ายเพียงพอหรือไม่ มีงบประมาณ

สำหรับจ้างผู้ดูแลหรือไม่ เงื่อนไขเหล่านี้เป็นข้อพิจารณาว่าจะอยู่ในบ้านเดิมหรือย้ายไปอยู่ในที่อยู่ใหม่

5. ถ้าต้องการย้ายบ้านจะต้องทำตั้งแต่เนิ่นๆ จะได้มีเวลาปรับปรุงบ้านใหม่ให้เหมาะสมเพื่อจะได้อยู่นานๆ

6. จงอย่าคิดในทางที่เพ้อฝันมากเกินไป ยกตัวอย่างเช่น การย้ายจากเมืองไปอยู่ยังบ้านนอกเมืองที่เจียบสงบผู้สูงอายุอาจปรับตัวกับสภาพของภูมิอากาศได้ลำบาก ในที่สุดเมื่อลงทุนสร้างแล้วไม่ได้ไปอยู่

การอยู่ที่เก่า-ปรับปรุงบ้านเก่า ถ้าผู้สูงอายุไม่ต้องการย้ายบ้าน หรือไม่อยู่ในฐานะที่จะย้ายบ้านได้ ควรที่จะทำการปรับปรุงบ้านเก่าให้เหมาะสมกับที่ท่านต้องการ และเหมาะสมกับวัยที่เพิ่มขึ้น บ้านที่สะดวกสบายและอยู่ได้ง่ายๆ เป็นเรื่องที่ควรลงทุน เพื่อจะได้อยู่อย่างสบายในบั้นปลายชีวิต

ในการปรับปรุงบ้านเก่า มีข้อเสนอแนะดังนี้

1. ทำเท่าที่จะทำได้ เพื่อให้แน่ใจว่าผู้สูงอายุอยู่ได้ง่ายและปลอดภัย
2. ถ้าเป็นบ้านของผู้สูงอายุเอง อุปกรณ์เครื่องใช้ควรคิดถึงคุณภาพและประสิทธิภาพ สะดวกและประหยัดไฟฟ้า
3. พยายามปรับปรุง เปลี่ยนแปลง ซ่อมแซมตั้งแต่เนิ่นๆ ขณะที่ยังมีรายได้ ไม่ควรคาดหวังว่าผู้สูงอายุจะทำการเหล่านี้เองเมื่อถึงวัยเกษียณอายุ

และนายแพทย์บรรลุ ศิริพานิช ยังได้กล่าวถึงการเกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุว่า เมื่อทุกคนเข้าสู่วัยสูงอายุความว่องไวย่อมลดลง การตอบโต้ต่อสิ่งเร้าจะช้าลง การทรงตัว การได้ยิน การมองเห็น จะมีประสิทธิภาพลดลง มากไปกว่านั้นจะมีความพิการบางอย่างเกิดขึ้น เช่น กระดูกเปราะ บาดแผลหายช้า ตาพร่ามัว อุบัติเหตุมักเกิดขึ้นในช่วงนี้และรุนแรงกว่า การป้องกันอุบัติเหตุเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับผู้สูงอายุ อุบัติเหตุอาจเกิดได้หลายแห่งที่เกี่ยวข้องกับที่อยู่อาศัยสามารถแยกเป็นหัวข้อใหญ่ๆ ได้ดังนี้

อุบัติเหตุในบ้าน

1. การหกล้ม ในการป้องกันการหกล้มมีข้อเสนอแนะดังนี้
  - 1.1 เฟอร์นิเจอร์ในบ้านที่กีดขวางทางเดิน หรือเฟอร์นิเจอร์ที่ไม่มั่นคง เวลาจับเพื่อพยุงตัวอาจทำให้หกล้มได้ และไม่ควรเปลี่ยนแปลงที่ตั้งของเฟอร์นิเจอร์หรือสิ่งของในบ้าน โดยไม่บอกกล่าวแก่ผู้สูงอายุ และกระตุ้นเตือนให้ผู้สูงอายுவางสิ่งของในที่ๆ เคยวาง
  - 1.2 สายไฟจากปลั๊กหรือสวิตช์ไฟต่างๆ ที่วางบนพื้นอาจทำให้สะดุดหกล้มได้
  - 1.3 ธรณีประตู อาจทำให้สะดุดล้ม ถ้าจำเป็นต้องมีควรทาสีให้เห็นชัดเจน
  - 1.4 แสงไฟในที่ต่างๆ ต้องสว่างพอ โดยเฉพาะตรงทางเดินและบันได สวิตช์ไฟต้อง



- อยู่ใกล้ๆ ควรมีสวิตช์ไฟที่ส่วนบนสุดและล่างสุดของบันได และสวิตช์ที่ข้างประตูห้องทุกห้อง
- 1.5 เตียงนอนควรตั้งอยู่ในที่ที่ไปถึงได้โดยสะดวกแม้ในความมืด
  - 1.6 พื้นห้องไม่ว่าจะเป็นห้องนอน ห้องรับแขกพักผ่อน ห้องครัว ให้หลีกเลี่ยงการใช้วัสดุที่ลื่น
  - 1.7 ต้องแน่ใจว่าเสื่อหรือพรมเช็ดเท้าไม่ลื่น และขอบไม่สูงเกินไปเพราะอาจทำให้สะดุดได้
  - 1.8 ราวบันไดต้องติดตั้งอย่างมั่นคง ถ้าเป็นไปได้ควรมีราวบันไดทั้งสองข้าง
  - 1.9 บันไดที่เตี้ยๆ ควรเปลี่ยนเป็นทางลาด โดยเฉพาะบันไดที่ชัน
  - 1.10 ห้องน้ำเป็นที่ที่ผู้สูงอายุลื่นหกล้มกันมาก ต้องวางพรมหรือวัสดุกันลื่นในห้องน้ำ มีราวจับข้างอ่างน้ำหรือข้างห้องน้ำ สบู่ถ้าเป็นไปได้ควรผูกกับเชือก เพราะการก้มลงเก็บสบู่อาจทำให้ลื่นหกล้มได้
    - 1.11 หิ้งไม่ควรสูงเกินไปจนเอื้อมไม่ถึง อย่าเก็บของหนักบนหิ้งสูง
2. ไฟฟ้าช็อต
- 2.1 ตรวจสอบเครื่องใช้ไฟฟ้า สายไฟ ปลั๊ก หม้อแปลง หากเสียหายหรือชำรุดควรต้องซ่อมหรือเปลี่ยน
  - 2.2 ถ้าบ้านค่อนข้างเก่าต้องตรวจสอบสายไฟว่าจะต้องเปลี่ยนหรือไม่
3. แก๊สรั่ว-แก๊สระเบิด ต้องให้แน่ใจว่าถังแก๊สที่ใช้ประกอบอาหารได้วางในตำแหน่งที่ไม่สามารถติดไฟได้
4. การอยู่ในที่เย็นนานเกินไป ผู้สูงอายุมีปฏิกิริยาไวมากต่อความเย็น การได้รับความอบอุ่นไม่เพียงพอจะทำให้อุณหภูมิของร่างกายลดลงถึงอันตรายถึงชีวิต
- อุบัติเหตุนอกบ้าน
1. ถนนลื่น โดยเฉพาะหน้าฝนหรือพื้นที่ที่ชื้นแฉะ
  2. พื้นต่างระดับอาจทำให้หกล้มได้
  3. ถนนกว้างเกินไป ผู้สูงอายุอาจเื่องข้างจนข้ามถนนไม่ทัน
  4. แสงไฟตามทางเดินไม่พออาจทำให้ผู้สูงอายุมองเห็นไม่ชัดและเกิดอุบัติเหตุได้

### ความต้องการพื้นฐานในการใช้พื้นที่

ฝ่ายวิจัยการก่อสร้าง สถาบันวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (2522) ได้ทำการศึกษาเพื่อหาแนวทางในการกำหนดพื้นที่ภายในหน่วยพักอาศัยที่ต่ำที่สุด โดยการสำรวจจากผู้อยู่อาศัยในอาคารแบบแฟลตภายในเขตกรุงเทพมหานคร โครงการเคหะชุมชนดินแดง ห้วยขวาง ประชา นิเวศน์ และปอนไก่อ พบว่า ขนาดครัวเรือนเฉลี่ยของผู้อยู่อาศัยในอาคารแฟลตคือ 5 คน 6 คน 4 คน

และ 5 คน ตามลำดับ ขนาดครัวเรือนเฉลี่ยนี้เป็นตัวชี้ที่เด่นชัดตัวหนึ่งว่าขนาดหน่วยพักอาศัยดังกล่าวซึ่งมีพื้นที่ใช้สอยประมาณ 4 – 5 คน เพราะกลุ่มขนาดครัวเรือนกลุ่มนี้ จะมีทัศนคติที่ดีต่ออาคารแฟลต ในมาตรวัดกว้างขวาง สะดวกสบาย และเรียบร้อย ซึ่งเป็นมาตราประเมินอาคาร ส่วนขนาดครัวเรือนเฉลี่ยที่เกินกว่า 5 คน จะมีทัศนคติที่ไม่ดีต่ออาคารแฟลตในมาตรวัดเดียวกัน ดังนั้นการกำหนดพื้นที่ภายในหน่วยพักอาศัย ในครั้งนี้จะพิจารณาคำนิยามขนาดครัวเรือนเฉลี่ย ตามรายงานการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคม 2518-19 และแผนพัฒนาที่อยู่อาศัยของ กคช. 2525 – 2529 คือ 5.6 คน เป็นขนาดครัวเรือนเล็กสุด และขนาดครัวเรือนเฉลี่ยของผู้อยู่อาศัยใหญ่สุดคือ 6 (สำหรับในเขต กทม.) เป็นขนาดครัวเรือนที่นำมาพิจารณาในการออกแบบที่อยู่อาศัยสำหรับครอบครัวที่มีรายได้น้อย

### ความต้องการพื้นฐานในการใช้พื้นที่

อาคารชุดเป็นสภาพแวดล้อมหนึ่งที่รวมเอาหน่วยพักอาศัยหลายหน่วยเข้าด้วยกัน เพื่อให้เหมาะสมกับความต้องการบ้านพักอาศัยที่มีมาก ประกอบกับความไม่สามารถจ่ายของผู้ต้องการที่พักอาศัย งบประมาณในการลงทุน และนโยบายที่อยู่อาศัยสำหรับเมืองอาคารชุดจึงเกิดขึ้น

สำหรับการเคหะแห่งชาติ อาคารชุดยังไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานได้ไม่ครบถ้วน คือ ยังปรากฏปัญหาในการอยู่อาศัยต่างๆ มากมาย ดังนั้นเพื่อให้สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานให้ครบถ้วน ในการออกแบบอาคารชุดจึงคำนึงถึงความต้องการพื้นฐานในการใช้พื้นที่ดังต่อไปนี้

#### 1. ความต้องการทางด้านกายภาพ (Physiological needs)

1.1 ด้านตัวมนุษย์ คือหน่วยพักอาศัยต้องเหมาะสมต่อองค์ประกอบของตัวมนุษย์ คือ ไม่ร้อนเกินไป ไม่หนาวเกินไป ไม่ดังหรืออึกทึกเกินไป เป็นต้น

1.2 กายภาพมนุษย์ คือ หน่วยพักอาศัยต้องเหมาะสมกับขนาดของมนุษย์ เช่น ความสูง ความเตี้ย อ้วนหรือผอม ขนาดในอิริยาบถต่างๆ และต้องการพื้นที่ (Space) แบบใด

1.3 กิจกรรมประจำวันในหน่วยพักอาศัย คือ หน่วยพักอาศัยจะต้องสอดคล้องกับกิจกรรมเหล่านั้น และกิจกรรมเหล่านั้นต้องการองค์ประกอบ หรืออุปกรณ์ต่างๆ อย่างใด ช่วงเวลาใดที่ใช้ ใช้เวลามากน้อยเพียงใด กิจกรรมเหล่านั้นต้องการพื้นที่ แบบใด เป็นต้น

1.4 จำนวนสมาชิกที่ประกอบกิจกรรม คือ กิจกรรมต่างๆ นั้นมีสมาชิกหรือผู้ใช้มากน้อยกี่คน เป็นต้น

1.5 ความต้องการเหล่านี้จะเป็นตัวกำหนดขนาดพื้นที่ใช้สอยของอาคาร (กว้าง ยาว สูง) ลักษณะของอาคาร (โปร่ง โลง หรือทึบ) อุปกรณ์ที่จำเป็นสำหรับอาคาร (เครื่องเรือน ไฟฟ้า ประปา) รายละเอียดของพื้นที่ให้ดูในหัวข้อมาตรฐานพื้นที่ใช้สอย

#### 2. ความต้องการด้านจิตวิทยา (Psychological Needs)

เมื่อพิจารณามนุษย์ให้เป็นระบบ จะพบว่านอกเหนือจากระบบกายภาพมนุษย์แล้ว ระบบจิตใจเป็นส่วนสำคัญอีกส่วนหนึ่งที่กำหนดความต้องการที่จับต้องได้ยาก แต่เป็นความต้องการที่ใช้วัดผลสภาพแวดล้อมกายภาพว่าเหมาะสมกับผู้ใช้อย่างไร สามารถแบ่งระดับความต้องการทางด้านจิตวิทยาได้ดังนี้

1.1 ระดับตัวบุคคลต่อกายภาพ คือหน่วยพักอาศัยจะต้องตอบสนองต่อความต้องการด้านความปลอดภัย (Safety Needs) ทั้งทางกายและจิตใจ ความต้องการความมิดชิดเป็นสัดส่วนหรือส่วนตัว (Privacy needs) ตลอดจนความต้องการความมีระเบียบ งดงาม (Aesthetic Needs) เป็นต้น

1.2 ระดับกลุ่มบุคคลต่อกายภาพ คือ หน่วยพักอาศัยจะต้องตอบสนองต่อความต้องการด้านความปลอดภัยทางกายภาพ ความโอ่โถง ความงดงาม สามารถแสดงออกได้ เป็นที่จดจำและประทับใจ เป็นต้น

ความต้องการเหล่านี้ หากหน่วยพักอาศัยตอบสนองไม่เพียงพอจะทำให้ไม่สอดคล้องต่อการใช้สอยและพฤติกรรม ความต้องการเหล่านี้ยังนำไปใช้กำหนดคุณสมบัติของหน่วยพักอาศัยได้ รวมทั้งการจัดเตรียมอุปกรณ์ทางพฤติกรรม (Behavior Mechanism) ไว้ให้เพียงพอ เช่น ปลั๊ก สวิตช์ ให้อยู่ในตำแหน่งที่ต้องตอบสนองต่อกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม หรือการเปิดช่องว่างเพื่อให้เกิดการติดต่อทางท่าทาง (Non-Verbal) โดยไม่ต้องใช้เสียงในการติดต่อ เพราะสภาพแวดล้อมต้องการความสงบ หรือการจัดกายภาพให้อื้ออานวยต่อการติดต่อทางวาจา (Verbal) เพื่อก่อให้เกิดความใกล้ชิด เป็นต้น

### 3. ความต้องการทางด้านสังคม (Social needs)

เนื่องจากอาคารชุดเป็นอาคารที่รวมหน่วยพักอาศัยหลายหน่วยเข้าด้วยกัน จึงมีความจำเป็นต้องเสริมสร้างและตอบสนองความต้องการทางด้านสังคมในระดับการติดต่อขั้นพื้นฐาน (Primary Group Contact)

3.1 ระดับบุคคลต่อบุคคลหรือกลุ่ม คือ หน่วยพักอาศัยทั้งภายในและภายนอกควรให้อื้ออานวยให้มีพื้นที่พอเหมาะที่จะก่อให้เกิดการติดต่อสัมพันธ์กันได้ในระดับขั้นพักอาศัยเดียวกันจนถึงต่างชั้นกัน

3.2 ระดับกลุ่มต่อกลุ่ม คือ หน่วยพักอาศัยภายนอก ควรให้อื้ออานวยให้มีพื้นที่ที่พอเหมาะต่อกิจกรรมของกลุ่มนั้นๆ

ความต้องการเหล่านี้สามารถเสริมสร้างให้การออกแบบอาคารชุดประสบผลสำเร็จได้ เช่น การกำหนดตำแหน่งของบริเวณพักผ่อนหรือสังสรรค์การให้อยู่ในตำแหน่งที่ใกล้สวนสาธารณะ (Public Space) หรือที่มีคนผ่านไปมา มาก เช่น โถงบันได หรือลิฟต์ ทางเดินร่วมหน้าห้องพักอาศัย หรือการกำหนดตำแหน่งของบริเวณบริการเช่น ครีว ชักล้าง ให้อยู่ในตำแหน่งที่ใกล้สวน

สาธารณะ หรือการเพิ่มมาตรฐานพื้นที่ของทางเดินหน้าหน่วยพักอาศัย หรือเฉลียงให้กว้างขึ้นให้เพียงพอต่อกิจกรรมต่างๆได้

### มาตรฐานพื้นที่ใช้สอยของที่อยู่อาศัย

1. ส่วนพื้นที่ใช้สอยในชีวิตประจำวัน โดยทั่วไปหน่วยพักอาศัย แต่ละหน่วยจะแบ่งพื้นที่ใช้สอยออกเป็น 2 ส่วน เพื่อใช้สำหรับกิจกรรมในชีวิตประจำวัน คือ

1.1 ส่วนมิดชิด (Private Area) เพื่อใช้สำหรับนอน และทำความสะอาดร่างกาย

1.2 ส่วนอเนกประสงค์ (Multipurpose Area) เพื่อใช้สำหรับรับแขก พักผ่อน รับประทานอาหาร และประกอบอาหาร

2. ขนาดพื้นที่ใช้สอยต่ำสุด จะต้องมีความไม่น้อยกว่าที่ระบุดังต่อไปนี้

หน่วยพักอาศัยแต่ละหน่วยที่ประกอบด้วยห้องนอน พื้นที่รวม สำหรับพักผ่อนรับประทานอาหาร คริว ห้องน้ำ ส้วม พื้นที่รวมของแต่ละหน่วยพักอาศัยสำหรับครอบครัวขนาด 5 คน จะต้องไม่ต่ำกว่า 33.00 ตารางเมตร โดยมีรายละเอียด ดังนี้

2.1 ห้องนอนภายในหน่วยพักอาศัย ให้มีส่วนกว้างหรือยาวไม่ต่ำกว่า 2.50 เมตร กับรวมเนื้อที่พื้นที่ทั้งหมดไม่น้อยกว่า 9.00 ตารางเมตร สำหรับส่วนที่ใช้นอน ซึ่งไม่ได้กันเป็นห้องให้มีเนื้อที่พื้นที่ไม่น้อยกว่า 5.76 ตารางเมตร

2.2 ส่วนที่ใช้สำหรับ รับแขก พักผ่อน ทานอาหาร ให้มีส่วนกว้างหรือยาวไม่ต่ำกว่า 2.40 เมตร กับรวมเนื้อที่พื้นที่ทั้งหมดไม่น้อยกว่า 13.00 ตารางเมตร ในกรณีที่แยกพื้นที่ใช้สอยให้ส่วนที่ใช้ทานอาหารมีเนื้อที่ไม่น้อยกว่า 7.50 ตารางเมตร และส่วนที่ใช้รับแขก - พักผ่อน ให้มีเนื้อที่ไม่น้อยกว่า 11.20 ตารางเมตร

2.3 คริว หรือส่วนที่ใช้ประกอบอาหาร มีพื้นที่ไม่น้อยกว่า 4.32 ตารางเมตร

2.4 ห้องน้ำ - ส้วม ต้องมีขนาดเนื้อที่ภายในไม่น้อยกว่า 1.50 ตารางเมตร หรือถ้าเป็นห้องส้วมแยกเดี่ยว ต้องมีพื้นที่ภายในไม่น้อยกว่า 0.90 ตารางเมตรและห้องน้ำแยกเดี่ยว ต้องมีพื้นที่ภายในไม่น้อยกว่า 1.08 ตารางเมตร ทั้งนี้ความกว้างภายในจะต้องไม่น้อยกว่า 0.90 เมตร

2.5 ส่วนที่ใช้เป็นระเบียง ชักล้าง และตากผ้า ควรมีขนาดเนื้อที่ พื้นไม่น้อยกว่า 2.16 ตารางเมตร

3. ความสูงของเพดาน ความสูงจากพื้นถึงเพดานของพื้นที่อยู่อาศัย จะต้องไม่น้อยกว่า 2.40 เมตร และในที่ซึ่งเพดานมีความเอียงลาด ส่วนต่ำสุดของเพดานวัดจากพื้นต้องไม่น้อยกว่า 2.40 เมตร ส่วนใดที่เพดานสูงน้อยกว่ากำหนด ไม่นับพื้นที่ส่วนนั้นรวมเป็นพื้นที่อยู่อาศัยต่ำสุดที่ต้องการ

4. ปริมาตร ปริมาตรของที่อยู่ต่อคนจะต้องไม่น้อยกว่า 8.5 – 10 ลูกบาศก์เมตร โดยนับรวมห้องที่อยู่อาศัยทั้งหมด

5. การรับแสงธรรมชาติ ช่องเปิดหรือช่องกระจกให้แสงธรรมชาติผ่านได้ขนาดเล็กที่สุดจะต้องมีพื้นที่รวมกันไม่น้อยกว่าร้อยละ 20 ของพื้นที่ ห้องนั้นๆ

6. การระบายอากาศ เพื่อให้มีการระบายอากาศ ได้โดยธรรมชาติของส่วนต่างๆ ทั้งพื้นที่อยู่อาศัย และพื้นที่โครงสร้าง เช่น ห้องนอน ห้องรับแขก พักผ่อน ห้องอาหาร ครั้ว ห้องน้ำ ล้วนพื้นที่ได้หลังคา ทั้งนี้ เพื่อความสบายของการอยู่อาศัย ลดความอับชื้น และความร้อนของโครงสร้างอันจะทำให้เกิดมดุงได้

การระบายอากาศของพื้นที่อยู่อาศัยห้องนอนหรือห้องที่ใช้พักอาศัยในอาคาร ควรมีช่องประตู และหน้าต่างเป็นเนื้อที่รวมกัน ไม่น้อยกว่าร้อยละ 20 ของพื้นที่ ห้องนั้นๆ (ข้อบัญญัติ กทม. กำหนดไว้ร้อยละ 10) โดยไม่รวมนับส่วนประตูหรือหน้าต่างอันติดต่อกับห้องอื่น

การระบายอากาศของพื้นที่ที่ไม่ใช่อยู่อาศัย

6.1 การระบายอากาศห้องหลังคา และเนื้อที่เหนือเพดาน ต้องจัดให้มีทางลมผ่านตลอด มีขนาดเท่ากับร้อยละ 5 ของพื้นที่เพดาน ในกรณีที่ใช้ห้องหลังคาเป็นที่อยู่อาศัย จะต้องจัดให้มีการระบายอากาศเช่นเดียวกับพื้นที่อยู่อาศัย

6.2 การระบายอากาศของบันได ต้องจัดให้มีช่องระบายอากาศ โดยมีพื้นที่ระบายอากาศน้อยที่สุด 0.1 ตารางเมตรต่อชั้นใน

6.3 กรณีห้องน้ำและห้องครั้ว ไม่มีช่องระบายอากาศออกสู่ภายนอกต้องจัดให้มีปล่องหรือช่องที่สามารถทำให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก

7. ประตู เพื่อจัดให้มีช่องเปิดที่มีขนาดเพียงพอสำหรับการใช้สอย ประตูควรมีขนาดดังนี้

7.1 ประตูภายนอก

ตารางที่ 2.1 แสดงขนาดของประตูภายนอกห้องพักอาศัย

ชนิดของประตู	ความกว้าง (ม.)	ความสูง (ม.)
ประตูทางเข้า	0.90	2.00
ประตูบริการ	0.80	2.00

## 7.2 ประตูกายใน

ตารางที่ 2.2 แสดงขนาดของประตูกายนอกห้องพักอาศัย

ชนิดของประตู	ความกว้าง (ม.)	ความสูง (ม.)
ประตูห้องนอน	0.80	2.00
ประตูห้องครัว	0.80	2.00
ประตูห้องน้ำ - ส้วม	0.60	1.80
ประตูเสื้อผ้า เก็บของ	0.70	2.00 หรือ 1.80

8. ความรโหฐาน การจัดให้มีความรโหฐานในอาคารต้องจัดให้มีความเหมาะสมกับสภาพความเป็นอยู่และความต้องการประโยชน์ใช้สอย การกำหนดช่องแสงหรือ ช่องเปิดสู่ภายนอก จะต้องพิจารณาจากความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะการจัดเนื้อที่ภายในอาคาร และสิ่งแวดล้อมภายนอก

9. การจัดห้อง การจัดห้องจะต้องจัดให้มีทางเข้าออกที่สะดวก และเหมาะแก่ผู้อยู่อาศัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการติดต่อจากภายในจากส่วนพักอาศัยไปยัง ส่วนพักอาศัยอื่นๆ จะต้องไม่ผ่านห้องนอน หรือห้องน้ำ - ส้วม หรือจากห้องนอนไปยังห้องน้ำ - ส้วม จะต้องไม่ผ่านห้องนอนอื่นๆ

10. วัสดุก่อสร้าง การเลือกใช้วัสดุก่อสร้างทั่วไป จะต้องพิจารณาดังต่อไปนี้

10.1 ควรเป็นวัสดุที่หาได้ง่ายโดยทั่วไปในทุกภาคของประเทศไทย

10.2 ควรเป็นวัสดุที่ราคาถูก และมีการผลิตออกจำหน่ายเป็นจำนวนมาก

10.3 ควรเป็นวัสดุที่ใช้ประกอบเป็นโครงสร้าง หรือส่วนอื่นๆ ของอาคารได้โดยวิธีที่สะดวก ง่ายและรวดเร็ว

10.4 ควรเป็นวัสดุที่มีความแข็งแรง และทนทานต่อลมฟ้าอากาศ และภัยธรรมชาติต่างๆ ที่มีในประเทศไทยอย่างน้อยระยะเวลาประมาณ 15 - 20 ปี

10.4 ควรเป็นวัสดุที่มีขนาดสอดคล้องกับการออกแบบตามระบบประสานทางพิกัด (Modular System) เพื่อนำไปใช้ได้ทั้งหมดโดยไม่เหลือเศษ

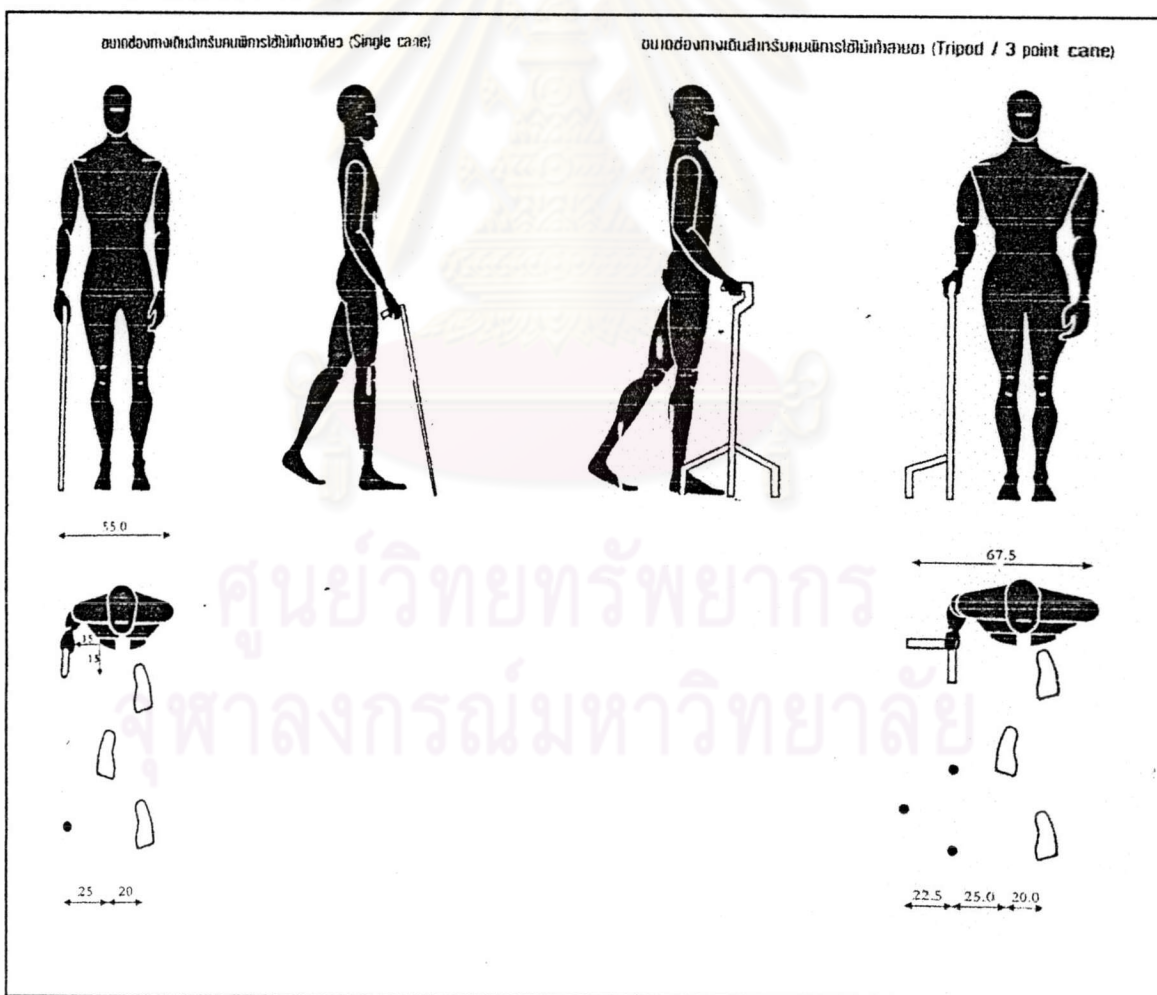
10.5 วัสดุก่อสร้างที่นำมาใช้ในการก่อสร้างอาคารควรมีคุณภาพ ตามที่สำนักงานมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรมได้กำหนดไว้

## การออกแบบภายในอาคารสำหรับผู้สูงอายุ

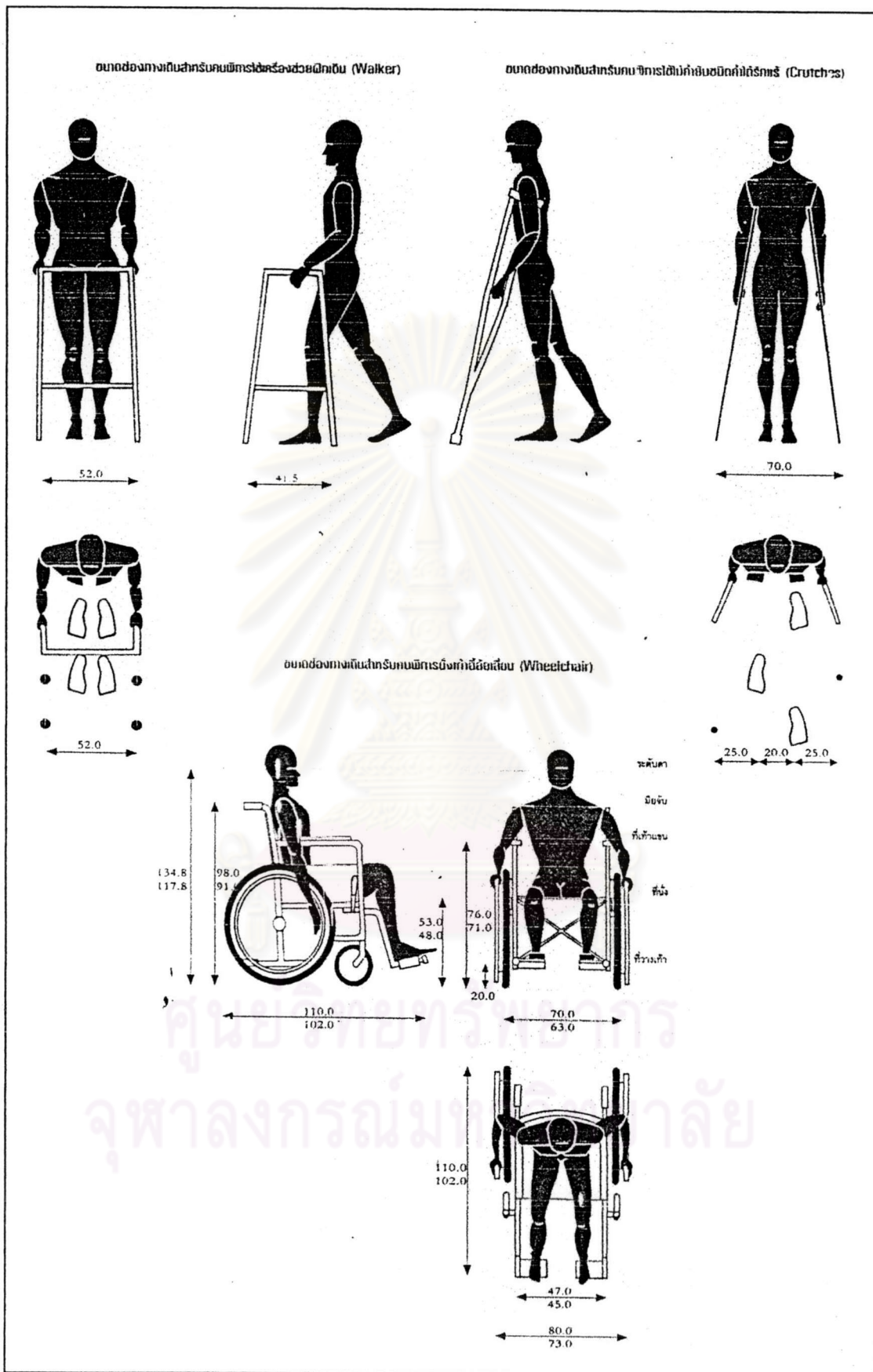
องค์กรอนามัยโลกได้นิยามศัพท์หรือคำจำกัดความเกี่ยวกับความพิการไว้ดังนี้คือ ความพิการหมายถึง ความบกพร่อง (Impairment) หรือการไร้ความสามารถ (Disability) ความบกพร่อง หมายถึง การสูญเสียหรือความผิดปกติของโครงสร้างด้านการทำงานของจิตใจ ร่างกาย หรือสรีระ การไร้ความสามารถ หมายถึง การจำกัดหรือการขาดสมรรถภาพที่จะทำกิจกรรมใดซึ่งถือว่าเป็นปกติวิสัยของมนุษย์ที่ควรทำได้ สำหรับผู้สูงอายุที่มีความเจ็บป่วยหรืออายุมากจนไม่สามารถเคลื่อนไหวได้สะดวกหรือต้องใช้เครื่องมือช่วยในการเคลื่อนไหวก็จัดได้ว่าเป็นความพิการเช่นเดียวกัน

จากการศึกษาของนวนลน้อย บุญวงษ์ และนันทินี เนียมทรัพย์ (2542) เกี่ยวกับการออกแบบภายในอาคารเพื่อคนพิการ ได้เสนอแนวทางการออกแบบสำหรับคนพิการ (ของคนไทย) ไว้ ดังนี้

### 1. การยืน-การเดิน



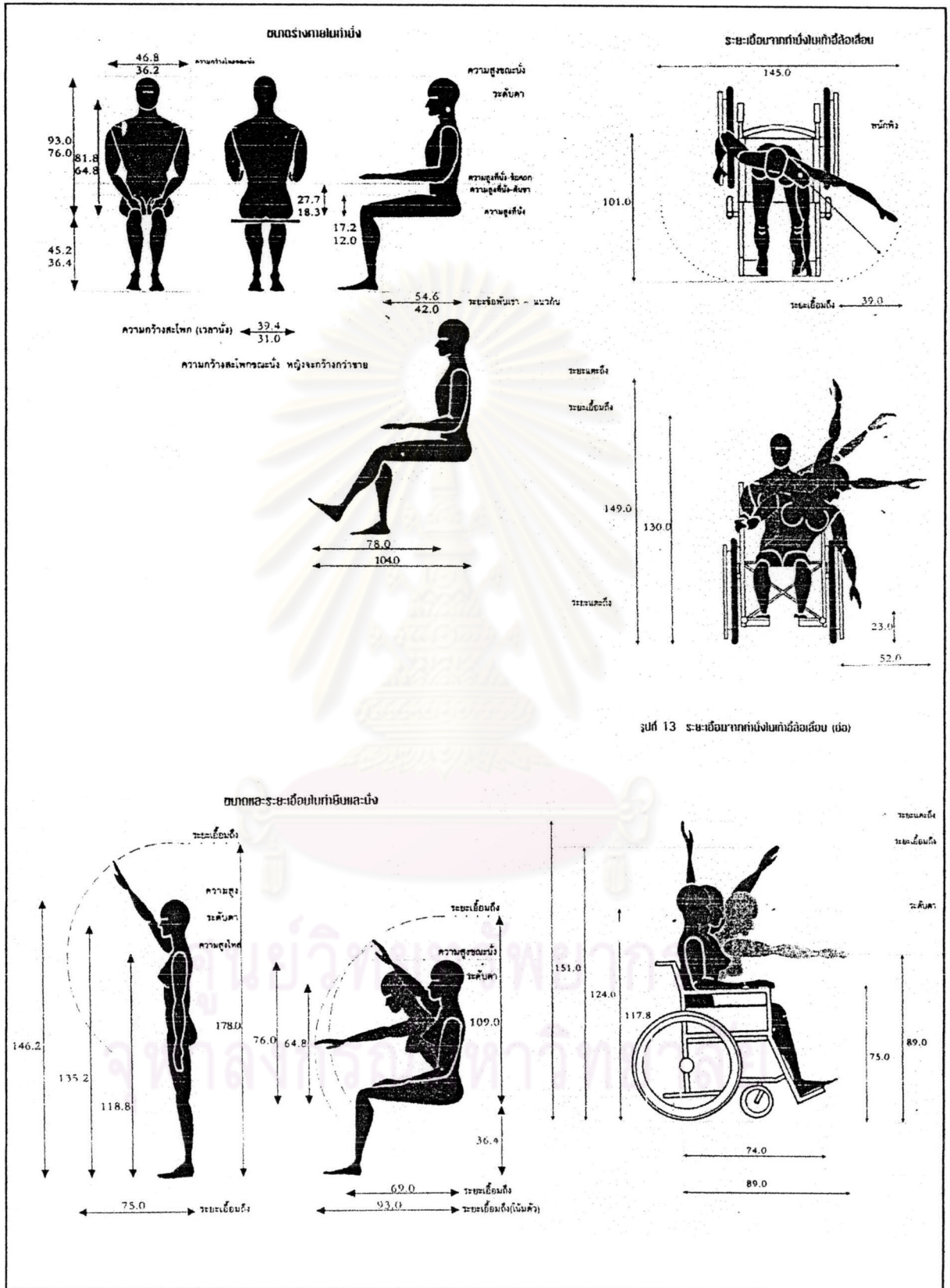
รูปที่ 2.1 แสดงขนาดของทางเดินสำหรับผู้พิการใช้ไม้เท้าขาเดียวและไม้เท้าสามขา



รูปที่ 2.2 แสดงขนาดของทางเดินสำหรับคนพิการใช้ Walker ค้ำยัน และเก้าอี้ล้อเลื่อน

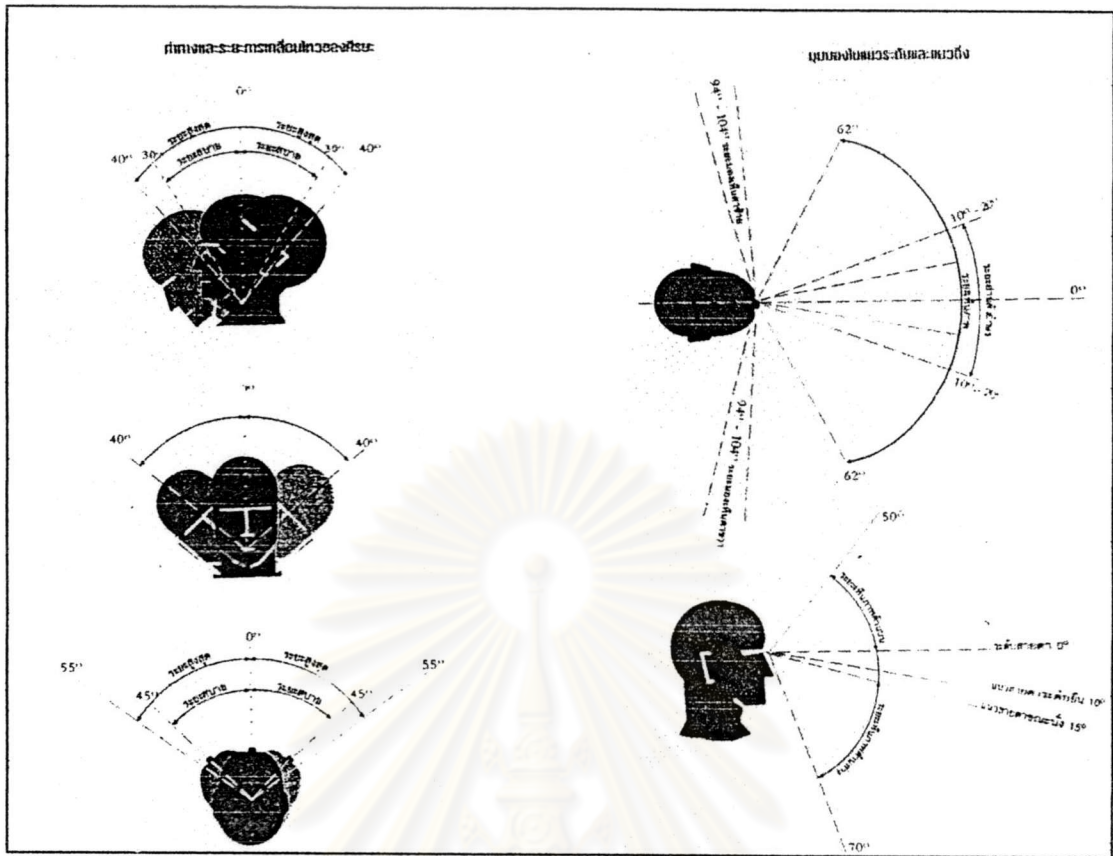


2. การนั่ง และการเอื้อม



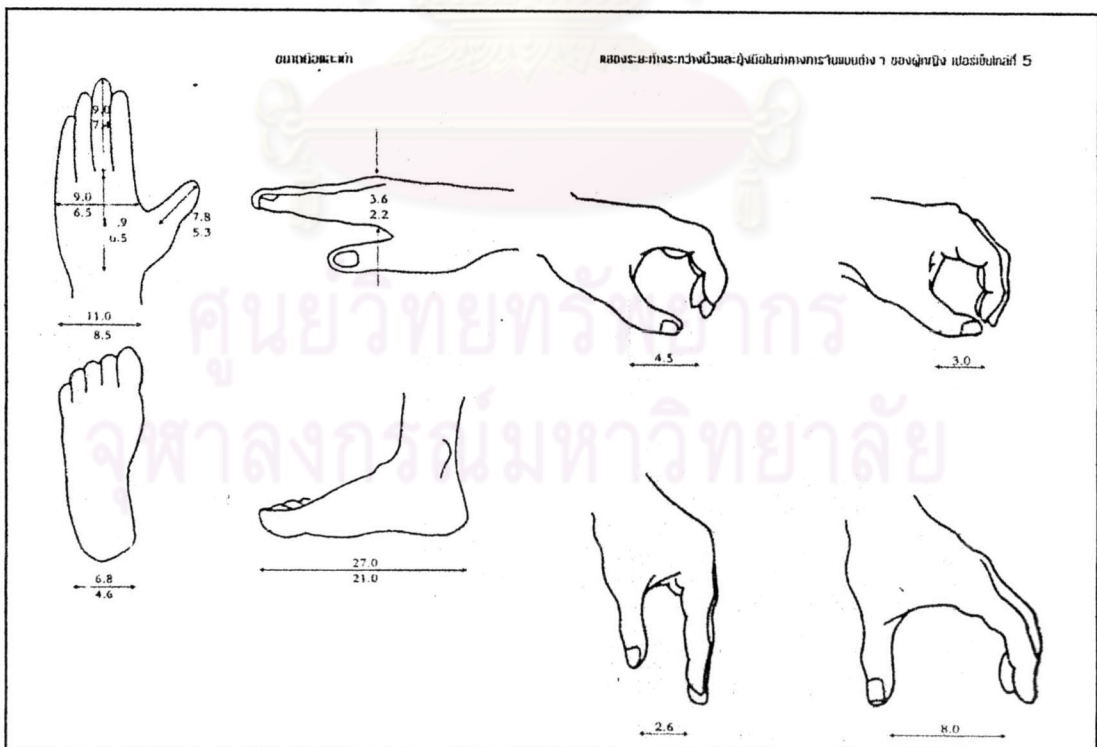
รูปที่ 13 ระยะเอื้อมมากที่ข้อมือข้อศอก (ต่อ)

รูปที่ 2.3 แสดงขนาดของท่าทางการนั่ง และระยะเอื้อมถึง



รูปที่ 2.4 แสดงมุมของการมองเห็น

3. ขนาดของมือและเท้า

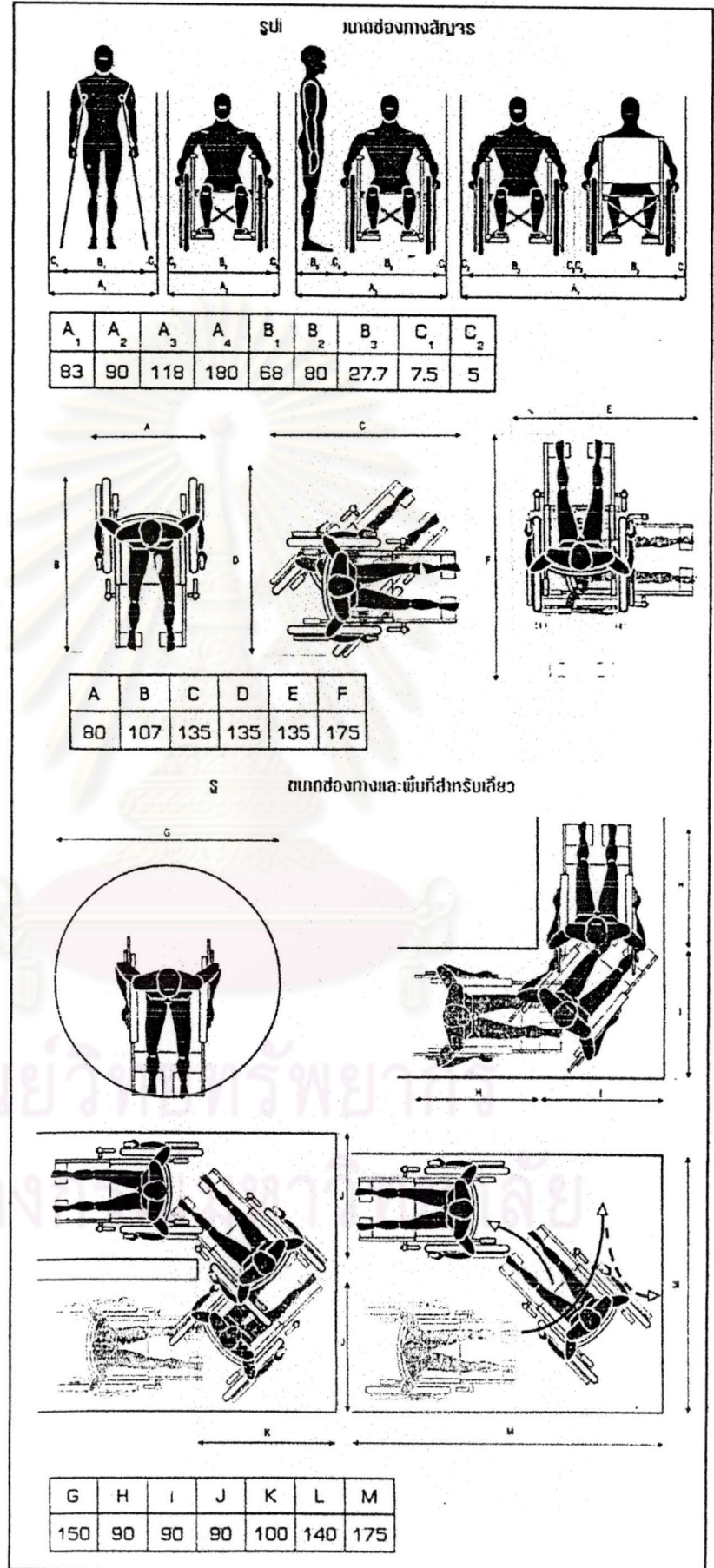


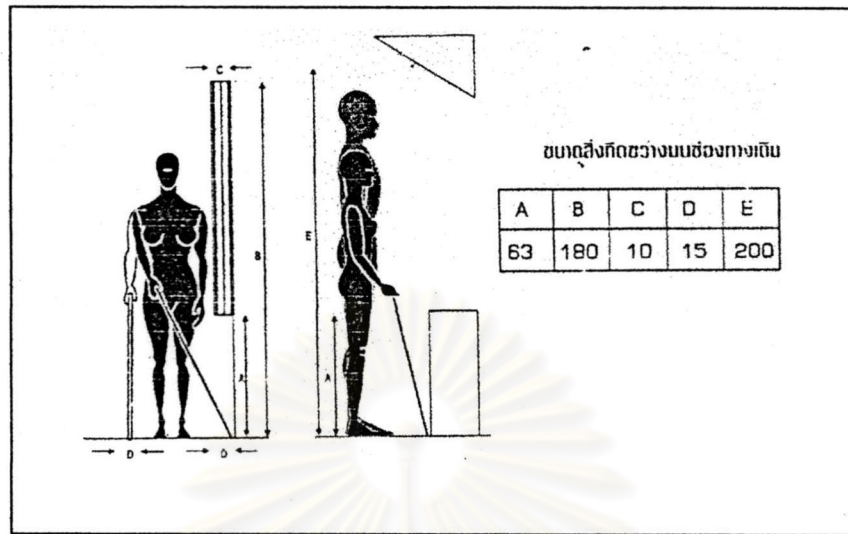
รูปที่ 2.5 แสดงขนาดของมือและเท้า

แนวทางการออกแบบองค์ประกอบพื้นฐาน

1. ช่องทางสัญจร

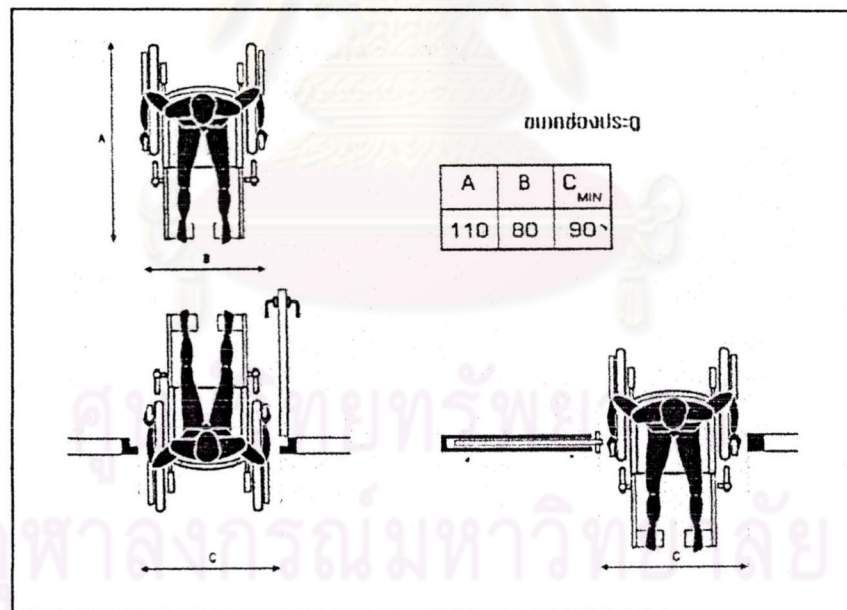
รูปที่ 2.6 แสดงขนาดของ  
ช่องทางสัญจร



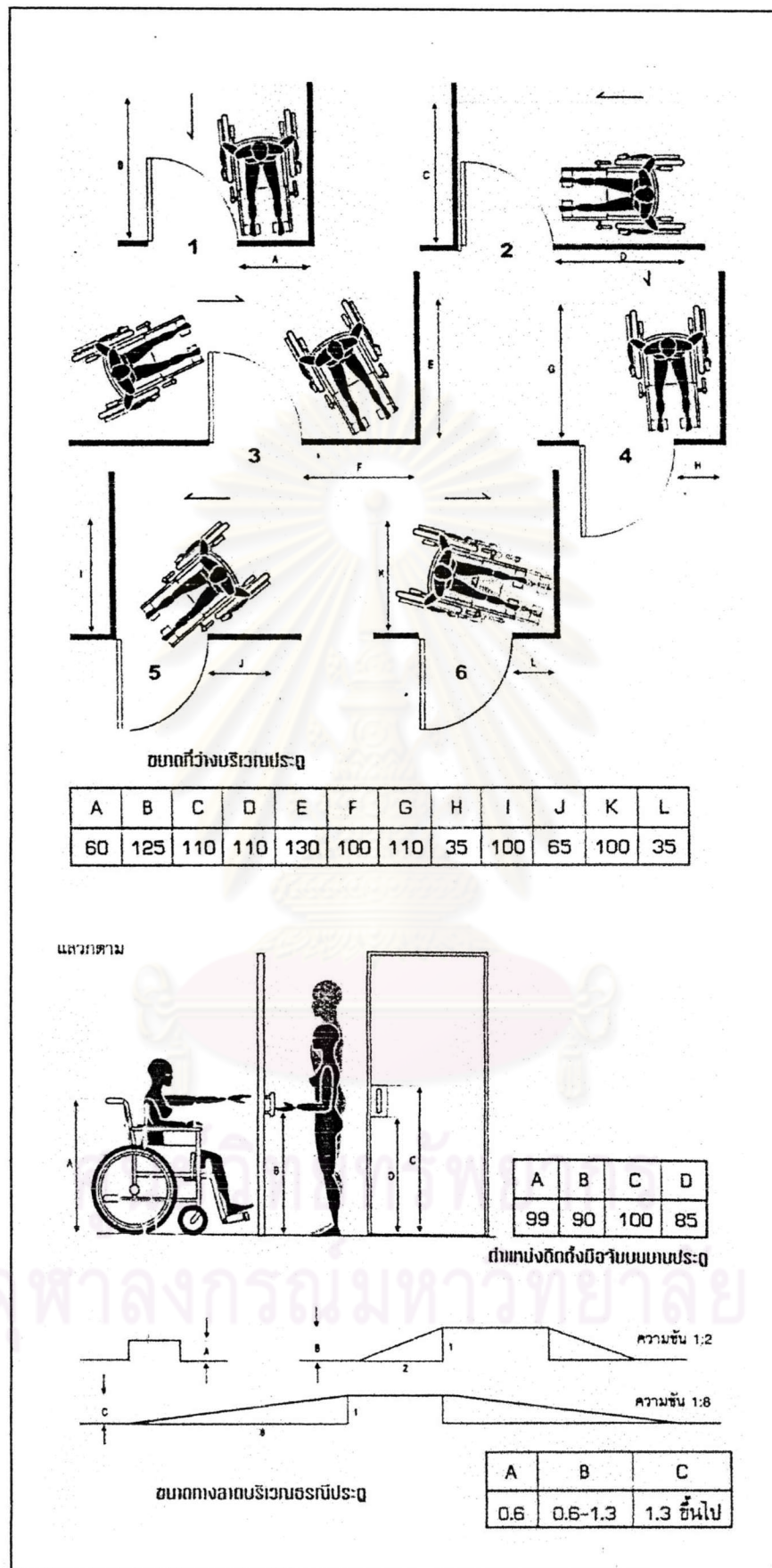


รูปที่ 2.7 แสดงขนาดสิ่งกีดขวางบนช่องทางเดิน

## 2. ทางเข้าและประตู

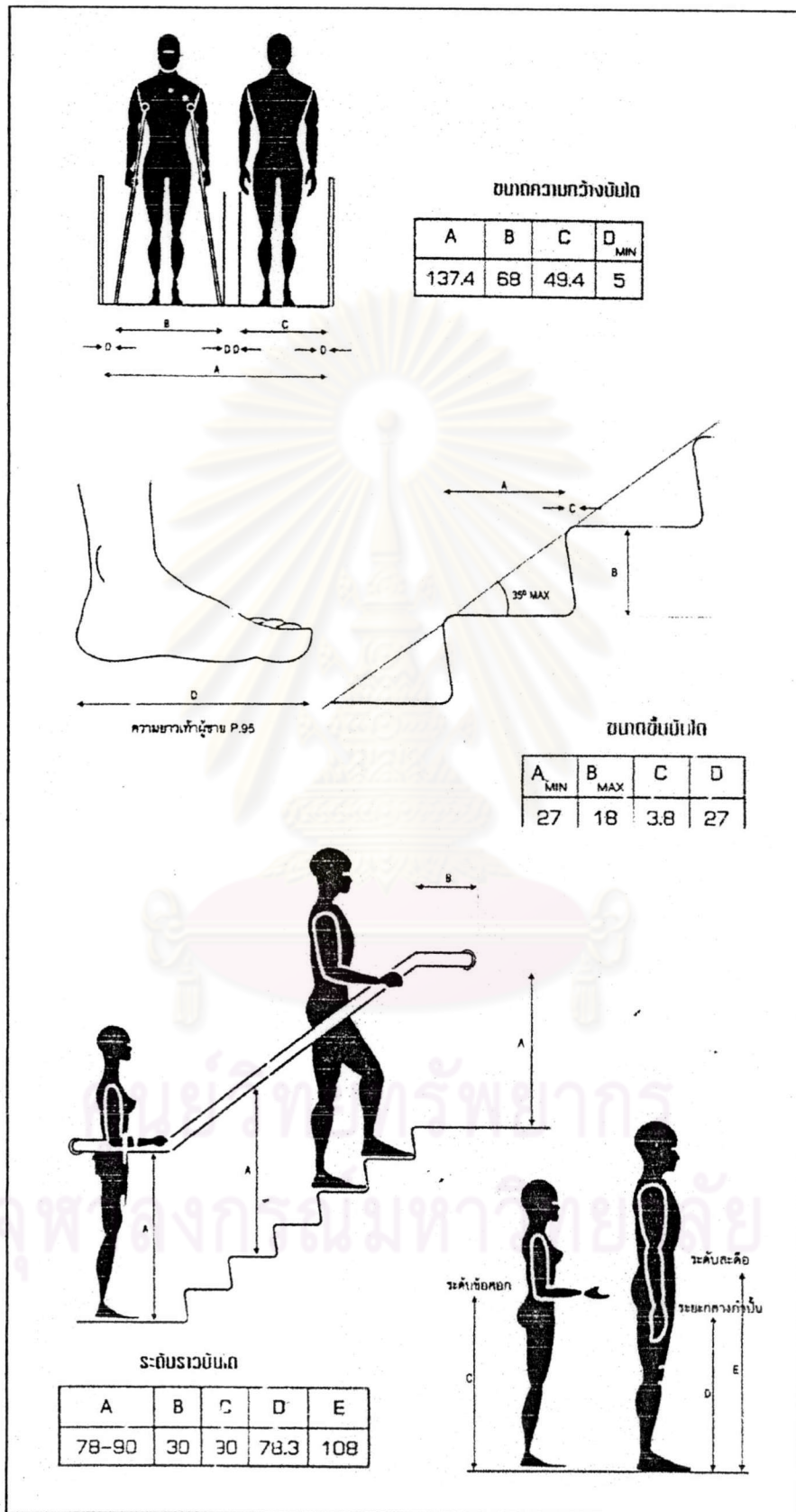


รูปที่ 2.8 แสดงขนาดช่องประตู



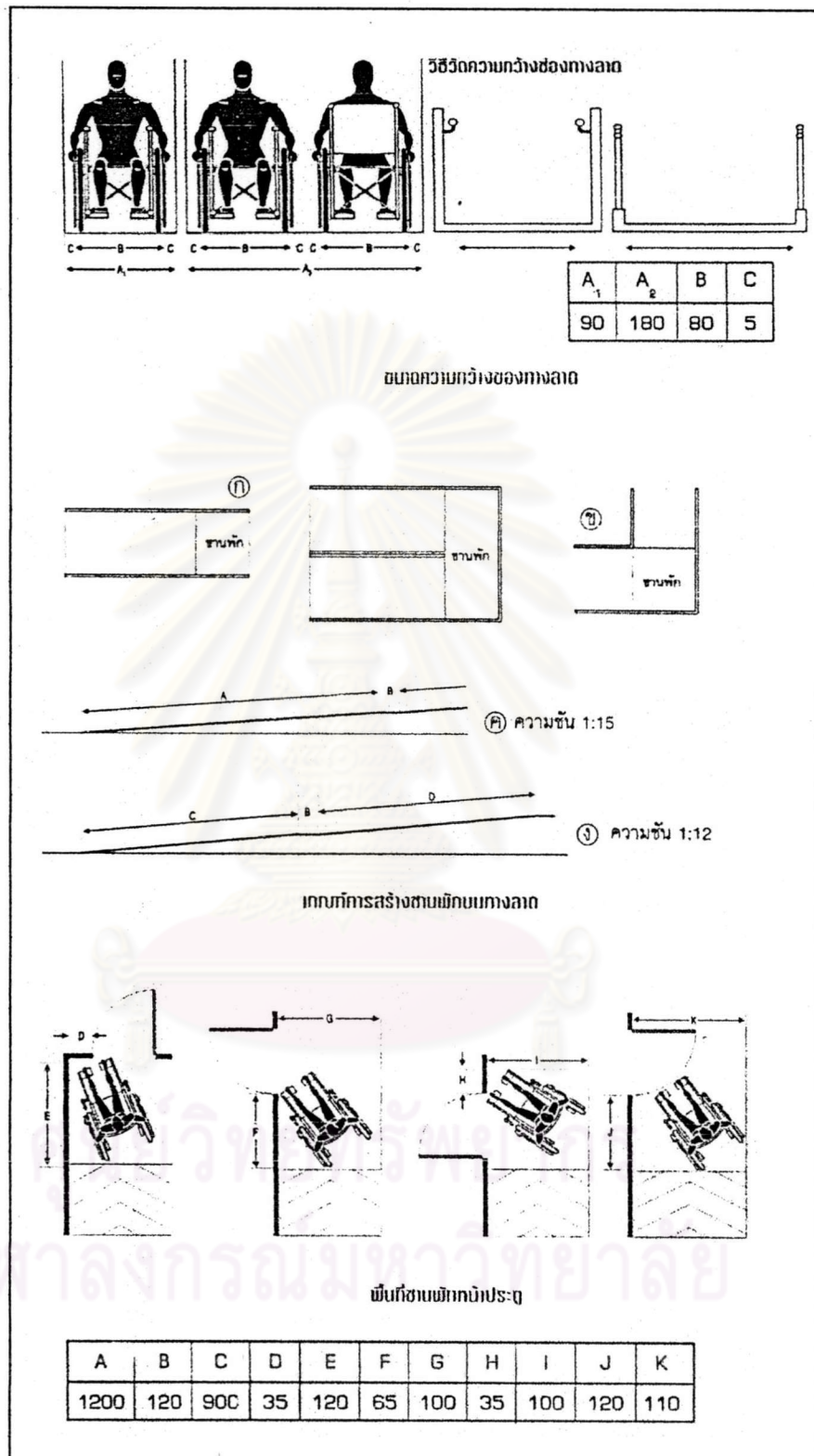
รูปที่ 2.9 แสดงขนาดที่ว่างบริเวณประตู ตำแหน่งติดตั้งมือจับ และขนาดทางลาดบริเวณประตู

3. บันได

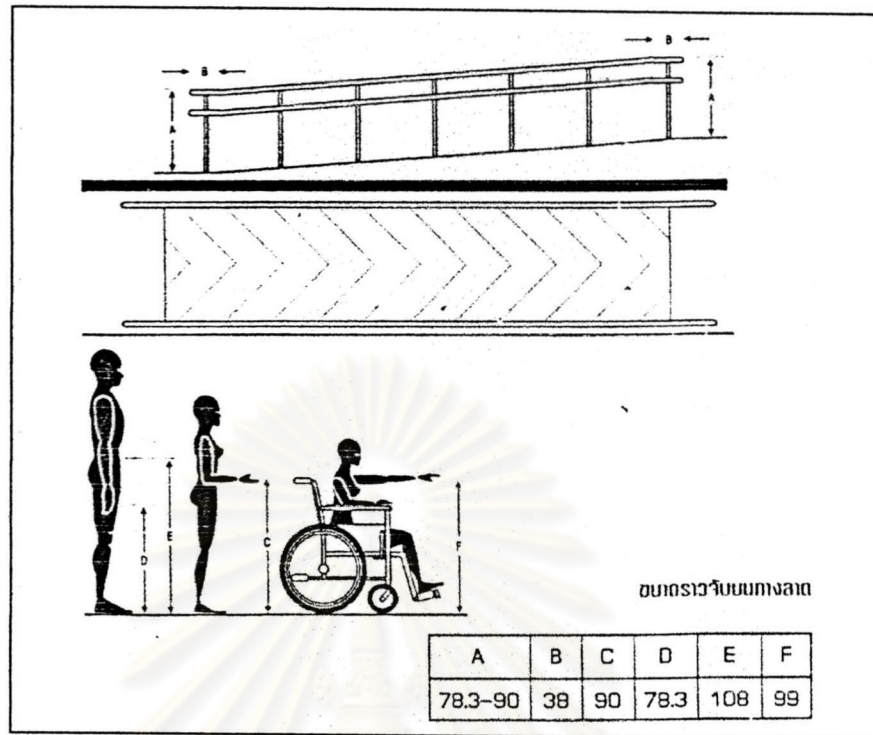


รูปที่ 2.10 แสดงขนาดความกว้างบันได และระดับราวบันได

4. ทางลาด

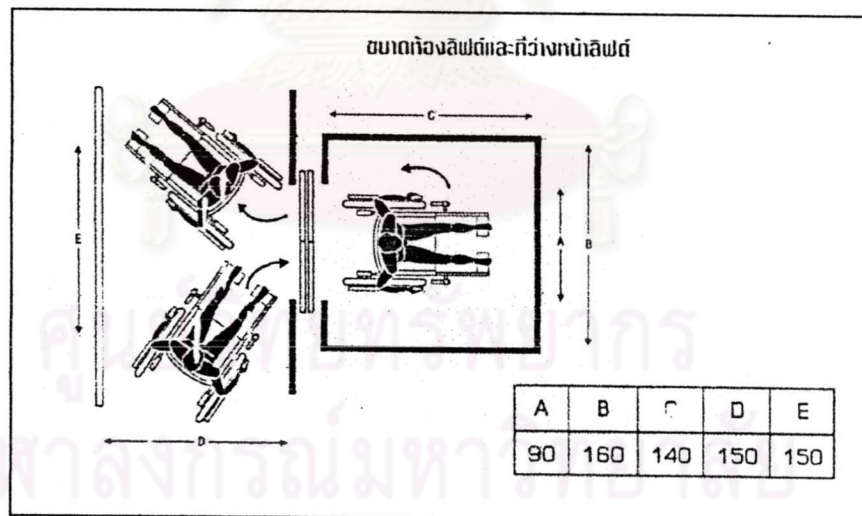


รูปที่ 2.11 แสดงขนาดทางลาดและเกณฑ์การสร้างทางลาด



รูปที่ 2.12 แสดงขนาดราวจับบนทางลาด

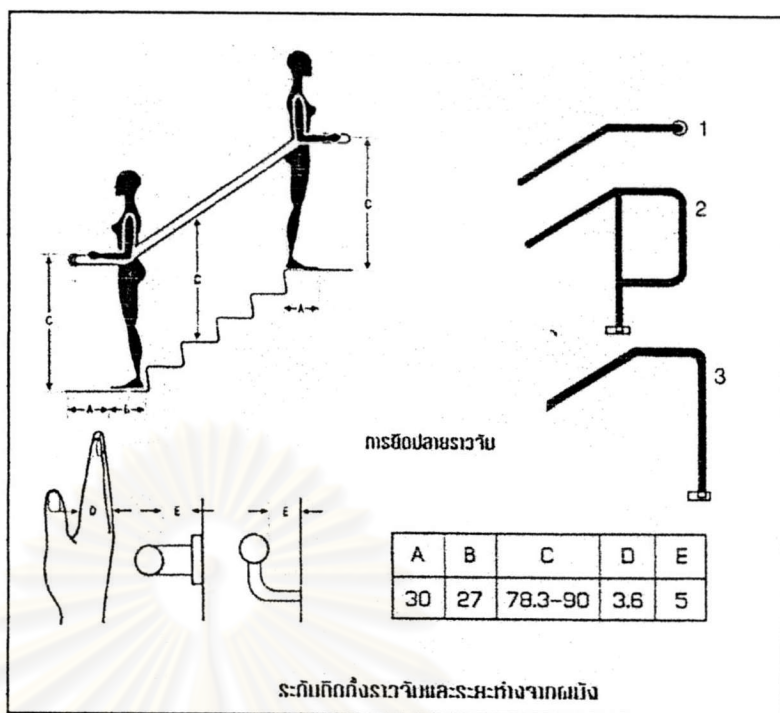
## 5. ลิฟต์



รูปที่ 2.13 แสดงขนาดห้องลิฟต์และที่ว่างหน้าลิฟต์

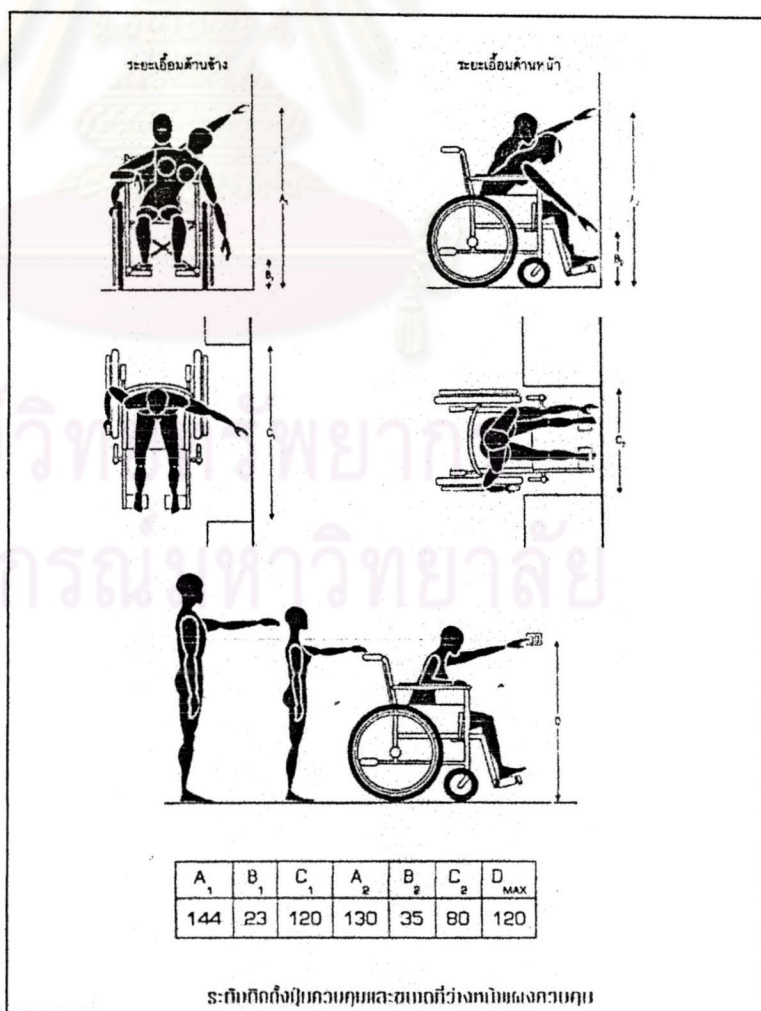


6. ราวจับ ราวกัน



รูปที่ 2.14 แสดงระดับติดตั้งราวจับและระยะห่างจากผนัง

7. แผงควบคุม สวิตช์ กลไกควบคุม ปุ่มควบคุม

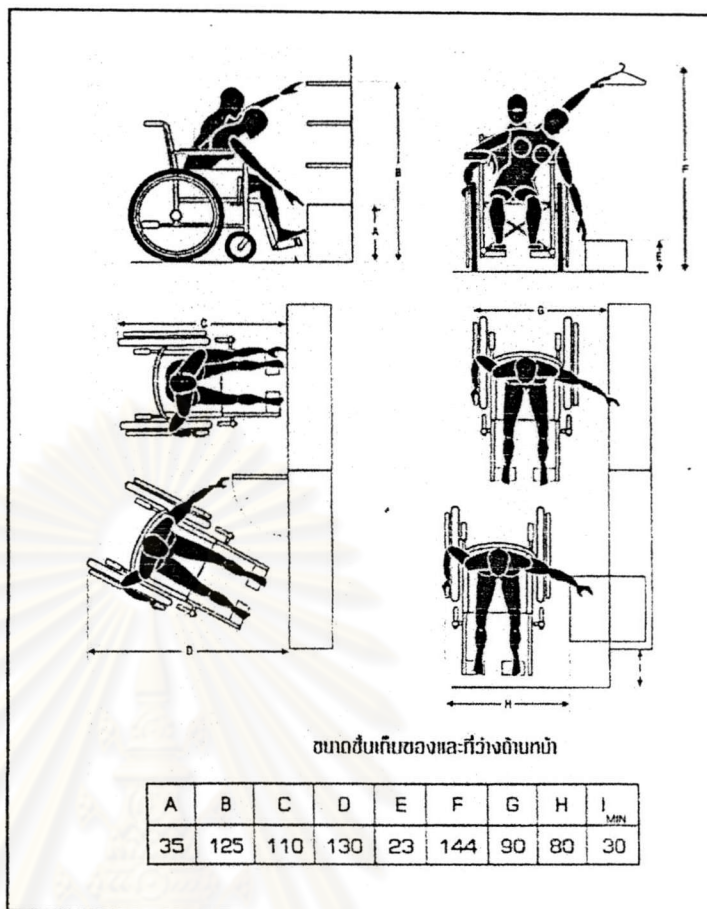


รูปที่ 2.15 แสดงระดับติดตั้ง

ปุ่มควบคุม และขนาด

ที่ว่างหน้าแผงควบคุม

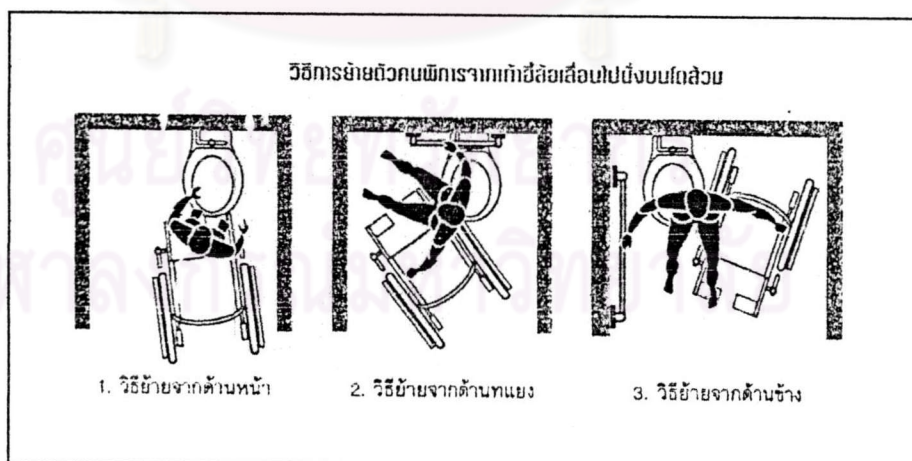
8. ที่เก็บของ



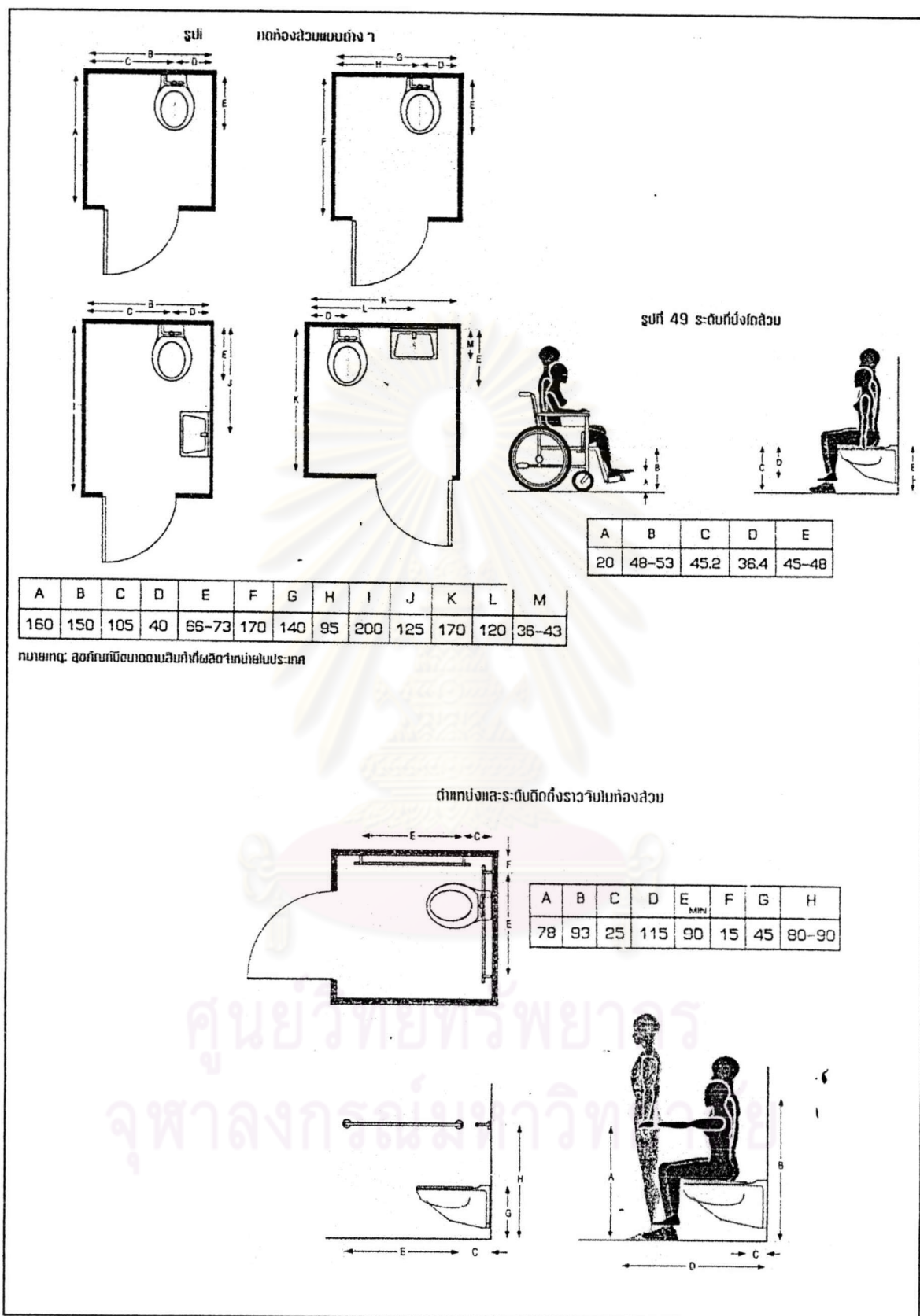
รูปที่ 2.16 แสดงขนาดชั้นเก็บของและที่วางด้านหน้า

แนวทางการออกแบบพื้นที่ใช้งาน

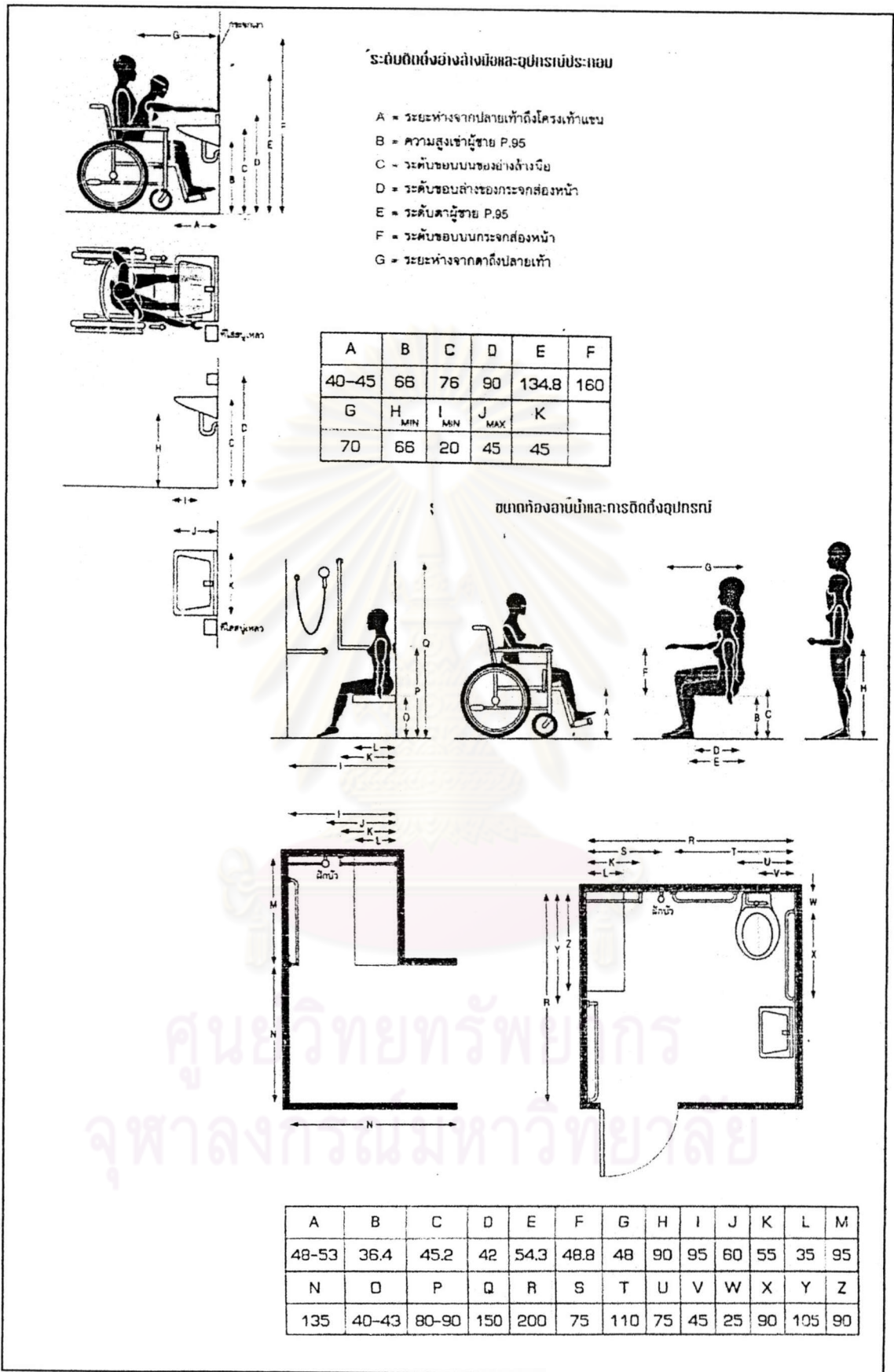
1. ห้องน้ำ-ส้วม



รูปที่ 2.17 แสดงวิธีการย้ายตัวของคนพิการจากเก้าอี้ล้อเลื่อนไปยังบนโถส้วม

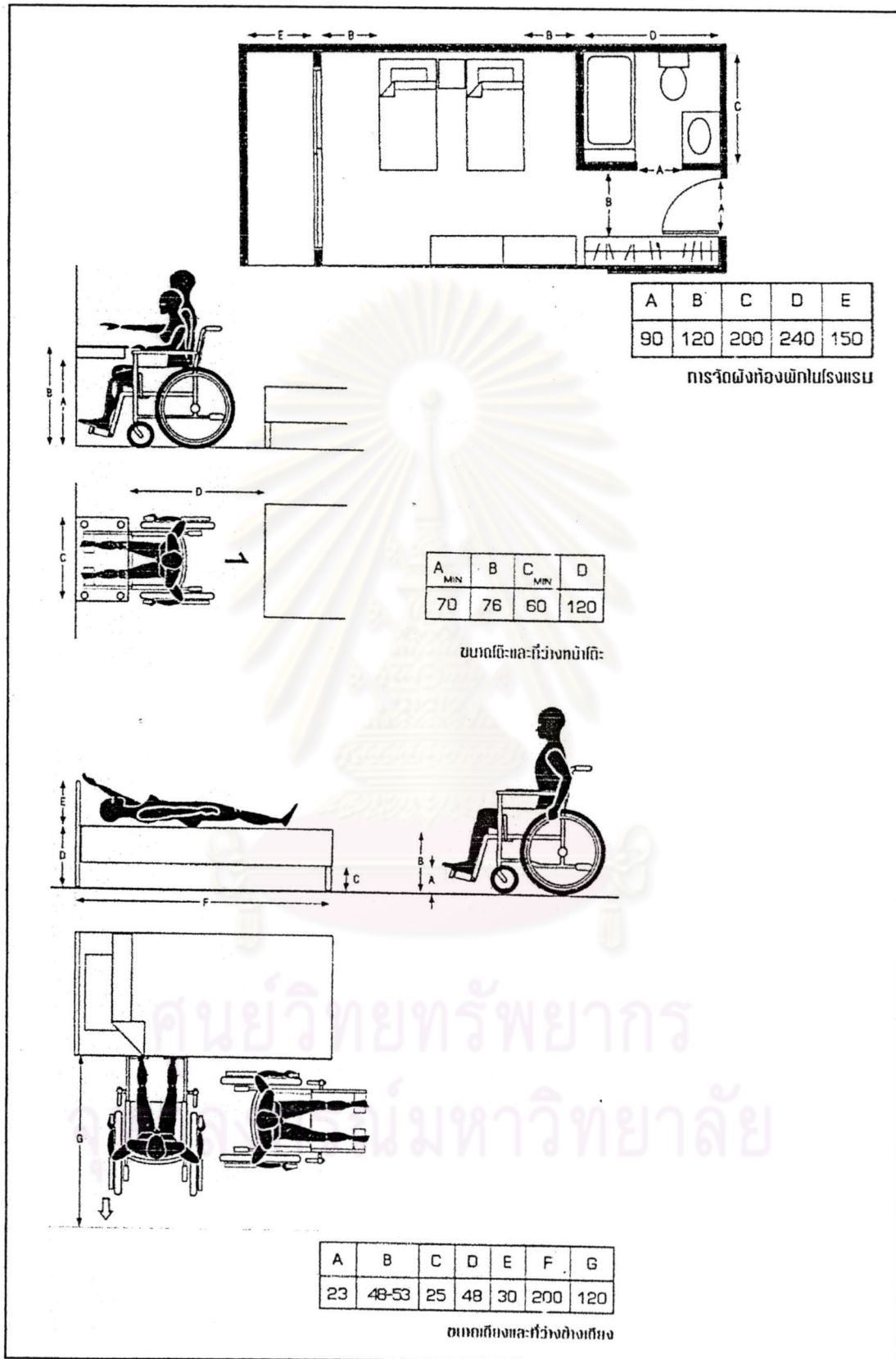


รูปที่ 2.18 แสดงขนาดของส้วม ระดับที่นั่งของส้วม และระยะการติดตั้งราวจับในห้องส้วม

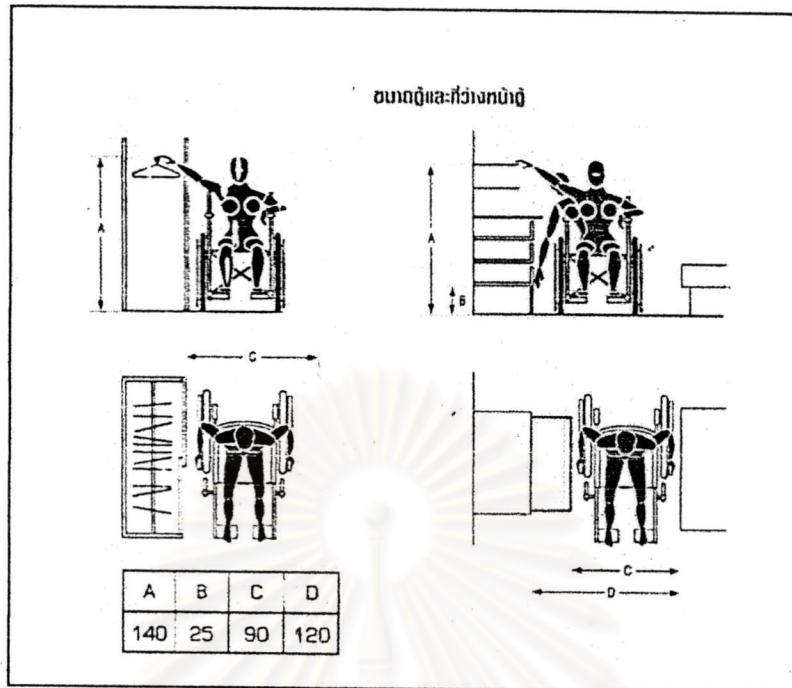


รูปที่ 2.19 แสดงระดับติดตั้งอ่างล้างหน้า ขนาดห้องอาบน้ำและการติดตั้งอุปกรณ์

2. ห้องพัก

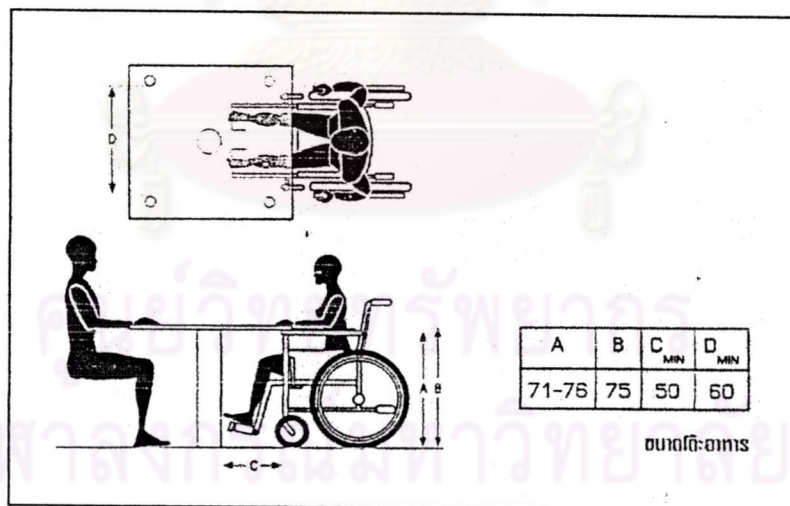


รูปที่ 2.20 แสดงการจัดผังห้องพักในโรงแรม ขนาดเตียงและที่ว่างข้างโต๊ะหรือเตียง



รูปที่ 2.21 แสดงขนาดตู้และที่วางหน้าตู้

3. พื้นที่รับประทานอาหาร



รูปที่ 2.22 แสดงขนาดโต๊ะอาหาร

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

**สุทธิพงษ์ บุญฤทธิ์ (2538)** ศึกษาเรื่องความต้องการที่อยู่อาศัยเมื่อถึงวัยเกษียณอายุของข้าราชการตำรวจในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการดำเนินชีวิตเมื่อเกษียณอายุและศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ จากการศึกษาพบว่า ด้านความต้องการที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ31.60) ยังไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง รองลงมาคือมีเฉพาะที่ดินยังไม่ได้ปลูกสร้างบ้าน (ร้อยละ13.40) สำหรับกลุ่มที่ไม่มีที่อยู่อาศัย พบว่า มีความต้องการบ้านเดี่ยวสร้างเองมากที่สุด รองลงมาคือ บ้านเดี่ยวจัดสรร บ้านไร่หรือสวนเกษตร และทาวน์เฮาส์ตามลำดับ สำหรับกลุ่มที่มีที่ดินเปล่าส่วนมากต้องการสร้างบ้านเดี่ยว

แนวทางการดำเนินชีวิตเมื่อเกษียณอายุ พบว่า ส่วนใหญ่คาดว่าจะอยู่อาศัยกับคู่สมรส รองลงมาคือบุตรชาย บุตรสาว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่คาดว่าจะมีรายได้จากบำนาญเดือนละ 10,000-12,000 บาท ส่วนใหญ่จะนำมาเป็นค่าใช้จ่ายเมื่อเกษียณอายุราชการแล้ว

ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนมากเห็นด้วยที่จะจัดให้มีการสร้างชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะขึ้นเพราะจะได้เป็นที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่มีที่พักพิง สำหรับผู้สูงอายุที่เหมาะสมในการดำเนินการชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ คือ รัฐบาล

**บัญชา บุรณสิงห์ (2539)** ศึกษาเรื่องความต้องการที่อยู่อาศัยในวัยสูงอายุของผู้ที่ทำงานในบริษัทชั้นนำในกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการดำเนินชีวิตลักษณะทางสังคม-เศรษฐกิจ ความต้องการที่อยู่อาศัยในวัยสูงอายุ และความคิดเห็นเกี่ยวกับชุมชนผู้สูงอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างคือของผู้ที่กำลังเกษียณอายุที่ทำงานในบริษัทชั้นนำในกรุงเทพมหานคร จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้เวลาออกนอกจากการพักผ่อนอยู่กับบ้านไม่นิยมทำกิจกรรมนอกบ้าน นอกจากการไปห้างสรรพสินค้าเพื่อซื้อสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ งานอดิเรกจะเป็นการปลูกต้นไม้ และส่วนใหญ่ไม่นิยมเล่นกีฬาเป็นประจำ

ด้านความต้องการที่อยู่อาศัยใหม่ ในกลุ่มตัวอย่างกว่าครึ่งคิดจะซื้อที่อยู่อาศัยใหม่สำหรับเป็นบ้านพักผ่อน (บ้านหลังที่สอง) เพื่อใช้ชีวิตนอกเหนือจากบ้านหลังปัจจุบันและใช้ชีวิตเมื่อถึงวัยเกษียณอายุ ซึ่งเป็นความต้องการที่ไม่จำเป็นมากนัก (Housing Want) ลักษณะบ้านที่ต้องการ คือ บ้านเดี่ยวหรือสวนเกษตรในต่างจังหวัด โดยทำเลที่ตั้งเป็นปัจจัยหลักในการเลือกซื้อ

ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุมชนผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เห็นด้วยที่จะมีการจัดสร้างชุมชนผู้สูงอายุ โดยเฉพาะ และคิดว่าจะไปอยู่ถ้ามีชุมชนผู้สูงอายุที่ตนเองพึงพอใจ โดยมีข้อพิจารณาเรียงตามลำดับได้แก่ การดูแลสุขภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ สภาพแวดล้อมที่สงบสุขและปลอดภัย สังคม

เพื่อนบ้านที่อยู่ด้วยกัน และราคา-ค่าบริการที่สมเหตุสมผล ลักษณะของชุมชน ควรเป็นบ้านเดี่ยว ชั้นเดียว (Single-Stored Cluster House) อยู่ในเขตปริมณฑล ควรซื้อเป็นกรรมสิทธิ์และอยู่คนเดียวโดยไม่มีผู้อยู่อาศัยร่วม ควรให้บริการด้านการแพทย์-พยาบาล อาหาร ทำความสะอาดที่พิถีพิถัน รีดเสื้อผ้า และรถรับส่งไปยังที่ต่างๆ สิ่งอำนวยความสะดวกที่ควรมีได้แก่ โรงพยาบาล คลินิก สุนัขสุขภาพ ศูนย์กายภาพบำบัด และห้องปฏิบัติธรรม

วรวรรณ นิตบงกช (2541) ศึกษาเรื่องความต้องการที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตคลองเตย ซึ่งมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาลักษณะทางเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพกาย สุขภาพจิต วิธีการดำเนินชีวิต สภาพที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน ความต้องการที่อยู่อาศัยและบริการของผู้สูงอายุ และแนวทางการดำเนินชีวิตเมื่อเกษียณอายุของกลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในครอบครัวที่มีรายได้ไม่น้อย มีโรคประจำตัวโดยส่วนใหญ่เป็นโรคปวดเมื่อย ด้านวิธีการดำเนินชีวิตพบว่าส่วนใหญ่มักพักผ่อนอยู่กับบ้าน งานอดิเรกคือดูโทรทัศน์ รองลงมาคืออ่านหนังสือและฟังเพลง ส่วนใหญ่ไม่เล่นกีฬา และมักสังสรรค์กับเพื่อนละ 1-2 ครั้ง ด้านที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยกลุ่มรายได้ต่ำส่วนใหญ่เป็นเจ้าของเรือนแถวไม้ ส่วนกลุ่มรายได้สูงเป็นเจ้าของบ้านเดี่ยวบนที่ดินขนาดมากกว่า 100 ตารางวา

ด้านความต้องการที่อยู่อาศัยหลังเกษียณอายุ พบว่าส่วนใหญ่ (ร้อยละ 39.30) ยังคงต้องการอาศัยอยู่กับบุตรหลานหรือญาติในบ้านหลังเดิม รองลงมา (ร้อยละ 29.20) คือ อาศัยอยู่กับคู่สมรสหรืออยู่คนเดียวในบ้านหลังเดิม และรองลงมา (ร้อยละ 25.50) ต้องการออกไปหาที่อยู่ใหม่หลังเกษียณอายุ ซึ่งปัจจัยที่ผลักดัน คือ เบื่อชีวิตในเมืองหลวง และพบว่ากลุ่มที่ต้องการที่อยู่อาศัยใหม่กลุ่มรายได้ต่ำต้องการบ้านเดี่ยวสร้างเองขนาด 41-60 ตารางวา ในขณะที่กลุ่มรายได้ปานกลางต้องการบ้านไร่-สวนเกษตรในชนบท ขนาดพื้นที่ 41-61 ตารางวา และกลุ่มรายได้สูงต้องการบ้านไร่-สวนเกษตรในชนบทโดยไม่ระบุขนาด ส่วนทำเลที่ตั้งพบว่า ส่วนใหญ่ต้องการทำเลในต่างจังหวัด ด้านแนวทางการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่คิดที่จะซื้อที่อยู่อาศัยแต่จะปรับปรุงที่อยู่อาศัยเก่า เหตุผลเป็นเพราะเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยอยู่แล้ว มีส่วนน้อยที่คิดจะซื้อที่อยู่อาศัยใหม่เพราะบ้านหลังเก่าไม่เหมาะสมในวัยสูงอายุและยังไม่มีบ้านเป็นของตนเอง ด้านการวางแผนการใช้จ่ายเพื่อเกษียณอายุ พบว่า กลุ่มรายได้ต่ำใช้จ่ายเพื่อการดูแลสุขภาพ ในขณะที่กลุ่มรายได้ปานกลางถึงรายได้สูงส่วนใหญ่ฝากเงินกับธนาคารเพื่อกินดอกเบี้ยงานที่กลุ่มตัวอย่างคิดจะทำหลังเกษียณอายุ คือ การค้าขาย และผู้ที่กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะอยู่ด้วยเมื่อเกษียณอายุ คือ คู่สมรส บุตรสาว และบุตรชาย ตามลำดับ



ด้านแนวคิดในการตั้งชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการจัดตั้งชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่มีพักพิง การบริการที่ต้องการให้มีในชุมชนผู้สูงอายุ คือ บริการแพทย์-พยาบาล อาหาร และการทำความสะอาดที่พักอาศัยตามลำดับ เมื่อพิจารณาความต้องการย้ายเข้าไปอยู่ในชุมชนผู้สูงอายุ พบว่า เป็นส่วนน้อยที่ต้องการย้ายเข้าไปอยู่ เหตุผลหลักของกลุ่มที่ต้องการย้ายเข้าไปอยู่ในชุมชนฯ คือ ขาดความสงบทางกายและใจ และเบื่อชีวิตในเมืองหลวง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เห็นว่า ชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุควรดำเนินการโดยรัฐ และควรบริหารชุมชนโดยคณะกรรมการซึ่งคัดเลือกมาจากสมาชิกในชุมชน

ดร.วิมลสิทธิ์ หรยางกูร (2524) ได้ศึกษาเกี่ยวกับสภาพทางพฤติกรรมในการใช้สอยภายในแฟลตเคหะสงเคราะห์ โครงการเคหะสงเคราะห์ดินแดง ห้วยขวาง ประชานิเวศน์ และบ่อนไก่ โดยมีขอบเขตและวัตถุประสงค์ของการศึกษา คือ

งานวิจัยนี้มีรายละเอียดของวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. ศึกษาตำแหน่งของกิจกรรมหลักต่างๆ ได้แก่ กิจกรรมพักผ่อนรับแขก นอน ทานอาหาร ปรุงอาหาร ซักล้าง และเก็บของ
2. ศึกษาประเภทและจำนวน ของเครื่องเรือนและอุปกรณ์ในครัวเรือน รวมทั้งศึกษาตำแหน่งของเครื่องเรือนและอุปกรณ์ในครัวเรือนที่สำคัญ
3. ศึกษาลักษณะการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ในแฟลตห้องพักอาศัยเน้นการจัดห้องที่เด่นชัด
4. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกและทัศนคติกับลักษณะการจัดห้องที่เด่นชัด
5. ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกและทัศนคติกับจำนวนสมาชิกในครัวเรือนที่ไม่เกินจำนวนเฉลี่ย

การศึกษาเกี่ยวกับตำแหน่งของกิจกรรม การศึกษาประเภท จำนวนและตำแหน่งของเครื่องเรือนและอุปกรณ์ในครัวเรือน ตลอดจนการศึกษาลักษณะการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน มีความมุ่งหมายเพื่อหาว่ามีกระสวนหรือ โดยมุ่งวิเคราะห์ประเด็นที่สำคัญ 3 ประการ ดังนี้

1. ตำแหน่งของกิจกรรม
  2. ประเภท จำนวน และตำแหน่งของเครื่องเรือนและอุปกรณ์เครื่องใช้ในครัวเรือน
  3. ลักษณะการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน
- ผลการศึกษาสรุปเชิงวิเคราะห์เป็น 3 ประเด็นที่สำคัญ คือ
1. ปรัชญาการณทางกิจกรรม

2. ปรัชญาการณทางกายภาพ
3. ผลกระทบต่อความรู้สึกและทัศนคติ

ประเด็นทั้ง 3 แท้จริงแล้วเกิดขึ้นพร้อมกันในสถานที่เดียวกัน การแยกสรุปเป็น 3 ประเด็น เพื่อความสะดวกในการวิเคราะห์เท่านั้น ปรัชญาการณทางกิจกรรมนั้นวิเคราะห์จากปรัชญาการณทางกายภาพ การศึกษานี้ได้ชี้ให้เห็นว่าสิ่งที่เกิดขึ้นดังกล่าวในแพลตฟอร์มพักอาศัยขึ้นอยู่กับตัวกำหนดที่สำคัญ คือ

1. ประเภทกิจกรรมที่ต้องเกิดขึ้น
2. ขนาดและลักษณะทางกายภาพ
3. จำนวนสมาชิกในครัวเรือน
4. ความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยา

ความสอดคล้องระหว่างตัวกำหนดเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญในการก่อให้เกิดความสอดคล้องทางพฤติกรรม กล่าวคือ มีสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่เหมาะสมสำหรับประกอบกิจกรรมที่ต้องการ โดยผู้อยู่อาศัยจำนวนที่เหมาะสม และตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาด้วย แต่แพลตฟอร์มพักอาศัยสำหรับผู้มีรายได้น้อยทั่วไปซึ่งมีสภาพแวดล้อมทางกายภาพขั้นต่ำมีความจำกัดทางกายภาพมาก นั่นคือ ตัวกำหนดในด้านขนาดและลักษณะทางกายภาพ ในขณะที่ตัวกำหนดทางด้านกิจกรรมที่ต้องเกิดขึ้นเป็นตัวกำหนดที่มีลักษณะคงที่ที่ต้องเกิดขึ้นไม่อาจหลีกเลี่ยงได้เพราะเป็นกิจกรรมพื้นฐานในชีวิตประจำวัน ส่วนสมาชิกในครัวเรือนเป็นตัวกำหนดที่เปลี่ยนแปลงไปตามจำนวนสมาชิกที่มีอยู่จริงของครัวเรือน แพลตฟอร์มพักอาศัยโดยทั่วไปมักเกิดความไม่สอดคล้องทางพฤติกรรม โดยเฉพาะห้องพักอาศัยที่มีจำนวนสมาชิกมาก ในกรณีเช่นนี้ จะเกิดการปรับปรุงแก้ไข (Adaptation) เกิดขึ้น อาจต้องมีการปรับกิจกรรมให้เกิดขึ้นได้ในสภาพที่มีอยู่ อาจมีการปรับปรุงแก้ไขลักษณะกายภาพบางประการที่สามารถทำได้ ในเมื่อไม่สามารถปรับปรุงขนาดของสภาพแวดล้อมที่มีอยู่ได้ ในกรณีที่มีการปรับปรุงแก้ไขเกิดขึ้นแล้ว หากยังไม่สนองต่อความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยา ย่อมหมายความว่าผู้อยู่อาศัยจำเป็นต้องมีความรู้สึกและทัศนคติในทางที่ไม่ดีต่อแพลตฟอร์มพักอาศัย โดยเกิดความเครียดทางสภาพแวดล้อม (Environmental stress)

ปรัชญาการณทางกิจกรรม กิจกรรมต่างๆ จะเกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้นในตำแหน่งใดของพื้นที่ใช้สอยที่มีอยู่ในแพลตฟอร์มพักอาศัยในสภาพอย่างไร มีกระบวนการของกิจกรรมอย่างไร และจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงไปตามการปรับปรุงแก้ไขทางกิจกรรมอย่างไร ย่อมขึ้นอยู่กับตัวกำหนดที่สำคัญ 4 ประการดังกล่าวมาแล้ว ปรัชญาการณทางกิจกรรมที่เกิดขึ้นในแพลตฟอร์มพักอาศัยมีดังนี้

1. ผู้อยู่อาศัยมีความต้องการและแสวงหาความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับ

สภาพแวดล้อมทางกายภาพเท่าที่จะพึงหาได้ โดยใช้สภาพกายภาพเท่าที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด โดยได้ปรับปรุงแก้ไขตามฐานะทางเศรษฐกิจของพื้นที่ที่จะเอื้อต่อการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมที่สุดเพื่อการอยู่อาศัย ดังนั้นจึงเกิดกระสวนหรือแบบของการจัดที่ชัดเจนด้วยลักษณะการจัดที่คล้ายคลึงกัน (Consistency) ผู้อยู่อาศัยส่วนมากมีการตัดสินใจที่ตรงกันที่จะให้มีกิจกรรมประเภทใด เกิดขึ้นตำแหน่งใด โดยมีเครื่องเรือนและอุปกรณ์ในครัวเรือนสนับสนุนการเกิดกิจกรรมนั้นๆ ตามความเหมาะสม

2. ในแฟลตที่มีสภาพแวดล้อมจำกัดมาก เช่น แฟลตดินแดง และแฟลตบ่อนไก่ แบบแผนของการจัดส่วนใช้สอยแต่ละหน่วยจะมีความคล้ายคลึงกันมากกว่าแฟลตที่มีสภาพแวดล้อมจำกัดน้อยกว่า เช่น แฟลตห้วยขวาง แม้ว่าแฟลตห้วยขวางจะมีสมาชิกครัวเรือนมากกว่าก็ตาม

3. กิจกรรมที่เกิดจะตั้งอยู่ที่ตำแหน่งใดยังขึ้นอยู่กับความสอดคล้องกับความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความเป็นส่วนตัว (Privacy) เพราะปรากฏว่าในส่วนใช้สอยที่เป็นส่วนเอนกประสงค์ยังมีปรากฏการณ์การแบ่งตำแหน่งกิจกรรมตามการแบ่งเขตสาธารณะกับเขตส่วนตัว (Public vs. Private Zoning) โดยส่วนรับแขกพักผ่อนมักอยู่ในเขตกึ่งส่วนตัว (Semi-Public Zone) และกิจกรรมนอนมักอยู่ในเขตส่วนตัว (Private Zone) การกำหนดดังกล่าวเป็นการใช้โดยการกำหนดเขต (Zoning) เป็น Privacy mechanism

4. กิจกรรมบางประเภทจำเป็นต้องเกิดขึ้นในตำแหน่งใช้สอยเดียวกัน ในเวลาที่ต่างกัน เกิดความยืดหยุ่น (Flexibility) เนื่องมาจากการมีพื้นที่ใช้สอยไม่เพียงพอ ความยืดหยุ่นเกิดขึ้นได้ โดยมีเครื่องเรือนที่สามารถพับเก็บได้ มีข้อสังเกตว่ายังมีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนมากเท่าใด ความยืดหยุ่นในการใช้พื้นที่จะมีมากขึ้น ความเฉพาะของพื้นที่มีน้อยลง ตลอดจนเครื่องเรือนที่ประกอบหรือสนับสนุนกิจกรรมก็มีจำนวนน้อยลงด้วย

5. กิจกรรมบางประเภทต้องเกิดขึ้นมากกว่าหนึ่งตำแหน่ง มีการกระจายตัวของกิจกรรมประเภทเดียวกัน ทั้งที่ว่าจะเกิดขึ้นในตำแหน่งพื้นที่ (Locale) ใดตำแหน่งหนึ่ง กิจกรรมดังกล่าวได้แก่ กิจกรรมทานอาหาร กิจกรรมปรุงอาหาร กิจกรรมซักล้าง และกิจกรรมเก็บของ ในกรณีเช่นนี้ กิจกรรมหนึ่งย่อมอาจแทรกแซงหรือขัดแย้งกับกิจกรรมอื่นที่อาจเกิดขึ้นพร้อมกัน หรือไม่สอดคล้องกับสภาพทางกายภาพซึ่งไม่ได้เตรียมไว้ในลักษณะที่ล้นเข้ามา

6. ผู้อยู่อาศัยจำเป็นต้องรับมาตรฐานของกิจกรรมที่เกิดขึ้นซึ่งอาจจะเป็นมาตรฐานที่ค่อนข้างต่ำ เป็นต้นว่าการไม่มีห้องนอนแยกต่างหากจากส่วนพักผ่อนรับแขก การไม่มีห้องครัวสำหรับปรุงอาหารอย่างเป็นทางการมีจำนวนจำกัดไม่พอสำหรับสมาชิกในครัวเรือน และการต้องอยู่รวมกันอย่างหนาแน่นในพื้นที่ที่จำกัด ดังนั้น ผู้อยู่อาศัยจึงจำเป็นต้องลดความสำคัญของกิจกรรมลง และกิจกรรมมีลักษณะที่ล่าถอยมากขึ้น ในการนี้ผู้อยู่

อาศัยบางคนอาจพยายามใช้ชีวิตอยู่นอกแฟลตห้องพักอาศัยมากขึ้นโดยเฉพาะกรณีที่มีครัวเรือนขนาดใหญ่มาก

**ปรากฏการณ์ทางกายภาพ** ปรากฏการณ์ทางกายภาพที่เกิดขึ้นในส่วนต่างๆ ของแฟลตห้องพักอาศัยไม่ว่าจะเกี่ยวกับ ประเภท จำนวน และตำแหน่งของเครื่องเรือน และอุปกรณ์เครื่องใช้ในครัวเรือน หรือเกี่ยวกับส่วนต่างๆ ที่ยึดติดกับอาคาร สัมภาระต่างๆ และรวมทั้งองค์ประกอบต่างๆ ทางกายภาพดังกล่าวย่อมขึ้นอยู่กับตัวกำหนดสำคัญ 4 ประการเช่นเดียวกัน คือ ประเภทของกิจกรรมที่ต้องเกิดขึ้น ขนาดและลักษณะทางกายภาพ จำนวนของสมาชิก และความต้องการทางจิตวิทยา การศึกษานี้ได้ชี้ให้เห็นปรากฏการณ์ทางกายภาพดังต่อไปนี้

1. ผู้อยู่อาศัยจัดหาเครื่องเรือนเท่าที่จำเป็นต่อการประกอบกิจกรรม และเพราะว่าแฟลตมีพื้นที่ใช้สอยจำกัด ประเภทและจำนวนของเครื่องเรือนและอุปกรณ์จึงปรากฏโดยเฉลี่ยมีน้อยกว่าที่ควรจะมี เช่น มีเตียงนอน ที่นอน เก้าอี้พักผ่อนรับแขก โต๊ะและเก้าอี้ทานอาหาร ที่ยังไม่เพียงพอสำหรับสมาชิก ในขณะที่แฟลตที่มีพื้นที่มากกว่ามีเครื่องเรือนเหล่านี้มากขึ้น

2. เครื่องเรือนและอุปกรณ์แต่ละประเภทมีกระสวนของตำแหน่งที่แน่นนอนสอดคล้องกับกิจกรรม และมีข้อสังเกตว่าแฟลตที่มีพื้นที่ใช้สอยน้อย เช่นแฟลตดินแดง และบ่อนไก่ มีกระสวนของตำแหน่งเครื่องเรือนและอุปกรณ์ชัดเจนกว่าแฟลตที่มีพื้นที่ใช้สอยมากกว่า

3. ผู้อยู่อาศัยเห็นความจำเป็นที่จะต้องจัดการปรับปรุงแก้ไของค์ประกอบทางกายภาพในแฟลตห้องพักอาศัย โดยเฉพาะในส่วนที่เป็นส่วนประกอบที่ติดกับอาคาร เช่น การจัดให้มีวัสดุปูผิวพื้น เพื่อสะดวกในการดูแลความสะอาด เพื่อความสวยงาม การติดตั้งมุ้งลวด ลูกกรงเหล็กดัด ม่าน ฯลฯ ซึ่งเป็นความจำเป็นพื้นฐานในการอยู่ในแฟลต การทำชั้นลอยเพิ่มสำหรับเก็บของหรือนอน เป็นต้น การปรับปรุงดังกล่าวเป็นการทำเพื่อเพิ่มความเหมาะสมในการใช้สอย หรือเพื่อลดความขาดแคลน นอกจากนี้การปรับปรุงแก้ไขอาจเป็นการเปลี่ยนแปลงของเดิม เช่นการถอดบานประตูที่กั้นระหว่างส่วนนอนประสงก์กับส่วนปรุงอาหารออก การเปลี่ยนตำแหน่งอ่างล้างจาน เป็นต้น

4. ปรากฏการณ์ทางกายภาพที่มีความชัดเจนและมีความคล้ายคลึงกันมากระหว่างแฟลตแต่ละหน่วยพอที่จะแยกลักษณะการจัดห้องออกเป็น 3 ลักษณะ คือ

4.1 แบบไม่ได้กั้นห้อง

4.2 แบบกั้นบางส่วน โดยใช้ตู้เสื้อผ้า ตู้โชว์ หรืออื่นๆ และ

4.3 แบบกั้นเป็นห้อง

5. การกั้นบางส่วน โดยใช้ตู้เสื้อผ้า ตู้โชว์ หรืออื่นๆ และการการเป็นห้องโดยใช้ผนังไม้หรือกั้นจนเป็นห้องโดยตู้ เป็นความพยายามในการปรับสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาซึ่ง ได้แก่ ความต้องการความมิดชิด ความเป็นส่วนตัว ผู้อยู่แฟลต

จำนวนกว่าร้อยละ 70 ใช้ตัวกันบางส่วนเพื่อให้เกิดความมิดชิด เป็นการใช้ Privacy mechanism อย่างง่ายและไม่ต้องลงทุนมากนัก

**ผลกระทบต่อความรู้สึกและทัศนคติ** การสรุปเชิงวิเคราะห์ดังกล่าวข้างต้น เป็นการสรุปเกี่ยวกับปรากฏการณ์ทางกิจกรรมและทางกายภาพซึ่งเป็นปรากฏการณ์ที่สังเกตได้จากภายนอก ส่วนที่ไม่อาจทราบได้โดยตรงจากการสังเกต ได้แก่ สภาพพฤติกรรมทางจิตหรือสภาพทางด้านความรู้สึกและทัศนคติของผู้อยู่อาศัย

จำนวนผู้อยู่อาศัยในแต่ละครัวเรือนเป็นตัวกำหนดที่สำคัญต่อปรากฏการณ์ทางกิจกรรมและปรากฏการณ์ทางกายภาพ และเป็นตัวกำหนดที่แตกต่างกันไปในแต่ละแพลตฟอร์มพักอาศัย การมีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนมากหรือน้อย ย่อมมีผลต่อปรากฏการณ์ทางกิจกรรมและทางกายภาพ ซึ่งอาจจะส่งผลกระทบต่อความรู้สึกและทัศนคติของผู้อยู่อาศัยพร้อมกันด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่ไม่อาจตอบสนองความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาได้ ส่วนลักษณะการจัดห้องทั้ง 3 แบบซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางกายภาพที่มีลักษณะเด่นชัด น่าจะสะท้อนให้ปรากฏในความรู้สึกและทัศนคติบางประการที่แตกต่างเช่นเดียวกัน

การศึกษาวิจัยนี้ได้แสดงให้เห็นว่า จำนวนสมาชิกในครัวเรือนมีผลกระทบต่อความรู้สึกและทัศนคติบางประการของผู้อยู่อาศัย โดยการพิจารณาจำนวนสมาชิกในครัวเรือนโดยเฉลี่ยตามที่มีอยู่จริง และตาม que คิดว่าควรมี ผู้อยู่อาศัยในแพลตฟอร์มพักอาศัยที่มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนน้อยกว่า แสดงความรู้สึกและทัศนคติโดยทั่วไปที่ดีกว่าผู้อยู่อาศัยในแพลตฟอร์มพักอาศัยที่มีสมาชิกในครัวเรือนมากกว่า ผลกระทบของจำนวนสมาชิกในครัวเรือนมีความชัดเจนอย่างยิ่งในความรู้สึกและทัศนคติที่เกี่ยวกับความคับแคบ ความสะดวก ความอึดอัด และความเรียบร้อยของสภาพแวดล้อมในแพลตฟอร์มพักอาศัย นอกจากนี้การมีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนจำนวนมากกว่ายังทำให้ผู้อยู่อาศัยมีความรู้สึกปลอดภัยกว่าและมีความรู้สึกแข็งแรงกว่า

ประเด็นสำคัญของการวิเคราะห์ความรู้สึกและทัศนคติอยู่ที่ว่า ที่แพลตฟอร์มแดงปรากฏมีความแตกต่างของความรู้สึกและทัศนคติระหว่างผู้อยู่อาศัยในแพลตฟอร์มพักอาศัยที่มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนน้อยกว่ากับผู้อยู่อาศัยในแพลตฟอร์มพักอาศัยที่มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนมากกว่าโดยพิจารณาจากจำนวนเฉลี่ย แต่ที่แพลตฟอร์มขาวไม่ปรากฏความแตกต่างดังกล่าว ผู้อยู่แพลตฟอร์มแดงที่มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนน้อยกว่า มีความรู้สึกคับแคบน้อยกว่า มีความรู้สึกสะดวกกว่า มีความรู้สึกเรียบร้อยและสะอาดกว่า แต่มีความรู้สึกปลอดภัยน้อยกว่าด้วย

ในการวิเคราะห์ความรู้สึกและทัศนคติของผู้อยู่แพลตฟอร์มที่มีการจัดห้องพักอาศัยแตกต่างกัน ในลักษณะการกันห้อง มีความรู้สึกปลอดภัยกว่าและมีความรู้สึกมิดชิดกว่าผู้อยู่อาศัยในแพลตฟอร์มพักอาศัยที่ไม่ได้กันห้องและที่ได้ทำการกันห้องบางส่วน แต่ที่แพลตฟอร์มขาวไม่มีความแตกต่างในความรู้สึกและทัศนคติระหว่างผู้อยู่อาศัยในแพลตฟอร์มที่ได้มีการจัดห้องแตกต่างกัน

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สุทธิพงษ์ บุญฤทธิ์ (2538) ศึกษาเรื่องความต้องการที่อยู่อาศัยเมื่อถึงวัยเกษียณอายุของข้าราชการตำรวจในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการดำเนินชีวิตเมื่อเกษียณอายุและศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ จากการศึกษพบว่า ด้านความต้องการที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 31.60 ยังไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง รองลงมาคือมีเฉพาะที่ดินยังไม่ได้ปลูกสร้างบ้าน ร้อยละ 13.40 สำหรับกลุ่มที่ไม่มีที่อยู่อาศัยพบว่า มีความต้องการบ้านเดี่ยวสร้างเองมากที่สุด รองลงมาคือ บ้านเดี่ยวจัดสรร บ้านไร่หรือสวนเกษตร และทาวน์เฮาส์ตามลำดับ สำหรับกลุ่มที่มีที่ดินเปล่าส่วนมากต้องการสร้างบ้านเดี่ยว

แนวทางการดำเนินชีวิตเมื่อเกษียณอายุ พบว่า ส่วนใหญ่คาดว่าจะอยู่อาศัยกับคู่สมรส รองลงมาคือบุตรชาย บุตรสาว กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้จากบำนาญเดือนละ 10,000-12,000 บาท โดยจะนำมาเป็นค่าใช้จ่ายเมื่อเกษียณอายุราชการแล้ว

ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนมากเห็นด้วยที่จะจัดให้มีการสร้างชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะขึ้น เพราะจะได้เป็นที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่มีที่พักพิง สำหรับผู้สูงอายุที่เหมาะสมในการดำเนินการชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ คือ รัฐบาล

บัญชา บุรณสิงห์ (2539) ศึกษาเรื่องความต้องการที่อยู่อาศัยในวัยสูงอายุของผู้ที่ทำงานในบริษัทชั้นนำในกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการดำเนินชีวิต ลักษณะทางสังคม-เศรษฐกิจ ความต้องการที่อยู่อาศัยในวัยสูงอายุ และความคิดเห็นเกี่ยวกับชุมชนผู้สูงอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างคือของผู้ที่กำลังเกษียณอายุที่ทำงานในบริษัทชั้นนำในกรุงเทพมหานคร จากการศึกษพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ใช้เวลานอกเหนือจากการพักผ่อนอยู่กับบ้านไม่นิยมทำกิจกรรมนอกบ้าน นอกจากการไปห้างสรรพสินค้าเพื่อซื้อสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ งานอดิเรกจะเป็นการปลูกต้นไม้ และส่วนใหญ่ไม่นิยมเล่นกีฬาเป็นประจำ

ด้านความต้องการที่อยู่อาศัยใหม่ ในกลุ่มตัวอย่างกว่าครึ่งคิดจะซื้อที่อยู่อาศัยใหม่สำหรับเป็นบ้านพักผ่อน (บ้านหลังที่สอง) เพื่อใช้ชีวิตนอกเหนือจากบ้านหลังปัจจุบันและใช้ชีวิตเมื่อถึงวัยเกษียณอายุ ซึ่งเป็นความต้องการที่ไม่จำเป็นมากนัก (Housing Want) ลักษณะบ้านที่ต้องการ คือ บ้านเดี่ยวหรือสวนเกษตรในต่างจังหวัด โดยทำเลที่ตั้งเป็นปัจจัยหลักในการเลือกซื้อ

ความคิดเห็นเกี่ยวกับชุมชนผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เห็นด้วยที่จะมีการจัดสร้างชุมชนผู้สูงอายุ โดยเฉพาะ และคิดว่าจะไปอยู่ถ้ามีชุมชนผู้สูงอายุที่ตนเองพึงพอใจ โดยมีข้อพิจารณาเรียงตามลำดับได้แก่ การดูแลสุขภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ สภาพแวดล้อมที่สงบสุขและปลอดภัย สังคมเพื่อนบ้านที่อยู่ด้วยกัน และราคา-ค่าบริการที่สมเหตุสมผล ลักษณะของชุมชน ควรเป็นบ้านเดี่ยว

ชั้นเดียว (Single-Stored Cluster House) อยู่ในเขตปริมณฑล ควรซื้อเป็นกรรมสิทธิ์และอยู่คนเดียวโดยไม่มีผู้อยู่อาศัยร่วม ควรมีบริการด้านการแพทย์-พยาบาล อาหาร ทำความสะอาดที่พักรีดเสื้อผ้า และรถรับส่งไปยังที่ต่างๆ สิ่งอำนวยความสะดวกที่ควรมีได้แก่ โรงพยาบาล คลินิก สวนสุขภาพ ศูนย์กายภาพบำบัด และห้องปฏิบัติการ

วรวรรณ นิตบงกช (2541) ศึกษาเรื่องความต้องการที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตคลองเตย ซึ่งมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาลักษณะทางเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพกาย สุขภาพจิต วิธีการดำเนินชีวิต สภาพที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน ความต้องการที่อยู่อาศัยและบริการของผู้สูงอายุ และแนวทางการดำเนินชีวิตเมื่อเกษียณอายุของกลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในครอบครัวที่มีรายได้น้อย มีโรคประจำตัวโดยส่วนใหญ่เป็นโรคปวดเมื่อย ด้านวิธีการดำเนินชีวิตพบว่าส่วนใหญ่มักพักผ่อนอยู่กับบ้าน งานอดิเรกคือดูโทรทัศน์ รองลงมาคืออ่านหนังสือและฟังเพลง ส่วนใหญ่ไม่เล่นกีฬา และมักสังสรรค์กับเพื่อนละ 1-2 ครั้ง ด้านที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยกลุ่มรายได้ต่ำส่วนใหญ่เป็นเจ้าของเรือนแถวไม้ ส่วนกลุ่มรายได้สูงเป็นเจ้าของบ้านเดี่ยวบนที่ดินขนาดมากกว่า 100 ตารางวา

ด้านความต้องการที่อยู่อาศัยหลังเกษียณอายุ พบว่า ร้อยละ 39.30 ยังคงต้องการอาศัยอยู่กับบุตรหลานหรือญาติในบ้านหลังเดิม รองลงมา คือร้อยละ 29.20 จะอาศัยอยู่กับคู่สมรสหรืออยู่คนเดียวในบ้านหลังเดิม และรองลงมา คือ ร้อยละ 25.50 ต้องการออกไปหาที่อยู่ใหม่หลังเกษียณอายุ ซึ่งปัจจัยที่ผลักดัน คือ เบื่อชีวิตในเมืองหลวง และพบว่ากลุ่มที่ต้องการที่อยู่อาศัยใหม่กลุ่มรายได้ต่ำต้องการบ้านเดี่ยวสร้างเองขนาด 41-60 ตารางวา ในขณะที่กลุ่มรายได้ปานกลางต้องการบ้านไร่-สวนเกษตรในชนบท ขนาดพื้นที่ 41-61 ตารางวา และกลุ่มรายได้สูงต้องการบ้านไร่-สวนเกษตรในชนบทโดยไม่ระบุขนาด ส่วนทำเลที่ตั้งพบว่า ส่วนใหญ่ต้องการทำเลในต่างจังหวัด ด้านแนวทางการดำเนินชีวิตหลังเกษียณอายุ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่คิดที่จะซื้อที่อยู่อาศัยแต่จะปรับปรุงที่อยู่อาศัยเก่า เหตุผลเป็นเพราะเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยอยู่แล้ว มีส่วนน้อยที่คิดจะซื้อที่อยู่อาศัยใหม่เพราะบ้านหลังเก่าไม่เหมาะสมในวัยสูงอายุและยังไม่มีบ้านเป็นของตนเอง ด้านการวางแผนการใช้จ่ายเพื่อเกษียณอายุ พบว่า กลุ่มรายได้ต่ำใช้จ่ายเพื่อการดูแลสุขภาพ ในขณะที่กลุ่มรายได้ปานกลางถึงรายได้สูงส่วนใหญ่ฝากเงินกับธนาคารเพื่อกินดอกเบี้ยงานที่กลุ่มตัวอย่างคิดจะทำหลังเกษียณอายุ คือ การค้าขาย และผู้ที่กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะอยู่ด้วยเมื่อเกษียณอายุ คือ คู่สมรส บุตรสาว และบุตรชาย ตามลำดับ

ด้านแนวคิดในการตั้งชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการจัดตั้งชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่มีพักพิง การบริการที่ต้องการให้มีใน

ชุมชนผู้สูงอายุ คือ บริการแพทย์-พยาบาล อาหาร และการทำความสะอาดที่พักอาศัยตามลำดับ เมื่อพิจารณาความต้องการย้ายเข้าไปอยู่ในชุมชนผู้สูงอายุ พบว่า เป็นส่วนน้อยที่ต้องการย้ายเข้าไปอยู่ เหตุผลหลักของกลุ่มที่ต้องการย้ายเข้าไปอยู่ในชุมชนฯ คือ ขาดความสงบทางกายและใจ และเบื่อชีวิตในเมืองหลวง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เห็นว่า ชุมชนพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุควรดำเนินการโดยรัฐ และควรบริหารชุมชนโดยคณะกรรมการซึ่งคัดเลือกมาจากสมาชิกในชุมชน

วิมลสิทธิ์ หรยางกูร (2524) ได้ศึกษาเกี่ยวกับสภาพทางพฤติกรรมในการใช้สอยภายในแพลตฟอร์มเคหะสงเคราะห์ โครงการเคหะสงเคราะห์ดินแดง ห้วยขวาง ประชาธิปไตย และป้อมไก่อ โดยมีขอเขตและวัตถุประสงค์ของการศึกษา คือ

งานวิจัยนี้มีรายละเอียดของวัตถุประสงค์ ในการศึกษา คือ ตำแหน่งของกิจกรรมหลักต่างๆ ศึกษาประเภทและจำนวน ของเครื่องเรือนและอุปกรณ์ในครัวเรือน รวมทั้งศึกษาตำแหน่งของเครื่องเรือนและอุปกรณ์ในครัวเรือนที่สำคัญ ศึกษาลักษณะการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพในแพลตฟอร์มพักอาศัยเน้นการจัดห้องที่เด่นชัด ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกและทัศนคติกับลักษณะการจัดห้องที่เด่นชัด และศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกและทัศนคติกับจำนวนสมาชิกในครัวเรือนที่ไม่เกินจำนวนเฉลี่ย

ผลการศึกษารูปเชิงวิเคราะห์เป็น 3 ประเด็นที่สำคัญ คือ ปรากฏการณ์ทางกิจกรรม ปรากฏการณ์ทางกายภาพ ผลกระทบต่อความรู้สึกและทัศนคติ

แพลตฟอร์มพักอาศัยโดยทั่วไปมักเกิดความไม่สอดคล้องทางพฤติกรรม โดยเฉพาะห้องพักอาศัยที่มีจำนวนสมาชิกมาก ในกรณีเช่นนี้ จะเกิดการปรับปรุงแก้ไข (Adaptation) เกิดขึ้น อาจต้องมีการปรับกิจกรรมให้เกิดขึ้นได้ในสภาพที่มีอยู่ อาจมีการปรับปรุงแก้ไขลักษณะกายภาพบางประการที่สามารถทำได้ ในเมื่อไม่สามารถปรับปรุงขนาดของสภาพแวดล้อมที่มีอยู่ได้ ในกรณีที่มีการปรับปรุงแก้ไขเกิดขึ้นแล้ว หากยังไม่สนองต่อความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยา ย่อมหมายความว่าผู้อยู่อาศัยจำเป็นต้องมีความรู้สึกและทัศนคติในทางที่ไม่ดีต่อแพลตฟอร์มพักอาศัย โดยเกิดความเครียดทางสภาพแวดล้อม (Environmental stress)

ปรากฏการณ์ทางกิจกรรม กิจกรรมต่างๆ จะเกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้นในตำแหน่งใดของพื้นที่ใช้สอยที่มีอยู่ในแพลตฟอร์มพักอาศัยในสภาพอย่างไร มีกระบวนการของกิจกรรมอย่างไร และจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงไปตามการปรับปรุงแก้ไขทางกิจกรรมอย่างไร ย่อมขึ้นอยู่กับตัวกำหนดที่สำคัญ 4 ประการดังกล่าวมาแล้ว ปรากฏการณ์ทางกิจกรรมที่เกิดขึ้นในแพลตฟอร์มพักอาศัยมีดังนี้

7. ผู้อยู่อาศัยมีความต้องการ และแสวงหาความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับสภาพ



แวดล้อมทางกายภาพเท่าที่จะพึงหาได้ โดยใช้สภาพกายภาพเท่าที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด โดยได้ปรับปรุงแก้ไขตามฐานะทางเศรษฐกิจของตนที่จะเอื้อต่อการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมที่สุดเพื่อการอยู่อาศัย ดังนั้นจึงเกิดกระสวนหรือแบบของการจัดที่ชัดเจนด้วยลักษณะการจัดที่คล้ายคลึงกัน (Consistency) ผู้อยู่อาศัยส่วนมากมีการตัดสินใจที่ตรงกันที่จะให้มีกิจกรรมประเภทใด เกิดขึ้นตำแหน่งใด โดยมีเครื่องเรือนและอุปกรณ์ในครัวเรือนสนับสนุนการเกิดกิจกรรมนั้นๆ ตามความเหมาะสม

8. ในแฟลตที่มีสภาพแวดล้อมจำกัดมาก เช่น แฟลตดินแดง และแฟลตปอนโก แบบแผนของการจัดส่วนใช้สอยแต่ละหน่วย จะมีความคล้ายคลึงกันมากกว่าแฟลตที่มีสภาพแวดล้อมจำกัดน้อยกว่า เช่น แฟลตห้วยขวาง แม้ว่าแฟลตห้วยขวางจะมีสมาชิกครัวเรือนมากกว่าก็ตาม

9. กิจกรรมที่เกิดจะตั้งอยู่ที่ตำแหน่งใด ยังขึ้นอยู่กับความสอดคล้องกับความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความเป็นส่วนตัว (Privacy) เพราะปรากฏว่าในส่วนใช้สอยที่เป็นส่วนเอนกประสงค์ยังมีปรากฏการณ์การแบ่งตำแหน่งกิจกรรมตามการแบ่งเขตสาธารณะกับเขตส่วนตัว (Public vs. Private Zoning) โดยส่วนรับแขกพักผ่อนมักอยู่ในเขตกึ่งส่วนตัว (Semi-Public Zone) และกิจกรรมนอนมักอยู่ในเขต ส่วนตัว (Private Zone) การกำหนดดังกล่าวเป็นการใช้โดยการกำหนดเขต (Zoning) เป็น Privacy mechanism

10. กิจกรรมบางประเภทจำเป็นต้องเกิดขึ้นในตำแหน่งใช้สอยเดียวกัน ในเวลาที่ต่างกัน เกิดความยืดหยุ่น (Flexibility) เนื่องมาจากการมีพื้นที่ใช้สอยไม่เพียงพอ ความยืดหยุ่นเกิดขึ้นได้ โดยมีเครื่องเรือนที่สามารถพับเก็บได้ มีข้อสังเกตว่ายังมีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนมากเท่าใด ความยืดหยุ่นในการใช้พื้นที่จะมีมากขึ้น ความเฉพาะของพื้นที่มีน้อยลง ตลอดจนเครื่องเรือนที่ประกอบหรือสนับสนุนกิจกรรมก็มีจำนวนน้อยลงด้วย

11. กิจกรรมบางประเภทต้องเกิดขึ้นมากกว่าหนึ่งตำแหน่ง มีการกระจายตัวของกิจกรรมประเภทเดียวกัน ทั้งที่ว่าจะเกิดขึ้นในตำแหน่งพื้นที่ (Locale) ใดตำแหน่งหนึ่ง กิจกรรมดังกล่าวได้แก่ กิจกรรมทานอาหาร กิจกรรมปรุงอาหาร กิจกรรมซักล้าง และกิจกรรมเก็บของ ในกรณีเช่นนี้ กิจกรรมหนึ่งย่อมอาจแทรกแซงหรือขัดแย้งกับกิจกรรมอื่นที่อาจเกิดขึ้นพร้อมกัน หรือไม่สอดคล้องกับสภาพทางกายภาพซึ่งไม่ได้เตรียมไว้ในลักษณะที่ล้นเข้ามา

12. ผู้อยู่อาศัยจำยอมต้องรับมาตรฐานของกิจกรรมที่เกิดขึ้น ซึ่งอาจจะเป็นมาตรฐานที่ค่อนข้างต่ำ เป็นต้นว่าการไม่มีห้องนอนแยกต่างหากจากส่วนพักผ่อนรับแขก การไม่มีห้องครัวสำหรับปรุงอาหารอย่างเป็นกิจจะลักษณะ ที่นั่งรับประทานอาหารมีจำนวนจำกัดไม่พอสำหรับสมาชิกในครัวเรือน และการต้องอยู่รวมกันอย่างหนาแน่นในพื้นที่ที่จำกัด ดังนั้น ผู้อยู่อาศัยจึงจำต้องลดความสำคัญของกิจกรรมลง และกิจกรรมมีลักษณะที่ล่าช้ามากขึ้น ในการนี้ผู้อยู่

อาศัยบางคนอาจพยายามใช้ชีวิตอยู่นอกแพลตฟอร์มพักอาศัยมากขึ้นโดยเฉพาะกรณีที่มีครัวเรือนขนาดใหญ่มาก

ปรากฏการณ์ทางกายภาพ ปรากฏการณ์ทางกายภาพที่เกิดขึ้นในส่วนต่างๆ ของแพลตฟอร์มพักอาศัยไม่ว่าจะเกี่ยวกับ ประเภท จำนวน และตำแหน่งของเครื่องเรือน และอุปกรณ์เครื่องใช้ในครัวเรือน หรือเกี่ยวกับส่วนต่างๆ ที่ยึดติดกับอาคาร สัมภาระต่างๆ และรวมทั้งองค์ประกอบต่างๆ ทางกายภาพดังกล่าวย่อมขึ้นอยู่กับตัวกำหนดสำคัญ 4 ประการเช่นเดียวกัน คือ ประเภทของกิจกรรมที่ต้องเกิดขึ้น ขนาดและลักษณะทางกายภาพ จำนวนของสมาชิก และความต้องการทางจิตวิทยา การศึกษานี้ได้ชี้ให้เห็นปรากฏการณ์ทางกายภาพดังต่อไปนี้

6. ผู้อยู่อาศัยจัดหาเครื่องเรือนเท่าที่จำเป็นต่อการประกอบกิจกรรม และเพราะว่าแพลตฟอร์มพื้นที่ใช้สอยจำกัด ประเภทและจำนวนของเครื่องเรือนและอุปกรณ์จึงปรากฏโดยเฉลี่ยมีน้อยกว่าที่ควรจะมี เช่น มีเตียงนอน ที่นอน เก้าอี้พักผ่อนรับแขก โต๊ะและเก้าอี้ทานอาหาร ที่ยังไม่เพียงพอสำหรับสมาชิก ในขณะที่แพลตฟอร์มที่มีพื้นที่มากกว่ามีเครื่องเรือนเหล่านี้มากขึ้น

7. เครื่องเรือนและอุปกรณ์แต่ละประเภทมีกระสวนของตำแหน่งที่แน่นอนสอดคล้องกับกิจกรรม และมีข้อสังเกตว่าแพลตฟอร์มที่มีพื้นที่ใช้สอยน้อย เช่น แพลตฟอร์มดินแดง และบ่อนไก่ มีกระสวนของตำแหน่งเครื่องเรือนและอุปกรณ์ชัดเจนกว่าแพลตฟอร์มที่มีพื้นที่ใช้สอยมากกว่า

8. ผู้อยู่อาศัยเห็นความจำเป็น ที่จะต้องจัดการปรับปรุงแก้ไของค์ประกอบทางกายภาพในแพลตฟอร์มพักอาศัย โดยเฉพาะในส่วนที่เป็นส่วนประกอบที่ติดกับอาคาร เช่น การจัดให้มีวัสดุปูผิวพื้น เพื่อสะดวกในการดูแลความสะอาด เพื่อความสวยงาม การติดตั้งมุ้งลวด ลูกกรงเหล็กดัด ม่าน ฯลฯ ซึ่งเป็นความจำเป็นพื้นฐานในการอยู่ในแพลตฟอร์ม การทำชั้นลอยเพิ่มสำหรับเก็บของหรือนอน เป็นต้น การปรับปรุงดังกล่าวเป็นการทำเพื่อเพิ่มความเหมาะสมในการใช้สอย หรือเพื่อลดความขาดแคลน นอกจากนี้การปรับปรุงแก้ไขอาจเป็นการเปลี่ยนแปลงของเดิม เช่น การถอดบานประตูที่กั้นระหว่างส่วนนอนกับประตูกับส่วนปรุงอาหารออก การเปลี่ยนตำแหน่งอ่างล้างจาน เป็นต้น

9. ปรากฏการณ์ทางกายภาพที่มีความชัดเจน และมีความคล้ายคลึงกันมากระหว่างแพลตฟอร์มหน่วยพอที่จะแยกลักษณะการจัดห้องออกเป็น 3 ลักษณะ คือ

9.1 แบบไม่ได้กั้นห้อง

9.2 แบบกั้นบางส่วน โดยใช้ตู้เสื้อผ้า ตู้โชว์ หรืออื่นๆ และ

9.3 แบบกั้นเป็นห้อง

10. การกั้นบางส่วน โดยใช้ตู้เสื้อผ้า ตู้โชว์ หรืออื่นๆ และการการเป็นห้องโดยใช้ผนังไม้หรือกั้นจนเป็นห้องโดยตู้ เป็นความพยายามในการปรับสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับความต้องการพื้นฐานทางจิตวิทยาซึ่ง ได้แก่ ความต้องการความมิดชิด ความเป็นส่วนตัว ผู้อยู่แพลตฟอร์ม

จำนวนกว่าร้อยละ 70 ใช้ตัวกันบางส่วนเพื่อให้เกิดความมิดชิด เป็นการใช้ Privacy mechanism อย่างง่ายและไม่ต้องลงทุนมากนัก

ผลกระทบต่อความรู้สึกและทัศนคติ การสรุปเชิงวิเคราะห์ดังกล่าวข้างต้น เป็นการสรุปเกี่ยวกับปรากฏการณ์ทางกิจกรรมและทางกายภาพซึ่งเป็นปรากฏการณ์ที่สังเกตได้จากภายนอก ส่วนที่ไม่อาจทราบได้โดยตรงจากการสังเกต ได้แก่ สภาพพฤติกรรมทางจิตหรือสภาพทางด้านความรู้สึกและทัศนคติของผู้อยู่อาศัย

Sandra C. Howell (1987) ศึกษาเรื่อง Design for Aging: Pattern of Use โดยศึกษา กลุ่มตัวอย่างจากห้องที่อยู่อาศัย 55 ตัวอย่าง โดยเลือกมาจากอพาร์ทเมนท์ 3 หลัง ที่รัฐสร้าง สำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งตั้งอยู่ใน Cambridge Massachusetts ซึ่งออกแบบโดยบริษัทสถาปนิกเดียวกัน ก่อสร้างในปี 1974 ถึงแม้ว่าอาคารจะมีขนาดที่แตกต่างกัน แต่ลักษณะของห้องพักในแต่ละอาคาร มีความคล้ายคลึงกัน

ในการศึกษาหลายๆ งานเกี่ยวกับผู้สูงอายุพยายามที่จะตีความและอธิบายชนิดของ กิจกรรมที่กลุ่มผู้สูงอายุปฏิบัติในแต่ละวัน ในการศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุของ M.I.T. (M.I.T. National Survey, 1974 อ้างถึงใน Howell Sandra C., 1987) แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่าที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุจะส่งเสริมหรือขัดขวางกิจกรรมของพวกเขา มีกิจกรรม 6 อย่างที่ถูกเลือก สำหรับวิเคราะห์ในรายละเอียด โดยเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุทุกๆ คนจะต้องทำ และมีความสัมพันธ์กับที่อยู่อาศัยและความต้องการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ ในเรื่องของผนัง พื้น และรวมไปถึงทั้งเฟอร์นิเจอร์อีกด้วย คำอธิบายของกิจกรรมในการศึกษานี้ได้จากการค้นคว้าทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และอยู่บนพื้นฐานจากการสำรวจแห่งชาติของ M.I.T. ในปี ค.ศ. 1974

ข้อค้นพบในกิจกรรมที่เพิ่มเติมรวมไปถึงกิจกรรมส่วนบุคคล (Personal Care) ในส่วนของห้องน้ำ กิจกรรมเตรียมอาหาร (Food Preparation) ในส่วนของครัว และกิจกรรมเก็บของ ในส่วนของตู้เสื้อผ้าและตู้ถ้วยชาม (Closets and Cupboards) ซึ่งจะเสนอในส่วนของกรณีศึกษา กิจกรรมเหล่านี้ไม่เกี่ยวข้องกับ "ห้องพร้อมอยู่ (Habitable)" ซึ่งมีเฟอร์นิเจอร์เท่าที่จำเป็นพร้อมเข้าอยู่ได้ แต่กิจกรรมเหล่านี้ต้องการความเอาใจใส่ในเครื่องเรือนและอุปกรณ์ โดยขึ้นอยู่กับข้อมูลด้านปัจจัยพื้นฐานของมนุษย์ (Human Factors) เป็นสำคัญ โดยกิจกรรมที่กล่าวถึงในงานศึกษาของ Sandra ได้แก่

1. กิจกรรมการเข้าถึง (Entering) กล่าวถึงลักษณะที่ผู้สูงอายุพึงพอใจหรือไม่พอใจในลักษณะของทางเข้าที่อยู่อาศัยของตน ตลอดจนความต้องการว่าอยากให้มีลักษณะอย่างไร
2. กิจกรรมยามว่าง (Leisure Activities) เนื่องจากการที่ไม่มีงานประจำทำแล้ว

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จึงมีเวลาร่างมาก ผู้สูงอายุแต่ละคนจะมีกิจกรรมในยามว่างแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับโอกาสและความชอบของแต่ละคน

2.1 ทำงานบ้าน จากการสำรวจเบื้องต้นพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พอใจและเต็มใจในการช่วยเหลือครอบครัว เช่น ทำความสะอาดบ้าน ซักผ้า ล้างถ้วยชาม ตลอดจนการเตรียมอาหาร แม้ว่าบุตรหลานจะไม่อยากให้ทำแต่อย่างน้อยผู้สูงอายุก็ต้องการดูแลทำความสะอาดของใช้ส่วนตัว เช่น ซักเสื้อผ้า เตรียมอาหารให้ตนเอง และจัดบ้านให้เป็นระเบียบ ดังนั้นการทำงานบ้านจึงถือเป็นการใช้เวลาว่างของผู้สูงอายุอย่างหนึ่ง การมีบ้านที่เป็นระเบียบเรียบร้อยส่งผลดีต่อการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุอีกด้วย

2.2 ดูโทรทัศน์ นอกจากการทำงานบ้านแล้วผู้สูงอายุมักใช้เวลาส่วนใหญ่ในการดูโทรทัศน์มากกว่ากิจกรรมอื่นๆ ที่ทำในเวลาว่าง เพราะเป็นความบันเทิงที่ต้องการความเอาใจใส่น้อย เป็นสิ่งร่ำที่สามารรถหามาได้ และสามารถดูได้ทั้งแบบเป็นกลุ่มหรือดูคนเดียวก็ได้ โทรทัศน์เป็นแหล่งให้ข่าวสารความรู้และบันเทิงไปพร้อมกัน ช่วยผ่อนคลายความเหงา ว้าเหว่ และดึงเครียด การเปิดทีวีไว้ให้มีเสียงช่วยทำลายความเงียบได้

2.3 อ่านหนังสือ เป็นกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ต้องการสถานที่ที่มีความเงียบสงบและมีแสงสว่างเพียงพอ นอกจากนี้ยังต้องมีเครื่องเรือนที่เก็บหนังสือที่อ่านไว้ให้เป็นหมวดหมู่ จะได้หยิบอ่านได้อย่างสะดวก

2.4 นอนกลางวัน ผู้สูงอายุบางส่วนใช้เวลาว่างในการพักผ่อนระหว่างวันโดยการนอนกลางวัน แต่มักจะเป็นช่วงสั้นๆ ประมาณ 1-2 ชั่วโมง กิจกรรมนอนกลางวันต้องการพื้นที่ที่เงียบสงบและอากาศถ่ายเทได้สะดวก

2.5 ฟังวิทยุ ผู้สูงอายุที่ไม่ดูโทรทัศน์จะเลือกฟังวิทยุเพื่อทราบข่าวสาร บางครั้งเปิดวิทยุไว้เพื่อไม่ให้ห้องที่อยู่เงียบจนเกินไป

2.6 ทำงานอดิเรก เป็นกิจกรรมยามว่างที่ผู้สูงอายุทำอย่างสม่ำเสมอมาเป็นเวลานาน โดยอาจจะไม่ได้ทำทุกวัน แต่ใช้เวลาโดยเฉลี่ยเป็นชั่วโมงต่อสัปดาห์ เช่น งานไม้ สะสมตุ๊กตา สะสมแสตมป์ เย็บปักถักร้อย เป็นต้น งานอดิเรกบางงานมีผลต่อการจัดพื้นที่และสิ่งแวดล้อมของที่อยู่อาศัย เช่น งานสะสมแสตมป์ งานเย็บปัก ต้องการแสงมากเป็นพิเศษ งานสะสมวัสดุต่างๆ ต้องการห้องเก็บของและตู้โชว์ งานไม้หรืองานช่างต้องการพื้นที่และเครื่องมือพิเศษในการทำงาน เป็นต้น

2.7 มองออกไปนอกหน้าต่าง เป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมักทำบ่อย เพื่อมองกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายนอก เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกเมื่ออยู่คนเดียว จากการศึกษาของ M.I.T. ในปี 1974 ครั้งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่างของผู้สูงอายุทั้งที่สุขภาพดีและที่ยังสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ตอบว่ามีช่วงเวลา มีโอกาส และมีความคิดที่จะนั่งบนเก้าอี้สบายๆ เพื่อมองดูเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นภายนอก

อย่างไรก็ตามการมองออกไปนอกหน้าต่างจากภายในห้องหรือนอกระเบียงอาจจะพบอุปสรรคขึ้นได้หากตำแหน่งและความสูงของหน้าต่างและราวระเบียงไม่เหมาะสม

2.8 ดูแลต้นไม้และการปลูกต้นไม้ เป็นกิจกรรมซึ่งผู้สูงอายุที่ยังเคลื่อนไหวสะดวกชอบปฏิบัติ เพราะให้ความเพลิดเพลิน และเป็นกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุบางคนเลยก็ว่าได้ การปลูกและดูแลต้นไม้เป็นกิจกรรมที่ต้องการพื้นที่ที่สามารถเข้าถึงได้ สามารถระบายน้ำได้ และมีแสงสว่างส่องถึง

3. กิจกรรมรับประทานอาหาร (Eating) Sandra กล่าวว่า มีรูปแบบหลายประการเกี่ยวกับกิจกรรมการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ การรับประทานอาหารบางมื้อของผู้สูงอายุ อาจจะเป็นแบบง่ายๆ รับประทานอาหารคนเดียวหรือสองคน บางมื้ออาจจะเป็นมื้อสำคัญและมีจำนวนสมาชิกที่ร่วมรับประทานอาหารหลายคน อาหารแต่ละมื้อมีพื้นที่ภายในที่พักอาศัยแตกต่างกัน เช่น อาหารมื้อเบาๆ หรืออาหารว่างรับประทานอาหารในครัวโดยการยืนรับประทานอาหาร มื้อใหญ่ขึ้นมากที่ต้องใช้เวลามากกว่าการรับประทานอาหารว่างต้องทานบนโต๊ะในครัว จากการศึกษาของ M.I.T. ในปี 1974 พบว่า 2 ใน 3 ของผู้สูงอายุรับประทานอาหารภายในครัว มีเพียงส่วนน้อยที่ไม่รับประทานอาหารในครัวโดยให้เหตุผลว่ามีเด็กรบกวน ร้อนเกินไป และไม่มีวิว ไม่เพียงแต่จะพบว่าผู้สูงอายุชอบรับประทานอาหารในครัว แต่การศึกษาของ Sandra ยังพบว่า ผู้สูงอายุชอบที่จะใช้ครัวของพวกเขาเป็นพื้นที่เพื่อการบันเทิงแบบไม่เป็นทางการอีกด้วยเช่นการรับประทานอาหารพร้อมกันของครอบครัวหรือเพื่อนๆ และจากการศึกษาเรื่องเดียวกันนี้ในรัฐ Oklahoma พบว่า ครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุต้องการให้พื้นที่รับประทานอาหารเป็นส่วนหนึ่งของครัว มีเพียง 20% เท่านั้นที่ต้องการให้แยกส่วนรับประทานอาหารออกมาเป็นห้องรับประทานอาหาร

สิ่งที่ทำให้เกิดความเอนเอียงไปสู่การรับประทานอาหารในครัวเกี่ยวข้องไปสู่ประเด็นต่อไปนี้เป็น คือ

3.1 สืบเนื่องมาจากรูปแบบของความเป็นอยู่แบบครอบครัว ที่มีพื้นที่รับประทานอาหารเป็นส่วนหนึ่งของห้องครัว

3.2 โต๊ะอาหารที่มองเห็นได้จากห้องรับแขกจะเป็นยิ่งกว่าส่วนหนึ่งของห้องรับแขกที่เป็นทางการ และถูกกันไว้สำหรับใช้ร่วมแขกเท่านั้นแต่ครัวที่ไม่เป็นทางการได้รับการพิจารณาว่าจะดีกว่าสำหรับการรับประทานอาหารทุกวัน

3.3 ประการสำคัญ เป็นการสะดวกสบายในการรับประทานอาหาร มากกว่าการที่พวกเขาจะไปจัดโต๊ะอาหารในพื้นที่ที่ห่างจากครัวเพื่อที่จะรับประทานอาหารมื้อที่ไม่เป็นทางการมากนัก

บางโอกาสผู้สูงอายุบางคนก็ต้องการรับประทานอาหารว่างหรืออาหารทั้งมื้อในขณะที่ดูโทรทัศน์ และบ่อยครั้งที่การรับประทานอาหารเป็นพื้นที่ส่วนบุคคลของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวเนื่องมาจากการที่จะต้องคอยระมัดระวังเรื่องสุขภาพจึงต้องคอยดูแลลักษณะในการรับประทานอาหารให้ดีด้วย การวิจัยแสดงว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวขาดความเอาใจใส่คุณภาพของสารอาหารและไม่ใส่ใจเรื่องการปรุงอาหารโดยเน้นที่ความสะดวกสบายเป็นสำคัญจากเหตุผลดังกล่าว ทำให้สิ่งแวดล้อมจะสนับสนุนและกระตุ้นให้กิจกรรมการรับประทานอาหารเป็นไปด้วยดี พื้นที่สำหรับการรับประทานอาหารควรจะสนองตอบระดับการเข้าถึง ความสะดวกสบาย และสามารถกระตุ้นและพัฒนาแบบแผนของสุขอนามัยในการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุได้ ทศนิยมภาพภายนอก และแสงธรรมชาติสามารถกระตุ้นการรับประทานอาหารทั้งในผู้สูงอายุและคนหนุ่มสาวได้เช่นกัน แต่จะมีผลเป็นพิเศษต่อผู้สูงอายุที่ต้องรับประทานอาหารคนเดียว

4. กิจกรรมเยี่ยมเยือน (Visiting) เป็นกิจกรรมที่รวมเอาแบบอย่างของการติดต่อสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุที่ปรากฏอยู่ภายในที่อยู่อาศัย ตั้งแต่การนั่งเล่นกับเพื่อน การพูดคุยขณะดื่มกาแฟ การเยี่ยมเยือนของครอบครัวในวันหยุด กิจกรรมการเยี่ยมเยือนอาจถูกวางแผนไว้ล่วงหน้าหรือไม่ได้วางแผนไว้เมื่อมีเพื่อนหรือเพื่อนบ้านเข้ามาหา บ่อยครั้งที่มีการนำอาหารมารับประทานด้วยกัน บางครั้งก็มีแขกมาพักด้วย ดังนั้นถึงแม้ว่าผู้มาเยี่ยมทั้งหลายจะอยู่ในพื้นที่ของห้องรับแขกหรือทานอาหาร แต่บางครั้งก็เข้าไปเกี่ยวข้องกับพื้นที่อื่นที่เป็นส่วนตัวมากขึ้น เช่นกัน

กิจกรรมการเยี่ยมเยือนเป็นกิจกรรมที่สำคัญอย่างหนึ่งที่ช่วยให้ผู้สูงอายุได้ติดต่อกับโลกภายนอกโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่เคลื่อนไหวนอกจากห้องที่อยู่อาศัยไม่ได้ จากการศึกษาของ M.I.T. ในปี 1974 ผู้สูงอายุ 63% ได้รับการเยี่ยมเยือนจากเพื่อนๆ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และ 53% ของผู้สูงอายุเหล่านั้นได้ออกไปเยี่ยมเพื่อนๆ ของพวกเขา

การเยี่ยมเยือนส่วนใหญ่เกิดขึ้นบนพื้นฐานที่ไม่เป็นทางการ ที่ที่เพื่อนหรือเพื่อนบ้านสามารถหยุดแวะเพื่อคุยหรือดื่มกาแฟ ที่เป็นทางการนั้นมีน้อยมาก แต่ที่ใช้เวลามากขึ้นโดยบางครั้งเป็นการเตรียมอาหารร่วมกัน กิจกรรมเช่นนี้จะไม่สำคัญเลยหากไม่ได้เกิดขึ้นเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ เช่น การมาทานข้าวเป็นประจำของลูกหลานเดือนละครั้ง ปัญหาอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้น คือ การขาดพื้นที่ในกิจกรรมเหล่านี้ที่บ้านพักคนชราทั้งสองของรัฐ พื้นที่ที่มีอยู่แสดงว่าเพียงพอสำหรับคนตั้งแต่ 6 คนขึ้นไปรอบๆ โต๊ะรับประทานอาหาร หรือสำหรับพูดคุยในห้องพักผ่อน ในเงื่อนไขนี้ผู้อยู่อาศัยจึงคิดว่าห้องครัวจะเล็กเกินไปสำหรับการเตรียมอาหารสำหรับคนกลุ่มใหญ่ที่เพิ่มขึ้นมากการพูดคุยก็เป็นส่วนหนึ่งในกิจกรรมการเยี่ยมเยือน ที่เกิดขึ้นที่โต๊ะอาหารหรือห้องรับแขก จากการศึกษาพบว่า โดยทั่วไป ผู้สูงอายุ 2 คน ชอบที่จะสนทนากันโดยการนั่งตรงข้าม หรือนั่งคนละมุม มากกว่าการนั่งข้างๆ กัน โดยระยะระหว่างกัน (จุมูกถึงจุมูก) อยู่ที่

ประมาณ 5 ฟุต ครั้ง การค้นพบนี้เชื่อว่าระยะเวลาการสนทนาในพื้นที่ที่เล็กกว่าอย่างห้องรับแขกอาจจะสำคัญกว่าในพื้นที่ส่วนกลางของอาคาร อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุหลายคนก็ต้องการระยะที่ใกล้มากกว่านั้นเพราะมีปัญหาเกี่ยวกับกรไถ่ยืน เครื่องเรือนสำหรับกิจกรรมการพูดคุยของผู้สูงอายุ เช่น โซฟาที่มีโต๊ะทั้งสองด้าน โต๊ะกาแฟ และเก้าอี้แบบมีที่เท้าแขนอย่างน้อย 1 ตัว จัดไว้เป็นกลุ่มๆ เป็น Loop และสามารถเพิ่มเก้าอี้เข้าไปได้ถ้าต้องการ

5. กิจกรรมนอนและเปลี่ยนเสื้อผ้า (Sleeping and Dressing) การนอนหลับเป็นความต้องการพื้นฐานของชีวิต และมีผลโดยตรงต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้สูงอายุมีระยะเวลาการนอนในตอนกลางคืน ประมาณ 9 ชั่วโมง และต้องการการนอนหลับพักผ่อนระหว่างวัน ประมาณ 1.4 ชั่วโมง (Howell Sandra C., 1987: 156)

ถึงแม้ว่าการนอนส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นในห้องนอน แต่มีผู้สูงอายุบางส่วนที่ใช้พื้นที่อื่นในบ้านสำหรับการนอน เช่น บางคนนอนกลางวันบนโซฟายาวในห้องรับแขก บางทีก็หลับบนเก้าอี้เอนหลังหน้าโทรทัศน์ ถ้าผู้สูงอายุใช้เวลาในการนอนกลางวันมากก็จะนอนน้อยในตอนกลางคืน บางครั้งผู้สูงอายุใช้เวลาบนเตียงนอนทำกิจกรรมอย่างอื่นนอกจากการนอน เช่น อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ และผู้สูงอายุจะใช้เวลาอยู่บนเตียงมากที่สุดในเวลาที่เจ็บป่วยจนไม่สามารถเคลื่อนที่จากเตียงได้ ดังนั้น สิ่งแวดล้อมของห้องนอนจึงเป็นสิ่งสำคัญ เสียง การเคลื่อนไหวทัศนียภาพ และความเป็นส่วนตัว เป็นปัจจัยที่จะส่งเสริมต่อสุขภาพในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ความเป็นส่วนตัวเป็นสิ่งสำคัญในกิจกรรมการนอน สำหรับทั้งปัจจัยทางกายภาพและประโยชน์ใช้สอย เพราะโดยธรรมชาติของแต่ละคนจะแสดงออกมาในลักษณะของการจัดตำแหน่งของการนอน มุมมองของเตียง การจัดเครื่องเรือนประกอบกับเตียง ต่างก็อยู่ในประเด็นที่ต้องพิจารณาที่ป้องกันหรือห้ามผู้อื่นเข้าไปรบกวน เป็นประเพณีการจัดห้องนอนที่เจ้าของห้องจะมีสิ่งของส่วนตัวที่สำคัญซึ่งต้องการป้องกันจากผู้มาเยี่ยม เช่น รูปภาพ เสื้อผ้า และยาที่ใช้ประจำ และยังเป็นสถานที่ส่วนตัวที่จะใช้ในการเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว จากการศึกษาของ M.I.T. ในปี 1974 มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับพื้นที่การนอนของผู้สูงอายุว่า โดยเฉพาะผู้สูงอายุหญิงที่เป็นโสด ต้องการห้องนอนใหญ่เป็นพิเศษที่สามารถใส่เตียงเดี่ยวลงไปได้ 2 เตียง รวมทั้งเครื่องเรือนอื่นๆ และบางส่วนต้องการปิดบังตำแหน่งของเตียงนอนจากผู้มาเยี่ยม และผู้สูงอายุทั้งหมดต้องการให้สามารถเข้าใช้ห้องน้ำได้สะดวกจากห้องนอน แต่ก็ไม่ต้องให้ผู้มาเยี่ยมผ่านเข้ามาในบริเวณนอนเพื่อเข้าห้องน้ำ

ผู้สูงอายุบางส่วนต้องการห้องนอนเพิ่มอีก 1 ห้องสำหรับแขกหรือสำหรับทำงานอดิเรก เครื่องเรือนในห้องนอนสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของพวกเขาที่พัฒนามาเป็นเวลาหลายปี บางครั้งมีการเก็บสะสมเครื่องเรือนจนทำให้พื้นที่ภายในห้องไม่พอที่จะวางเครื่องเรือนเหล่านั้น และจาก

การศึกษาพบว่ากิจกรรมการแต่งตัวก็รวมอยู่ในห้องนอนโดยมีโต๊ะทำงานตั้งอยู่ใกล้ๆ กับตู้เสื้อผ้าเสมอเพื่อสร้างความสะดวกสบายให้กับพื้นที่การแต่งตัว เป็นประเด็นหนึ่งซึ่งแสดงถึงความจำเป็นในการเก็บเข้าหรือเอาเสื้อผ้าออกจากตู้

6. กิจกรรมภายนอกที่พักอาศัย (Going Outdoor) เช่น การไปพบหมอ ร้านเสริมสวย ห้างสรรพสินค้า เป็นต้น

รูปแบบของเครื่องเรือน (Furnishing Patterns) ก่อนหน้านี้ได้กล่าวถึง มีกิจกรรมใดบ้างที่ผู้สูงอายุปฏิบัติคล้ายคลึงกันในที่อยู่อาศัยของพวกเขา มีPattern ของการจัดเครื่องเรือนที่รองรับกิจกรรมของพวกเขาหรือไม่ เพื่อที่จะทดสอบประเด็นนี้ ได้ทำการหาค่าเครื่องเรือนต่อความต้องการเครื่องเรือน ที่ใช้สำหรับกิจกรรม ในขณะที่มีพื้นฐานการใช้ชีวิตแตกต่างกัน โดยการควบคุมลักษณะในการออกแบบ (ห้องพัก) ให้คล้ายคลึงกันกัน ประเด็นเกี่ยวกับการจัดเครื่องเรือนทำให้ทราบถึงแบบ (Patterns) ของกิจกรรมการอยู่อาศัย ในพื้นที่ที่กำหนด (พื้นที่ห้อง)

เครื่องเรือนโดยเฉลี่ย สำหรับแบบของอพาร์ทเมนท์ทั้ง 4 แบบจะมีรายการเครื่องเรือนให้สังเกต โดยอยู่บนพื้นฐาน (ของขนาด) โดยเฉลี่ย โดยเฉลี่ยแล้ว มีเครื่องเรือน 19 ชิ้น ในห้องพักอาศัยแบบ Efficiency และ 23 ชิ้นสำหรับ ห้องพักแบบ 1 ห้องนอน 1 ห้องรับแขก (Double occupancy) จำนวนโดยเฉลี่ยนี้มากกว่าที่ มาตรฐานต่ำสุดที่ Housing and Urban Design (HUD) แนะนำ ในพื้นที่ขนาดนี้ มาตรฐานของ MPS แนะนำว่าจำนวนเครื่องเรือนที่เหมาะสม คือ 13 ชิ้น สำหรับห้องพักอาศัยแบบ Efficiency และ 14 ชิ้นสำหรับ ห้องพักแบบ 1 ห้องนอน 1 ห้องรับแขก มีเพียง 2 ห้องใน 55 ห้อง ที่มีเครื่องเรือนน้อยขึ้นตรงตามมาตรฐานขั้นต่ำ

มาตรฐานของ HUD ไม่ได้สื่อให้เห็นถึงจำนวนที่เหมาะสมของโต๊ะและเก้าอี้ (Easy Chair) ในการอยู่อาศัยทั่วไปของอพาร์ทเมนท์ และโดยทั่วไปแล้ว MPS ให้ความสำคัญกับเครื่องเรือนสำหรับรับประทานอาหาร เพราะเกือบทั้งหมดของผู้อยู่อาศัยพยายามหาชุดเครื่องเรือนสำหรับรับประทานอาหารมาไว้ในห้องของพวกเขา (เช่น โต๊ะขนาด 30x40 นิ้ว แบบที่มีปีกให้สามารถยืดขยายได้เท่าที่เป็นไปได้ เก้าอี้เข้าชุดกัน 4 ตัว และตู้เก็บของแบบจีน) ในขณะที่มาตรฐานของ HUD สันนิษฐานว่าผู้อยู่อาศัยมีชุดทำครัวขนาดเล็ก (โต๊ะขนาด 30x30 นิ้ว กับเก้าอี้ 2 ตัว) ข้อขัดแย้งนี้ เป็นไปได้ว่าจำนวนเครื่องเรือนในมาตรฐานของ HUD นั้น มีไม่เพียงพอสำหรับพื้นที่รับประทานอาหาร

ขนาดมาตรฐานของเครื่องเรือนที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้มีพื้นฐานจากข้อมูลจากแหล่งเหล่านี้ คือ

1. มาตรฐานเครื่องเรือนขั้นต่ำของ Housing and Urban Design (HUD) ปี 1973
2. มาตรฐานขนาดของเครื่องเรือนที่ได้จากการศึกษาเครื่องเรือนราคาปานกลางในตลาด



ประเทศแคนาดา (Central Mortgage and Housing Corporation (CMHC), Canada, in The Use and Design of Space in the Home, 1974.)

3. จากการศึกษาของ Michigan State Housing Development Authority (MSHDA) ใน Housing for the Elderly Development Process, 1974. ซึ่งการศึกษานี้อยู่บนพื้นฐานของมาตรฐาน HUD

4. จาก Graphic Standard (GS) ปี 1938 1945 และ 1970 ให้ขนาดกว้างๆ ของเครื่องเรือนแต่ละประเภทที่มีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน

5. จาก Time – Saver Standard for Building Types (TSS) ปี 1973 “ขนาดของเครื่องเรือนจะเป็นเรื่องเล็กน้อยมาก เครื่องใช้วัดนี้ชี้ให้เห็นถึงขนาดของเครื่องเรือนที่พบได้ทั่วไปในบ้านที่มีราคาปานกลางขึ้นไป และแบบของเครื่องเรือนไม่มีผลต่อขนาดของเครื่องเรือนมากนัก

6. จาก Sears (ชื่อของบริษัทผลิตเฟอร์นิเจอร์) ปี 1976 เครื่องเรือนบางส่วนที่ผู้สูงอายุเป็นเจ้าของมีลักษณะคล้ายกับที่อยู่ใน Catalogue ของ Sears โดยเลือกเฉพาะเครื่องเรือนที่มีรูปแบบคล้ายคลึงกับเครื่องเรือนที่อยู่ในห้องผู้สูงอายุที่ศึกษาเท่านั้น

7. จาก Design Evaluation Project (DEP) ปี 1977 ซึ่งขนาดของเครื่องเรือนได้จากการศึกษาภายในพื้นที่ที่ทำการศึกษา (Cambridge Sites)

ขนาดของเครื่องเรือน 1 ชิ้น จะถูกแจกแจงความถี่แตกต่างกันออกไปตามแหล่งข้อมูลที่อ้างอิง โดยพยายามจัดให้เป็นกลุ่มที่สามารถสะท้อนให้เห็นถึงความโน้มเอียง (ว่าเป็นไปตามมาตรฐานใด) ในที่สุดก็จะได้ขนาดโดยเฉลี่ยของเครื่องเรือนนั้นๆ ดังนั้น ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะไม่มีเครื่องเรือนที่มีขนาดใหญ่กว่าที่การศึกษาในครั้งนี้แนะนำไว้

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย