

สรุปผลการวิจัยและการอภิปรายผล

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา และศึกษาปัจจัยทำนายความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ปัจจัยทำนายรวมถึงเพศ การใช้เวลาว่าง การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการรับรู้สภาวะสุขภาพ

โดยมีสมมติฐานการวิจัยดังนี้

1. ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราเพศชาย จะมีระดับความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าเพศหญิง
2. การใช้เวลาว่าง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา
3. การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา
4. การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา
5. การรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา
6. เพศ การใช้เวลาว่าง การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการรับรู้สภาวะสุขภาพ จะสามารถร่วมกันทำนายระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราได้

ตัวอย่างประชากรในการวิจัย

ตัวอย่างประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่พักอาศัยในสถานสงเคราะห์คนชราของรัฐ สังกัดกรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงมหาดไทย จำนวน 130 คน ซึ่งคำนวณจาก 20 เท่าของตัวแปรพยากรณ์ได้เท่ากับ 100 คน แล้วเพิ่มขนาดตัวอย่างประชากรเป็น 130 คน และได้เลือกตัวอย่างประชากรแบบหลายขั้นตอน (Multistage Sampling) โดยเลือกสถานสงเคราะห์คนชราที่มีประชากรมากที่สุดในแต่ละภาคของทั้ง 5 ภาค ดังนี้ คือ ภาคกลางคือ สถานสงเคราะห์คนชรานบ้านบางแค กรุงเทพฯ ภาคตะวันออกคือ บ้านบางละมุง ชลบุรี ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คือ บ้านธรรมปกรณโพธิ์กลาง นครราชสีมา ภาคเหนือ คือ บ้านธรรมปกรณ

เชียงใหม่ และภาคใต้ บ้านทักษิณ ยะลา หลังจากนั้นได้คำนวณหาขนาดตัวอย่างประชากรตามอัตราส่วน และได้ทำการคัดเลือกตัวอย่างประชากรที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ประกอบด้วย 6 ส่วนคือ

- ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์การใช้เวลาว่างของผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ
- ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต
- ส่วนที่ 5 แบบสัมภาษณ์การรับรู้สภาวะสุขภาพ
- ส่วนที่ 6 แบบสัมภาษณ์ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา กระทำโดยผ่านการตรวจสอบของผู้ทรงคุณวุฒิด้านการแพทย์ การพยาบาล และการวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุ รวม 10 ท่าน หลังจากนั้นได้หาค่าความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์ โดยแบบสัมภาษณ์ การใช้เวลาว่าง การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต การรับรู้สภาวะสุขภาพ และความพึงพอใจในชีวิต ได้คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาช (Cronbach) และหาความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุด้วยวิธีของคูเดอร์ ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson formula 20) กับกลุ่มตัวอย่างประชากร ผู้สูงอายุ จำนวน 30 คน ได้ค่าความเที่ยงดังนี้ แบบสัมภาษณ์การใช้เวลาว่างของผู้สูงอายุได้ .72 การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุได้ .71 การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตได้ .73 การรับรู้สภาวะสุขภาพได้ .70 ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้ .74

ภายหลังเก็บข้อมูลได้หาค่าความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่างประชากรทั้งหมด จำนวน 130 คน ได้ค่าความเที่ยงดังนี้ แบบสัมภาษณ์การใช้เวลาว่างของผู้สูงอายุได้ .70 แบบสอบถามการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุได้ .76 การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตได้ .79 การรับรู้สภาวะสุขภาพได้ .74 ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้ .79

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำแบบสัมภาษณ์ ไปสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างประชากร ในสถานสงเคราะห์คนชรา ของรัฐ 5 แห่ง ด้วยตนเอง และผู้ช่วยวิจัย 2 ท่าน ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมด 8 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC+ ได้วิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของผู้สูงอายุ วิเคราะห์โดยแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ จำแนกตามเพศหญิง เพศชาย และทั้งหมด
2. จำนวน และระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ การใช้เวลาว่าง การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการรับรู้ภาวะสุขภาพ
3. ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจในชีวิต และปัจจัยทำนาย
- 5 ประการจำแนกเพศ
4. ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุกับปัจจัยทำนาย วิเคราะห์โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)
5. การวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression) และสร้างสมการพยากรณ์ระดับความพึงพอใจในชีวิต

สรุปผลการวิจัย

1. ลักษณะกลุ่มตัวอย่างประชากรในการวิจัย
 - 1.1 ตัวอย่างประชากรประกอบด้วย ผู้สูงอายุเพศชายมากกว่า เพศหญิง คือ เพศชาย ร้อยละ 55.4 เพศหญิง ร้อยละ 44.6 เป็นผู้มีอายุระหว่าง 70-79 ปี มากที่สุด คือ ร้อยละ 49.2 มีอายุระหว่าง 60-69 ปี และมากกว่า 80 ปี ในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน คือ ร้อยละ 26.2 และ 24.6 ตามลำดับ เป็นผู้ที่นับถือศาสนาพุทธเป็นส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 96.1 มีเพียงส่วนน้อยที่นับถือศาสนาคริสต์ และอิสลาม คือ ร้อยละ 3.1 และ 0.8 ตามลำดับ และพบว่าเป็นผู้ที่มีสภาพเป็นหม้ายมากที่สุด คือ ร้อยละ 39.3 รองลงมาคือเป็นโสด ร้อยละ 19.3 แยกกันอยู่ ร้อยละ 18.5 และมีสถานภาพสมรสคู่กับหย่า เท่ากันคือ ร้อยละ 11.6
 - 1.2 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่มีรายได้ คือ ร้อยละ 50.7 มีรายได้ ร้อยละ 28.5 และมีเงินสะสม ร้อยละ 20.7 มีอาชีพรับจ้างเป็นส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 23.8 รองลงมาคือเป็นชาวนา ร้อยละ 22.3 นอกนั้นเมื่ออาชีพ รับราชการ รัฐวิสาหกิจ แม่บ้าน และอื่นๆ คือ ร้อยละ 11.5 10.8 8.5 และ 3.8 ตามลำดับ
 - 1.3 ผู้สูงอายุได้รับการศึกษาในระดับประถม 1-4 มากที่สุด คือ ร้อยละ 37.7 รองลงมาคือ ไม่ได้ได้รับการศึกษา ร้อยละ 33.07 มีธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ 8.46 มีธยมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ 17.69 มีเพียงส่วนน้อยที่ได้รับการศึกษาชั้นอาชีวศึกษา และปริญญาตรีขึ้นไป คือ ร้อยละ 1.53 และเป็นผู้สูงอายุที่อาศัยในสถานสงเคราะห์คนชรา มากกว่า 1 ปี เป็นส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 76.9 มีเพียง ร้อยละ 23.1 ที่อาศัยต่ำกว่า 1 ปี

2. จำนวน และระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ การใช้เวลาว่าง การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการรับรู้ภาวะสุขภาพ

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในชีวิต ในระดับปานกลาง คือ ร้อยละ 60.8 รองลงมา คือ พพอใจในระดับสูง คือ ร้อยละ 31.5 มีส่วนน้อยที่มีความพึงพอใจในชีวิตต่ำ คือ ร้อยละ 7.7 ผู้สูงอายุมีการใช้เวลาว่างในระดับปานกลาง มากที่สุด คือ ร้อยละ 60 รองลงมา คือ ใช้เวลาว่างในระดับสูง ร้อยละ 22.3 และใช้เวลาว่างในระดับต่ำ ร้อยละ 17.7 เป็นผู้ที่มีการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในระดับปานกลางมากที่สุด คือ ร้อยละ 45.4 รองลงมาคือ เตรียมตัวในระดับต่ำ ร้อยละ 33.1 และเตรียมตัวในระดับสูง ร้อยละ 21.1 เป็นผู้ที่มีการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตในระดับสูง มากที่สุด คือ ร้อยละ 54.62 รองลงมาคือ รับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.85 และมีเพียง ร้อยละ 1.54 ที่มีการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตต่ำ และพบว่าเป็นผู้ที่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพในระดับสูง มากที่สุด คือ ร้อยละ 61.54 รองลงมาคือ รับรู้ภาวะสุขภาพในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.69 และมีเพียง ร้อยละ 0.77 ที่มีการรับรู้ภาวะสุขภาพในระดับต่ำ

3. ค่าเฉลี่ย ความพึงพอใจในชีวิต และปัจจัยทำนาย จำแนกตามเพศ

ผู้สูงอายุ มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตโดยเฉลี่ย 24.9 มีคะแนนการใช้เวลาว่างเฉลี่ย 15.69 คะแนนการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยเฉลี่ย 5.17 คะแนนการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต โดยเฉลี่ย 18.78 คะแนนการรับรู้ภาวะสุขภาพ โดยเฉลี่ย 34.07 และเมื่อทดสอบค่าที พบว่า ผู้สูงอายุทั้งเพศชาย และเพศหญิง มีคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิต การใช้เวลาว่าง การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการรับรู้ภาวะสุขภาพ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ตารางที่ 12)

4. ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิตกับปัจจัยทำนาย

4.1 เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.0524$) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ 1 ที่ว่า "ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราเพศชาย จะมีระดับความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าเพศหญิง" (ตารางที่ 13)

4.2 การใช้เวลาว่าง มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .4972$) จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ 2 ที่ว่า "การใช้เวลาว่าง มีความสัมพันธ์ทางบวกที่ระดับ .01 กับระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา" (ตารางที่ 13)

4.3 การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .5220$) จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ 3 ที่ว่า "การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ มีความสัมพันธ์ทางบวกที่ระดับ .01 กับระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา" (ตารางที่ 13)

4.4 การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต มีความสัมพันธ์กับ ความพึงพอใจใน

ชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .5931$) จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ 4 ที่ว่า "การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต มีความสัมพันธ์ทางบวกที่ระดับ .01 กับระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา" (ตารางที่ 13)

4.5 การรับรู้ภาวะสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .5613$) จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ 5 ที่ว่า "การรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวกที่ระดับ .01 กับระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา" (ตารางที่ 13)

5. ปัจจัยทำนาย ที่มีความสำคัญมากที่สุด คือ การรับรู้ภาวะสุขภาพ (beta = .327) รองลงมา ได้แก่ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต (beta = .322) การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ (beta = .202) และการใช้เวลาว่าง (beta = .187) ตามลำดับ และเมื่อนำการรับรู้ภาวะสุขภาพ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และการใช้เวลาว่างมารวมกัน จะสามารถพยากรณ์ระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ สามารถพยากรณ์ระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 57.3 ($R^2 = .573$) (ตารางที่ 14)

เขียนสมการพยากรณ์ระดับความพึงพอใจในชีวิต ในรูปคะแนนมาตรฐานได้ ดังนี้

$$Z' = .327 B_5 + .322 B_4 + .202 B_3 + .187 B_2$$

อภิปรายผล

1. ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่อาศัยในสถานสงเคราะห์คนชรา ของรัฐ ทั้งในภาคเหนือ ภาคกลาง ภาคตะวันออก ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และ ภาคใต้ มีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตโดยเฉลี่ยในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 24.9$) และเมื่อพิจารณาในรายละเอียด พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง คือร้อยละ 53.1 รองลงมาคือ มีความพึงพอใจในชีวิตระดับสูง คือ ร้อยละ 40.7 และมีเพียงส่วนน้อย ที่มีความพึงพอใจในชีวิตในระดับต่ำ คือ ร้อยละ 6.1 ที่เป็นเช่นนี้ อาจเนื่องมาจาก ผู้สูงอายุที่เข้าอาศัยในสถานสงเคราะห์คนชรา เป็นผู้ที่มีรายได้น้อยเป็นส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 50.7 ที่มีรายได้ ร้อยละ 28.5 และมีเงินสะสม ร้อยละ 20.7 ดังนั้น การที่ผู้สูงอายุได้เข้ารับบริการในสถานสงเคราะห์ที่รัฐจัดให้ มีปัจจัยพื้นฐาน 4 ประการ ที่พร้อม จึงทำให้ผู้สูงอายุที่เคยมีรายได้น้อยหรือยากจนมาก่อน เมื่อเข้าอาศัยในสถานสงเคราะห์ ก็จะมีชีวิตเพิ่มขึ้น ดังที่ เอ็ดเวิร์ด และ เคลมแมค (Edwards and Klemmack 1973) กับ แชฟฟิลด์ (Chaufield 1977) ทำการศึกษาพบว่า เศรษฐกิจมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิต และจากการสัมภาษณ์ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีฐานะยากจน ในอดีตเคยรับจ้าง หรือทำนา จะรับประทานอาหาร วันละ 2

มือ เมื่อเข้าอาศัยในสถานสงเคราะห์ที่รัฐให้การดูแล มีอาหาร 3 มือ และมีปัจจัยพื้นฐานที่เพียงพอแก่การดำรงชีวิต จึงรู้สึกมีความพึงพอใจ และสุขสบายมากขึ้น ในทางตรงข้ามผู้สูงอายุที่เคยมีฐานะทางเศรษฐกิจดี มีตำแหน่งหน้าที่การงานสูงมาก่อน เมื่อเข้าอาศัยในสถานสงเคราะห์จะมีการเปรียบเทียบความสุขสบายในอดีต จึงทำให้มีความพึงพอใจน้อย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของเชอร์วูด และคณะ (Sherwood et al 1974 cited by Schulz and Brenner 1977 : 326) ที่ได้ทำการศึกษาดังผลของการย้ายที่อยู่ จากบ้านไปอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา ของผู้สูงอายุ 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ยากจนกับกลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี โดยมีการทดสอบความพึงพอใจในชีวิตก่อนเข้าอาศัยในสถานสงเคราะห์ พบว่า กลุ่มยากจน จะมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำกว่ากลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี แต่เมื่อผู้สูงอายุ 2 กลุ่ม เข้าไปอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราแล้ว เขาได้ทำการทดสอบความพึงพอใจในชีวิตภายหลังอีกครั้งหนึ่ง พบว่า กลุ่มยากจนจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงขึ้น ในขณะที่กลุ่มที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี มีความพึงพอใจในชีวิตคงที่

ในการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างประชากรส่วนมากเป็นผู้ที่มีรายได้น้อย มีเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี จึงทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง และสูง ได้มากกว่ากลุ่มที่มีความพึงพอใจในชีวิตต่ำได้

2. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ กับ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา พบว่าไม่มีความสัมพันธ์กันระหว่าง เพศ กับ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 แสดงว่า ผู้สูงอายุเพศชาย และเพศหญิง มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และค้านกับการศึกษาของ มิลเลอร์ และรัสเซล กับ สเปอร์ทเซอร์ และ สไนเดอร์ (Miller and Russell 1980 ; Sprietzer and Snyder 1974) ซึ่งทำการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของความพึงพอใจในชีวิตในผู้สูงอายุชาวอเมริกัน และพบว่าผู้สูงอายุเพศชายจะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง ทั้งยังสอดคล้องกับข้อค้นพบของ ครีเรือน แก้วกังวาล (2530 : 258) ซึ่งศึกษาเรื่องจิตวิทยาพัฒนาการในการปรับตัวของผู้สูงอายุ พบว่าหลังจากเกษียณผู้หญิงมักปรับตัวในชีวิตด้านการทำงานได้ง่ายกว่าผู้ชาย ซึ่งอาจอธิบายเหตุผลได้ว่า วัฒนธรรมไทยได้ให้การยกย่อง กำหนดบทบาทให้เพศชายเป็นผู้นำครอบครัว เป็นที่พึ่งพาของคนอื่น เมื่อเป็นผู้สูงอายุ และย้ายเข้าอาศัยในสถานสงเคราะห์ จึงต้องมีการเปลี่ยนบทบาทอย่างมาก ทำให้เกิดความรู้สึกไร้คุณค่า ซึ่งต้องอาศัยการปรับตัวมากกว่าผู้สูงอายุเพศหญิงที่เคยมีบทบาทเป็นแม่บ้านมาก่อน จึงทำให้ไม่ต้องปรับตัวในเรื่องบทบาทมากเท่าเพศชาย

ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่าผู้สูงอายุทั้งเพศหญิงและเพศชายมีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตโดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 คือ เพศชายจะมีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตโดยเฉลี่ย 25.25 คะแนน ในขณะที่เพศหญิงมี 24.47 คะแนน ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องจากผู้สูงอายุทั้งเพศหญิง และเพศชาย เป็นผู้ที่ต้องจากครอบครัว มาอยู่ในสถานสงเคราะห์ที่มีสภาพแวดล้อม มีกิจวัตรประจำวันคล้ายคลึงกันเป็นเวลานาน ดังเห็นได้จากจำนวนผู้สูงอายุส่วนใหญ่ คือ

ร้อยละ 76.9 เป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา มากกว่า 1 ปีขึ้นไป มีเพียงร้อยละ 23.1 ที่อาศัยต่ำกว่า 1 ปี จึงทำให้ผู้สูงอายุทั้งเพศหญิงและเพศชายต่างผ่านประสบการณ์การปรับตัวต่อการดำเนินชีวิตประจำวันในสถานสงเคราะห์คนชรา มาช่วงระยะหนึ่งแล้ว และเมื่อพิจารณาในรายละเอียด ก็จะพบว่า ผู้สูงอายุทั้งเพศหญิงและเพศชาย ในสถานสงเคราะห์คนชรา เป็นผู้ที่มีการใช้เวลาว่าง การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการรับรู้สภาวะสุขภาพ ในระดับสูง ปานกลางและต่ำ ในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน (ดูค่าเฉลี่ยตารางที่ 9-11) ดังนั้น จึงทำให้ผู้สูงอายุทั้งหญิงและเพศชาย มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติได้

3. ผลการวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลาว่าง กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา พบว่ามีความสัมพันธ์กันทางบวก ระหว่างการใช้เวลาว่าง กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ในระดับปานกลาง ($r = .4972$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระดับ .01 กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่มีการใช้เวลาว่างมาก จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนั้นเพราะการใช้เวลาว่างมีประโยชน์ ในการส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นการช่วยให้บุคคล ได้ระบายความตึงเครียด ทำให้พร้อมที่จะประกอบกิจกรรมประจำวันในชีวิตต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ในสังคม (จรินทร์ ธานีรัตน์ 2519 :64-65) จึงทำให้คนที่มีการใช้เวลาว่างมาก มีความพึงพอใจในชีวิตสูง และสนับสนุนทฤษฎีกิจกรรมที่ว่า บุคคลที่พยายามหากิจกรรมอื่นมาทดแทนกิจกรรมเดิมทำให้คงบทบาทของเขาไว้ได้ และจะทำให้บุคคลนั้น เป็นผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิต (Barrow and Smith 1979 ; Sharon Vander Zyl 1979 and Sally Wendkos 1986) และสอดคล้องกับการศึกษาของมาร์โค กับมาร์ติน เอ็ดเวิร์ด กับเคลิมแมค ซัสแมน และฟิลลิป (Markides and Martin 1979 ; Edwards and Klemmack 1973 ; Suchman and Phillips 1958) และเชมิกา ยามะรัต (2527) ที่พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ และซัสแมนและฟิลลิป ยังพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญมากที่สุดต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุด้วย

4. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า มีความสัมพันธ์กันทางบวก ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ในระดับปานกลาง ($r = .5201$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 กล่าวคือ คนที่มีการเตรียมตัวก่อนสูงอายุไว้มาก จะเป็นผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนั้นเพราะ ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่เคยมีบทบาทในการทำงาน ในสังคมในวัยผู้ใหญ่มาก่อน ซึ่งในช่วงวัยผู้ใหญ่ที่นั้นบุคคลส่วนมากจะมีความเจริญสูงสุดในทุกด้าน แต่เมื่อถึงช่วงสูงอายุ ถึงวัยเกษียณ บุคคลจะมีการเปลี่ยนแปลงจากหน้ามือเป็นหลังมือ กล่าวคือ บุคคลจะสูญเสียทุกสิ่งทุกอย่างที่เคยมีนับตั้งแต่ การสูญเสียบทบาททางการงานการสูญเสียอำนาจ การมีรายได้ลดลง การมีสถานะทางสังคมตกต่ำ การรู้สึกว่าคุณเอง

ไว้ประโยชน์ต่อสังคม ไปจนถึงมีเวลาว่างมากเกินไป (ศิรางค์ ทับสายทอง 2530 : 221) ความรู้สึกดังกล่าว ขึ้นอยู่กับการเตรียมตัว ความคาดหวัง และการปรับตัวของแต่ละบุคคล ถ้าบุคคลได้มีการเตรียมตัวไว้ล่วงหน้า และไม่คาดหวังอะไรจากสังคมมากเกินไป เมื่อเป็นผู้สูงอายุ ก็จะได้ไม่ประสบปัญหาในการปรับตัวอย่างกระชั้นชิด ไม่ผิดหวังจนเกินไปและไม่เกิดเป็นภาวะวิกฤตในชีวิต เพราะได้ผ่านการเตรียมพร้อม และเตรียมการที่จะเผชิญไว้อย่างเพียงพอแล้ว ก็จะทำให้สามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างมีความสุข ดังที่ เสนอ อินทรสุขศรี (2525) ศรีเรือน แก้วกังวาล (2518) และ อบรม ลินภิบาล ที่ได้ให้แนวคิดเป็นแนวเดียวกันว่า บุคคลควรมีการเตรียมตัวล่วงหน้า ได้แก่ เตรียมเงินทอง ที่อยู่อาศัย บุคคลที่จะอยู่เป็นเพื่อน เตรียมงานอดิเรก เตรียมกาย เตรียมใจ และเตรียมรับบทบาทใหม่ เมื่อมีการเตรียมพร้อมแล้วก็จะทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้สูงอายุที่มีความสุขในช่วงสุดท้ายของชีวิต และเกิดความพึงพอใจในชีวิตได้

5. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต กับ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า มีความสัมพันธ์กันทางบวกระหว่าง การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในระดับปานกลาง ($r = .5931$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 กล่าวคือ คนที่มีการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตสูง จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และจากการที่ผู้สูงอายุในสถานลงเคราะห์คนชรา รับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตสูงนั้น เป็นไปตามที่ อิริคสัน (Erikson) กล่าวว่า ประสบการณ์ในชีวิตวัยต้นๆ มีส่วนร่วมส่งผลสะท้อนถึงวัยสูงอายุได้ คือ ผู้ที่ประสบผลสำเร็จในชีวิตในวัยผู้ใหญ่จะพัฒนาเป็นผู้สูงอายุที่มีความสงบ และยอมรับวัยสุดท้ายด้วยความรู้สึกทางบวก (เปรียบ ปัญญวิช 2521 : 106) แคมป์เบล และ ฟลานาแกน (Campbell 1976; Flanagan 1978) ก็ได้ให้แนวคิดเป็นแนวเดียวกันว่า ความสมหวังในการทำงานเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตได้ และสอดคล้องกับการศึกษาของ เขมิกา ยามะรัต (2527) ที่พบว่า ตำแหน่งครั้งสุดท้ายมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุข้าราชการบำนาญ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ และจากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พบข้อสังเกตว่า ผู้สูงอายุได้กล่าวถึงการทำงานในอดีตด้วยความพอใจเป็นอย่างมาก และผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเห็นว่า หากตนมีสุขภาพแข็งแรงและมีงานให้ทำอีก ตนก็ยินดีที่จะทำ และจะมีความสุขมากขึ้นที่ได้ทำงาน ซึ่งอาจเป็นผลมาจาก ผู้สูงอายุต้องการเป็นบุคคลที่มีคุณค่า ต้องการการยกย่องจากสังคม และมีความต้องการที่จะพึ่งพาตนเองไม่เป็นภาระของผู้อื่น ทั้งทางเศรษฐกิจและสังคม ดังนั้นเมื่อผู้สูงอายุไม่สามารถจะทำทุกอย่างได้ตามที่ต้องการการที่ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงประสบการณ์ และความสำเร็จของงานในอดีต จึงเป็นหนทางหนึ่งที่จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจได้ ดังที่ พระยาอนุมานราชธน กล่าวถึง ความสุขของวัยสูงอายุว่า คือ ความหลัง (ประสพ รัตนากร อังโน กรมการแพทย์ 2527 : 5) ดังนั้นการที่ผู้สูงอายุได้กล่าวถึง ความสำเร็จในอดีตจึงย่อมก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตได้ด้วย

6. ผลการวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ระหว่าง การรับรู้สภาวะสุขภาพ กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า มีความสัมพันธ์กันทางบวก ระหว่าง การรับรู้สภาวะสุขภาพ กับความ

พึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในระดับปานกลาง ($r = .5613$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่มีการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเองในทางบวก จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูง ที่เป็นเช่นนี้เพราะ การรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเองในทางบวกเป็นส่วนหนึ่งของอัตมโนทัศน์ที่ติดต่อกับตนเอง มีทัศนคติที่ติดต่อกับสภาวะสุขภาพซึ่งจะมีผลทำให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจในการดูแลสุขภาพของตนเองต่อไปได้เป็นอย่างดี และมีความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ จอห์นสัน และคณะ พาลมอร์ แจ็คเคิล ชัสแมน และฟิลลิป (Johnson, et al. 1982 ; Palmore 1972 ; Jackle 1974 ; Suchman and Phillips 1958) ที่พบว่า การรับรู้สภาวะสุขภาพเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิต โดยที่ ชัสแมน และ ฟิลลิป ได้ทำการศึกษาวเคราะห์แบบขั้นตอน ในผู้ป่วยเรื้อรัง พบว่า การรับรู้สภาวะสุขภาพเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญมากเป็นอันดับสอง รองจากการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม และจากการล้มล้างของเสียของผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยพบข้อสังเกตว่า ผู้สูงอายุส่วนมาก จะมีความวิตกกังวลสูง เกี่ยวกับสุขภาพของตน เช่น เกรงว่าจะมีการเจ็บป่วยที่ทำให้ตนช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ เป็นสิ่งสำคัญเพราะเกรงว่าจะไม่มีผู้ดูแล และจะเป็นภาระของผู้อื่น จึงทำให้ทราบถึง การให้ความสำคัญต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่จะมึผลกระทบต่อจิตใจ และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้

7. ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ทุกคู่ระหว่างตัวแปรพยากรณ์กับตัวแปรเกณฑ์ พบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01 นั่นคือ ระดับความพึงพอใจในชีวิตมีความสัมพันธ์ทุกคู่กับการใช้เวลาว่าง การเตรียมตัวก่อนเข้าลู่วัยสูงอายุ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต การรับรู้สภาวะสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($R^2 = .573$) (ตารางที่ 14) ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย

เมื่อนำตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสัมพันธ์ทุกคู่กับระดับความพึงพอใจในชีวิตดังกล่าวมาพิจารณาในรายละเอียดของตัวแปรพยากรณ์แต่ละตัว พบว่า ตัวพยากรณ์ที่มีความสัมพันธ์ในลำดับสูงสุด คือ การรับรู้สภาวะสุขภาพ เพราะเป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปของคะแนนมาตรฐานสูงสุด ($\beta = .327$) อาจอธิบายได้ว่าการรับรู้สภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุมีความสำคัญสูงสุด เนื่องจากการรับรู้สภาวะสุขภาพเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นในตัวผู้สูงอายุต่อสภาพการทำงานของร่างกายและจิตใจ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ แต่เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของผู้สูงอายุ จะเห็นได้ชัดกว่า การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ เช่น มีผิวแห้งเหี่ยว ย่น ผมเปลี่ยนสีเป็นสีเทา หรือขาว หลั่งไค้งลง เป็นต้น เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเกิดขึ้นก็จะมีผลต่อสภาพลักษณะของตนเอง ทำให้มีความเชื่อมั่นในตนเองลดลง ความพึงพอใจในสภาพร่างกายก็จะลดลง ซึ่งส่งผลกระทบต่อความพึงพอใจในชีวิต และจากการที่กายและจิตเป็นส่วนเกี่ยวข้องกันโดยตรงอย่างแยกไม่ออก ดังที่ รอย (Roy 1985: 302) กล่าวว่า กายและจิต เป็นหน่วยเดียวกัน สิ่งกระทบใดๆ ที่เข้ามากระทบโดยตรง หรือทางอ้อม ต่อกาย หรือจิตก็ตาม การตอบสนองจะเป็นการตอบสนองร่วมของทั้งกายและจิตเสมอ ดังนั้น การรับรู้เกี่ยวกับสภาวะสุขภาพ จึงมีผลต่อด้านจิตใจ และมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิต

ของผู้สูงอายุ เมื่อผู้สูงอายุรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเองในทางบวก ก็จะทำให้มีความพึงพอใจในชีวิตสูง ในทางตรงกันข้าม หากผู้สูงอายุรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเองในทางลบ ก็จะทำให้ผู้สูงอายุ ท้อแท้ ลึนหวัง ทหมดกำลังใจที่จะดูแลสุขภาพของตนเอง และมีผลกระทบต่อการทำงานชีวิตต่อไป ทำให้เกิดปัญหาด้านจิตใจ ได้แก่ ภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล และนำไปสู่การฆ่าตัวตายได้ในที่สุด การรับรู้สภาวะสุขภาพในทางบวกของผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งสำคัญมากที่สุดในการทำงานที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีกำลังใจต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ในการดำเนินชีวิตได้

ในการศึกษาคั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่มีการรับรู้สภาวะสุขภาพอยู่ในระดับสูงเป็นส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 61.54 รองลงมา คือ รับรู้สภาวะสุขภาพในระดับปานกลาง ร้อยละ 37.69 และรับรู้สภาวะสุขภาพในระดับต่ำ ร้อยละ 0.77 เพื่อเป็นการเพิ่มการรับรู้สภาวะสุขภาพให้สูงมากขึ้น ดังนั้น บุคลากรในทีมสุขภาพ โดยเฉพาะ พยาบาล ผู้บริหาร จึงควรให้ความสนใจในการรับรู้สภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุเป็นพิเศษ และเป็นปัญหาเร่งด่วนที่ควรจะต้องแก้ไขเป็นอันดับแรกในอันที่จะส่งเสริมสภาวะสุขภาพด้านร่างกาย ซึ่งจะมีผลต่อด้านจิตใจควบคู่กัน ไปให้มากยิ่งขึ้น ทั้งยังเป็นการป้องกันปัญหาด้านจิตใจดังกล่าวที่อาจเกิดขึ้นได้ แนวทางที่ผู้บริหาร และ พยาบาลในสถานสงเคราะห์ ควรรับให้ความช่วยเหลือ วิธีหนึ่งได้แก่ การจัดกลุ่มให้ความรู้ในเรื่องสุขภาพธรรมชาติการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ การสร้างทัศนคติที่ดีต่อสุขภาพ การดูแลรักษาสุขภาพ การป้องกันภาวะแทรกซ้อนและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ พร้อมทั้งนี้ ควรมีการให้กำลังใจผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพ และช่วยเหลือผู้สูงอายุทั้งที่ปกติและเจ็บป่วย โดยให้ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีอยู่แล้วสามารถดูแลรักษาและคงสภาวะสุขภาพร่างกายที่ดีไว้ให้นานที่สุด และให้ผู้เจ็บป่วยมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต สามารถช่วยเหลือตนเองได้ตามอัธยาศัย เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่เพิ่มมากขึ้น

เมื่อพิจารณาตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญรองลงมาจากการรับรู้สภาวะสุขภาพ พบว่าเป็นการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต เพราะเป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐานรองจากการรับรู้สภาวะสุขภาพ ($\beta = .322$) จากผลการวิจัยในครั้งนี้ อาจอธิบายได้ว่า การรับรู้ความสำเร็จของงาน ในอดีตมีส่วนเกี่ยวข้องกับควมมีคุณค่าในตนเอง การยกย่องนับถือของสังคม ซึ่งเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามทฤษฎีของมาสโลว์ ในขั้นที่ 4 ที่ต้องการความยอมรับนับถือ หากความต้องการในขั้นนี้ได้รับการตอบสนอง ก็จะทำให้สามารถก้าวเข้าสู่ความสำเร็จในชีวิต ในขั้นที่ 5 ที่จะนำไปสู่ความพึงพอใจในชีวิตได้ ดังนั้นการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตของผู้สูงอายุจึงเป็นการแสดงออกถึงความภาคภูมิใจ ความมีคุณค่าในตนเอง การยอมรับนับถือ ซึ่งจะนำมาซึ่งสุขภาพจิตที่ดีและเกิดความพึงพอใจในชีวิต ในทางตรงข้ามหากผู้สูงอายุมีการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตในทางลบ ก็จะมีผลต่อด้านจิตใจของผู้สูงอายุได้ ดังที่ อิริคสัน (Erikson) กล่าวว่า ประสบการณ์ในวัยผู้ใหญ่จะมีผลต่อการพัฒนาในวัยสูงอายุ (เปรียบ ปัญญาธิช 2521: 106) ดังนั้น หากในวัยผู้ใหญ่ บุคคลมีความรู้สึกผิดหวังต่อการทำงานแล้ว ก็จะทำให้เกิดความเหนื่อยหน่าย ซึ่งมีผลทางด้านจิตใจ ทำให้รู้สึกโกรธ คับข้องใจ

วิตกกังวลซึมเศร้า เจ็บช้ำ สิ้นหวัง และมองโลกในแง่ร้าย เป็นต้น (Muldary 1982: 7) ซึ่งจะมีผลถึงการพัฒนาทางด้านจิตใจในวัยสูงอายุต่อไป

ในการศึกษาคั้งนี้ พบว่าผู้สูงอายุมีการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต อยู่ในระดับสูง เป็นส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 54.62 รองลงมา คือ รับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตในระดับปานกลาง ร้อยละ 43.85 และมีการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตในระดับต่ำ ร้อยละ 1.54 เพื่อเป็นการเพิ่มการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตให้มากยิ่งขึ้น ดังนั้น ผู้บริหาร และ พยาบาล ในสถานสงเคราะห์คนชรา จึงควรพิจารณาให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุในด้านการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต เป็นอันดับสอง รองจากการให้ความรู้ด้านสุขภาพ โดยให้ความช่วยเหลือผู้ที่มีการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตในทางลบ ในการเปลี่ยนทัศนคติต่อการทำงานในอดีตว่า เป็นประสบการณ์ที่ให้บทเรียนที่มีคุณค่า ให้มากยิ่งขึ้น สำหรับผู้สูงอายุที่มีการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีตในทางบวก พยาบาลก็ควรส่งเสริม นำความสามารถ ประสบการณ์การทำงานในอดีตมาใช้ ในทางสร้างสรรค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกที่ดี มีคุณค่าต่อตนเอง และส่งเสริมให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น แนวทางในการให้ความช่วยเหลือ และส่งเสริมความพึงพอใจในชีวิตที่เป็นไปได้ ได้แก่ การจัดกลุ่ม ให้ผู้สูงอายุได้มีการทำกิจกรรมร่วมกัน พูดคุย ปรึกษาหารือ มีโอกาสเล่าประสบการณ์ในอดีตบ้าง และทำกิจกรรมอื่น ซึ่งนำไปสู่การรับรู้ความสำเร็จของงาน และอาจให้เป็นกลุ่มที่มีลักษณะเป็นกลุ่มช่วยเหลือตนเอง โดยให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสหมุนเวียนกันทำหน้าที่ต่างๆ เช่น ประธานกลุ่ม เลขานุการกลุ่ม สมาชิกกลุ่ม เป็นต้น โดยพยาบาลเป็นผู้คอยให้ความช่วยเหลือ ตลอดจนอำนวยความสะดวกต่างๆ

เมื่อพิจารณาตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ เป็นอันดับสาม คือ การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ เพราะเป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐานรองลงมา ($\beta = .202$) จากผลการวิจัยในครั้งนี้อาจพิจารณาได้ว่า การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ มีความเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิต เนื่องจากการเตรียมตัวเป็นการเตรียมเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม ทำให้ไม่ต้องปรับตัวกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นมากนัก เพราะได้มีการเตรียมพร้อมไว้แล้ว ดังที่ อวย เกตุสิงห์ และเสนอ อินทรสุขศรี (2525 :57-60) ได้กล่าวเป็นทำนองเดียวกันว่า บุคคลควรจะได้มีการวางแผนชีวิตของตนไว้ล่วงหน้า ตั้งแต่ยังไม่เข้าสู่วัยสูงอายุ จึงทำให้เกิดความสุขในบั้นปลายของชีวิตได้ เพราะถ้าจะเริ่มเอาตอนเป็นผู้สูงอายุ บางอย่างก็สายเกินไปกว่าที่จะแก้แล้ว ดังนั้นเมื่อผู้สูงอายุได้มีการเตรียมตัวทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคมไว้ ก็ย่อมมีผลทำให้เกิดความสงบสุขในชีวิตทั้งกาย และใจ ทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสูงได้ แต่ถ้าผู้สูงอายุไม่ได้มีการเตรียมตัวมาก่อน เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะต้องมีการเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่ ทางสังคมอย่างกระชั้นชิด ก็จะทำให้เกิดภาวะวิกฤตต่อผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเครียด และปรับตัวไม่ได้ ซึ่งมีผลกระทบต่อด้านจิตใจ ทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า คิดถึงความสูญเสียสิ่งที่เคยมีมาในอดีตที่ไม่สามารถเรียกคืนมาได้

อย่างไรก็ตาม จากผลการวิจัย ถึงแม้ว่า การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุจะไม่ได้

เป็นปัจจัยที่มีความสำคัญสูงสุด แต่ผู้วิจัยมีความเชื่อว่า การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน และการเตรียมตัวนับเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญลำดับสูงต่อความพึงพอใจในชีวิตที่ปลาย จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ยังมีการเตรียมตัวอยู่ในระดับต่ำกว่าที่ควรจะเป็น กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่ยังมีการเตรียมตัวในระดับต่ำมีมากถึงร้อยละ 33.1 มีการเตรียมตัวในระดับปานกลาง ร้อยละ 45.4 และยังมีการเตรียมตัวในระดับสูง น้อยที่สุด คือ มีเพียงร้อยละ 21.5 (ตารางที่ 10) ดังนั้น เพื่อเป็นการส่งเสริมความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุให้มากขึ้น ผู้ที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ทุกคนจึงควรสนใจในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยการเตรียมตัวด้านร่างกาย ได้แก่ การดูแลรักษาสุขภาพ ออกกำลังกาย ตรวจสุขภาพประจำปี การเตรียมด้านจิตใจ เช่น ปฏิบัติธรรม เป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ การเตรียมด้านสังคม ได้แก่ เตรียมเงินทอง ที่อยู่อาศัย งานอดิเรก เป็นต้น ซึ่งการเตรียมตัวดังกล่าว เป็นความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล โดยที่พยาบาล และผู้บริหารของสถานสงเคราะห์เป็นผู้เผยแพร่ให้ความรู้ และในรายที่มีความประสงค์หรือ มีแนวโน้มจะเข้าไปอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา ควรจัดโอกาสให้บุคคลวัยผู้ใหญ่ได้มีโอกาสเข้าไปศึกษาสภาพความเป็นอยู่ กิจกรรมประจำวันภายในสถานสงเคราะห์คนชรา ล่วงหน้า สำหรับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราแล้ว พยาบาลก็ควรให้ความช่วยเหลือทางด้านจิตใจ และสังคม โดยเน้นที่ปัจจัยการรับรู้สภาวะสุขภาพ และการรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต เพื่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิต

เมื่อพิจารณาตัวแปรพยากรณ์ที่มีความสำคัญ อันดับสี่ คือ การใช้เวลาว่าง เพราะเป็นตัวแปรพยากรณ์ที่มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐานรองลงมา ($\beta = .187$) เมื่อนำการใช้เวลาว่าง ร่วมกับการรับรู้สภาวะสุขภาพ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ จะสามารถอธิบายความแปรปรวนระดับความพึงพอใจในชีวิตได้ถึงร้อยละ 57.3 (ตารางที่ 14) จากผลการวิจัยอาจอธิบายได้ว่า การใช้เวลาว่างมีผลทำให้ผู้สูงอายุ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ซึ่งเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามทฤษฎีของมาสโลว์ ในขั้นที่ 4 ที่จะส่งผลถึงความพึงพอใจในชีวิตได้ จากการศึกษาผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และสูญเสียบทบาทที่ถูกกำหนดโดยโครงสร้างของสังคม ทำให้อ่านาจหน้าที่ การได้รับการยกย่องจากสังคมลดน้อยลงซึ่งมีผลทำให้ กระทบกระเทือนต่ออัตมโนทัศน์ และส่งผลถึงความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก การที่ผู้สูงอายุได้มีการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ จะทำให้ผู้สูงอายุสามารถคงบทบาทและสถานะภาพไว้ได้ เพราะจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า เป็นที่ยอมรับของสังคม ซึ่งสอดคล้องกับที่ เลมอน และคณะ (Lemon, et al. 1972 cited by Robb 1984 : 78) ได้กล่าวถึง การร่วมกิจกรรมที่สัมพันธ์กับอัตมโนทัศน์และความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุว่า ผู้สูงอายุมีการเข้าร่วมกิจกรรมมากเท่าใด สถานภาพก็จะคงอยู่มากขึ้น ทำให้มีอัตมโนทัศน์ในทางบวกมากขึ้น และความพึงพอใจในชีวิตก็จะมากขึ้นด้วย และจากการศึกษาของ จันทนา กาญจนพันธ์ (2530) ก็พบว่า การร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับอัตมโนทัศน์ เช่นเดียวกัน

จากที่กล่าวมา จึงเห็นได้ว่า การใช้เวลาว่างมีผลโดยตรงต่ออัตรามโนทัศน์และส่งผลถึง ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ด้วยเหตุที่ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีเวลาว่างมาก และมักจะเป็นผู้ที่มี การใช้เวลาว่างอยู่ในระดับต่ำ โดยเฉพาะผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ดังที่มีการประเมิน โครงการสงเคราะห์คนชรา ของกองวิชาการ กรมประชาสงเคราะห์ (2525) พบว่า ผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านบางแค ที่อยู่เฉยๆ มีจำนวนถึง ร้อยละ 40 และจากการศึกษา ครั้งนี้ก็พบว่า ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรายังมีการใช้เวลาว่างอยู่ในระดับปานกลาง เป็น ส่วนใหญ่ คือ มีถึงร้อยละ 60 รองลงมา คือมีการใช้เวลาว่างในระดับสูง ร้อยละ 22.3 และมี การใช้เวลาว่างในระดับต่ำ ร้อยละ 17.7 ดังนั้นจึงควรมีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีการใช้ เวลาว่างให้มากขึ้น เพราะถ้าหากผู้สูงอายุไม่ได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ แต่กลับแยกตัวออก จากสังคม ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกเหงา และ โดดเดี่ยว ถ้าปล่อยให้ความรู้สึกเหล่านี้เกิดขึ้นเป็น เวลานาน จะทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า ผู้บริหารและพยาบาลจึงควรให้ความช่วยเหลือในการจัด และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ มีการใช้เวลาว่างให้มากขึ้น โดยให้ความช่วยเหลือเร่งด่วนรองจากการ รับรู้สภาวะสุขภาพ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ แนวทางในการส่งเสริมการใช้เวลาว่าง มีข้อควรปฏิบัติคือ ควรมีการชี้แจงให้ผู้สูงอายุได้ เข้าใจ ถึงประโยชน์และผลที่ผู้สูงอายุจะได้รับ เพราะบุคคลมักจะทำกิจกรรมและให้ความร่วมมือเมื่อรับรู้ ว่ากิจกรรมนั้นจะให้ประโยชน์กับตน นอกจากนี้ควรมีการหมุนเวียนเปลี่ยนกิจกรรมมิให้ซ้ำซาก และ ควรมีการขยายกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถเลือกทำกิจกรรมได้ด้วย ความ สม่ัใจ และพึงพอใจ ซึ่งจะทำให้เกิดความสุขได้มากกว่าการเกณฑ์หรือบังคับ

จากที่กล่าวมา เมื่อนำการรับรู้สภาวะสุขภาพ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต การเตรียมตัวก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ และการใช้เวลาว่าง ร่วมกัน พบว่า จะสามารถส่งเสริมให้ เกิดความพึงพอใจในชีวิตต่อผู้สูงอายุมากขึ้น และจากผลการวิจัยนี้ พบว่า ค่าเฉลี่ยของระดับความ พึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้นเพื่อให้ผู้สูงอายุ กลุ่มนี้มีความสุข ในมันปลายของชีวิตมากขึ้น ผู้บริหารและพยาบาลในสถานสงเคราะห์คนชรา จึง ควรจัดดำเนินการ เพื่อเพิ่มระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเน้นที่การเพิ่มการรับรู้ สภาวะสุขภาพ การรับรู้ความสำเร็จของงานในอดีต และการใช้เวลาว่าง ซึ่งอาจทำได้โดย

1. จัดกลุ่มเพื่อส่งเสริมการรับรู้สภาวะสุขภาพ การสร้างทัศนคติที่ดี โดยพยาบาลเป็น ผู้อบรมให้ความรู้ และจัดให้ผู้สูงอายุที่มีสภาวะสุขภาพใกล้เคียงกัน เข้ากลุ่มเดียวกัน เพื่อจะได้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์การปรับตัว การประคับประคองจิตใจซึ่งกันและกัน ในทางที่จะส่งเสริมให้ เกิดการรับรู้ต่อสภาวะสุขภาพ และการดำเนินชีวิตได้ดีขึ้น

2. จัดกลุ่มช่วยเหลือตนเอง ให้ผู้สูงอายุได้มีการทำกิจกรรมร่วมกัน พุดคุยปรึกษาหารือ เพื่อเป็นการส่งเสริมความมีคุณค่าต่อตนเองของผู้สูงอายุ ซึ่งจะนำไปสู่การรับรู้ความสำเร็จ ของงานที่จะมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

3. ขยายกิจกรรมการใช้เวลาว่างในสถานสงเคราะห์คนชราให้มากขึ้น เช่น อาจจัด

กลุ่มวัยเลี้ยงเด็ก จัดกลุ่มปลูกผักสวนครัว การเลี้ยงสัตว์ เป็นต้น เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเลือกทำกิจกรรมตามความสนใจ และตามความเหมาะสม นอกจากนี้ยังเป็นการเพิ่มพูนรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุอีกด้วย สำหรับกิจกรรมสันตนาการก็ควรมีการหมุนเวียนเปลี่ยนกิจกรรม เพื่อป้องกันมิให้ผู้สูงอายุเกิดความเบื่อหน่ายได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

1.1 ด้านบริหาร ผู้บริหารควรมีการวางแผนและจัดการทั้งในระยะสั้น และระยะยาวในทางที่จะส่งเสริมความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุให้สูงขึ้น ได้แก่ การวางแผนการจัดกลุ่มด้านสุขภาพ เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการรับรู้ และมีทัศนคติที่ดีต่อสภาวะสุขภาพ การวางแผนการจัดกลุ่มเพื่อส่งเสริมความมีคุณค่าของผู้สูงอายุ วางแผนการขยายกิจกรรม เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการใช้เวลาว่างมากขึ้น และวางแผนในการเผยแพร่ความรู้ในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ แก่บุคคลทั่วไป เป็นต้น

1.2 ด้านการปฏิบัติ พยายามควรร่วมบุคคลที่เกี่ยวข้องมามีส่วนร่วมในการสนับสนุนส่งเสริมความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในการจัดกลุ่มต่างๆ โดยพยายามเป็นผู้คอยให้ความช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด เช่น ในการจัดกลุ่มสุขภาพ พยายามจะเป็นผู้ช่วยเหลือในการจัดกลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพในระดับใกล้เคียงกัน และเป็นผู้คอยให้ความช่วยเหลือในการให้ความรู้และการสร้างทัศนคติที่ดีต่อสภาวะสุขภาพ ในการจัดกลุ่มส่งเสริมความมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ พยายามควรจัดให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสหมุนเวียนเปลี่ยนกันทำหน้าที่ตามศักยภาพที่แต่ละคนมีอยู่ และการใช้เวลาว่าง พยายามควรได้อธิบายให้ผู้สูงอายุได้ทราบถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม และควรจัดกิจกรรมในหลายรูปแบบ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีอิสระในการเลือกใช้เวลาร่วมตามความพอใจ

1.3 ด้านการศึกษา นำผลการวิจัยในครั้งนี้ไปเผยแพร่ให้บุคคลทั่วไปได้ทราบ และศึกษาถึงหนทางที่จะสร้างความพึงพอใจในชีวิตที่เปลี่ยนแปลง ให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น รวมทั้งพิจารณาปรับปรุงเนื้อหาในหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ เพื่อเตรียมพยาบาลให้มีความรู้ความสามารถในการให้การพยาบาลผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราใน ส่วนกลางและส่วนภูมิภาค

2.2 ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา กับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับครอบครัว

2.3 ควรมีการศึกษาถึงปัจจัยอื่นๆ ที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา เช่น ขนาดของสถานสงเคราะห์คนชรา เวลาที่เข้ามาอยู่ในสถาน

สงเคราะห์คนชรา สัมพันธภาพของผู้สูงอายุกับเจ้าหน้าที่ บุคลิกภาพของผู้สูงอายุ เป็นต้น

2.4 ควรมีการวิเคราะห์กิจกรรมการดูแล ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ว่า ครอบคลุมความต้องการ ทางด้านจิตใจ และสังคม ของผู้สูงอายุหรือไม่