บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้สูงอายุ ในศูนย์บริการผู้สูงอายุ เขต กรุงเทพมหานคร ที่มีต่อการจัดโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร บทความ ตำรา และงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ เสนอสาระสำคัญตามลำดับตามหัวข้อดังนี้

ตอนที่ 1 ผู้สูงอายุ

1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

1.2 ความต้องการของผู้สูงอายุ

1.3 แผนพัฒนาผู้สูงอายุ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2564)

1.4 สภาพปัญหาที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

1.5 การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ

ตอนที่ 2 โปรแกรมการจัดศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุ

2.1 การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุ

2.2 กิจกรรมผู้สูงอายุ

2.3 ลักษณะการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

2.4 หลักการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

2.5 องค์ประกอบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

2.6 การจัดบริการสำหรับผู้สูงอายุ

ตอนที่ 3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

ตอนที่ 4 กรอบแนวคิดการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตอนที่ 1 ผู้สูงอายุ

1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

มีผู้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้มากมาย อาทิเช่น

องค์กรสหประชาชาติ (อ้างถึงใน บรรลุ ศิริพานิช,2544) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป

บรรลุ ศิริพานิช (2542) ได้ให้ความหมายของ ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปมีความเสื่อมตามสภาพ มีกำลังถดถอยเชื่องช้า และสมควรให้ความช่วยเหลืออุปการะ โดยในภาคพื้นยุโรป และอเมริกา มักเรียกคนอายุ 65 ปีขึ้นไปเป็นผู้สูงอายุ และภาคพื้นเอเชียมักจะถือเอา 60 ปีขึ้นไปเป็นเกณฑ์ผู้สูงอายุ แต่ก็เป็นที่ตกลงกันในวงการระหว่างประเทศแล้วว่าให้ยึดเอา 60 ปีขึ้นไปเป็นผู้สูงอายุ

วันเพ็ญ วงศ์จันทรา (2539) กล่าวว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจไปสู่ความเสื่อม ซึ่งอาจมีความอ่อนแอหรือเจ็บป่วยขึ้นอยู่กับพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม ภาวะโภชนาการ และโรคภัยของแต่ละบุคคล และเป็นวัยเกษียณอายุราชการหรือออกจากงานที่ทำประจำ

อภิญญา โสมสิน และคณะ (อ้างถึงใน ยาจินต์ สินสุภา 2544,) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้อยู่ในวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อมของกายภาพ ตลอดจนการทำงานของสรีระลดลง การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับพันธุกรรมและภาวะโภชนาการที่ได้รับตลอดจนถึงสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่แต่ละคนประสบอยู่หรือเคยผ่านมาในอดีต

ชุติมา หฤทัย (2531) กล่าวว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเสื่อมของร่างกายและจิตใจ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับพันธุกรรม สิ่งแวดล้อม ภาวะโภชนาการ และโรคภัยของแต่ละบุคคล

จากความหมายของผู้สูงอายุดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป และยังเป็นวัยที่มีความเสื่อมทางด้านร่างกายและจิตใจ

1.2 ความต้องการของผู้สูงอายุ

มีผู้ให้ความหมายของความต้องการของผู้สูงอายุไว้มากมาย เช่น

สุเทพ เชาวลิต (อ้างถึงใน อนีมา ชัยเนตร, 2534) ได้กล่าวถึงความต้องการของผู้สูงอายุ โดยแบ่งออกไว้เป็นด้านๆ ดังนี้

1. ด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุต้องการความช่วยเหลือทางด้านเศรษฐกิจในด้านเกี่ยวกับการเงินเป็นหน้าที่ของลูกหลานหรือเครือญาติ แต่ถ้าด้านความมั่นคงทางสังคมก็เป็นหน้าที่ของรัฐที่จะต้องมีโครงสร้างสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ เช่นการให้บำเหน็จบำนาญ การสงเคราะห์คนชรา การประกันคนชรา เพื่อให้ทุกคนมีรายได้ที่พอแก่การยังชีพในยามชรา

2. ด้านที่อยู่อาศัย โดยให้ผู้สูงอายุมีที่พักพิง อาจจะอยู่บ้านของตนเองหรือลูกหลาน ญาติพี่น้อง หรือสถานสงเคราะห์ของรัฐหรือเอกชน

3. ด้านอนามัย ผู้สูงอายุที่มีสภาพร่างกายอ่อนแอ ยังเป็นหน้าที่ของลูกหลานที่จะต้องคอยดูแลเอาใจใส่ สุขภาพของผู้สูงอายุ ประกอบกับยังขาดบริการประกันสุขภาพ ผู้สูงอายุจึงมีความต้องการด้านอนามัย สำหรับบางประเทศมีบริการด้านนี้อย่างจริงจังโดยรัฐบาลประกันสุขภาพแก่ผู้สูงอายุแล้ว เช่น ประเทศทางยุโรปและอเมริกา

4. ด้านการงาน การที่มีงานทำ มีความหมายแก่ผู้สูงอายุมาก เพราะวัยนี้ถือว่าเหมือนไม้ใกล้ฝั่ง เป็นวัยที่อยากให้คนรู้จัก อยากมีความรัก ถ้าผู้สูงอายุทำอะไรให้ควรมีการชมเชยบ้าง เป็นการให้กำลังใจตอบแทนบุญคุณให้ผู้สูงอายุในปั้นปลายของชีวิต

นอกจากนั้นแล้ว สุธีรา นุ้ยจันทร์ (2530) ได้กล่าวถึงความต้องการของผู้สูงอายุไว้ดังนี้

1. ความต้องการด้านร่างกาย ได้แก่ ความต้องการด้านปัจจัยสี่ ซึ่งได้แก่ อาหารที่เหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ ที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม เครื่องนุ่งห่มตามสมควร และการรักษาพยาบาลตามสภาพของร่างกาย

2. ความต้องการด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ การมีงานทำและมีรายได้ รวมทั้งการประกัน

รายได้ ซึ่งในบั้นปลายของชีวิตรายได้อาจจะลดลง หากผู้สูงอายุได้มีการประกันสังคมประเภทประกันชราภาพไว้ตั้งแต่วัยทำงานก็จะได้รับบำนาญการชราภาพ ช่วยให้ชีวิตเกิดความมั่นคงและไม่เป็นภาระแก่บุตรหลาน และสังคมส่วนรวม

3. ความต้องการด้านจิตใจ ได้แก่ ความต้องการความรักและความเอาใจใส่ การเคารพยกย่อง การแสดงความกตัญญูกตเวทีจากลูกหลาน ต้องการสิ่งยึดเหนี่ยวทางด้านจิตใจ ได้แก่ ศาสนา หรือธรรมะเพื่อทำให้จิตใจสงบ พ้นจากความวิตกกังวล ผู้สูงอายุส่วนมากจึงหันหน้าเข้าวัดและหันมาสนใจเรื่องศาสนา เอาศาสนาเป็นที่พึ่ง

4. ความต้องการทางด้านสังคม ได้แก่ ความต้องการการยอมรับและยกย่องจากสังคม การได้มีส่วนร่วมในสังคม ชุมชน ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุจะมีความบกพร่องทางร่างกาย แต่ยังคงมีสมรรถภาพทางจิตใจ ตลอดจนสติปัญญาที่จะเป็นประโยชน์ต่อสังคมได้ สังคมจึงควรเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการปรับปรุงคุณภาพชีวิตของชุมชนให้ดีขึ้น

5. ความต้องการที่จะลดความต้องการผู้อื่น กล่าวคือผู้สูงอายุต้องการดำเนินชีวิตอย่างปกติเหมือนกับผู้อื่น คืออยู่อย่างมีชีวิตชีวาและสามารถคิด ทำอะไรได้อย่างอิสระ และจะต้องรักษาความอิสระในชีวิตของตนโดยจะไม่พึ่งพาผู้อื่นให้นานที่สุดเท่าที่จะนานได้ แต่ถ้าผู้สูงอายุต้องการความช่วยเหลือเมื่อไหร่ก็ตาม ผู้สูงอายุต้องได้รับความช่วยเหลือจากลูกหลานเป็นอันดับแรก

6. ความต้องการความรู้ ประสบการณ์ใหม่ๆ ในสังคม เพื่อปรับตนเองให้เหมาะสมกับความเปลี่ยนแปลงของวัยและสิ่งแวดล้อม

โดยสรุปแล้วความต้องการของผู้สูงอายุ จะเน้นในเรื่องความต้องการทางด้านปัจจัยสี่ นอกจากนั้นยังมีความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ เนื่องจากต้องการหลักประกันเพื่อยึดเหนี่ยวยามชรา และเป็นค่ารักษาด้านสุขภาพ และความต้องการด้านจิตใจ เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจง่ายจึงต้องการความรัก เอาใจใส่จากลูกหลาน ให้เห็นว่าตนเองมีความสำคัญ ได้รับการยกย่องจากบุคคลอื่นๆ ผู้สูงอายุส่วนมากยังต้องการที่จะหางานอดิเรกทำยามว่างเพื่อเป็นการลดการพึ่งพาผู้อื่น และยังเป็นการหารายได้ และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้วย

1.3 แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2564)

ยุทธศาสตร์ที่ 1 ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ

1. มาตรการ หลักประกันรายได้เพื่อวัยสูงอายุ
2. มาตรการ การให้การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต

3. มาตรการการปลุกจิตสำนึกให้คนในสังคมตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุ

ยุทธศาสตร์ที่ 2 ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุ

1. มาตรการ ส่งเสริมความรู้ ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ดูแลตนเองเบื้องต้น
2. มาตรการ ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันและสร้างความเข้มแข็งขององค์กรผู้สูงอายุ
3. มาตรการ ส่งเสริมด้านการทำงานและการหารายได้ของผู้สูงอายุ
4. มาตรการ สนับสนุนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ
5. มาตรการ ส่งเสริมสนับสนุนสื่อทุกประเภทให้มีรายการเพื่อผู้สูงอายุ และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุ ได้รับความรู้และสามารถเข้าถึงข่าวสารและสื่อ
6. มาตรการ ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุที่มีอยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัย
7. กำหนดมาตรฐานขั้นต่ำสำหรับสถานสงเคราะห์คนชราและหน่วยงานที่ให้บริการ ด้านที่พักอาศัยแก่ผู้สูงอายุไม่ว่าของรัฐหรือเอกชนและหน่วยงานเอกชนที่ให้บริการด้านนี้ ต้องได้รับอนุญาตจัดตั้งและจดทะเบียนกับทางราชการ
8. สนับสนุนให้องค์กรทั้งภาครัฐ ชุมชน และเอกชน เข้ามามีส่วนร่วมในการรับผิดชอบและ จัดบริการด้านที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
9. กำหนดมาตรฐานแหล่งเงินกู้ดอกเบี้ยต่ำเพื่อที่อยู่อาศัย การปรับปรุงเพื่อที่อยู่อาศัย และระบบสาธารณูปโภคสำหรับผู้สูงอายุ

ยุทธศาสตร์ที่ 3 ยุทธศาสตร์ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ

1. มาตรการ คุ้มครองด้านรายได้
2. มาตรการ หลักประกันด้านสุขภาพ
3. มาตรการ ด้านครอบครัว ผู้ดูแล และการคุ้มครอง
4. มาตรการ ระบบบริการและเครือข่ายการเกื้อหนุน

4.1 ปรับปรุงบริการสาธารณะทุกระบบให้สามารถอำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุใน การดำรงชีวิตและติดต่อสัมพันธ์กับสังคม กลุ่ม บุคคล

4.2 จัดตั้งและพัฒนาบริการทางสุขภาพและทางสังคมในชุมชนที่สามารถเข้าถึง

ผู้สูงอายุมากที่สุดโดยเน้นบริการถึงบ้าน และมีการสอดประสานกันระหว่างบริการ ทางสุขภาพ และทางสังคม

4.3 ส่งเสริมให้องค์กรปกครองท้องถิ่น องค์กรทางศาสนา องค์กรเอกชน และองค์กรสาธารณประโยชน์มีส่วนร่วมในการดูแลจัดสวัสดิการเพื่อผู้สูงอายุโดย
กระบวนการ ประชาคม

4.4 เกื้อหนุนให้เอกชนจัดบริการด้านสุขภาพและสังคมให้กับผู้สูงอายุที่สามารถซื้อบริการ ได้โดยมีการดูแลและกำกับมาตรฐานและค่าบริการให้เป็นธรรมร่วมด้วย

4.5 จัดบริการการแพทย์ทางเลือก เช่น แพทย์แผนไทย ฯลฯ เพื่อเป็นทางเลือกใน การดูแลรักษาปัญหาสุขภาพ

4.6 จัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุ หอผู้ป่วยสูงอายุ และสถานบริการสุขภาพเรื้อรังสำหรับผู้สูงอายุ ที่เพียงพอแก่การให้ บริการและสามารถรองรับปัญหาในผู้สูงอายุ

ยุทธศาสตร์ที่ 4 ยุทธศาสตร์ด้านการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนางานด้านผู้สูงอายุระดับชาติ และการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ

1. มาตรการ การบริหารจัดการเพื่อการพัฒนางานด้านผู้สูงอายุระดับชาติ
2. มาตรการ ส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ

ยุทธศาสตร์ที่ 5 ยุทธศาสตร์ด้านการประมวล และพัฒนาองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุ และการติดตาม ประเมินผล การดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ

1. มาตรการสนับสนุนและส่งเสริมให้หน่วยงานวิจัยดำเนินการประมวลและพัฒนาองค์ความรู้ ด้านผู้สูงอายุที่จำเป็นสำหรับการกำหนดนโยบาย และการพัฒนาการบริการหรือดำเนินการ ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ

2. มาตรการ สนับสนุนและส่งเสริมการศึกษาวิจัยด้านผู้สูงอายุโดยเฉพาะที่เป็นประโยชน์ต่อ การกำหนดนโยบาย การพัฒนาบริการ และการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ ในสังคมอย่างเหมาะสม

3. มาตรการ ดำเนินการให้มีการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ที่มีมาตรฐานอย่างต่อเนื่อง

4. มาตรการพัฒนาระบบฐานข้อมูลทางด้านผู้สูงอายุให้เป็นระบบและทันสมัย

จากแผนผู้สูงอายุข้างต้นสามารถ สรุปได้ว่า แผนยุทธศาสตร์สำหรับผู้สูงอายุ จะเน้น 5 ด้านคือ ด้านการเตรียมพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุ ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ด้านการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนางานด้านผู้สูงอายุระดับชาติ และการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ และในด้านการประมวล และพัฒนาองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุ และการติดตาม ประเมินผล การดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ

1.4 สภาพปัญหาที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

จากคู่มือการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สำนักงานสาธารณสุขมูลฐาน (2531) ได้จำแนกสภาพปัญหาของผู้สูงอายุไว้ดังนี้

1. ความเจ็บป่วย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พบว่ามีปัญหาทางสุขภาพกายและสุขภาพจิต เพราะการมีความเสื่อมทางด้านร่างกายจะส่งผลเสียถึงจิตใจ ซึ่งส่วนใหญ่การเจ็บป่วยด้านร่างกายของผู้สูงอายุจะเกิดจากสุขภาพ การปฏิบัติตนไม่ถูกต้อง ขาดการดูแลสุขภาพของตนเอง โดยจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับ ระบบกล้ามเนื้อ ข้อและกระดูก ระบบย่อยอาหาร ระบบหายใจ ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบประสาทและระบบอวัยวะสัมผัส สำหรับปัญหาที่เกี่ยวกับทางสุขภาพจิตนั้น จะเกี่ยวกับด้านการเปลี่ยนแปลงและสูญเสียบทบาททางสังคม ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกด้อยค่า ซึมเศร้า นำไปสู่ปัญหาทางอารมณ์ และมีพฤติกรรมที่ผิดปกติได้ง่าย โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ต้องอาศัยอยู่กับผู้อื่นและผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพังในครอบครัวกับเด็กจะมีปัญหาทางจิตใจมาก

2. การศึกษา ผู้สูงอายุไทยมีอัตราการรู้หนังสือต่ำกว่าประชากรกลุ่มอื่นมาก โดยเฉพาะผู้สูงอายุหญิงจะต่ำกว่าผู้สูงอายุชาย การขาดการศึกษา อ่านหนังสือไม่ออก เขียนหนังสือไม่ได้ ทำให้ขาดความรู้พื้นฐานที่จะพัฒนาความรู้ด้านการป้องกันโรค ละเลยการรักษาสุขภาพอนามัยของตนเองตั้งแต่วัยเด็กและวัยผู้ใหญ่จนเข้าสู่วัยสูงอายุ เป็นปัญหาต่อเนื่องระยะยาวมาตลอด จึงทำให้ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาต่ำจะมีปัญหาด้านสุขภาพมาก

3. ด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักมีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ มักมีอาชีพทางเกษตรกรรม หรืองานรับจ้างที่รายได้ไม่แน่นอน รายได้ต่ำ ขาดหลักประกันหลังจากหยุดงานที่เคยทำเนื่องจากความสูงอายุ และสังคมปัจจุบันให้โอกาสผู้สูงอายุทำงานน้อยลง เพราะสังคมพยายามจัดการทำงานแบบมีประสิทธิภาพ คนงานจะได้รับการเลือกเฟ้นให้ทำงานในวัยและระยะเวลาที่เขาสามารถทำได้มากที่สุดเท่านั้นและมีแนวโน้มที่จะให้คนออกเมื่อถึงเวลาอันสมควร จึงเป็นสาเหตุ

ทำให้ผู้สูงอายุไม่มีงานทำ ทำให้ขาดความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ความวิตกกังวลสูง ซึ่งจะเกี่ยวโยงไปถึงสุขภาพร่างกายด้วย ผู้สูงอายุที่วิตกกังวลอยู่เสมอ สุขภาพจะเสื่อมโทรม เจ็บป่วยได้ง่าย ทำให้หมดเปลืองเงินทองในการรักษาพยาบาล เป็นวงจรกระทบซึ่งกันและกันอย่างไม่รู้จบ โดยเฉพาะครอบครัวผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อย

4. ด้านสังคมและวัฒนธรรม เนื่องจากสภาพสังคมและวัฒนธรรมเปลี่ยนแปลงไป มีความเป็นเมืองมากขึ้นมีการพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคม มีการใช้เทคโนโลยีและเครื่องทุนแรงในการผลิต ทำให้บุตรหลานเริ่มมีเจตคติต่อผู้สูงอายุเปลี่ยนไป มองค่าผู้สูงอายุต่ำลง ไม่ต้องพึ่งพาเรื่องการถ่ายทอดความรู้ อาชีพ และประสบการณ์จากผู้สูงอายุ เห็นคุณประโยชน์ของผู้สูงอายุเป็นเพียงผู้เฝ้าบ้าน ความเคารพให้เกียรติลดลง มองผู้สูงอายุว่าเป็นผู้หมดความสามารถ ผู้สูงอายุก็จะมีปฏิกิริยาคือ เลิกเกี่ยวข้องกับสังคม ซึ่งจะคล้ายกับผู้สูงทางสังคมตะวันออก แต่ถ้าสังคมมีมโนทัศน์ต่อผู้สูงอายุว่าเป็นผู้ที่มีประสบการณ์สูง มีปัญญา บารมี ยังสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมได้ และช่วยส่งเสริมบทบาทของผู้สูงอายุ ก็จะช่วยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการพัฒนาตนเองร่วมทำประโยชน์ต่อสังคมเท่าที่ศักยภาพของตนเองจะทำได้ การแพร่กระจายของสังคมตะวันตกมายังสังคมไทย ก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุต้องประสบปัญหากับลูกหลาน มีความขัดแย้งกันระหว่างค่านิยมและพฤติกรรมต่างๆของวัยรุ่น ปัจจุบันก่อให้เกิดปัญหาระหว่างวัย ผู้สูงอายุถูกมองว่าล้าสมัย จู้จี้ ขี้บ่น ลูกหลานไม่อยากใกล้ชิด ทำให้ผู้สูงอายุน้อยใจ เกิดความเครียด แยกตัวเองออกไปจากสมาชิกภายในครอบครัว มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนเกิน เกิดความท้อแท้เบื่อหน่ายชีวิต ซึ่งถ้าผู้สูงอายุไม่พัฒนาตนเองก็จะทำให้เกิดปัญหาและความขัดแย้งกับบุตรหลานมากขึ้น

นอกจากนั้น สุเทพ เชาวลิต (อ้างถึงใน อนีมา ชัยเนตร,2534) ยังจำแนกสภาพปัญหาของผู้สูงอายุไว้อีก สรุปได้ดังนี้

1. ด้านสุขภาพร่างกาย ผู้สูงอายุเป็นวัยสุดท้ายของชีวิต สภาพร่างกายจึงมีการเปลี่ยนแปลง เสื่อมโทรมตามธรรมชาติ เช่น ตาฟาง หูตึง ผมหงอก ผิวหนังเหี่ยวย่น เป็นต้น

2. ด้านอารมณ์และจิตใจ การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และจิตใจของผู้สูงอายุเกิดจากสาเหตุ 2 ประการคือ

2.1 เกิดจากการผิดปกติของระบบประสาท

2.2 เกิดจากผู้สูงอายุไม่สามารถปรับจิตใจและอารมณ์ของตนเองได้ ผู้สูงอายุบางคนไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นแก่ร่างกาย เศรษฐกิจและสังคม

3. ด้านสังคม ผู้สูงอายุมีความต้องการทางสังคมเช่นเดียวกับบุคคลในวัยอื่นๆ เช่น

3.1 ความต้องการที่รู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มหรือสังคม

3.2 ความต้องการยอมรับและเชื่อถือจากบุคคลในสังคม

3.3 ความต้องการมีความสัมพันธภาพสังคมกับบุคคลอื่นเป็นรายบุคคล

3.4 มีความสนใจประสบการณ์ใหม่ในสังคม

4. ด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณอายุแล้ว ในสังคมเกษตรกรรม ผู้สูงอายุไม่สามารถทำงานได้อย่างเต็มที่ เนื่องจากสภาพร่างกายไม่อำนวยให้ ในสังคมอุตสาหกรรมก็เช่นกัน เครื่องมือ เครื่องจักรใหม่ๆ การเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติหน้าที่การงานที่ก้าวหน้าอยู่เสมอ ทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถทำงานให้มีประสิทธิภาพได้ดีเท่ากับคน หนุ่มสาว มักจะประสบปัญหาทางด้านเศรษฐกิจขาดรายได้ จำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากสังคม

สรุป สภาพปัญหาของผู้สูงอายุที่เป็นปัญหาหลักคือ ปัญหาด้านร่างกาย เนื่องจากผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายไปในทางที่เสื่อมลง จึงมีความกังวลเรื่องสุขภาพร่างกายของตนเอง นอกจากนั้นแล้ว ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ก็ทำให้ผู้อายุรู้สึกถึงความไม่มั่นคงทางด้านจิตใจ เนื่องจาก ผู้สูงอายุส่วนมากไม่ได้ทำงานแล้ว ทำให้เกิดปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ และยังจะต้องเสียเงินไปกับการรักษาพยาบาล ปัญหาทางสังคม โดยมากแล้วผู้สูงอายุมักถูกปล่อยให้อยู่ที่บ้านตามลำพัง ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความว้าเหว่ และความเครียดตามมา อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุก็ยังมีความต้องการที่จะเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และต้องการมีคนยอมรับนับถืออยู่

1.5 การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ

การเข้าสู่วัยสูงอายุเป็นเรื่องธรรมชาติที่ทุกคนไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ โดยทั่วไปเราถือว่าผู้สูงอายุคือ ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป แต่ในทางปฏิบัติจะนับตั้งแต่ 65 ปี วัยนี้ถือเป็นระยะสุดท้ายของพัฒนาการแห่งชีวิต และการเปลี่ยนแปลงส่วนใหญ่ที่เกิดในช่วงนี้ มักเป็นไปในทางเสื่อมลง แบ่งการเปลี่ยนแปลงเป็น 3 ด้านหลักคือ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ การเปลี่ยนแปลงทางสังคม (สุภาลักษณ์ เขียวขำ,2543)

1.การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย (Biological Change)

ร่างกายของผู้สูงอายุ จะเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมมากกว่าการเจริญเติบโต เซลล์ต่างๆ ในร่างกายส่วนใหญ่ ทำงานลดน้อยลง 30 เปอร์เซ็นต์ เมื่อเทียบกับวัยหนุ่มสาว ขนาดของเซลล์ที่เหลือจะโตขึ้นเพราะมีไขมันมาเสริมมากขึ้น ปริมาณไขมันในร่างกายมากขึ้น ปริมาณน้ำในเซลล์ลดลง แต่ปริมาณน้ำนอกเซลล์ยังคมเดิมหรือลดลงเพียงเล็กน้อย จึงทำให้ปริมาณในร่างกายทั้งหมดลดลง การเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้จะทำให้น้ำหนักของอวัยวะต่างๆในร่างกายลดลงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในร่างกาย นอกจากนั้น บอนด์และริงชีน (อ้างถึงใน สุภาลักษณ์ เขียวขำ,2543) ได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและหน้าที่ทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุที่เป็นไปในทางเสื่อม และผลกระทบที่ทำให้เกิดโรคต่างๆในผู้สูงอายุ มีดังนี้

1.1 ระบบผิวหนัง (Integumentary System) ผิวหนังเป็นอวัยวะที่อยู่นอกสุดของร่างกาย เมื่อมีอายุมากขึ้น ทำให้น้ำและไขมันใต้ผิวหนังหลังน้ำมันลดลงกว่าวัยหนุ่มสาว 40 –50 % มีผลต่อผิวหนังและเนื้อเยื่อขาดความแต่งตึงมีลักษณะแห้งและเหี่ยวย่นเป็นเกร็ด ความยืดหยุ่นของผิวหนังไม่ดี ลอกหลุดและบวมได้ง่าย ปริมาณเลือดฝอยที่มาเลี้ยงผิวหนังลดลง และจำนวนเมคโคฟาจ (Macrophage)บริเวณผิวหนังลดลงถึงร้อยละ 70 ส่งผลให้ภูมิคุ้มกันของผิวหนังลดลงและถูกกระตุ้นจากสิ่งต่างๆได้ง่าย เมื่อเกิดบาดแผลจะหายช้าเนื่องจากมีเลือดมาเลี้ยงน้อย ต่อมเหงื่อมีขนาดลดลง มีผลต่อการปรับระดับความร้อน หนาว เป็นไปไม่ดี ทำให้ทนต่อการเปลี่ยนแปลงอากาศได้น้อย สารเมลานินในผมถูกใช้จนหมดและปริมาณการไหลเวียนบริเวณศีรษะลดลง ทำให้ผมเปลี่ยนเป็นสีเทา เส้นผมแห้งกรอบและร่วงง่าย

1.2 ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก (Musculoskeleton System) จำนวนและขนาดเส้นใยของกล้ามเนื้อลดลง มีเนื้อเยื่อพังผืดเข้ามาแทนที่มากขึ้น มวลของกล้ามเนื้อลดลง กำลังหดตัวของกล้ามเนื้อลดลงร้อยละ 15 - 46 ระยะเวลาที่ใช้ในการหดตัวแต่ละครั้งนานขึ้น ทำให้การเคลื่อนไหวช้าลง เมื่ออายุเริ่ม 45 ปี เซลล์กระดูกจะลดลง และในเพศหญิงจะลดลงมากกว่าเพศชาย การสลายแคลเซี่ยมของกระดูกมากขึ้น การดูดซึมของแคลเซี่ยมจากลำไส้น้อยลงและสูญเสียทางไตมากขึ้นทำให้กระดูกผุกร่อน เปราะบาง หักง่าย รอยต่อของกระดูกลีบหลังจะหดลง ทำให้เกิดหลังโค้งหรือหลังค่อมได้ ทำให้ความสูงลดลง นอกจากนี้บริเวณกระดูกอ่อนบริเวณข้อต่างๆ จะเสื่อมมากขึ้นตามอายุ น้ำไขข้อลดลงทำให้กระดูกสัมผัสกันมากขึ้น ขณะเคลื่อนที่ทำให้เกิดการเสื่อมของข้อ ข้อที่พบว่ามีการเสื่อมได้บ่อยคือข้อเข่า ข้อสะโพก และข้อกระดูกสันหลัง

1.3 ระบบไหลเวียนโลหิต (Cardiovascular System) ในผู้สูงอายุกล้ามเนื้อหัวใจจะฝ่อลีบ มีเนื้อเยื่อพังผืด ไขมัน และสารไลโบฟุสชิน มาสะสมภายในเซลล์มากขึ้น ลิ้นหัวใจมีแคลเซี่ยมมาเกาะมากขึ้น ทำให้การเปิดปิดของลิ้นหัวใจไม่ดี ประสิทธิภาพการทำงานของหัวใจลดลง กำลังการหดตัวลดลง ระยะเวลาในการหดตัวของกล้ามเนื้อหัวใจมากขึ้น ทำให้อัตราการเต้นของหัวใจลดลง กล้ามเนื้อหัวใจมีแคลเซียมมาเกาะมากขึ้น จึงทำให้ระบบการสื่อนำคลื่นไฟฟ้าของหัวใจเปลี่ยนแปลง ดังนั้น ผู้สูงอายุจึงมีโอกาสเกิดภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะได้ หลอดเลือดเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางเสื่อมมากขึ้น ผนังหลอดเลือดฝอยหนาขึ้นทำให้การแลกเปลี่ยนอาหารของเสียลดลง ผนังหลอดเลือดมีความยืดหยุ่นน้อยลงเพราะมีเส้นใยคลอลาเจนมากขึ้น เส้นใยอีลาสตินมีแคลเซียมมาเกาะ (Elastocainosis) มากขึ้น ทำให้เกิดภาวะหลอดเลือดแข็งตัว รูภายในหลอดเลือดแคบลง มีโอกาสเกิดการอุดตันของหลอดเลือดได้ง่าย ความต้านทานของหลอดเลือดปลายทางเพิ่มขึ้น ทำให้ความดันในหลอดเลือดเพิ่มมากขึ้น เพื่อเพิ่มปริมาณเลือดให้เพียงพอกับการทำงานของร่างกาย ดังนั้นระดับความดันจึงเพิ่มขึ้นทั้งซีโตลิคและไดแอสโตลิค ปริมาณเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่างๆลดลง ซึ่งจะพบมากบริเวณสมอง หัวใจ ไต ทำให้อวัยวะเหล่านี้ทำงานลดลง เกิดความเสื่อมและตายในที่สุด

1.4 ระบบทางเดินหายใจ (Respiratory System) หลอดลมและปอดมีขนาดใหญ่ขึ้น ความยืดหยุ่นของเนื้อปอดลดลง เพราะมีเส้นใยอีลาสตินลดลง ผนังทรวงอกแข็งขึ้น การเคลื่อนไหวของกระดูกซี่โครงลดลงเพราะมีแคลเซียมมาเกาะที่กระดูกอ่อนชายโครงมากขึ้น เยื่อหุ้มปอดแห้งและทึบ ทำให้ปอดยืดขยายและหดตัวได้น้อยลง การระบายอากาศหายใจลดลงถุงลมปอดมีจำนวนลดลง ผนังถุงลมแตกง่าย เนื่องจากเส้นใยคอลลาเจนที่หุ้มถุงลมลดลง ทำให้เกิดโรคถุงลมโป่งพองได้ง่ายขึ้น ประสิทธิภาพการไอลดลง ทำให้การกำจัดสิ่งแปลกปลอมในทางเดินหายใจไม่ดี มีการติดเชื้อในระบบทางเดินหายใจได้ง่าย การทำงานของฝากล่องเสียงลดลงทำให้เกิดอาการสำลักและเกิดโรคปอดบวมได้

1.5 ระบบทางเดินอาหาร (Disgestive System) ฟันของผู้สูงอายุไม่แข็งแรง เคลือบฟันบางลง แตกง่าย เซลล์สร้างฟันลดลงและมีเนื้อเยื่อพังผืดเข้าแทนที่มากขึ้น ทำให้การสร้างฟันลดลง ฟันผุง่ายขึ้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ค่อยมีฟันเหลืออยู่จึงต้องใส่ฟันปลอม ทำให้การเคี้ยวอาหารไม่สะดวก ต้องรับประทานอาหารอ่อนและย่อยง่าย ซึ่งส่วนใหญ่เป็นสารอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต ทำให้ขาดสารอาหารประเภทอื่นที่สำคัญต่อร่างกาย ต่อมน้ำลายผลิตเอมไซม์และน้ำลายลดลง ปากและลิ้นแห้ง ทำให้มีการติดเชื้อในปากมากขึ้น การรับรสของลิ้นเสียไปทำให้ผู้สูงอายุเกิดภาวะเบื่ออาหาร กระเพาะอาหารมีการหลั่งน้ำย่อยลดลง การดูดซึมอาหาร

โดยเฉพาะ เหล็ก วิตามินบี 12 และโฟเลท ลดลงซึ่งเป็นสาเหตุทำให้เกิดภาวะโลหิตจางได้ การเคลื่อนไหวของกระเพาะอาหาร และการทำงานของกล้ามเนื้อในกระเพาะอาหารลดลง อาหารอยู่ในกระเพาะอาหารนานขึ้น จึงเกิดความรู้สึกหิวน้อยลง การเคลื่อนไหวของลำไส้เล็กและลำไส้ใหญ่ลดลง ประกอบกับกำลังการหดตัวของกล้ามเนื้อหน้าท้องลดลง การรับประทานอาหารอ่อนย่อยง่ายไม่มีกาก ร่างกายมีการเคลื่อนไหวน้อยลง การกระหายน้ำน้อยลง เป็นเหตุให้ผู้สูงอายุเกิดภาวะท้องผูก นอกจากนั้นยังพบว่าตับมีขนาดลดลง การทำหน้าที่ลดลง ปริมาณน้ำดีลดลง ระดับโคเลสเตอรอลในน้ำดีและความหนืดของน้ำดีเพิ่มขึ้นตามอายุ มีผลให้ผู้สูงอายุมีโอกาสเกิดนิ่วในถุงน้ำดีได้สูง

1.5 ระบบทางเดินปัสสาวะและระบบสืบพันธุ์ (Genitourinary System) ในผู้สูงอายุ ขนาดของไตลดลง หน่วยไตมีจำนวนลดลง โกลเมอรูลัสฝ่อลีบ การไหลเวียนเลือดในไตลดลง เนื่องจากผนังหลอดเลือดแดงไปเลี้ยงไตแข็งตัว อัตราการกรองของไตลดลง การทำงานของท่อไตลดลง ทำให้การดูดกลับของสารต่างๆน้อยลง ความสามารถในการทำให้ปัสสาวะเข้มข้นขึ้นลดลง ปัสสาวะเจือจางมากขึ้น กระเพาะปัสสาวะมีขนาดเล็กลง ตัวรับการกระตุ้นต่อการยืดขยายในกระเพาะปัสสาวะทำงานลดลง ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกปวดถ่ายปัสสาวะเมื่อมีปัสสาวะเต็มในกระเพาะปัสสาวะเท่านั้น แต่โดยทั่วไปผู้สูงอายุจะถ่ายปัสสาวะบ่อยเนื่องจากกล้ามเนื้อกระเพาะปัสสาวะอ่อนกำลังลง จึงทำให้ถ่ายปัสสาวะลำบากต้องถ่ายบ่อยครั้ง ลูกอัณฑะเหี่ยวเล็กลง และผลิตเชื้ออสุจิได้น้อยลง ขนาดและรูปร่างของเชื้ออสุจิเปลี่ยนแปลงและมีความสามารถในการผสมกับไข่ลดลง ในเพศหญิงรังไข่จะฝ่อเล็กลง ปีกมดลูกเหี่ยว มดลูกมีขนาดเล็กลง เยื่อบุภายในมดลูกบางลงมีเนื้อเยื่อพังผืดมากขึ้น ปากมดลูกเหี่ยวและขนาดเล็กลง ไม่มีเมือกหล่อลื่น ช่องคลอดแคบและสั้นลง เป็นเหตุให้เกิดความรู้สึกเจ็บในระหว่างร่วมเพศและความรู้สึกทางเพศลดลง กล้ามเนื้อภายในอุ้งเชิงกรานหย่อนตัว ทำให้เกิดภาวะกระบังลมหย่อนและกลั้นปัสสาวะไม่ได้

1.7 ระบบต่อมไร้ท่อ (Endocrine System) ต่อมใต้สมองจะมีการเปลี่ยนแปลงรูปร่างและการทำงานลดลง มีการเปลี่ยนแปลงจากการหลั่งฮอร์โมนจากต่อมใต้สมอง ต่อมธัยรอยด์ทำงานลดลงตามอายุ ผู้สูงอายุจะเกิดอาการอ่อนเพลีย เบื่ออาหาร และน้ำหนักลดลง ต่อมหมวกไตมีการทำงานลดลง การขับคอร์ติโคส ทางปัสสาวะลดลง ทำให้ผู้สูงอายุเกิดอารมณ์เครียดและหงุดหงิดง่าย ตับอ่อนมีการผลิตอินซูลินลดลง เนื้อเยื่อต่างๆภายใน ร่างกายตอบสนองอินซูลินน้อยลงเป็นผลให้ระดับความทนต่อน้ำตาล ลดลงเมื่ออายุมากขึ้น อาจเป็นเบาหวานได้ง่ายขึ้น ต่อมเพศทำงานลดลง และไม่ตอบสนองต่อการกระตุ้นของฮอร์โมนจากต่อมใต้สมอง ในเพศหญิงรังไข่จะ

หยุดทำงาน อวัยวะต่างๆ ในระบบสืบพันธุ์เสื่อมลงและสูญเสียหน้าที่ บางรายอาจมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ทำให้มีอาการหงุดหงิด โกรธง่าย ตกใจง่าย ซึมเศร้า ในเพศชายการหลั่งฮอร์โมนเพศชายค่อยๆ ลดลงทีละน้อย ความต้องการทางเพศอาจเพิ่มขึ้นหรือลดลง

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ (Psychological Change)

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ จะมีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่ายกายและการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เนื่องจากความเสื่อมของอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย การสูญเสียบุคคลใกล้ชิด การแยกไปของสมาชิกในครอบครัว และการหยุดจากงานที่ทำอยู่ประจำเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจที่พบคือ

2.1 การรับรู้ ผู้สูงอายุมักยึดติดกับความคิดและเหตุผลของตนเอง การรับรู้ต่อสิ่งใหม่เป็นไปได้ยาก ด้วยลักษณะดังกล่าวนี้ ผู้สูงอายุจึงมีความคิดเห็นไม่ตรงกับผู้อ่อนวัยกว่า และมักจะขัดแย้งกัน

2.2 การแสดงออกทางอารมณ์ การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของผู้สูงอายุเป็นกลไกที่เกี่ยวเนื่องกับการสนองความต้องการของจิตใจต่อการเปลี่ยนแปลงสภานภาพทางสังคม ผู้สูงอายุมักจะท้อแท้ น้อยใจ รู้สึกว่าสังคมไม่ได้ให้ความสำคัญกับตน จึงทำให้อารมณ์ไม่มั่นคง การกระทบกระเทือนจิตใจเพียงเล็กน้อย จะทำให้ผู้สูงอายุเสียใจ หงุดหงิดหรือโกรธง่าย

2.3 การสร้างวิถีดำเนินชีวิตของตนเอง การยอมรับต่อภาวะสูงอายุจะทำให้ผู้สูงอายุพัฒนาวิถีดำเนินชีวิตแตกต่างกันไปตามเหตุผลและความพอใจของแต่ละคน เช่น การมุ่งสร้างความดี แสวงหาความสงบในชีวิต เข้าวัดถือศีล เลี้ยงสัตว์ หรือการแยกตัวอยู่ตามลำพัง

2.4 ความสนใจสิ่งแวดล้อมลดน้อยลง พอใจในชีวิตที่เรียบง่าย ความมุ่งหวังหรือความใฝ่ฝันในชีวิตลดลงหรือไม่มีเลย

2.5 ความไม่สามารถตอบสนองความต้องการทางเพศ นับเป็นการสูญเสียทางจิตใจที่สำคัญทั้งนี้เพราะการเปลี่ยนแปลงทางสรีระเคมีของร่างกาย ทำให้ไม่สามารถตอบสนองความต้องการทางเพศได้ ทั้งๆที่ยังมีความต้องการทางเพศอยู่ นอกจากนี้ เหตุผลทางสังคมวัฒนธรรมโดยเฉพาะเจตคติของสังคมที่มีต่อเพศสัมพันธ์ในผู้สูงอายุว่าเป็นเรื่องที่ไม่เหมาะสม นับว่าเป็นสิ่งที่ขัดขวางความต้องการทางเพศ และมีผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุ เกิดความวิตกกังวล และมีความหวั่นไหวไม่มั่นคงต่อชีวิต (สุภาลักษณ์ เขียวขำ,2543)

3.การเปลี่ยนแปลงทางสังคม (Sociological Changes)

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ผู้สูงอายุต้องประสบภาระหน้าที่และบทบาทของผู้สูงอายุจะลดลง มีข้อจำกัดทางร่างกาย ทำให้ขาดความคล่องตัวในการคิด การกระทำและการสื่อสารลดลง สัมพันธภาพทางสังคมมีขอบเขตจำกัด ความห่างเหินจากสังคมมีมากขึ้น การยอมรับต่อสังคมต่อความมีอายุมักเป็นไปในทางลบ เพราะสังคมจะประเมินความสามารถในแง่ปฏิบัติถึงแม้ว่าจะมีผู้สูงอายุบางคนได้แสดงให้เห็นว่า ความมีอายุมิได้เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินบทบาทและหน้าที่ทางสังคม แต่ยังสามารถทำงานในหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพเหมือนคนหนุ่มสาว สำหรับสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ที่มีผลกระทบต่อผู้สูงอายุ สรุปได้ดังนี้คือ

3.1 การเปลี่ยนแปลงจากสังคมเกษตรกรรมไปเป็นสังคมอุตสาหกรรมมากขึ้น ทำให้บุคคลภายในครอบครัวที่เป็นประชากรวัยแรงงานอาจต้องไปประกอบอาชีพและศึกษาในต่างถิ่น ส่งผลให้ระบบครอบครัวที่เป็นประชากรวัยแรงงานอาจต้องไปประกอบอาชีพและศึกษาในต่างถิ่น ส่งผลให้ระบบครอบครัวจากเดิมที่เป็นครอบครัวขยาย และผู้สูงอายุมีความรู้สึกอบอุ่นมาเป็นครอบครัวเดี่ยว ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความว้าเหว่ได้

3.2 การตายของคู่สมรส เมื่อสามีหรือภรรยาฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดตายจากไป จะทำให้ผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่เศร้าและว้าเหว่มากขึ้น โดยเฉพาะหากผู้สูงอายุนั้นไม่มีงานอดิเรก หรือไม่มีโอกาสได้ไปเข้ากลุ่มสังคมกับผู้อื่น ความรู้สึกเศร้าซึมจะมีมากขึ้น

3.3 ความมั่นคงของครอบครัว ผู้สูงอายุควรจะมีความมั่นคงทางเศรษฐกิจพอควร มีบ้านหรือบ้านพักอาศัยเอง มีบุตรหลานเจริญเติบโตพึ่งพิงได้ ผู้สูงอายุที่ไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต ไม่สามารถสร้างหลักฐานให้แก่ครอบครัวได้ ผิดหวังในความสำเร็จของบุตร และการประกอบอาชีพบางคนปรับตัวเข้ากันไม่ได้ในเรื่องเพศสัมพันธ์ ปัญหาจะทวีความรุนแรงมากขึ้นในวัยชรา

3.4 การเปลี่ยนที่อยู่อาศัย ผู้สูงอายุบางรายอาจต้องเปลี่ยนที่อยู่อาศัยเดิมไปสู่แหล่งใหม่เนื่องจากการตายของคู่สมรส หรือบุตรหลานมารับไปอยู่กับครอบครัว ส่วนใหญ่บางรายไม่มีบุตรหลานดูแลใกล้ชิด ต้องอาศัยสถานสงเคราะห์คนชรา การเปลี่ยนแปลงนี้อาจจะทำให้ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้การปรับตัวต่อสถานที่ใหม่และสิ่งไม่คุ้นเคย

3.5 ความกลัวต่อการเจ็บป่วยและการตาย การตายของคนใกล้ชิดจะทำให้ผู้สูงอายุวิตกกังวลและหวาดกลัวต่อความตาย ถ้าบุตรหลานไม่เอาใจใส่ดูแล ผู้สูงอายุจะมีความเครียดและเกิดความทุกข์ใจ

สรุป ความเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ จะมีอยู่ 3 ด้านการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ได้แก่ ระบบผิวหนัง ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบทางเดินหาย ระบบทางเดินอาหาร ระบบทางเดินปัสสาวะและระบบสืบพันธ์ ระบบต่อมไร้ท่อ นอกจากนั้นยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ซึ่งมีอิทธิผลต่อการดำรงชีวิตเป็นอย่างมาก เนื่องจากร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้ส่งผลกระทบถึงจิตใจ นอกจากนั้น การเปลี่ยนแปลงอีกทางหนึ่งที่เกิดกับผู้สูงอายุคือการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทั้ง 3 ด้านจะส่งผลกระทบถึงการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุอย่างเห็นได้ชัด

ตอนที่ 2 โปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุ

2.1 การศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุ

การศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุและการศึกษาตลอดชีวิต ตามพระราชบัญญัติ พ.ศ. 2542 ได้กำหนดหลักการในการจัดการศึกษาไว้โดยยึดหลักเป็นการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตลอดชีวิตสำหรับประชาชน ซึ่งการศึกษาตลอดชีวิตนั้นเป็นการศึกษาที่เกิดจากกการผสมผสานระหว่างการศึกษาตามอัธยาศัย เพื่อให้สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต ดังนั้นผู้สูงอายุย่อมมีโอกาสที่จะศึกษาหาความรู้เพื่อนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต (เล็ก สมบัติ,2544) ดังนั้นผู้สูงอายุย่อมมีโอกาสที่จะศึกษาหาความรู้เพื่อนำมาพัฒนาชีวิตของตนเองได้ นอกจากนั้นสำนักบริหารการศึกษานอกโรงเรียนยังได้ทำแผนให้มีกิจกรรมการศึกษานอกโรงเรียนหลายรูปแบบ ทั้งการศึกษาเบ็ดเสร็จขั้นพื้นฐานและการให้การศึกษาเพื่อช่วยพัฒนาความรู้ผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุและผู้ที่กำลังจะเข้าวัยสูงอายุได้รับข่าวสารข้อมูลและเรียนรู้เพื่อที่จะดำรงชีวิตในวัยสูงอายุได้อย่างมีความสุข มีความมั่นคงและมีคุณค่าในสังคม กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นกิจกรรมที่จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุ ในด้านอนามัย ด้านอาชีพ งานอดิเรก และสันทนาการ (มาลินี วงษ์สิทธิ์,2544) การจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุ เป็นการช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รับการศึกษาตลอดชีวิต ซึ่งถือว่ามีความจำเป็นอย่างมาก และกิจกรรมทางการศึกษาก็จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ศึกษาวิชาความรู้ที่มี ความจำเป็นสำหรับวัยผู้สูงอายุในด้านต่างๆ เพื่อจะได้นำมาปรับพฤติกรรมและบุคลิกภาพ นอกจากนั้น สุรกุล เจนอบรม (2538) ยังได้กล่าวถึงการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน สำหรับผู้สูงอายุ มีกลวิธีและเป้าหมายดังนี้

1. การจัดการศึกษาเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางเศรษฐกิจ แก่ผู้สูงอายุ ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่ขาดความมั่นใจในเรื่องเศรษฐกิจของตนเอง และครอบครัว ทำให้การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆมีน้อย จึงควรจัดการศึกษาเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางเศรษฐกิจ แก่ผู้สูงอายุ เช่นจัดการศึกษาให้ผู้สูงอายุเห็นช่องทางในการประกอบอาชีพ โดยจัดโครงการฝึกวิชาชีพระยะสั้นหรือกลุ่มสนใจแก่ผู้สูงอายุ จัดการศึกษาเพื่อส่งเสริมระบบข่าวสาร ข้อมูล ทางวิชาชีพแก่ผู้สูงอายุ โดยจัดโครงการการจัดทำข้อมูลข่าวสารด้านอาชีพสำหรับผู้สูงอายุ เป็นต้น

2. จัดการศึกษาเพื่อส่งเสริมความมั่นใจทางสังคมแก่ผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุมักมีความวิตกกังวลต่อการยอมรับนับถือจากสังคม ซึ่งเป็นผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพจิตใจในผู้สูงอายุ ดังนั้นจำเป็นต้องจัดการศึกษา เพื่อส่งเสริมความมั่นคงทางใจแก่ผู้สูงอายุโดยการจัดการศึกษาให้ผู้สูงอายุมีโอกาสพบปะสังสรรค์ กับบุคคลในวัยเดียวกันหรือต่างวัย เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนในการช่วยเหลือสังคม

3. จัดการศึกษาเพื่อสร้างบรรยากาศแห่งการพัฒนาจิตใจให้เกิดขึ้นในสังคม โดยเน้นเป้าหมายทุกกลุ่มอายุ เพื่อเป็นการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุที่ดีในโอกาสต่อไป เช่น การจัดกิจกรรมทางศาสนา โครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิต การจัดแข่งขันกีฬา โครงการจัดการท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุ

4. จัดการศึกษาเพื่อพัฒนาค่านิยม และเจตคติที่ดีของสังคมต่อผู้สูงอายุ โดยการส่งเสริมให้มีการปรับปรุงหลักสูตรประชากรศึกษา ทั้งในและนอกระบบโรงเรียน ให้สอดแทรกเนื้อหาผู้สูงอายุไว้ในบทเรียน เผยแพร่ข่าวสารข้อมูลของผู้สูงอายุ ทางสื่อมวลชนทุกประเภท

สรุป การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุ ควรคำนึงถึงผู้สูงอายุเป็นสำคัญ เนื่องจากผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย อารมณ์และสังคม โดยที่วิธีการจัดควรให้เกิดความมั่นคงทางเศรษฐกิจ และครอบครัว นอกจากนั้นควรจัดเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความมั่นใจทางสังคม และคำนึงถึงบรรยากาศในการจัดกิจกรรม

2.2 กิจกรรมผู้สูงอายุ

จากการศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับความสูงอายุ โดยเฉพาะทฤษฎีกิจกรรมทำให้ได้ข้อสรุปว่า การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง จะรักษาสถานภาพและบทบาททางสังคมไว้ในระดับหนึ่ง ทำให้ได้รู้จักตนเองว่ายังมีคุณค่าและสามารถอยู่ร่วมกับบุคคลวัยอื่นๆได้อย่างมีความสุข (บริบูรณ์ พรพิบูลย์ อ้างถึงใน คงวิทย์ ราษฎร์เจริญ,2539)

แนวคิดของทฤษฎีนี้ เชื่อว่า ผู้สูงอายุที่มีชีวิตอยู่ในสังคมเดียวกันจะมีความต้องการทางจิตวิทยาเหมือนกับบุคคลวัยกลางคนในสังคมเดียวกัน กิจกรรมจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอย่างมีความสุข มีความเพลิดเพลิน เกิดความพึงพอใจ มีความกระฉับกระเฉง สามารถตัดสินใจได้เกิดภาพพจน์ที่ดีเกี่ยวกับตนเอง ในแนวคิดทฤษฎีนี้ตั้งอยู่บนพื้นฐาน 3 ประการ คือ

1. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุ สืบเนื่องมาจากผู้สูงอายุมีความสามารถที่จะควบคุมพฤติกรรมของตน และสามารถจะสร้างสถานการณ์ใหม่ขึ้นมาเป็นเครื่องทดแทนสิ่งที่สูญเสียไป เช่น การสูญเสียบุคคลที่รัก การมีชีวิตอยู่อย่างโดดเดี่ยว ผู้สูงอายุก็จะพยายามหากิจกรรมอื่นๆ มากระทำเพื่อชดเชยสิ่งที่ขาดไปเหล่านั้น

2. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุ สืบเนื่องมาจากความต้องการทางด้านจิตใจ และด้านการยอมรับของสังคมที่มีอยู่ในตัวมนุษย์ตลอดมา ดังนั้น เมื่อผู้สูงอายุขาดความต้องการด้านใดด้านหนึ่ง ก็จะหาสิ่งอื่นมาทดแทน

3. การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุนั้น ก็เนื่องมาจากผู้สูงอายุเชื่อว่ากิจกรรมต่างๆ สามารถนำมาชดเชยภาระหน้าที่การงานที่ต้องหมดความรับผิดชอบลง และการหมดสภาวะที่ต้องเลี้ยงดูบุตรหลานและอื่นๆ จะทำให้สถานะทางสังคมประสบความสำเร็จ และได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นๆ จะทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าตัวมีคุณค่าในสังคมนั้นๆ เด็กเกอร์ (Decker,1980)

แฮริส (Harries, 1980) ได้ทำการสำรวจการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ 65 ปีขึ้นไปพบว่าผู้สูงอายุร้อยละ 42 ใช้เวลาสมาคมกับเพื่อน ร้อยละ 39 ใช้เวลาทำสวนปลูกต้นไม้ ร้อยละ 36 อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ ร้อยละ 31 ใช้เวลานั่งเฉยๆ และคิด ร้อยละ 26 ทำกิจกรรมนันทนาการและงานอดิเรก และร้อยละ 25 ใช้เวลาเดินเล่น

ผลการสำรวจของ แฮริส (Harries) ดังที่กล่าวมา อาจจะแตกต่างไปจากกิจกรรมของผู้สูงอายุในประเทศไทย โดยเฉพาะในชนบทซึ่งเป็นภาคเกษตรกรรม ซึ่ง นิศา ชูโต (2525) ได้ศึกษาเรื่อง คนชราไทย โดยการสุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจากทั่วประเทศ พบว่า ร้อยละ 40 ของกลุ่มตัวอย่างยังคงทำงานหารายได้หลังอายุ 60 ปี จนกระทั่งอายุประมาณ 64 ปี หรือจนกว่าสุขภาพจะไม่อำนวยจึงจะหยุดงาน ดังนั้นจะเห็นว่าผู้สูงอายุไทยต้องประกอบอาชีพตามความจำเป็นทางเศรษฐกิจ ทั้งนี้เพราะประเทศไทยเป็นประเทศกำลังพัฒนายังไม่มีสวัสดิการทางสังคมพื้นฐานให้แก่ผู้สูงอายุเช่นประเทศที่พัฒนาแล้ว

ดังนั้นกิจกรรมจึงมีความจำเป็น และสำคัญต่อการดำเนินชีวิตสำหรับผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุ การจัดให้มีกิจกรรมเป็นการดึงผู้ที่อยู่ในวัยนี้ได้เข้าร่วมกับสังคมได้พบปะสังสรรค์กันอันจะทำให้ผู้สูงอายุกลับมีชีวิตชีวา มีความหวังในชีวิตช่วยลดความวิตกกังวลทางจิตใจ และจะทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เพราะการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ นั้น ช่วยให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าตนเองยังมีความสามารถและมีค่า ตลอดจนถึงมีสถานภาพ บทบาท และเป็นที่ยอมรับของคนในสังคม

สำหรับประเภทของกิจกรรม เขมิกา ยามะรัต (2527) ได้แบ่งประเภทกิจกรรมของผู้สูงอายุออกเป็น 5 ประการดังนี้

1. การมีส่วนร่วมทางสังคม (Social participation) หมายถึงการที่ผู้สูงอายุเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างกับองค์กรที่ตนเป็นสมาชิก ซึ่งแบ่งเป็นการมีส่วนร่วมทางสังคมภายนอกครอบครัว ได้แก่ การมีกิจกรรมร่วมกับองค์การอื่นๆ นอกครอบครัว เช่น กลุ่มเพื่อน เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง ศาสนา การเมือง และสมาคมต่างๆ ที่ตนเป็นสมาชิก

2. การมีงานอดิเรก (Hobby) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมของตนเองในเวลาว่างหรือเป็นการพักผ่อน หรือการมีงานอดิเรกซึ่งอาจเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถทำได้เองโดยลำพังคนเดียว

3. การทำงานมีรายได้ (Work) หมายถึง การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมที่ก่อให้เกิดรายได้ไม่ว่าจะเป็นงานประจำ งานพิเศษหรืองานชั่วคราวก็ได้

4. การส่งเสริมคุณภาพอนามัย หมายถึง กิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุเนื่องจากวัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องการดูแลในด้านสุขภาพอนามัยเป็นพิเศษ กิจกรรมในด้านนี้ได้แก่ การออกกำลังกาย

5. การพัฒนาท้องถิ่นและสังคม หมายถึง การที่ผู้สูงอายุได้เข้าไปมีบทบาทในการเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาสังคม ทั้งในระดับชุมชนและระดับสังคม เช่นการเข้าร่วมพัฒนาวัดและโรงเรียน เป็นต้น

นอกจากนั้น นิศา ชูโต (2525) ก็ได้แบ่งประเภทของกิจกรรมของกิจกรรมในสังคมไว้ดังนี้

1. กิจกรรมการเมือง เช่น การสมัครรับเลือกตั้ง การเป็นสมาชิกพรรคการเมือง
2. กิจกรรมศาสนา เช่น การไปวัด การเป็นมรรคทายก
3. กิจกรรมความรู้เพิ่มเติม เช่น การศึกษาในโรงเรียนผู้ใหญ่ การศึกษาต่อเนื่อง การอบรมต่างๆ

4. กิจกรรมทางสังคม เช่น ไปร่วมงานเลี้ยง งานรื่นเริง
5. กิจกรรมศิลปการฝีมือ เช่น การจัดดอกไม้ เย็บปักถักร้อย การแต่งโคลงกลอนต่างๆ
6. กิจกรรมกีฬา เช่น การเล่น การดู การเป็นผู้จัดด้านกีฬา
7. กิจกรรมอาสาสมัคร เช่น การเป็นลูกเสือชาวบ้าน

เทเลอร์ (Taylor, 1982) ได้แบ่งกิจกรรมในสังคมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมไว้ดังนี้

1. กิจกรรมอาชีวะบำบัด (Occupational therapy) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพช่วยแก้ปัญหาพฤติกรรมเงียบเหงาให้มีการใช้กล้ามเนื้อต่างๆ ของร่างกายในการทำงาน เช่น การทอผ้า การเย็บผ้าและสลักเป็นต้น

2. กิจกรรมนันทนาการ (Recreation) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความสุข ความเพลิดเพลินใจ เช่น การแสดง การฝีมือ วาดภาพ พบปะสังสรรค์ต่างๆ

3. กิจกรรมดนตรี (Music) ดนตรีเป็นกิจกรรมที่ช่วยทำให้เกิดความสุขทางใจแก่ผู้สูงอายุได้

4. กิจกรรมด้านอาชีพ (Vocation) เป็นการฝึกอบรมให้ผู้สูงอายุมีงานอาชีพเล็กๆ น้อยๆ ที่เหมาะสมแก่วัยของตนเอง

5. กิจกรรมด้านการศึกษา (Education) เป็นการจัดการศึกษาต่อเนื่องให้ผู้สูงอายุได้ศึกษาต่อ ได้มีโอกาสพบปะพูดคุยกันในวัยเดียวกัน

6. กิจกรรมบริการห้องสมุด (Library services) เพื่อให้ผู้สูงอายุที่อ่านหนังสือออกได้มีโอกาสผ่อนคลายความเครียดโดยการอ่านหนังสือ ตามที่ตนเองสนใจเป็นการส่งเสริมพัฒนาสติปัญญา

2.3 ลักษณะการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

การจัดกิจกรรมก็มีจุดประสงค์ที่จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกผูกพันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในสังคม และก่อให้เกิดการอยู่ร่วมกันในครอบครัวได้อย่างมีความสุข หากจำแนกตามลักษณะของกิจกรรมต่างๆ ที่ได้จัดขึ้นนั้น สามารถจะจำแนกออกเป็นด้านต่างๆ ได้ดังต่อไปนี้ (พฤฒินันท์ เหลืองไพบูลย์, 2530)

1. กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัย เช่น การตรวจสุขภาพ การทดสอบสมรรถภาพของร่างกาย การทดสอบร่างกาย การตรวจด้านของการปฏิบัติตนให้พ้นจากโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ

การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ความรู้เกี่ยวกับการใช้ยาเบื้องต้น และความรู้ที่เกี่ยวกับโรคของผู้สูงอายุและการป้องกัน ตลอดจนการให้ความรู้ในเรื่องของการอยู่ร่วมกัน ในครอบครัวระหว่างเครือญาติ และการเตรียมใจให้พร้อมกับความเปลี่ยนแปลงของร่างกายในด้านต่างๆ เป็นต้น

2. กิจกรรมด้านการศึกษาตามความสนใจและความถนัด กิจกรรมประเภทนี้ ได้แก่ การศึกษาในเรื่องพระพุทธศาสนา การศึกษาเรื่องพระพุทธศาสนา การศึกษาเรื่องพระพุทธรูป พระเครื่องหรือศิลปะหลากชนิดในยุคสมัยต่างๆ การศึกษาที่เกี่ยวข้องกับงานที่ตนเองเคยทำอยู่ในอดีต และการศึกษาในลักษณะของงานวิชาชีพในกรณีที่มีความสามารถในด้านนั้นๆ อยู่ก่อนแล้ว เช่น ช่างไม้ การตัดเย็บเสื้อผ้า งานหัตถกรรมต่างๆ เป็นต้น

3. กิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ กิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมความพร้อมของร่างกายในด้านต่างๆ ตามวัยของผู้สูงอายุ เช่น การเล่นละครย่อย การร้องรำทำเพลง บริการกีฬาในร่มและกลางแจ้ง การเล่นเกมส์ต่างๆเป็นต้น

4. กิจกรรมด้านวัฒนธรรม ได้แก่ การจัดให้มีงานมหรสพในโอกาสต่างๆ เช่น วันขึ้นปีใหม่ วันสงกรานต์ เป็นต้น เพื่อทำให้ผู้สูงอายุได้มีการผ่อนคลายอารมณ์และได้มีโอกาสสนุกร่าเริงเหมือนบุคคลกลุ่มอื่นๆ ตลอดจนทำให้เกิดความรู้สึกว่า สังคมยังต้องการตนเอง

5. กิจกรรมด้านศาสนา ได้แก่การจัดให้มีการทำบุญ การปฏิบัติธรรมประจำวันพระหรือเนื่องในวันสำคัญของชาติ การประกอบพิธีทางศาสนาโดยเสรี เช่น การจัดให้มีการนิมนต์พระมาเทศน์ การจัดบำเพ็ญการกุศลในโอกาสวันสำคัญต่างๆ ทางพระพุทธศาสนา เช่น วันมาฆบูชา วันเข้าพรรษา และวันออกพรรษา เป็นต้น

6. กิจกรรมด้านการเผยแพร่ความรู้ ได้แก่ การเผยแพร่ความรู้ในเรื่องข้อมูล ข่าวสาร เรื่องสุขภาพอนามัยอันเป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ การจัดให้มีการบรรยายและสัมมนาในเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ โดยการเชิญวิทยากรที่มีคุณวุฒิจากภายนอกมาบรรยายเป็นครั้งคราว เป็นต้น

7. กิจกรรมด้านการพัฒนาสังคม ได้แก่ การจัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีบทบาทในการพัฒนาสังคม เช่น การจัดให้มีการทำความสะอาดวัด และศาสนาในโอกาสวันสำคัญต่างๆ ของชาติ เช่น วันเฉลิมพระชนพรรษา วันรัฐธรรมนูญ วันฉัตรมงคล เป็นต้น หรือการจัดรณรงค์งดสูบบุหรี่ในวันพระ การนำของขวัญไปเยี่ยมทหารที่ได้รับบาดเจ็บอยู่ตามโรงพยาบาลต่างๆ เป็นต้น

8. การทัศนศึกษานอกสถานที่ ได้แก่ กิจกรรมการทำบุญทอดผ้าป่าสามัคคีตามวัดในต่างจังหวัด การจัดนำไปสักการะบูชาตามวัดอันเป็นที่เคารพนับถือหรือการจัดนำเที่ยวตามสถานที่ท่องเที่ยว และโบราณสถานที่สำคัญต่างๆในต่างจังหวัด ในบางโอกาสทำให้เกิดความสมานสามัคคีและความสนุกสนานร่าเริงในระหว่างสมาชิกด้วยกัน

2.4 หลักการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

สุรกุล เจนอบรม (2534) ได้กล่าวถึงการจัดกิจกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ไว้ว่า ในการให้บริการการศึกษานอกโรงเรียนแก่ประชาชนผู้รับบริการ ซึ่งมีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคลนั้น จำเป็นต้องคำนึงถึงองค์ประกอบต่างๆ มากมาย เช่น ความต้องต้องการ ประสบการณ์ภูมิหลังแต่ละบุคคล และสิ่งที่จะขาดไม่ได้ก็คือ วัย เพราะการจัดการศึกษานอกโรงเรียนก็มีวัยต่างๆ ตั้งแต่วัยเด็ก ผู้ใหญ่ วัยหนุ่มสาว และผู้สูงอายุ โดยที่ การศึกษาของผู้สูงอายุนั้น จำเป็นและอำนวยประโยชน์ต่อผู้สูงอายุมากทั้งนี้ เพราะการศึกษาช่วยเตรียมตัวผู้สูงอายุให้สามารถจัดการกับชีวิตบั้นปลายของตนเองได้อย่างมีความสุขความสงบ ช่วยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีความรู้ที่ทันสมัยอยู่เสมอ สามารถทราบถึงเหตุการณ์ในปัจจุบันรอบประเทศไทยและโลกได้ การศึกษาดังกล่าว อาจจัดในรูปแบบการศึกษาผู้ใหญ่ เพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพอนามัย การอบรมก่อนการเกษียณอายุ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ หรือกิจกรรมนันทนาการ เป็นต้น

นอกจากนั้น สุรกุล เจนอบรม (2535) ได้กล่าวถึงแนวทางในการดำเนินงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุในลักษณะของการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน ควรมีการดำเนินงานใน 5 ด้าน คือ

1. จัดการศึกษาและกิจกรรม เพื่อให้เกิดความมั่นคงทางเศรษฐกิจสำหรับผู้สูงอายุ
2. จัดการศึกษาและกิจกรรม เพื่อส่งเสริมความมั่นคงทางใจแก่ผู้สูงอายุ
3. จัดการศึกษาและกิจกรรม เพื่อพัฒนาค่านิยมและทัศนคติที่ดีแก่ผู้สูงอายุ ตลอดจนการส่งเสริมให้สังคมมีค่านิยม และทัศนคติที่ต่อผู้สูงอายุ
4. จัดการศึกษาและกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีการป้องกันและดูแลรักษาสุขภาพอนามัยของตนเองตลอดจนการส่งเสริมงานสาธารณสุขมูลฐานที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
5. จัดการศึกษาและกิจกรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความเข้าใจในสวัสดิการสังคม ตลอดจนหาทางส่งเสริมให้องค์การทั้งของรัฐและเอกชนสนับสนุนสวัสดิการต่างๆ ที่ควรจะจัดให้มีขึ้นสำหรับ ผู้สูงอายุ

สุวัฒน์ วัฒนวงศ์ (2531) ได้กล่าวสรุปถึงหลักการจัด กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ดังนี้

1. ความต้องการและความสนใจ ผู้ใหญ่มักเกิดการเรียนรู้ได้ดี หากว่าตรงกับความต้องการและความสนใจในประสบการณ์ที่ผ่านมา

2. สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตผู้ใหญ่ การเรียนจะได้ผลดีหากถือเอาตัวผู้ใหญ่เป็นศูนย์กลางในการเรียนการสอน

3. การวิเคราะห์ประสบการณ์ เนื่องจากประสบการณ์เป็นแหล่งการเรียนที่มีคุณค่ามากที่สุดสำหรับผู้ใหญ่ ดังนั้น วิธีการหลักสำหรับการศึกษาผู้ใหญ่ คือการวิเคราะห์ประสบการณ์ของแต่ละคนโดยละเอียดว่าส่วนไหนของประสบการณ์ควรนำมาใช้ในการเรียนการสอน แล้วจึงหาทางนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์

4. ผู้ใหญ่ต้องการเป็นผู้นำตนเอง ดังนั้นครูจึงควรอยู่ในกระบวนการสืบหา ค้นหาคำตอบร่วมกับผู้เรียน

5. ความแตกต่างระหว่างบุคคล จะมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆในแต่ละบุคคล เมื่อมีอายุมากขึ้น ดังนั้น การสอนต้องเตรียมเนื้อหาอย่างดี เช่น รูปแบบการเรียนการสอน เวลาที่ได้ทำการสอน สถานที่สอน และประการสำคัญ คือความสามาถในการเรียนรู้ในแต่ละขั้นของผู้ใหญ่ย่อมเป็นไปตามความสามารถในการเรียนรู้ของผู้ใหญ่แต่ละคน

โนลส์ (Knowles อ้างถึงใน อาชัญญา รัตนอุบล, 2539) ได้ให้หลักการที่ช่วยให้ผู้ใหญ่เรียนได้ดี 4 ประการดังนี้

1. มโนทัศน์ของผู้เรียน ผู้เรียนจะมีวุฒิภาวะสูง ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น เป็นตัวของตัวเอง

2. ประสบการณ์ของผู้เรียน ผู้เรียนจะมีประสบการณ์กว้างขวาง ควรใช้ประสบการณ์ที่มีให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียนของตนเอง

3. ความพร้อมที่จะเรียน ผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเรียนรู้มากขึ้น เมื่อเกิดความต้องการเรียนรู้ และรู้สึกว่าความรู้นั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นและมีประโยชน์ต่อบทบาท ภาระหน้าที่และสถานภาพทางสังคมของตน

4. แนวทางในการเรียน ความรู้นั้นจะมุ่งการนำความรู้ไปใช้ประโยชน์โดยทันทีในปัจจุบัน โดยสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้แก้ปัญหาที่ตนกำลังเผชิญอยู่ (Problem Center)

นอกจากนั้น อาชัญญา รัตนอุบล (2544) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียน สรุปได้ดังนี้

1. ผู้เรียน เชื่อมั่นว่าสามารถเรียนรู้พัฒนาตนเองได้ เชื่อว่าการเรียนรู้เกิดได้ทุกที่ผู้เรียนได้เรียนรู้สิ่งที่มีความหมาย ตรงตามความต้องการ ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการคิดวิเคราะห์ตัดสินใจ

2. ผู้สอน เป็นผู้อำนวยความสะดวกในการจัดการเรียนรู้ เชื่อมั่นในศักยภาพของผู้เรียนว่ามีความสามารถนำมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกันได้ ศึกษาความต้องการของผู้เรียนเพื่อนำมาจัดสาระ เนื้อหา หลักสูตร ให้ตรงตามวัตถุประสงค์ และมีการเชื่อมโยง และบูรณาการความรู้วิชาเข้ากับชีวิตและประสบการของผู้เรียน

3. กระบวนการเรียนรู้ เป็นกระบวนการที่พัฒนาต่อเนื่องตลอดชีวิต เน้นให้คิดเป็นทำเป็น แก้ปัญหาเป็นให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรงจากการปฏิบัติจริง

4. สังคมการเรียนรู้ ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากสถาบัน องค์กรต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง

2.5 องค์ประกอบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

1. เนื้อหา

เพ็ญศรี ทวิสุวรรณ (2533) ได้ให้ความหมายของเนื้อหา ในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า เนื้อหาที่จัดยืดหยุ่นได้มาก ขึ้นอยู่กับความ สนใจของผู้เรียน สภาพแวดล้อมท้องถิ่น จุดมุ่งหมายของวิชา

2. กิจกรรมการเรียนการสอน

วารี ถิระจิตร (2535) ได้กล่าวถึงความสำคัญในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนไว้ดังนี้

1. ช่วยเร้าความสนใจของผู้เรียน
2. ช่วยปลูกฝังความรับผิดชอบ
3. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จ
4. ส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
5. ช่วยปลูกฝังเจตคติที่ดี
6. ช่วยส่งเสริมทักษะในด้านต่างๆ
7. ช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกสนุกสนาน
8. ช่วยให้เห็นความแตกต่างระหว่างบุคคล

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

9. ช่วยขยายความรู้และประสบการณ์ให้กว้างขวาง

10. ช่วยส่งเสริมความงอกงามและพัฒนาการของผู้เรียน

11. ช่วยส่งเสริมทักษะในด้านต่างๆ

12. ช่วยปลูกฝังเจตคติที่ดี

13. ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจในบทเรียน

14. ช่วยส่งเสริมให้รู้จักการทำงานเป็นหมู่คณะ

15. ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความซาบซึ้งในเรื่องต่างๆ

นอกจากนั้น กิจจา เวสประชุม (2540) ได้ให้ความหมายของการจัดการเรียนการสอนไว้ว่า เป็นกระบวนการที่เป็นเครื่องมือช่วยให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ที่ดี เป็นการส่งเสริมให้มีการพัฒนาในด้านต่างๆอย่างมีประสิทธิภาพและสามารถดำรงชีวิตอย่างราบรื่นเป็นประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวม

สุเทพ เมฆ (2531)ได้เสนอแนะหลักการในการจัดกิจกรรมการสอนไว้ดังต่อไปนี้

1. การเตรียมตัวก่อนการเรียนรู้ ก่อนที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ผู้เรียนควรจะมีพื้นฐานที่จำเป็นมาก่อน ผู้สอนควรบอกด้วยว่า มีความรู้เดิมอะไรบ้างที่เป็นประโยชน์หรือขัดขวางการเรียนรู้ใหม่

2. การจูงใจ ผู้เรียนจะเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพหากสนใจในสิ่งที่เรียน การเลือกเนื้อหาที่ผู้เรียนสนใจหรือผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการวางแผนกำหนดกิจกรรมการเรียนจะช่วยให้เกิดความสนใจมากขึ้นกิจกรรมต่างๆควรมีลักษณะที่ทำให้ผู้เรียนมั่นใจว่าจะสามารถทำสำเร็จได้

3. การให้ผู้เรียนได้เห็นพฤติกรรมปลายทางเป็นแบบอย่าง จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ด้วยการเลียนแบบพฤติกรรมนั้น

4. การตอบสนองอย่างมีชีวิตชีวา กิจกรรมต่างๆในชั้นเรียนควรเป็นเรื่องของผู้เรียนเป็นหลักเพราะผู้เรียนจะเรียนรู้จากสิ่งที่ได้กระทำ

5. การแนะนำ ผู้เรียนควรได้รับคำแนะนำจนกระทั่งสามารถแสดงพฤติกรรมที่เป็นการเรียนรู้ใหม่ได้

6. การฝึกปฏิบัติ ควรมีการฝึกปฏิบัติพฤติกรรมที่เรียนรู้ใหม่บ่อยครั้ง

7. การแจ้งผลกลับในการแสดงพฤติกรรม ผู้เรียนควรได้รับทราบผลของการแสดงพฤติกรรมหรือการปฏิบัติโดยทันทีหากเป็นการปฏิบัติงานที่ได้ผลดี การให้รางวัลจะเป็นการเสริมแรงให้ผู้เรียนทำเช่นนั้นอีก

8. การจัดลำดับขั้นตอนการเรียนรู้ ควรเรียงลำดับเนื้อหาวิชาจากง่ายไปหายาก หรือจากสิ่งที่ใกล้ตัวไปยังไกลตัว

9. ความแตกต่างระหว่างบุคคล ประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดให้แก่ผู้เรียนต้องมีลักษณะที่ช่วยให้ผู้เรียนเรียนในวิธีที่ถนัดและเหมาะสมกับความสามารถ

10. พฤติกรรมการสอนในชั้นเรียน ครูเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ควรคำนึงถึงทักษะการกระตุ้นความสนใจ การอธิบาย การให้คำแนะนำ การใช้ตัวเสริมแรง ตลอดจนการบริหารห้องเรียน ซึ่งมีผลต่อประสิทธิภาพในการเรียนการสอนทั้งสิ้น

3. ผู้สอน

ผู้สอนมีบทบาทที่สำคัญในการให้ความรู้แก่ผู้เรียนมาก จนเชื่อกันว่าผู้สอนต้องมีความรู้สูงจึงจะสามารถถ่ายทอดความรู้ได้ดี แต่ปัจจุบันความเชื่อนี้ไม่เป็นความจริงเสมอไป เพราะยังมีองค์ประกอบอื่นๆเช่น ประเภทผู้เรียนถ้าเป็นผู้ใหญ่ ผู้สอนไม่จำเป็นต้องมีความรู้มาก เพราะผู้สอนจะทำหน้าที่ในการประสานงาน สรุปความรู้ เสริมความรู้ให้แก่ผู้เรียน ให้ผู้เรียนเป็นผู้ตัดสินใจมากกว่าการชี้แนะ ผู้สอนตามความหมายใหม่ ไม่ได้หมายความถึงเฉพาะครู อาจารย์ เท่านั้น แต่จะเป็นสิ่งใคร หรือใครก็ได้ที่สามารถให้ความรู้ ทักษะ เจตคติแก่ผู้เรียนได้ ซึ่งอาจเป็นผู้ร่วมงาน ตำรา การฟังวิทยุ อ่านหนังสือพิมพ์ ชมโทรทัศน์ เหล่านี้จัดอยู่ในส่วนของผู้สอนด้วยเช่นกัน

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2530) ได้กล่าวถึงบทบาทของครูในการช่วยให้นักศึกษาผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้ คือ

1. หาวิธีการที่ทำให้ผู้เรียนและผู้สอนมีความสนิทสนมคุ้นเคยกัน จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจยิ่งขึ้น
2. ร่วมมือกับผู้เรียนในการวางเป้าหมายการเรียน การวางแผนการเรียน
3. เป็นผู้ให้กำลังใจ แนะนำช่วยเหลือ รวมทั้งให้บริการจัดหาแหล่งความรู้ อุปกรณ์ต่างๆ ตลอดจนการไปดูงานนอกสถานที่
4. ช่วยเหลือผู้เรียนในการประเมินการเรียนรู้ของผู้เรียน

รัตนา พุ่มไพศาล (2533) ได้กล่าวถึงครูผู้ทำหน้าที่สอน ผู้เรียนที่อยู่นอกระบบโรงเรียนว่า จะต้องไม่เป็นครูอย่างเดียว ต้องเป็นผู้ที่อำนวยความสะดวกในการเรียน กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ จัดสภาพการเรียนและอุปกรณ์การเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ

อย่างไรก็ตาม ชอล์ (Shaw อ้างถึงใน มูฮำหมัดสาเลม แยนา,2545) ได้กล่าวถึงบุคลิกภาพที่ดีของครูผู้สอนผู้ใหญ่ ว่าควรประกอบด้วยบุคลิกภาพดังนี้

1. มีทักษะในการสอน
2. มีอารมณ์ขัน
3. มีความสามารถที่จะเข้าสู่ผู้เรียนได้
4. มีใจกว้าง
5. มีความรู้ดี
6. มีความอดทน
7. มีท่าทางสง่างาม
8. ให้เกียรติผู้เรียน
9. มีเสียงไพเราะ
10. มีความยุติธรรมและปราศจากความลำเอียง
11. ให้เวลาแก่ผู้เรียน
12. สนใจเนื้อหาวิชาอยู่เสมอ
13. มีอุดมการณ์
14. มีความจริงใจและสัจจะ
15. มีความริเริ่ม
16. มีมนุษย์สัมพันธ์ที่ดี

4. การวัดการประเมินผล

องค์ประกอบการเรียนการสอนที่สำคัญอีกประการหนึ่งได้แก่การวัดการประเมินผล ซึ่งถือว่าเป็นหัวใจขององค์ประกอบการเรียนการสอน การวัดการประเมินผลในองค์ประกอบการเรียนการสอนผู้ใหญ่นั้นเป็นส่วนสำคัญที่จะใช้เป็นข้อมูลย้อนกลับไปสู่การปรับปรุงทั้งผู้เรียน ผู้สอน หลักสูตร สื่อการเรียนการสอน และวิธีสอนด้วย มีผู้เข้าใจผิดกันว่าการวัดการประเมินผลนั้นเป็นการวัดการประเมินผลเฉพาะแต่ในส่วนของผู้เรียนเท่านั้น แท้จริงแล้วการวัดการประเมินผลการเรียนนั้นจะนำไปสู่การปรับปรุงองค์ประกอบการเรียนการสอนทุกองค์ประกอบให้ดียิ่งขึ้น

การวัดและการประเมินผลมีขึ้นเพื่อจะได้ทราบข้อบกพร่องในการเรียนการสอน ว่าบรรลุเป้าหมายหรือไม่ สิ่งใดสมควรที่จะแก้ไขและปรับปรุง เพื่อให้การเรียนการสอนวิชาชีพได้ผลจริงๆ ซึ่งในการวัดและประเมินผลโดยทั่วไปจะเน้นด้านการฝึกทักษะและการปฏิบัติงาน ดังนั้นจึงต้องใช้

วิธีการทางด้านการวัดและประเมินผลเกี่ยวกับการฝึกงานหรือปฏิบัติงานเป็นสำคัญ กิจจา เวสประชุม (2540) กล่าวไว้ว่าการวัดและการประเมินผล เพื่อจะได้ทราบถึงข้อบกพร่องว่าสิ่งใดควรปรับปรุงแก้ไข โดยการวัดและการประเมินผลการเรียนการสอนวิชาชีพจะเน้นที่เป็นการฝึกทักษะและปฏิบัติงานจริง

การประเมินผลการเรียนของผู้ใหญ่เป็นกระบวนการต่อเนื่องเริ่มต้นตั้งแต่เริ่มเรียน และจะต้องประเมินเมื่อเรียนจบเนื้อหาสมบูรณ์แล้ว รังสรรค์ ทิมพันธ์วงศ์ และอรุณ ปรีดีดิลก (2527) ได้เสนอหลักการเบื้องต้น 5 ประการในการเตรียมการประเมินผลทั่วไป สำหรับการเรียนรู้ของผู้ใหญ่คือ

1. การประเมินเนื้อหาวิชา การประเมินเนื้อหากระทำขณะที่เนื้อหาอยู่ในขั้นที่กำลังดำเนินการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงปรับปรุง เนื้อหาอาจจะนำไปทดลองกับผู้เรียนกลุ่มเล็กๆ หรือให้ผู้เชี่ยวชาญในเรื่องนี้พิจารณา เพื่อนำผลที่ได้มาปรับปรุงเนื้อหา

2. การประเมินพฤติกรรมเบื้องต้นของผู้เรียนหรือพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติ พฤติกรรมของผู้เรียนควรจะได้รับการประเมินทั้งก่อนเริ่มเรียนหรือในระยะเริ่มต้นการสอน การประเมินผลเช่นนี้จะทำให้ผู้สอนสามารถตรวจสอบว่าผู้เรียนคนใดบ้างที่เคยปฏิบัติในเรื่องการเรียนเหล่านี้ และมีความสัมพันธ์กับจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมหรือเคยเรียนรู้มาก่อน ซึ่งผลที่ได้จะชี้ให้เห็นจุดที่เหมาะสมในการเริ่มต้นการสอน

3. การวัดความก้าวหน้า การทดสอบแบบต่างๆ จะทำขึ้นในขณะที่การเรียนการสอนกำลังดำเนินการเพื่อว่าทั้งผู้เรียนและผู้สอนสามารถจะประเมินอัตราความก้าวหน้าที่ดำเนินไปตามจุดมุ่งหมาย การสอนอาจจะเปลี่ยนแปลง เพื่อให้แน่ใจว่าจุดมุ่งหมายจะบรรลุผลสูงสุด และเพื่อจัดหาแนวทางแก้ไขช่วยเหลือผู้เรียน ในบางครั้งผู้เรียนอาจจะต้องการสอนซ่อมเสริม

4. การประเมินผลขั้นสุดท้าย การประเมินผลขั้นสุดท้ายจะจัดขึ้นเพื่อสรุปผลการเรียนเพื่อให้รู้แน่ว่าผู้เรียนได้รับประโยชน์จากการเรียนการสอน การวัดผลอย่างกว้างขวางจะทำในขั้นนี้รวมทั้งการสังเกตผู้เรียนขั้นสุดท้ายในการเรียนการสอนตามปกติ

5. การติดตามผล การติดตามผลบางประเภทควรจะจัดให้มีขึ้นเพื่อตรวจสอบเนื้อหาสาระที่ได้เรียนรู้ไปแล้วว่าได้นำไปใช้ในชีวิตสังคมปกติมากน้อยแค่ไหน เนื้อหาวิชาจะต้องปรับปรุงเมื่อพิจารณาเห็นว่าไม่มีประโยชน์หรือไม่เกิดผล และถ้าผู้เรียนไม่ได้ปรับปรุงพฤติกรรมเพื่อนำไปใช้ขั้นติดตามผลควรจะนำผลที่ได้บางอย่างมาใช้ในการแก้ไขการเตรียมเนื้อหาวิชา หรือการเตรียมการสอนให้มีความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนกับการปฏิบัติในชีวิตประจำวันให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

5. สภาพแวดล้อมและสถานที่

สภาพแวดล้อมมีส่วนช่วยให้เกิดการเรียนและเป็นอุปสรรคในการเรียนรู้ของบุคคลได้ การจัดสภาพแวดล้อมของห้องเรียนมีผลต่อบรรยากาศในการเรียนและมีผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน ซึ่งจะช่วยส่งเสริมความกระตือรือร้น ในการเรียนด้วยการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน บทเรียน และกิจกรรมที่ครูนำมาใช้สอนประกอบบทเรียนซึ่งไม่จำเป็นต้องเป็นรูปแบบอย่างใดอย่างหนึ่งถาวร แต่ควรมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอตามลักษณะบทเรียนหรือกิจกรรมและตามความเหมาะสม

สมคิด อิสระวัฒน์ (2543) ได้แบ่งสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ เป็น 2 ประเภทคือ

1.สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ ขนาดของห้องเรียนหรือห้องฝึกอบรม แสง เสียง กลิ่น ความพร้อมของเครื่องมือและอุปกรณ์ต่างๆ และอุณหภูมิที่พอเหมาะ

2.สภาพแวดล้อมทางจิตใจ ได้แก่ การสร้างความรู้สึกสบายใจเกิดขึ้น ไม่มีการบีบคั้นทางด้านจิตใจ ได้รับการยกย่องจากบุคคลอื่น ผู้เรียนรู้สึกว่าตนเองเป็นคนสำคัญ และสภาพการเรียนสนุกสนาน ยืดหยุ่น ไม่เครียด ผู้สอนให้อภัยและให้โอกาสผู้เรียน

เดวี่ส์ (Davies,1981) ได้กล่าวถึง สภาพแวดล้อมทางการเรียนการสอนว่า ควรจะคำนึงถึงสภาพแวดล้อมทางกายภาพในการสอน อันได้แก่ปัจจัยต่างๆดังนี้

1.ความสะดวกในการเดินทางไปถึงและความสะดวกของสถานที่

2.ขนาดและรูปร่างของห้องเรียน ซึ่งขึ้นอยู่กับจำนวนของผู้เรียนและกิจกรรมทางการเรียน

3.สภาพอากาศ มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความเหนื่อยล้า เช่นถ้าห้องเรียนร้อนเกินไปมักจะทำให้ผู้เรียนง่วง จากผลการวิจัยพบว่า ประสิทธิภาพในการเรียนจะลดลงทุกๆ 2%ต่ออุณหภูมิที่เพิ่มจาก 24 องศาเซลเซียส ดังนั้นจะต้องจัดห้องเรียนให้อากาศถ่ายเทได้สะดวกและเย็นสบาย

4.แสงสว่าง หากมีแสงจ้าหรือสว่างมากเกินไป จะทำให้ผู้เรียนเกิดความเครียดและเมื่อยล้าและเป็นอันตรายต่อสายตาด้วย

5.เสียงรบกวน ทั้งจากภายนอกสถานที่เรียนและภายในสถานที่เรียน ได้แก่ เสียงเครื่องปรับอากาศ พัดลมระบายอากาศและเสียงจากห้องเรียนที่ติดกัน อาจทำให้ผู้เรียนมีสมาธิน้อยลง

6.จำนวนที่นั่งและโสตทัศนูปกรณ์ โดยทั่วไปผู้เรียนกลุ่มเล็กจะมีประสิทธิภาพในการเรียนมากกว่า แต่จำนวนจะมีผลหากเป็นการเรียนที่ให้ข้อมูลความรู้ทั่วไป

7.การจัดที่นั่งและมุมมอง ซึ่งจะมีผลต่อการมีส่วนร่วมในการเรียนของผู้เรียน ซึ่งผู้เรียนที่นั่งแถวหน้ามักจะมีบทบาทเป็นผู้นำกลุ่ม

8.ความยืดหยุ่นในการจัด การจัดสภาพแวดล้อมทางการเรียนที่ดี ย่อมมีส่วนเสริมประสิทธิภาพทางการเรียนของผู้เรียนได้มากขึ้น อีกทั้งยังช่วยให้ผู้สอนเข้าใจถึงอุปสรรคในการเรียนรู้และปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อการเรียนให้มากยิ่งขึ้น

นอกจากนั้น สำนักบริหารการศึกษานอกโรงเรียน (อ้างถึงใน วรรณี จินตะเกษกรณ์,2542) ยังกล่าวถึง ด้านการจัดอาคารสถานที่ให้มีประสิทธิภาพ ต่อการจัดกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ ว่าการจัดสภาพอาคารสถานที่ที่จัดกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ ต้องให้เอื้ออำนวยต่อสภาพของผู้ใช้บริการ เช่น ความสะอาดร่มรื่นของบริเวณอาคาร ปราศจากเสียงรบกวน ในห้องเรียน และสิ่งกีดขวาง ซึ่งอาจทำให้ผู้เรียนได้รับอันตรายได้

6. อุปกรณ์และสื่อ

ในการเรียนการสอน สื่อการเรียนการสอนนับมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะนอกจากจะเป็นการสร้างความสนใจให้ผู้เรียนอยากรู้แล้ว ยังช่วยให้ผู้เรียนเรียนได้ดีและรวดเร็วขึ้น และที่สำคัญเป็นการให้ผู้เรียนได้ประสบการณ์ตรง จากการฝึกปฏิบัติจริง ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการเรียนวิชาชีพ นอกจากนั้น กิจจา เวสประชุม (2540) ได้กล่าวไว้ว่า สื่อการเรียนการสอน นอกจากสื่อจะเป็นสิ่งที่สร้างความสนใจในการเรียนการสอนแล้ว สื่อยังช่วยให้ผู้เรียนเรียนได้ดีและรวดเร็วขึ้นอีกทั้งยังเป็นการให้ประสบการณ์ตรงแก่ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติจริง ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการเรียน

หากจะให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถเรียนรู้และเข้าใจอย่างชัดเจน ต้องใช้อุปกรณ์บางอย่างเข้าช่วย ได้แก่ โสตทัศนูปกรณ์หรือสื่อการเรียนการสอน ซึ่งมีความสำคัญต่อการเรียน เพราะจะช่วยให้การสื่อสารถ่ายทอดความรู้ระหว่างผู้สอนและผู้เรียนมีความเข้าใจดียิ่งขึ้น ช่วยดึงดูดความเข้าใจในการเรียน รวมทั้งแก้ปัญหาในการเรียนในหัวข้อที่สับสนหรือยุ่งยากและประหยัดเวลา (สุธี ประเสริฐ, และอุทัย หิรัญโต อ้างถึงใน มูฮำหมัดสาเลม แยนา,2545) นอกจากนั้นสื่อการสอน ยังเป็นองค์ประกอบที่จะทำให้กาเรียนการสอนเป็นไปด้วยความราบรื่น และเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในตัวผู้เรียนตามที่ผู้สอนต้องการ คือ สื่อ การสอน หรือสื่อการเรียน สื่อการเรียนการสอน คือตัวกลาง หรือสิ่งต่างที่ใช้ในกระบวนการเรียนการสอน เพื่อใช้เป็นเครื่องมือหรือช่อง

ทางสำหรับการถ่ายทอดความรู้ของครูถึงผู้เรียน และทำให้ผู้เรียนเรียนรู้ได้ตามวัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายที่วางไว้เป็นอย่างดี หรือสื่อการเรียนการสอนก็คือ วัสดุอุปกรณ์ วิธีการหรือเทคนิคที่ใช้เป็นสื่อกลางให้ผู้สอนส่งหรือถ่ายทอดความรู้เจตคติ และทักษะไปยังผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สื่อการเรียนการสอนหมายถึงเครื่องมือทั้งหลายนับตั้งแต่ชอล์ค กระดานดำ แผนภูมิ แผ่นพับ ตำรา วารสาร หนังสือ หนังสือพิมพ์ เทป สไลด์ โอเวอร์เฮด โปรเจคเตอร์ วิดีโอเทป ภาพยนตร์ เครื่องช่วยสอน ชีทการเรียน

สื่อการสอนเหล่านี้ถ้ามีมาก อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานมากเพียงใดก็จะเป็นประโยชน์แก่การเรียนการสอนมากเท่านั้น เพราะจะช่วยประหยัดเวลาแรงงาน และทำให้เกิดการเรียนรู้ได้เร็วยิ่งขึ้น ฉะนั้นผู้สอนจะต้องหาความรู้และกำหนดวิธีการใช้สื่อการเรียนการสอนให้เกิดประสิทธิภาพในการสอน จะต้องรู้จักเลือกการใช้สื่อการสอนให้เหมาะสมกับกาละเทศะ สภาพของผู้เรียน และสอดคล้องกับสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้เรียนผู้สอนด้วย

กิดานันท์ มลิทอง (2543) ได้กล่าวถึง หลักการเลือกสื่อการสอนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพไว้ดังนี้

1. ต้องสัมพันธ์กับเนื้อหาบทเรียนและจุดมุ่งหมายที่สอน
2. ต้องมีเนื้อหาถูกต้อง ทันสมัย น่าสนใจ ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจเนื้อหาวิชาได้ตามลำดับขั้นตอน
3. เหมาะสมกับวัย ระดับชั้น ความรู้และประสบการณ์ของผู้เรียน
4. วิธีใช้สะดวก ไม่ยุ่งยากหรือซับซ้อนจนเกินไป
5. มีคุณภาพเทคนิคการผลิตที่ดี มีความชัดเจน และเป็นจริง
6. ราคาไม่แพงจนเกินไป หรือถ้าจะผลิตเอง ควรคุ้มกับเวลาและการลงทุน

นอกจากนั้น บงกช ทองวรินทร์ (2538) ได้เสนอแนวทางในการเลือกใช้สื่อไว้ดังนี้

1. สื่อแต่ละชนิดมีข้อดีและข้อจำกัดต่างกัน ดังนั้นจึงไม่มีสื่อใดที่ดีที่สุดที่เหมาะกับทุกจุดมุ่งหมาย
2. การเลือกสื่อให้เลือกตามวัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย เนื้อหาการสอน และคุณลักษณะ เฉพาะของสื่อนั้น
3. ความเป็นรูปธรรมและนามธรรมของสื่อ บ่งบอกถึงความยากง่ายในการนำสื่อไปใช้กับกลุ่มเป้าหมายที่มีประสบการณ์การเรียนรู้ต่างกัน

4. คุณภาพและประสิทธิภาพของสื่อไม่ได้ขึ้นอยู่กับราคา

5. อย่าใช้สื่อการสอนโดยไม่จำเป็น

จากหลักการดังกล่าว ผู้สอนจำเป็นต้องมีการเตรียมตัวและตรวจดูความถูกต้องของเนื้อหาและวิธีการใช้สื่อ เพื่อนำมาอธิบายประกอบบทเรียนให้เหมาะกับผู้เรียนและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ จากนั้นจึงเลือก ดัดแปลงหรือออกแบบสื่อ ซึ่งอาจจะต้องจัดเตรียมสภาพแวดล้อม ซึ่งอาจจะใช้สื่อโดยเน้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียน จากนั้นจึงติดตามผลและประเมินผลการใช้สื่อนั้นเพื่อให้ทราบถึงจุดบกพร่องที่จะนำมาปรับปรุงการสอนให้ดียิ่งขึ้น ฮิสน์และคณะ (Henich and others อ้างถึงใน มูฮำหมัดสาเลม แยนา,2545)

2.6 การจัดบริการสำหรับผู้สูงอายุ

การจัดการบริการสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย แต่เดิมมิได้มีการให้ความสนใจมากนัก เนื่องจากสภาพปัญหาความต้องการของผู้สูงอายุยังไม่รุนแรงมากนัก ลักษณะของการบริการที่มีจะเป็นการบริการที่แต่ละหน่วยงานจัดขึ้นตามขอบเขตและหน้าที่ที่ตนมีอยู่เท่านั้นและมักจะเป็นการบริการเฉพาะด้านมากกว่าทั่วไป (ศศิพัฒน์ ยอดเพ็ชร, 2534) ในปัจจุบันหน่วยงานของรัฐและเอกชนได้เข้ามามีบทบาทในการให้บริการผู้สูงอายุ ในรูปแบบต่างๆ ตามบทบาทและหน้าที่ของแต่ละหน่วยงาน

2.6.1 การจัดบริการสำหรับผู้สูงอายุในภาครัฐบาล

บริการที่จัดโดยภาครัฐบาล แบ่งออกได้ดังนี้ คือ บริการด้านสุขภาพอนามัย ได้แก่ การดูแลรักษาฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้สูงอายุ การส่งเสริมและให้ความรู้แก่บุคคลทางการแพทย์ในการให้บริการแก่ผู้สูงอายุ และการป้องกันและส่งเสริมสุภาพของผู้สูงอายุ เป็นต้น การบริการด้านสวัสดิภาพทางสังคม ได้แก่ การให้บริการด้านที่อยู่อาศัยและการให้การศึกษา บริการทางศาสนาและประเพณี บริการด้านสังคมสงเคราะห์ บริการส่งเสริมความรู้และการศึกษา บริการฌาปนกิจและการให้บริการแก้ปัญหาต่างๆ เป็นต้น (กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ,2546)

การดำเนินการให้บริการของภาครัฐบาลเป็นการดำเนินการในรูปของการให้บริการโดยยึดหลักมนุษยธรรมและการพัฒนาควบคู่กันไป โดยผ่านหน่วยงานในระดับกรมและกระทรวงต่างๆ

ซึ่งมีขอบเขตหน้าที่และความรับผิดชอบอยู่ในกรอบของหน่วยงานของตน โดยการให้บริการสำหรับผู้สูงอายุโดยหน่วยงานภาครัฐบาล สรุปได้ดังนี้

1. **สถานสงเคราะห์คนชรา** อยู่ในความรับผิดชอบของกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการอุปการะผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาความทุกข์ยากเดือดร้อน เช่น ถูกทอดทิ้ง ไม่มีที่อยู่อาศัย ไม่มีผู้อุปการะดูแล ที่มีความสมัครใจเข้าอยู่ในสถานสงเคราะห์ โดยบริการที่จัดให้ประกอบด้วย บริการด้านปัจจัย 4 บริการตรวจสุขภาพทั่วไป การรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย บริการด้านกายภาพบำบัด บริการให้คำแนะนำปรึกษา บริการด้านสังคมสงเคราะห์ กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมเสริมรายได้ บริการด้านศาสนกิจ บริการฌาปนกิจศพ เป็นต้น ซึ่งการอุปการะ และจัดที่พักอาศัยบริการแก่ผู้สูงอายุที่ไร้ที่พึ่ง โดยผู้ที่จะได้รับการสงเคราะห์ถ้าเป็นผู้ชายจะต้องมีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป ถ้าเป็นผู้หญิงต้องมีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ไม่มีโรคติดต่อเรื้อรัง ไม่ทุพพลภาพหรือจิตฟั่นเฟือน และจะต้องมีความจำเป็นอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ ยากจน ไม่มีผู้อุปการะและขาดที่อยู่อาศัย หรือมีที่อยู่อาศัยแต่ขาดผู้ดูแลหรือไม่สามารถอยู่กับครอบครัวได้ สำหรับบริการที่ให้ในสถานสงเคราะห์คนชรา ได้แก่ ที่พักอาศัย อาหาร เสื้อผ้า การรักษาพยาบาล นันทนาการ อาชีวะบำบัด และบริการสังคมสงเคราะห์ได้ 3 ประเภท คือ บริการประเภทสามัญ บริการประเภทหอพัก และบริการประเภทบ้านพัก
นอกจากนั้น กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่จัดมีดังนี้

กิจกรรมการใช้เวลาว่างสำหรับผู้สูงอายุ เช่น กิจกรรมส่งเสริมการอ่าน โดยจัดเป็นห้องสมุดสำหรับผู้สูงอายุ ให้บริการเฉพาะผู้สูงอายุโดยรวบรวมเอกสาร หนังสือที่เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ อาทิเช่น หนังสือธรรมะ สารคดีการท่องเที่ยว หนังสือเกี่ยวกับการปลูกต้นไม้ การเลี้ยงสัตว์ การทำอาหาร เป็นต้น จัดสภาพการบริการให้สอดคล้องกับสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ ในด้านสิ่งแวดล้อม เช่น มีแสงสว่างเพียงพอ ตัวหนังสือมีขนาดโต อากาศถ่ายเทได้สะดวก โต๊ะเก้าอี้นั่งสบาย บริการข่าวสาร แผ่นพับให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย การออกกำลังกาย อาหาร และโภชนาการ ตลอดจนจัดเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวกในการค้นคว้า และให้ยืมหนังสือ จัดเจ้าหน้าที่ที่มีความรู้เกี่ยวกับการให้บริการ ให้คำปรึกษา แนะแนวเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพกาย เช่น กิจกรรมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งมีรูปแบบและให้ข้อเสนอแนะไว้ดังนี้ โดยประสานงานกับสถานสงเคราะห์และหน่วยงานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ จัดเจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพอนามัย อาหาร โภชนาการ จัดการสอนกีฬา กิจกรรมการออกกำลังกายแก่ผู้สูงอายุ เช่น กีฬาเปตอง และจัดการแข่งขัน

กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิต กิจกรรมที่จัด เช่น การทำสมาธิ การฝึกโยคะ การปรึกษาสนทนากับผู้สูงอายุที่มีรุ่นราวเดียวกัน โดยมีแนวทางการจัดดังนี้ จัดกิจกรรมร่วมกับหน่วยงานทางศาสนา เช่น วัด มัสยิด โบสถ์ เช่น การทำสมาธิการทำจิตใจให้สงบ โดยใช้บุคลากรที่เกี่ยวข้อง โดยกระทำติดต่ออย่างสม่ำเสมอ จัดกิจกรรมในวันสำคัญทางศาสนา เช่น วันมาฆบูชา วิสาขบูชา การทำบุญตักบาตร ตลอดจนกิจกรรมศาสนาอื่นๆ จัดการสนทนาธรรมะ และปัญหาอื่นๆ เกี่ยวกับพุทธศาสนาในทุกวันพระ

กิจกรรมการส่งเสริมอาชีพสำหรับผู้สูงอายุ โดยเน้นกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เป็นงานเบาไม่ออกแรงมาก ไม่เน้นในเรื่องความเร็วในการฝึกอาชีพโดย ขอความร่วมมือกับหน่วยงานที่ฝึกวิชาชีพ มาเป็นวิทยากรที่ฝึกอบรมวิชาชีพ โดยใช้สถานที่ของสมาคม ชมรม ศาลาวัด ตามความสะดวกของผู้เข้ารับการอบรม กิจกรรมที่จัดเน้นกิจกรรมที่ใช้ทุนทรัพย์น้อย เพื่อที่จะให้ผู้สูงอายุทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรมและอาชีพที่ทำนั้น อาจจะเพิ่มพูนรายได้แก่ผู้สูงอายุอีกทางหนึ่ง ให้ผู้สูงอายุมีโอกาสเป็นวิทยากรสอนอาชีพที่ตนถนัดแก่ผู้สูงอายุด้วยกัน หรือให้ความรู้วิชาชีพแก่คนทั่วไป

ขณะนี้มีสถานสงเคราะห์อยู่ 20 แห่งทั่วประเทศ สามารถรับผู้สูงอายุเข้ารับการอุปการะได้ประมาณ 3,000 คน ดังนี้ (กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ,2546)

1. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค กรุงเทพมหานคร
2. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี
3. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านโพธิ์กลาง จังหวัดนครราชสีมา
4. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์วัดม่วง จังหวัดนครราชสีมา
5. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์เชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
6. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านทักษิณ จังหวัดยะลา
7. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านเขาบ่อแก้ว จังหวัดนครสวรรค์
8. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านจันทบุรี จังหวัดจันทบุรี
9. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านอู่ทอง-พนังตัก จังหวัดชุมพร
10. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
11. สถานสงเคราะห์คนชราวาสนะเวศม์ ในพระสังฆราชูปถัมภ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
12. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านนครปฐม จังหวัดนครปฐม

13. สถานสงเคราะห์คนชราวัยทองนิเวศน์ จังหวัดเชียงใหม่

14. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านภูเก็ต จังหวัดภูเก็ต

15. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านศรีตรัง จังหวัดตรัง

16. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค 2 กรุงเทพมหานคร

17. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านลพบุรี จังหวัดลพบุรี

18. สถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่อเปิ่นอุปถัมภ์) จังหวัดนครปฐม

19. สถานสงเคราะห์คนชราบ้านบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

20. สถานสงเคราะห์คนชราเฉลิมราชกุมารี (หลวงพ่อลำใยอุปถัมภ์) จังหวัดกาญจนบุรี

2. **ศูนย์บริการผู้สูงอายุ** เนื่องจากการให้บริการแก่ผู้สูงอายุโดยอุปการะไว้ในสถานสงเคราะห์มีขีดจำกัด กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ จึงได้สนับสนุนให้จัดบริการแก่ ผู้สูงอายุที่อยู่กับครอบครัวได้มีโอกาสรับบริการจากรัฐได้มากขึ้น อย่างมีความสุขในบั้นปลายชีวิต ไม่ใช่การแยกผู้สูงอายุจากครอบครัวจึงได้เปิดดำเนินการจัดตั้งศูนย์บริการทางสังคมผู้สูงอายุขึ้น โดยครั้งแรกได้จัดตั้งขึ้นในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแคใน พ.ศ.2525 ซึ่งเป็นการทดลองเปิดโอกาสให้คนชราที่อาศัยอยู่รอบๆสถานสงเคราะห์เข้ามาใช้บริการร่วมกับคนชราที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ด้านต่างๆ เช่น การรักษาพยาบาล อาชีวะบำบัด กายภาพบำบัด นันทนาการและบริการทางสังคมสงเคราะห์ นอกจากนี้ยังจัดหน่วยเคลื่อนที่และจัดบริการเยี่ยมเยือนผู้สูงอายุซึ่งมีที่พักอาศัยใกล้ศูนย์และมีบริการภายในศูนย์ ได้แก่ กิจกรรมสุขภาพอนามัย กายภาพบำบัด สังคมสงเคราะห์ กิจกรรมเสริมรายได้ กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมทางสังคม และศาสนกิจ บริการหน่วยเคลื่อนที่

ศศิพัฒน์ ยอดเพ็ชร (2544) กล่าวว่า การจัดตั้งศูนย์บริการผู้สูงอายุ จะเกิดผลดีต่อผู้สูงอายุในการที่จะได้รับการตอบสนองในด้านต่างๆ ดังนี้

1. ป้องกันและผ่อนคลายความเหงา โดยให้ความเป็นเพื่อนแก่ผู้สูงอายุ

2. ให้การดูแลและบริการส่วนตัวแก่ผู้สูงอาย เช่น การอาบน้ำ การแต่งผม เป็นต้น

3. การจัดกาการที่ถูกหลักโภชนาการ

4. รักษาและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยการมีมาตรการป้องกัน ดูแลสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย

5. ให้บริการด้านการแพทย์ ทันตแพทย์ กายภาพบำบัด จักษุแพทย์ และแพทย์ผู้ชำนาญทางด้านมือและเท้า

6. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความกระฉับกระเฉง และพร้อมอยู่เสมอ โดยได้เข้าร่วมในกิจกรรมทางสังคมและนันทนาการ เช่น การแบ่งกลุ่มสนทนา การฟังดนตรี การหัตถกรรม และการเยี่ยมชมสถานที่ต่างๆ การเล่นเกม

7. จัดกิจกรรมในด้านการหารายได้ หรือการแลกเปลี่ยนทักษะกัน เพื่อให้สามารถพึ่งตนเองและเกิดความนับถือตัวเอง เพื่อเป็นแหล่งเผยแพร่ข่าวสารและให้คำปรึกษาหารือเกี่ยวกับการให้การช่วยเหลือทางด้านสวัสดิการ (Welfare Benefits) ด้านกฎหมาย และปัญหาส่วนตัวของผู้สูงอายุ

จากลักษณะบริการดังกล่าว ศูนย์บริการผู้สูงอายุจึงมีจุดมุ่งหมายดังนี้

(1) เพื่อเป็นสถานที่ๆ ผู้สูงอายุในชุมชน จะได้มาอยู่ร่วมกันเพื่อการสมาคม
(2) เพื่อเป็นสถานที่ๆ ให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้บทบาทใหม่ของตน
(3) เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีพัฒนาการด้านการมีส่วนร่วมกับชุมชน
(4) เพื่อขจัดความรู้สึกโดดเดี่ยว เหงา ว้าเหว่ของผู้สูงอายุ
(5) เพื่อเป็นสถานที่ๆ จัดบริการทางสังคมบางประเภทแก่ผู้สูงอายุ

โดยที่ลักษณะกิจกรรมที่จัดขึ้นในศูนย์บริการผู้สูงอายุ มักเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุคคลอื่น ดังนั้นกิจกรรมหลักจึงแบ่งเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่

1. กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ (Social and Recreational Programs) กิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อเสนอโอกาสสำหรับการรื่นเริง เพื่อความสนุกสนานและสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน สร้างการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นและสถานภาพทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปของตนเอง และสร้างการพัฒนาบุคลิกภาพ และทักษะในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นในภาพรวมกิจกรรมนี้มุ่งเน้นเสริมสร้างการปรับตัวทั้งทางสังคมและจิตใจแก่ผู้สูงอายุ ลักษณะของกิจกรรมที่จัดขึ้น ได้แก่ การจัดงานรื่นเริง และฉลองในโอกาสวันสำคัญ เช่น วันชาติ วันเฉลิมพระชนมพรรษา วันสำคัญทางศาสนา และวันเกิดของสมาชิกสโมสร งานศิลปะต่างๆ เช่น งานวาด งานปั้น งานแกะสลัก การถ่ายภาพ และงานเย็บปักถักร้อย เป็นต้น นอกจากนั้น อาจมีการจัดกิจกรรมนันทนาการอื่นๆ เช่น การลีลาศ การร้องเพลง การเล่นดนตรี รวมทั้งการเล่นกีฬาในร่ม และเกมต่างๆ ด้วย

2. กิจกรรมที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม (Educational and Cultural Programs) กิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์ในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจถึงความสามารถในการเรียนรู้ของตน ตลอดจนจดจำและเรียนรู้ข้อเท็จจริงที่สำคัญต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมบางประการ ดังนั้น ความหมายของกิจกรรมเพื่อการศึกษา จึงหมายถึง ความสามารถในการเรียนรู้ เข้าใจ จดจำ การแก้ไขปัญหาและการพัฒนาทักษะต่างๆ ของผู้สูงอายุ กิจกรรมบางประการที่เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาและวัฒนธรรม ได้แก่ การให้ความรู้เกี่ยวกับข้อมูล ข่าวสารทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และการปกครองของประเทศ การให้ความรู้เกี่ยวกับผู้บริโภค ได้แก่ ข่าวสารทางเศรษฐศาสตร์บริโภค การจัดการทางด้านทรัพย์สิน การกู้ยืมเงิน และกฎหมายคุ้มครองผู้บริโภค เป็นต้น กิจกรรมการศึกษาเพื่อการพัฒนาตนเอง เช่น การเรียนภาษาอังกฤษ คอมพิวเตอร์ การดูแลตนเองเบื้องต้น การฝึกหัดการเป็นผู้นำและบทบาทในการมีส่วนรวมในชุมชน การอ่านและแลกเปลี่ยนตนเองเบื้องต้น การฝึกหัดการเป็นผู้นำและบทบาทในการมีส่วนรวมในชุมชน การอ่านและแลกเปลี่ยนความรู้และทัศนะต่อวรรณกรรมต่างๆ รวมทั้งกิจกรรมทัศนศึกษา ยังแหล่งประวัติศาสตร์ ศาสนา และแหล่งท่องเที่ยวทั่วไป

3. กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัย และโภชนาการ (Health Services and Nutrition Programs) กิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์ที่จะช่วยให้สมาชิกได้ป้องกัน และดูแลสุขภาพของตนทั้งด้านร่างกายและจิตใจ บางครั้งอาจรวมไปถึงการฟื้นฟูสุขภาพอีกด้วย โดยทั่วไปกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมหลักของศูนย์อเนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีความต้องการและใช้บริการเป็นจำนวนมาก ลักษณะกิจกรรมประกอบด้วย การจัดให้มีบริการตรวจสุขภาพ เช่น การตรวจร่างกายเบื้องต้น การให้คำปรึกษาด้านสุขภาพและการเจ็บป่วย การให้ความรู้ดานสุขภาพ การจัดให้มีการฟื้นฟูร่างกาย เช่น มีเครื่องออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ และอุปกรณ์กายภาพบำบัดต่างๆ การให้ความรู้ด้านโภชนาการ การส่งเสริมความสามารถในการจัดซื้อหรือเตรียมอาหารที่ถูกต้องเพื่อตนเอง

นอกจากลักษณะกิจกรรมที่กล่าวมานี้ ศูนย์บริการผู้สูงอายุอาจจัดกิจกรรมอื่นๆ ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุได้อีก

การจัดตั้งศูนย์บริการบางแห่งเป็นส่วนหนึ่งของสถานสงเคราะห์ และในบางแห่งจัดตั้งเป็นเฉพาะศูนย์บริการเพียงอย่างเดียว ขณะนี้มีศูนย์บริการฯ จำนวน 18 แห่งทั่วประเทศ ดังนี้ (กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ,2546)

1. ศูนย์บริการผู้สูงอายุดินแดง กรุงเทพมหานคร
2. ศูนย์บริการผู้สูงอายุศรีสุคต จังหวัดพิษณุโลก

3. ศูนย์บริการผู้สูงอายุขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น

4. ศูนย์บริการผู้สูงอายุบางละมุง จังหวัดชลบุรี

5. ศูนย์บริการผู้สูงอายุบางแค กรุงเทพมหานคร

6. ศูนย์บริการผู้สูงอายุบ้านทิพย์สุคนธ์ กรุงเทพมหานคร

7. ศูนย์บริการผู้สูงอายุโพธิ์กลาง จังหวัดนครราชสีมา

8. ศูนย์บริการผู้สูงอายุทักษิณ จังหวัดยะลา

9. ศูนย์บริการผู้สูงอายุเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่

10. ศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมาลย์ จังหวัดเชียงใหม่

11. ศูนย์บริการผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์วัดม่วง จังหวัดนครราชสีมา

12. ศูนย์บริการผู้สูงอายุวัยทอง จังหวัดเชียงใหม่

13. ศูนย์บริการผู้สูงอายุลพบุรี จังหวัดลพบุรี

14. ศูนย์บริการผู้สูงอายุบ้านบางแค 2 กรุงเทพมหานคร

15. ศูนย์บริการผู้สูงอายุบ้านบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

16. ศูนย์บริการผู้สูงอายุศรีตรัง จังหวัดตรัง

17. ศูนย์บริการผู้สูงอายุอู่ทอง-พนังตัก จังหวัดชุมพร

18.ศูนย์บริการผู้สูงอายุห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร

2.6.2 การจัดบริการสำหรับผู้สูงอายุในภาคเอกชน

การจัดสวัสดิการรูปแบบเดิมจะมีรัฐเป็นองค์กรหลักในการดำเนินงาน แต่ปัจจุบันหน่วยงานเอกชนได้เข้ามามีบทบาทในการจัดบริการสำหรับผู้สูงอายุอย่างมาก สำหรับการดำเนินการในลักษณะสถานพยาบาลต้องได้รับอนุญาตจากกระทรวงสาธารณสุขหน่วยงานเอกชนที่ให้บริการแก่ผู้สูงอายุ ซึ่งสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ ได้สำรวจและจัดทำทำเนียบองค์การที่ปฏิบัติงานด้านผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2546 โดยมี ตัวอย่างหน่วยงานเอกชนดังนี้

1. สมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางระหว่างสมาคม ชมรมผู้สูงอายุในประเทศและหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนศึกษาหาความรู้ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประสานงานร่วมมือกับบุคคลและหน่วยงานต่าง ๆ รวมทั้งเสนอความคิดเห็นต่อรัฐและเอกชน ช่วยเหลือสนับสนุนและเผยแพร่ผลงานต่าง ๆ เกี่ยวกับผู้สูงอายุ กิจกรรมที่ดำเนินการ ได้แก่ การสนับสนุน ส่งเสริมและพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ

การจัดสัมมนาเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ค่ายผู้สูงอายุ กิจกรรมในวาระพิเศษต่าง ๆ การเสนอรัฐบาลในเรื่องต่าง ๆ เกี่ยวกับการให้สิทธิพิเศษแก่ผู้สูงอายุ เป็นต้น

2. สมาคมคลังปัญญาอาวุโสแห่งประเทศไทย (ค.ป.อ.ท.) เป็นศูนย์รวมผู้สูงอายุที่มีความรู้ความสามารถในด้านต่าง ๆ ในการทำประโยชน์ให้กับสังคมและต่อผู้สูงอายุเอง รวมทั้งช่วยเหลือกิจกรรมสนับสนุนภาคเอกชน จัดหารายได้ และถ่ายทอดประสบการณ์ของผู้สูงอายุแก่บุคคลต่าง ๆ ได้แก่ การถ่ายทอดจริยธรรม ความรู้และประสบการณ์ต่างวัยแก่เยาวชน การเพิ่มพูนความรู้แก่ผู้สูงอายุ ดูแลผู้สูงอายุในชุมชนแออัด เป็นต้น

3. สภากาชาดไทย เป็นองค์กรสาธารณกุศลทั่วไปที่ให้การส่งเสริมการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ เช่น การจัดหน่วยเคลื่อนที่ดูแลผู้สูงอายุในชุมชน การจัดกิจกรรมในวันต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ เป็นต้น

ตอนที่ 3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

มนัส ศรีกัลยา (2533) ได้ศึกษาปัญหาการเรียนของนักศึกษาหลักสูตรวิชาชีพระยะสั้นโรงเรียนสารพัดช่าง เขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า ปัญหาสูงสุดของนักศึกษาคือ ครูไม่เข้าใจนักศึกษา รองมา คือ ครูไม่ให้ความสนใจนักศึกษา นอกจากนี้ครูผู้สอนยังขาดการอบรมเกี่ยวกับจิตวิทยาการเรียนรู้ของผู้ใหญ่และการจัดการเรียนการสอน

หวน พินธุพันธ์ (2508) ได้กล่าวถึง ลักษณะและที่ตั้งของสถานที่สอนและฝึกงานวิชาชีพควรจะเป็นสถานที่ที่ถูกสุขลักษณะ ไม่มีสภาพที่ทำให้เกิดอันตรายจากการเข้าไปฝึกงาน เช่น แสงสว่างไม่เพียงพอ ซึ่งสอดคล้องกับ พิสิษฐ์ ธานี (2506) กล่าวถึงสถานที่สอนและที่ฝึกงานในการเรียนการสอนว่า เป็นสถานที่ที่ดึงดูดความสนใจให้นักเรียนและคนทั่วไปให้สนใจวิชาชีพมากขึ้น และการสอนวิชาชีพจะได้ผลตามความมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้ก็เพราะมีอาคาร โรงฝึกงาน ให้เข้าไปเรียนและฝึกงานได้ตามความถนัดและความสนใจ

3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

มาลี รัชตะนาวิน (2534) ทำการศึกษาเรื่องความต้องการในการรับบริการทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีวุฒิระดับมัธยมศึกษาต้องการความรู้ด้านสุขภาพจิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีวุฒิการศึกษาระดับอื่น

บุญยืน สุภาพ (2521) ได้ศึกษาเปรียบเทียบปัญหา ความต้องการและโลกทัศน์ของคนชราในสถานสงเคราะห์คนชราของรัฐบาลและเอกชน ผลปรากฏว่าปัญหาที่เป็นสาเหตุให้คนชราตัดสินใจเข้าอยู่ในสถานสงเคราะห์ของรัฐบาล และเอกชนมีปัญหาอย่างเดียวกันคือ ปัญหาทางเศรษฐกิจ หรือการขาดทุนทรัพย์ในการเลี้ยงชีพ ส่วนความพอใจของคนชราต่อการบริการ การสงเคราะห์ในสถานสงเคราะห์ของรัฐบาลและเอกชนต่างก็มีความพอใจใกล้เคียงกัน นอกจากนี้คนชราในสถานสงเคราะห์ทั้งสองแห่งยังมีความต้องการตรงกันคือ มีความต้องการทางกายเป็นอย่างแรก และเป็นความต้องการที่สำคัญที่สุดของความต้องการทั้งหมด

บุปฝา นีละภมร (2525) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ โดยกล่าวว่า ผู้สูงอายุมีความทุกข์ทางด้านจิตใจและด้านร่างกาย ด้าน จิตใจนั้น เกิดขึ้นเนื่องจากการไม่มีงานประจำ การย้ายที่อยู่ รายได้ลดลง ส่วนทุกข์ทางกาย ได้แก่ การ เจ็บป่วยร่างกายทรุดโทรมทุกข์ทางใจนั้น สามารถหาทางแก้ไขได้โดยการ ให้ผู้สูงอายุได้เข้าสังคมโดยร่วมกิจกรรมพิเศษต่างๆ ในชมรมผู้สูงอายุ หรือชมรมผู้เกษียณ การจัดกิจกรรมกลุ่มต่างๆ เช่น กลุ่มดนตรีไทย กลุ่มจักสาน กลุ่มปลูกต้นไม้ จะช่วยผ่อนคลายความทุกข์ใจได้ การมีเพื่อนทำให้ไม่เงียบเหงา ทำให้ผู้สูงอายุได้แสดงความคิดเห็น มีโอกาสช่วยสังคม และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าต่อสังคมมิใช่มีชีวิตอยู่ไปวันๆ

พีรสิทธ์ คำนวณศิลป์ (2523) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ กับอาชีพ พบว่าผู้สูงอายุยังต้องการคงไว้ซึ่งความภูมิใจและศักดิ์ศรีของตนเองในด้านเศรษฐกิจ โดยผู้สูงอายุร้อยละ 25 ยังต้องการให้รัฐช่วยจัดหางานอาชีพให้ทำเพื่อเป็นการเพิ่มรายได้ โดยมิได้คิดว่าจะรอรับความช่วยเหลือเพียงอย่างเดียวเท่านั้น

นิศา ชูโต (2525) ได้ศึกษาการะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุไทย พบว่าผู้สูงอายุไทยเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนามากที่สุด รองลงมาได้แก่การเข้าร่วมกิจกรรมทางการเมือง นอกนั้นเป็นงานสนุกสนานรื่นเริงและกิจกรรมอาสาสมัครต่างๆ

ลีดดี้ และวินบรันด์ท (Leedy and Wyn brandt , 1987) ได้กล่าวถึงกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดย ได้เสนอแนะการวางแผนเตรียมตัวเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในสังคม โดยการเริ่มบันทึกรายการกิจกรรมทางสังคมต่างๆ ที่ตนเองสนใจและคิดว่าจะเข้าร่วมจดรายชื่อองค์การ สมาคม งานอาสาสมัครต่างๆ ที่ตนเองสนใจ จากนั้นก็เริ่มเข้าไปสัมผัส สำรวจกับกิจกรรมต่างๆ องค์กาวต่างๆ ว่า มีความเหมาะสมที่เพียงไรต่อตนเองศึกษาจากเพื่อนร่วมงาน ว่าเขามีการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมอย่างไรบ้าง เริ่มเข้าร่วมก่อน เพื่อสร้างความเคยชินก่อนเกษียณ และจะกลายเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตภายหลังเกษียณได้

กิลสัน และโคสท์ (Gilson and Coats อ้างถึงใน สาลี่ เพ็ญศิริ,2536) ได้ศึกษา ในด้านกิจกรรมศาสนาสำหรับผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุผ่อนคลายความเครียด แก้ปัญหาในเรื่องของชีวิต และนำชีวิตไปสู่ความสุขได้ ซึ่งพบว่า ผู้สูงอายุเพศหญิง ในสถานสงเคราะห์ 50 แห่ง ชอบที่จะมีกิจกรรมนั่งสมาธิและสวดมนต์มากที่สุด

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตอนที่ 4 กรอบแนวคิดการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย