

บทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เนื่องจากปัจจุบันกลุ่มประชากรผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอีกในอนาคต ประเทศจะต้องประสบปัญหาจากการเพิ่มของประชากรผู้สูงอายุอย่างแน่นอนหากกลุ่มประชากรผู้สูงอายุเหล่านั้นใช้ชีวิตในสังคมที่เจริญเติบโตขึ้นทุกขณะในปัจจุบัน จากการมีพัฒนาการทางด้านสังคมและเศรษฐกิจของประเทศต่างๆทั่วโลกตลอดจน การพัฒนาการวิทยาศาสตร์การแพทย์เจริญรุดหน้าอย่างรวดเร็วในศตวรรษที่ 20 ทำให้ประชากรโลกอายุยืนยาว คาดการณ์ประชากรผู้สูงอายุจะเพิ่มจำนวนขึ้นเป็นร้อยละ 10 ของประชากรโลกปี พ.ศ. 2543 (ค.ศ.2000) หรือกว่า 600 ล้านคน (วิฑูรย์ แสงสิงแก้ว, 2536) ซึ่งจะเห็นได้ว่าแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมฉบับที่ 9 (2545-2549) กล่าวว่าโครงสร้างของสังคมไทยเปลี่ยนแปลงเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุและสังคมเมืองมากขึ้น โดยเฉพาะประชากรกลุ่มเด็กจะมีสัดส่วนลดลงจากร้อยละ 23.0 ในปี 2545 เป็นร้อยละ 21.9 ในปี 2549 ขณะที่กลุ่มผู้สูงอายุจะมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นร้อยละ 9.8 เป็นร้อยละ 10.7 ในช่วงเวลาเดียวกันทำให้ประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอีก 15 ปีข้างหน้า ประกอบกับรูปแบบครัวเรือนเปลี่ยนไปเป็นครอบครัวเดี่ยวที่มีหัวหน้าครอบครัวเพียงคนเดียว และการอยู่เป็นโสดเพิ่มขึ้นจึงให้โอกาสการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวปรับนโยบายการพัฒนาคุณภาพประชากรในวัยเด็กทั้งในเรื่องการพัฒนาทางการศึกษาและสุขภาพ การจัดสวัสดิการด้านสุขภาพ และประกันสังคมแก่ผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นในปีต่อไป

การพัฒนาด้านเทคโนโลยีทำให้ต้องการแรงงานใหม่ๆเพิ่มมากขึ้นจึงทำให้มีการเกษียณอายุราชการ การลาออกจากงานของผู้สูงอายุมากขึ้นเป็นการสูญเสียบทบาทของผู้สูงอายุ สังคมเริ่มแคบลงเริ่มมีเวลาร่างมากขึ้น อาจทำให้เกิดความเบื่อหน่ายในตนเองทำให้ชีวิตไร้ความสุข การมีกิจกรรมทำในยามว่างเช่น งานอดิเรก ออกกำลังกาย หรือกิจกรรมที่เสริมความสุขทำให้นายกังวล ซึ่ง อาร์คอฟ (Akoff ,1968) ผู้สูงอายุจะต้องเผชิญกับการสูญเสีย ถ้าไม่มีบทบาทหรือกิจกรรมอื่นใดมาทดแทนนานวันเข้าก็จะเกิดปัญหาด้านจิตใจ และอารมณ์มากยิ่งขึ้น มักมองโลกในแง่ร้าย สิ้นหวัง และซึมเศร้าอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้เป็นโรคจิตในวัยชราได้ และ รอบบ

(Robb , 1984) ยังได้กล่าวทำนองเดียวกันว่า การร่วมกิจกรรมต่างๆ จะทำให้ผู้สูงอายุยังมีบทบาทและมีส่วนร่วมในสังคมอยู่ การจัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้สูงอายุได้ปรับตัวอย่างเหมาะสมอยู่ร่วมกับผู้อื่นท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของสังคมได้อย่างมีความสุข มีความมั่นคงทางจิตใจและเป็นส่วนหนึ่งของสังคมจะทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น การเข้าร่วมกิจกรรมได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์รู้จักทางเลือกที่จะทำกิจกรรมยามว่าง นอกจากความเพลิดเพลิน ความพึงพอใจจะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสุขมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรม (Barrow and Smith , 1979) ที่เชื่อว่ากิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญของมนุษย์ทุกวัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุ

ปัจจุบันผู้สูงอายุนั้นมีบทบาทน้อย จึงทำให้การสูญเสียการเห็นคุณค่าในตนเองอันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ จะส่งผลต่อการสูญเสียการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุได้ อาทเลย์ (Atchley.1988: 107-108) ได้กล่าวถึงสาเหตุของการสูญเสียคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุโดยสำคัญมีดังนี้

1 ความเสื่อมโทรมในความสามารถในร่างกาย การเปลี่ยนแปลงของร่างกายจะส่งผลต่อการได้รับการยอมรับของผู้สูงอายุทั้งชายและหญิง การสูญเสียการเห็นคุณค่าในตนเองจากการเปลี่ยนแปลงนี้เพราะว่ามีผลกระทบต่อภาพแห่งตน (Self - image) ของผู้สูงอายุ

2. มีความไม่มั่นคงในภาพลักษณ์แห่งตนอยู่แล้ว เพราะความไม่แน่ใจหรือไม่มั่นคงต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล ส่งผลต่อการกระทำของบุคคล โดยจะมีการพึ่งพาสังคมมากขึ้น และมีการระมัดระวังในบทบาทของตนเองมาก

3. สูญเสียการควบคุมสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เมื่อตนเองสูญเสียการควบคุมในสิ่งที่ตนเคยควบคุมได้ หรือสิ่งที่ตนเคยมีอิทธิพลเหนือกว่าจะทำให้กลไกการป้องกันตนเองตามธรรมชาติของผู้สูงอายุเสียไปและส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

สรุปการมองภาพลักษณ์ของตนไปในทางลบจะทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองเปลี่ยนไป การสูญเสียการควบคุมทำให้คนรู้สึกหมดความสามารถ โคเฮน (Cohen. 1968 :384) กล่าวว่าบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะปกป้องตนเองจากการประเมินตนไปในทางลบ หรือมีความรู้สึกไม่มั่นคงจากผลกระทบเหตุการณ์เปลี่ยนแปลงที่ผ่านเข้ามาในชีวิตที่เราต้องมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และความสำเร็จหรือความล้มเหลวในชีวิตที่ได้รับ สิ่งเหล่านี้ทำให้การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุสูญเสียไปหรือเพิ่มมากขึ้นได้เช่นกัน

ดังนั้นการจัดกิจกรรมนันทนาการเป็นตัวช่วยส่งเสริมทางด้านต่างๆ ซึ่งมุ่งตามวัตถุประสงค์เรื่องของคุณค่าและประโยชน์มีมากมาย อาทิ สมบัติ กาญจนกิจ และดำรงศิต (2520) คณิต เขียววิชัย(2529) และจรินทร์ ธานีรัตน์(2528) ได้สรุปไว้ดังต่อไปนี้ (อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ,2535)

1. ช่วยให้คุณและชุมชนได้รับความสุขสนุกสนาน มีความสุขในชีวิตและใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
2. ช่วยให้คุณและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิตและสมรรถภาพทางกายที่ดี เกิดความสมดุลของชีวิต
3. ช่วยป้องกันปัญหาอาชญากรรม และพฤติกรรมเบี่ยงเบนในทางไม่พึงประสงค์ของเยาวชนและเด็ก การพัฒนาพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน นับว่าเป็นสิ่งสำคัญในการเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ และเป็นกำลังคนที่มีประสิทธิภาพในอนาคต กิจกรรมนันทนาการประเภทต่าง ๆ ช่วยให้เด็กและเยาวชนเลือกได้ตามความสนใจและได้ใช้เวลาว่างในการพัฒนาลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ได้
4. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการ จะได้เรียนรู้ในเรื่องของหน้าที่ความรับผิดชอบ คุณค่าทางสังคมเสรีประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่า จริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการ รู้จักอาสาสมัครช่วยเหลือสังคม ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมของความเป็นพลเมืองดีของประชาชาติ
5. ส่งเสริมการพัฒนาอารมณ์สุข กิจกรรมนันทนาการช่วยพัฒนาอารมณ์สุข รวมทั้งความสนุกสนาน และความสุขสงบ ลดความเครียด ความวิตกกังวล ทำให้อารมณ์แจ่มใสและช่วยส่งเสริมให้รู้จักการพัฒนาการ ควบคุมอารมณ์และบุคลิกภาพที่ดีอีกด้วย
6. ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ กิจกรรมนันทนาการ เช่น การเล่นพื้นเมืองวิถีชีวิต ประเพณีพื้นบ้าน ตลอดจนแหล่งนันทนาการประเภทอุทยานประวัติศาสตร์ โบราณสถานและโบราณวัตถุ ช่วยส่งเสริมศิลปะวัฒนธรรมของชาติ ส่งเสริมการเรียนรู้ทัศนคติ และความซาบซึ้งอันจักก่อให้เกิดการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมและเอกลักษณ์ของชาติต่อไป
7. ส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้งและนอกเมือง ได้แก่ กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม เดินป่า ศึกษาธรรมชาติ ไต่เขา เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ช่วยสอนผู้ที่เข้าร่วมได้รู้จักคุณค่าของธรรมชาติ ซาบซึ้ง และสามารถดูแลอนุรักษ์ธรรมชาติ อันจักเป็นประโยชน์ต่อชุมชนและประชาชาติของโลก
8. ส่งเสริมในเรื่องการบำบัดรักษา กิจกรรมนันทนาการเพื่อการบำบัดเป็นกรรมวิธี และกิจกรรมที่จะช่วยรักษาคนป่วย ทั้งทางร่างกายและสุขภาพจิต เช่น งานอดิเรกประเภทประดิษฐ์ สร้างสรรค์ และช่วยส่งเสริมความหวัง ความคิด และการใช้เวลาว่างแก่คนป่วย ซึ่งกำลังต่อสู้กับความทุกข์ทางกายหรือจิต กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา นันทนาการช่วยส่งเสริมการพัฒนาร่างกาย กิจกรรมนันทนาการทางสังคมช่วยสร้างขวัญและกำลังใจของผู้ป่วย

9. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์และการทำงานเป็นทีม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยให้คุณได้แสดงออกและละลายพฤติกรรมของกลุ่ม สร้างเสริมคุณค่าทางสังคม ฝึกการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข กิจกรรมเกมกีฬาและกีฬาเพื่อการแข่งขัน และการอยู่ค่ายพักแรม ช่วยฝึกการทำงานเป็นหมู่คณะ ลดความเห็นแก่ตัว เสริมสร้างความสามัคคีและความเข้าใจอันดีในหมู่คณะ

10. ส่งเสริมและบำรุงขวัญทหารและตำรวจปฏิบัติหน้าที่ตามชายแดน กิจกรรมนันทนาการที่จัดขึ้นเพื่อส่งเสริมขวัญทหาร ตำรวจชายแดน เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญยิ่งในการตอบแทน ให้กำลังใจในกิจกรรมเวลาว่างแก่กองทหารและตำรวจชายแดน

คุณประโยชน์ดังกล่าวข้างต้นนับได้ว่าคุ้มค่ากับเวลาและสิ่งต่าง ๆ ที่สูญเสียไปในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ หากว่าเราแม้แต่ตระหนักถึงการทำงานตลอดทั้งวัน ไม่พักผ่อนบ้างเลยชีวิตเหมือนไม่มีค่า และหาความสุขไม่ได้เลย นันทนาการจึงมีความจำเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต มีประโยชน์โดยตรงสำหรับแต่ละคน เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความเจริญอกงามให้แก่ร่างกาย

ฟอง เกิดแก้ว (2527) และชาญเชิง เนตรสุวรรณ(2528) ได้กล่าวถึงคุณค่าทางนันทนาการในรูปของวัตถุประสงค์ของนันทนาการ มีส่วนช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต 4 ประการคือ พัฒนาสุขภาพ มนุษย์สัมพันธ์ การเป็นพลเมืองดีและพัฒนาตัวบุคคล

ไวส์คอปฟ์ (Weiskopf อ้างถึงใน คงศักดิ์ เจริญรักษ์ ,2527) ได้กล่าวถึงคุณค่าของนันทนาการที่ให้ผลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ต่อผู้เข้าร่วม ดังนี้

1. นันทนาการกับผลทางด้านจิตวิทยา เป็นที่ยอมรับกันว่ากิจกรรมนันทนาการ เป็นเครื่องมือที่สำคัญในการที่จะป้องกันบุคคลที่ป่วยทางด้านจิตใจ และยังใช้ในการฟื้นฟูจิตใจให้กลับคืนมาสภาพเดิมได้เร็ว นอกจากนี้ นันทนาการยังช่วยลดความคับข้องใจหรือความวิตกกังวล

2. นันทนาการกับผลทางกาย กิจกรรมนันทนาการประเภทเกมและกีฬาจะช่วยส่งเสริมสมรรถภาพทางกายให้กับผู้เข้าร่วมได้เป็นอย่างดี ทำให้ร่างกายได้รับการพัฒนาทุกส่วน ส่งเสริมการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพของระบบร่างกาย โดยเฉพาะระบบการไหลเวียนโลหิต ระบบหายใจ ระบบกล้ามเนื้อ และระบบขับถ่ายของเสีย เมื่อร่างกายแข็งแรงก็จะมีผลให้สามารถประกอบภาระกิจประจำวันได้ดียิ่งขึ้น

3. นันทนาการกับผลทางสังคม กิจกรรมนันทนาการเปิดโอกาสให้บุคคลที่เข้าร่วมมีการทำงานและรับผิดชอบร่วมกัน มีการติดต่อประสานงานเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน จึงเป็นการส่งเสริมให้การอยู่ร่วมกันในสังคมเป็นไปด้วยความราบรื่น

สรุปการจัดกิจกรรมนันทนาการนั้นไม่ว่าจะจัดประเภทใดก็ตาม ผู้จัดจะต้องรู้
วัตถุประสงค์และหรือกิจกรรมนันทนาการสำหรับประเภทนั้น ๆ การวางแผนที่ดีจะช่วยให้อีกิจกรรม
นันทนาการที่เลือกมานั้นเป็นกิจกรรมที่อยู่ในความสนใจของสมาชิกและตรงกับความต้องการของ
สมาชิกเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นกิจกรรมต่าง ๆ จะช่วยสร้างประสบการณ์ที่ดีให้กับสมาชิกอีกด้วย
กิจกรรมแต่ละอย่างของนันทนาการนั้นจะช่วยพัฒนาคนให้พร้อมที่จะยังชีพอยู่ในสังคมอย่างมี
ความสุข แต่ทำอย่างไรที่จะช่วยดึงให้คนแต่ละวัยในสังคมเข้ามาร่วมกิจกรรมนันทนาการให้มาก
ที่สุดเท่าที่จะทำได้ ซึ่งสิ่งนี้เป็นปัญหาที่ผู้จัดกิจกรรมนันทนาการหลาย ๆ ท่านกำลังเผชิญอยู่ แต่
อย่างไรก็ดีการจัดกิจกรรมนันทนาการที่ดีจะช่วยคลี่คลายปัญหานี้ลงได้บ้าง หนึ่งการจัด
นันทนาการที่เหมาะสมนั้นควรจะเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้ตามสภาพการณ์ แหล่งงบประมาณ และ
วัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ตลอดจนสามารถปรับให้เข้ากับวัตถุประสงค์ที่ต้องการจัดอีกด้วย การจัด
กิจกรรมในแต่ละแห่งนั้นอาจจะแตกต่างกันไปตามสภาพแวดล้อม ทั้งทางวัฒนธรรม เศรษฐกิจ
การเมือง และศาสนาอีกด้วย ซึ่งสิ่งเหล่านี้การศึกษาจะเป็นตัวกลางในการปรับให้แต่ละสังคมมี
สภาพบางอย่างใกล้เคียงกัน (คณิต เขียววิชัย, 2534) จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุเป็นประชากรกลุ่มหนึ่ง
ที่พัฒนามาต่อจากวัยผู้ใหญ่ก้าวสู่วัยสุดท้ายของชีวิตการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ
จึงมีลักษณะแตกต่างไปจากเด็ก กล่าวคือการจัดกิจกรรมควรจะสร้างความสนใจ และความ
ต้องการของผู้รับบริการเป็นสำคัญ และกระตุ้นให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตนเองปรับตัวได้โดยเชื่อมโยง
ประสบการณ์เดิมที่เป็นตำราชีวิตอยู่ในใจของเขามาใช้เชื่อมโยงกับประสบการณ์ใหม่ เพื่อปรับตัว
ให้มีความสุขในวัยสุดท้ายของชีวิตโดยอาศัยกิจกรรมต่าง ๆ ส่วนการเรียนรู้ในห้องเรียน หรือจาก
ตำราควรเป็นบทบาทรองลงไป เนื่องจากผู้สูงอายุมีความเสื่อมถอยของร่างกายและจิตใจ ความ
ต้านทานโรคลดลงมีอาการ ล้มป่วยบ่อยขึ้นความจำเริ่มเสื่อม การเรียนรู้สิ่งใหม่จึงเป็นอุปสรรค
ต่อผู้สูงอายุ ซึ่งกุลยา ตันติผลา ชีวะ (2524) กล่าวว่า ผู้ที่มีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไป ย่อมมี
ความเสื่อมสมรรถภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจมีความต้านทานโรคต่ำ ความคล่องตัวและ
ความคิดอ่านมีขีดจำกัดมากขึ้น ต้องใช้เวลาคิดนานกว่าวัยอื่น ๆ วัยนี้จึงเหมาะที่จะหยุดจากงาน
ที่ต้องใช้กำลังกายกำลังความคิดที่มีความเครียดสูงเพื่อให้บุคคลในวัยนี้พักผ่อน กิจกรรมที่ควรจัด
ควรเน้นความสุขและความสงบทางด้านจิตใจ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ผ่อนคลายได้เห็นโลกกว้าง
สามารถนำสิ่งที่ได้พบเห็นมาเป็นส่วนช่วยในการปรับตัวได้เมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่น และปรับตัวเข้ากับ
สิ่งแวดล้อมสามารถแนะนำผู้อื่นและพึ่งพาตนเองได้มีความสุขในวัยสุดท้ายของชีวิต รูปแบบ
กิจกรรมที่ควรจัดสำหรับผู้สูงอายุ คือ การจัดกิจกรรมที่สนับสนุนพื้นฐานความรู้เดิมหรือ
การศึกษาที่ทันสมัย เจก ธนะศิริ (2528) กล่าวไว้สรุปได้ดังนี้ ผู้สูงอายุควรสนใจต่อความ
เคลื่อนไหวและการเปลี่ยนแปลงของโลกปัจจุบันพยายามหาโอกาสเปิดหูเปิดตาท่องเที่ยวไปตาม

สถานที่ต่าง ๆ เพราะการใช้ชีวิตอยู่แต่ในบ้านไม่มีโอกาสเปิดหูเปิดตาพบสิ่งแปลกใหม่ ในสมอง จึงมีแต่ความทรงจำเก่า ๆ

ซึ่งจะส่งผลให้การเรียนรู้ของผู้ใหญ่เป็นผลที่เกิดจากทฤษฎีและมโนทัศน์ที่เปลี่ยนแปลง จากเดิมที่เน้นการสอนซึ่งใช้กับเด็ก มาเป็นจุดเน้นที่ การเรียนรู้ให้เห็นว่า ผู้ใหญ่สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง การจัดการศึกษาในผู้ใหญ่เน้นให้ผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้แทนที่จะมุ่งไปที่วิธีการสอนเหมือนเด็ก ๆ โดยคำนึงถึงความพร้อมไม่ว่าเป็นด้านร่างกาย อารมณ์สังคม สติปัญญาของผู้ใหญ่ หลักความต้องการในขั้นพื้นฐานในแต่ละคน หลักของการเสริมแรงทั้งทางดานบวก เช่น การให้รางวัล การชมเชย ส่วนด้านลบเช่น การลงโทษ เป็นต้น และหลักในการรับรู้โดยผ่านอวัยวะสัมผัสโดยอาศัยความรู้และประสบการณ์เดิมของผู้ใหญ่ในการแปลความหมายสิ่งที่สัมผัสและรับรู้ ออกมาได้ว่าเป็นสิ่งใด มีความหมายอย่างไร

การเรียนรู้ของผู้ใหญ่ หมายถึง กิจกรรมการเรียนรู้ทุกรูปแบบที่เกิดขึ้นหรือจัดให้มีขึ้น สำหรับประชาชนวัยผู้ใหญ่ ตามาความหมายศาสตร์การศึกษาผู้ใหญ่ (Andragogy) ซึ่ง Knowles (1980) ได้ให้ความหมายไว้ว่า เป็นศาสตร์และศิลป์ที่ช่วยให้ผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้ ยึดปัญหาของผู้เรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ โดยเนื้อหาเน้นการพัฒนาศักยภาพระดับบุคคลและกลุ่ม เทคนิคการเรียนรู้ที่สนับสนุนให้ผู้ใหญ่ได้สำรวจความต้องการของตนเอง วางเป้าหมายของตนเอง มีส่วนรับผิดชอบจัดประสบการณ์รวมทั้งประเมินการเรียนรู้ต่าง ๆ ด้วยตนเอง ซึ่งทฤษฎีนี้ตั้งอยู่บนรากฐานหลักการและความเชื่อ 4 ประการ ที่ต่างจากการศึกษาของเด็ก คือ

1. ผู้ใหญ่มีมโนทัศน์รับรู้ต่อตนเองจากพึ่งพาผู้อื่นเป็นผู้ชี้นำตนเอง
2. ผู้ใหญ่จะสะสมประสบการณ์ความรู้ นับเป็นแหล่งวิทยาการที่มีคุณค่า เปิดกว้างที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เป็นประสบการณ์ที่มีต่อการเรียนรู้ของผู้ใหญ่หลายประการคือ
 - 2.1 ผู้ใหญ่สามารถแลกเปลี่ยนความคิด และประสบการณ์กับผู้อื่น ขยายโลกทัศน์ ดังนั้น จึงเป็นแหล่งวิทยาการสำคัญในการเรียนรู้
 - 2.2 ผู้ใหญ่มีประสบการณ์เดิมเป็นพื้นฐาน และสามารถนำประสบการณ์เดิมนี้อไปสัมพันธ์กับประสบการณ์ใหม่จึงทำให้ประสบการณ์ใหม่มีความหมายมากขึ้น
 - 2.3 ผู้ใหญ่มีลักษณะฝังกับความเคยชินประสบการณ์เดิมจึงเปลี่ยนยาก
3. มีความพร้อมที่จะเรียน เมื่อมีความต้องการนำไปแก้ปัญหาในชีวิตจริง ทั้งในครอบครัว และการทำงาน
4. มีความพร้อมที่จะเรียนรู้ เพื่อนำความรู้ไปใช้ทันทีโดยเร็ว มองเห็นคุณค่าของเวลา ยึดปัญหาเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ พร้อมทั้งลงมือปฏิบัติ

จึงสรุปได้ว่า การเรียนรู้ของผู้ใหญ่ เป็นกระบวนการจัดประสบการณ์ที่ช่วยให้ผู้ใหญ่เกิดการเรียนรู้ และเพื่อให้การเรียนรู้นั้นเกิดผลสูงสุดต่อการพัฒนาตนเองและสังคม การจัดการเรียนรู้ควรสอดคล้องกับปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้ของผู้ใหญ่คือ อายุ สุขภาพ อารมณ์ ประสบการณ์ความพร้อม ความต้องการ แรงจูงใจ การเสริมแรง และความแตกต่างของการรับรู้ในแต่ละบุคคล

ซึ่งจากข้อมูลพื้นฐานซึ่งผู้วิจัยได้จากการสัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้องในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค ระบุว่าสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแคเป็นสถานสงเคราะห์คนชราที่ตั้งขึ้นเป็นแห่งแรกของประเทศไทยและมีพัฒนาการมานานจนกลายเป็นแบบอย่างของสถานสงเคราะห์คนชราอีก 20 แห่ง มีการให้บริการและส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมตามความเหมาะสมกับภาวร่างกาย จิตใจ ด้วยความสมัครใจ (อัญชีย์ ชูตระกูล, นักสังคมสงเคราะห์ 2537) งานที่ให้บริการแก่ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแคได้มีการจัดกิจกรรมประเภทต่าง ๆ ได้แก่ การฝีมือต่าง ๆ การพับถุงกระดาษ การทำพรมเช็ดเท้า การทำตุ๊กตาประดิษฐ์ การทำดอกไม้ประดิษฐ์ การเย็บผ้า กีฬาและการจัดกลุ่มงานอดิเรก ซึ่งสถานสงเคราะห์จะเปิดโอกาสให้หน่วยงานเอกชนหรือภาครัฐมาจัดกิจกรรม ส่วนด้านกิจกรรมอดิเรกก็จะเป็นกิจกรรมนันทนาการซึ่งจะแบ่งเป็นช่วง เช้ากลางวัน เย็น กิจกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำอาทิเช่น การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การนั่งสมาธิ กิจกรรมเข้าจังหวะ กิจกรรมทางศาสนา การพักผ่อนหย่อนใจ ทัศนศึกษา เป็นต้น

จะเห็นได้ว่ากิจกรรมนันทนาการที่จัดส่วนมากหน่วยงานข้างนอกมักจะเป็นผู้มาจัดกิจกรรมให้สถานสงเคราะห์ เป็นกิจกรรมที่ใช้เวลาไม่มาก เช่น การร้องเพลง การแสดงละครและฟ้อนรำ และเป็นกิจกรรมที่ปฏิบัติอยู่เป็นประจำ คือ การรำไทเก๊ก งานฝีมือ ดนตรีไทย ร้องเพลง ดูทีวี สวดมนต์ และกิจกรรมตามวันสำคัญ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ทำซ้ำๆ เหมือนกันทุกครั้ง จึงทำให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมทั้งหมดน้อยลง เพราะเกิดความเบื่อหน่ายซึ่งอาจจะเป็นผลทำให้ผู้สูงอายุนั้นมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลง ดังนั้นควรเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีส่วนเกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรมนันทนาการที่สอดคล้องกับความต้องการตามของผู้สูงอายุมีความเหมาะสม ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่ากิจกรรมที่สถานสงเคราะห์จัดเป็นปกติ การเข้าร่วมแล้วแต่ความสมัครใจ ดังนั้นผู้วิจัยได้นำทฤษฎีแอนดราโกจีมาใช้ประยุกต์กับกิจกรรมนันทนาการจะทำให้กิจกรรมนั้นเหมาะสมกับวัยของผู้สูงอายุมากขึ้นในการจัดกิจกรรมนันทนาการนั้นสำรวจหาความต้องการของผู้สูงอายุและพิจารณาถึงประสบการณ์ต่างๆของผู้สูงอายุ โดยการตั้งสิ่งเหล่านั้นโดยให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนออกแบบในกิจกรรมนันทนาการให้ตรงกับวัยของผู้สูงอายุในการนำทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้สูงอายุจะเป็นการให้ผู้สูงอายุได้เป็นส่วนหนึ่งของการกำหนดกิจกรรมที่ตนเองสนใจ และเพื่อความความคิดเห็น

ลดปัญหาผู้เข้าร่วมไม่สนใจกิจกรรมที่จัดและมีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้นยังเป็นการส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการเพื่อให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้นกว่าเดิม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจีของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค
2. เพื่อเปรียบเทียบผลของกิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจีและการจัดกิจกรรมนันทนาการทั่วไปที่มีผลต่อความเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค

สมมติฐานของการวิจัย

1. กลุ่มการทดลอง เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจี มีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
2. กลุ่มทดลอง เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจี) มีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองภายหลังการทดลองสูงกว่า กลุ่มควบคุม (กิจกรรมนันทนาการทั่วไป) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ.05

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้สูงอายุ
ผู้สูงอายุชาย หญิงที่อยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค ในกรุงเทพมหานคร เข้าร่วมโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการที่ปรับปรุงตามทฤษฎีแอนดราโกจี ในปี พ.ศ. 2547 จำนวน 298 คน
2. ตัวแปร
ตัวแปรอิสระ กิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจี
ตัวแปรตาม คะแนนที่ได้จากการทำแบบสอบถามวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป นับตามปีปฏิทินและเป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุหรือสถานสงเคราะห์คนชราบางแค

กิจกรรมนันทนาการ หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ ที่บุคคลเข้าร่วมหรือใช้เวลาว่างโดยไม่มีภารกิจบังคับหรือ เข้าร่วมด้วยความสมัครใจการทำให้ชีวิตสดชื่น การเพิ่มเสริมสร้างพลังงานใหม่หลังจากที่ร่างกาย ใช้ พลังงานแล้วช่วยให้ผ่อนคลายทางร่างกายและจิตใจ บุคคล

ทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (แอนดราโกจี) หมายถึง ทฤษฎีการเรียนรู้ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานความเชื่อที่ว่าผู้ใหญ่แต่ละคนเป็นผู้ซึ่งมีวุฒิภาวะที่สมบูรณ์ ด้วยเหตุนี้จึงมีความต้องการ และสามารถที่จะเป็นผู้ชี้นำตนเองในการใช้ประสบการณ์เรียนรู้ระบุดความพร้อมที่จะเรียนของตนเองและจัดการเรียนรู้เพื่อแก้ปัญหาในชีวิตของตนเอง 4 ประการ คือ มโนทัศน์ของผู้เรียน บทบาทของบทบาทของประสบการณ์ของผู้เรียน ความพร้อมที่จะเรียนรู้ การนำไปสู่การเรียนรู้

สถานสงเคราะห์คนชรา หมายถึง สถานสงเคราะห์คนชรารบ้านบางแค ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ผลรวมของแนวทางที่บุคคลรับรู้ และพิจารณาตัดสินค่าของตนตามความรู้สึกของทัศนคติที่มีต่อตนเองว่าเป็นอย่างไร ในเรื่องการประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ การประสบความสำเร็จ การปฏิบัติตนเอง การยอมรับตนเอง การพึ่งตนเอง คิดว่าตนเองมีค่าในสังคม ตลอดจนการได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นและการยอมรับจากสังคม การประเมินหรือการพิจารณาตัดสินค่าของตนเองนั้นจะใช้สิ่งต่างรอบ ๆ ตัว

กิจกรรมนันทนาการตามทฤษฎีแอนดราโกจี หมายถึง กิจกรรมที่นำทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้สูงอายุมาปรับปรุงเข้ากับนันทนาการโดยที่ให้ผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมตามความต้องการและความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุ
2. เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการกับการศึกษาออกโรงเรียน