



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7
The 7th STOU National Research Conference

การสื่อสารผ่านกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี
Communications through Senior Activities of Lanthong village, Nonthaburi Province

กรกมล พิพัฒน์ภูมิ (korngamon Pipatphum)¹ ภัทวาลี นิติเกษตรสุนทร (Passawalee Nitikasetsoontorn)²
ธีรารักษ์ โพธิ์สุวรรณ (Theerarux Phothisuwan)³

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่องดังกล่าวเป็นการวิจัยแบบผสมผสาน ทั้งวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ วัตถุประสงค์เพื่อศึกษา กิจกรรมผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ รูปแบบและบทบาทหน้าที่การสื่อสารผ่านกิจกรรมผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ และ ความคิดเห็นและความต้องการกิจกรรมผู้สูงอายุของชมรม การวิจัยครั้งนี้เป็นแบบผสมผสาน ทั้งการวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ การสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม และการวิจัยเชิงปริมาณ ได้แก่ ผู้สูงอายุที่เป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมชมรม ผู้สูงอายุในส่วนที่เป็นสมาชิก จำนวน 140 คน และ ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรมแต่เข้าร่วมกิจกรรมของชมรม 60 คน รวมทั้งสิ้น 200 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เก็บรวบรวมข้อมูล โดยสัมภาษณ์ข้อมูลเชิงลึก และ แจกแบบสอบถาม สอบถามกลุ่ม ประชากร วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ค่าสถิติ ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์เนื้อหาด้วยการพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า ชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี เป็นชมรมที่ประสบความสำเร็จ ในด้านการทำกิจกรรมที่ สอดคล้องด้านการสื่อสารที่หลากหลาย ชมรมดังกล่าวก่อตั้งมาแล้วกว่า 19 ปี ตั้งแต่ ปี 2540 จนถึงปัจจุบัน ก่อตั้งตาม นโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่เล็งเห็นถึงความสำคัญของสุขภาพ ผู้สูงอายุเป็นเพศหญิงมากกว่า เพศชาย ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุวัยต้น (60 – 69 ปี) ซึ่งเป็นผู้ที่ยังแข็งแรง สุขภาพดี ช่วยเหลือตนเองได้ และอาชีพส่วนใหญ่รับราชการ ภาพรวมของ การจัดกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ ทั้ง 12 กิจกรรม พบว่า อยู่ในระดับมาก รูปแบบการสื่อสารเป็นการสื่อสารระหว่างบุคคล กลุ่มเล็กและกลุ่มใหญ่ ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะทำกิจกรรมร่วมกัน บทบาทหน้าที่การสื่อสารมีการสนองตอบต่อความต้องการทาง กายภาพ ด้านสังคม และ ด้านอาชีพ ความคิดเห็นและความต้องการของชมรม พบว่า มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมทาง ด้าน ศาสนาเป็นส่วนใหญ่ ส่งผลต่อการพัฒนาด้านจิตใจ นอกจากนี้ต้องการการออกกำลังกาย ซึ่งส่งผลต่อร่างกาย และต้องการ ได้รับความรู้ โดยอยากให้มีการอบรมสัมมนาให้กับสมาชิกชมรมผู้สูงอายุและผู้ที่เกี่ยวข้อง

คำสำคัญ ผู้สูงอายุ กิจกรรม รูปแบบและบทบาทหน้าที่การสื่อสาร ความคิดเห็นและความต้องการ

¹ นักศึกษาหลักสูตรนิเทศศาสตรมหาบัณฑิต คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช nusopink.pr@gmail.com

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช passawalee@yahoo.com

³ รองศาสตราจารย์ คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช theerarux.pho@stou.ac.th



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7
The 7th STOU National Research Conference

Abstract

The objective of this quantitative–qualitative-mixed methods research was to study elderly activities of the elderly club, models and roles of communication through the elderly's activities of the elderly club as well as opinions, and needs for the elderly's activities of the club. This research was a mixed methods research. The sample group for qualitative research was 4 committee members of the elderly club aged 60 years old and above and the sample group for quantitative research was 200 elderly people who attended the activities of the club (140 members and 60 non-members). The sample selection was done by purposive sampling. Data collection was done by conducting in-depth interviews and questionnaire distribution. Data was analyzed by mean, percentage, and standard deviation as well as content analysis. From the research result, it was found that Lan Thong village elderly club, Nonthaburi province was a successful club for various activities. The club had been founded over 19 years from 1997 to present. It was established according to the Ministry of Public Health's policy, which recognized the importance of health. The elderly were more female than male. The majority was (60-69 years old) who were still strong, healthy, and self-reliant. Most was the government officer. Moreover, it was found that the elderly club activity was overall at a high level. The communication model is interpersonal communication between small groups and large groups. The communication roles respond to the physical, social and occupational needs. In the aspect of sample's opinions and club needs, it was found that the majority needed for religious participation, which affected mental development. Additionally, there was still a need for exercising, which affected the body and a need to gain knowledge by having seminars for the elderly club members and participants.

Keywords: Elderly, Activity, Models and roles of communication, Opinions and needs



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

บทนำ

ประชากรในสังคมปัจจุบันจะเห็นได้ว่าเป็นวัยผู้สูงอายุมากกว่าวัยหนุ่มสาวอันเนื่องมาจากสัดส่วนของประชากรในวัยทำงานและวัยเด็กลดลง อัตราการเกิดและอัตราการเสียชีวิตของประชากรลดลงอย่างต่อเนื่อง ด้วยวิวัฒนาการทางด้านการแพทย์และการสาธารณสุขส่งผลให้คนไทยมีสุขภาพที่ดีมีอายุยืนยาวขึ้น รวมทั้งความก้าวหน้าในการดำเนินนโยบายพัฒนาประเทศทั้งด้านเศรษฐกิจ และ สังคม จึงได้เปิดโอกาสให้ประชากรในประเทศได้รับการศึกษาที่สูงขึ้นมีความรู้ และ ทักษะในการป้องกันและดูแลสุขภาพ ตลอดจนการวางแผนครอบครัวที่ประสบผลสำเร็จ ทำให้ภาวการณ์เจริญพันธุ์และอัตราการเกิดมีแนวโน้มลดลง จนเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านโครงสร้างของประชากร พบว่า อัตราประชากรผู้สูงอายุทั้งประเทศมีจำนวนและสัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง โดยเพิ่มขึ้นจาก 4 ล้านคน หรือ ร้อยละ 6.8 ของประชากรทั้งประเทศ ในปี 2537 เป็น 10 ล้านคน หรือร้อยละ 14.9 ในปี 2557 และ คาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็น 20.5 ล้านคน หรือร้อยละ 32.1 ในปี 2583 (ที่มา :: การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ) “ผู้สูงอายุ” ถือได้ว่าเป็นวัยที่มีความแตกต่างจากวัยอื่น เป็นวัยบั้นปลายของชีวิต โดยนิยามนับตามอายุตั้งแต่แรกเกิด ทั้งเพศชาย และ เพศหญิง ซึ่งมีอายุเกินกว่า 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป และมีสัญชาติไทยวัยของผู้สูงอายุนั้นจะแตกต่างกันไปตามอายุเกิด สภาพสังคม วัฒนธรรม และ สภาพร่างกาย โดยจะพิจารณาจากหลายๆ ส่วนตามแต่ละประเทศ บางประเทศที่เจริญแล้วจะนิยามผู้สูงอายุ 65 ปีขึ้นไป และยังมีเกณฑ์แบ่งกลุ่มของผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม คือ ผู้สูงอายุวัยต้น (60 - 69 ปี) ผู้สูงอายุ วัยกลาง (อายุ 70 - 79 ปี) และผู้สูงอายุวัยปลาย (อายุ 80 ปีขึ้นไป) (ที่มา : พระราชบัญญัติผู้สูงอายุของประเทศไทย,2546)

จากอัตราการเพิ่มโครงสร้างของประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้น ทำให้ประเทศไทยกำลังเผชิญกับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุและจะกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ดังที่กระทรวงสาธารณสุข เผยว่า ในอีก 10 ปีข้างหน้า หรือปี 2568 ประเทศไทยจะ “ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ” อย่างเต็มตัว พบว่า สังคมไทยจะกลายเป็นสังคมเดี่ยวนมากขึ้น โดยพบว่าร้อยละ 58.3 ผู้สูงอายุยังอาศัยอยู่กับลูกหลานในครอบครัวขยาย และ พบว่าร้อยละ 3.1 อยู่ในครอบครัวเดี่ยว นอกจากนี้ ร้อยละ 31 ยังพบว่าผู้สูงอายุอยู่เพียงตามลำพังแสดงให้เห็นถึงปัจจุบันผู้สูงอายุอยู่ตามลำพังมากขึ้น และมีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อยๆ อันเนื่องมาจากหลายประการ เช่น ประชากรผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น สายสัมพันธ์ต่อกันลดน้อยลง พุดคุยกันน้อยลง ครอบครัวไม่ได้อยู่พร้อมหน้าพร้อมตา สัดส่วนการหย่าร้าง แยกกันอยู่เพิ่มมากขึ้น และ มีจำนวนบุตรโดยเฉลี่ยลดลง โอกาสที่ผู้สูงอายุจะมีบุตรไว้พึ่งพิงยามสูงอายุลดลง รวมทั้งการโยกย้ายถิ่นฐานของคนวัยหนุ่มสาวไปทำงานในเขตเมือง และทั้งผู้สูงอายุให้อยู่ตามลำพัง ขาดผู้ดูแล ในขณะที่ผู้สูงอายุในเขตเมืองต้องอยู่ตามลำพัง เนื่องจากบุตรหลานต้องออกไปทำงานนอกบ้าน จึงไม่มีเวลาที่จะดูแลผู้สูงอายุทั้งให้อยู่อย่างโดดเดี่ยว ส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดความวิตกกังวล เครียดและรู้สึกเหมือนตนเองขาดที่พึ่งพิง เป็นต้น (สำนักข่าวกรมประชาสัมพันธ์ ,2550)

การอยู่ตามลำพังของผู้สูงอายุ ก่อให้เกิดผลกระทบในทางลบ ทั้งด้านร่างกาย ส่วนใหญ่ มีปัญหาทุกระบบ โดยเฉพาะระบบกล้ามเนื้อและกระดูก ด้านจิตใจและอารมณ์ รู้สึกไม่มีความสุข สิ้นหวัง หดพลัง เหงา ว่าเหว วิตกกังวล ทั้งการเจ็บป่วย และการเงิน ภาวะความเครียด ด้านครอบครัวและสังคม ขาดการปฏิสัมพันธ์กับครอบครัวและบุตรหลาน ขาดการเอาใจใส่ดูแล ถูกดูถูกเหยียดหยาม มีความขัดแย้งในครอบครัว ขาดการปฏิสัมพันธ์กับสังคม และ ด้านจิตวิญญาณ ความมีคุณค่าและศักดิ์ศรีในชีวิตของตนเองลดน้อยลง เนื่องจาก สูญเสียการยอมรับ นับถือ ขาดความรัก ความเอาใจใส่จากบุตรหลานหรือสมาชิกในครอบครัวและสังคม ทำให้ผู้สูงอายุเกิดหมดหวังในชีวิต (บุญทิพย์ สิริธรรค์,2553)

ปัญหาผลกระทบในทางลบที่เกิดขึ้นดังกล่าว จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างมาก ส่วนใหญ่จะพบปัญหาการอยู่บ้านโดยลำพัง จะรู้สึกผิดหวังและหมดหวัง โดยเฉพาะการที่ไม่มีใครให้ความรักความเอาใจใส่ ดังนั้นจึงมีความจำเป็นให้ผู้สูงอายุต้องเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านครอบครัวและสังคม และ ด้านจิตวิญญาณ โดยการให้ความรู้กับสิ่งต่างๆ เหล่านี้ เน้นในเรื่องการดูแลสุขภาพสภาพ รวมทั้งการให้กำลังใจในการดำเนินชีวิต เช่น การทำกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุ การจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ เป็นต้น

ความสำคัญของปัญหาข้างต้น จะเห็นได้ว่าปัญหาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สิ่งแวดล้อม พฤติกรรม และ ความต้องการของผู้สูงอายุ ต้องการที่จะเข้าสู่สังคมส่งผลกระทบเป็นวงกว้าง วัยผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องได้รับการดูแลเอาใจ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

ใส่เป็นอย่างมาก รัฐบาลจึงได้จัดทำแผนพัฒนาผู้สูงอายุระยะยาวขึ้น โดยเป็นแผนแม่บทสำหรับใช้เป็นแนวทางในการทำแผนปฏิบัติการ ซึ่งจัดอยู่ใน (แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2545 – 2564, ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552) นั้นได้ระบุเรื่องการสื่อสารซึ่งเข้าไปมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาผู้สูงอายุอีกด้วย

การสื่อสารถือว่ามีความสำคัญระหว่างผู้สูงอายุ ซึ่งถือว่าเป็นกลไกสำคัญในการอุดช่องว่างระหว่างปัญหาของผู้สูงอายุกับบุคคลในครอบครัว หรือ บุคคลในสังคม ได้มีบทบาทสำคัญของการสื่อสารกับผู้สูงอายุ ดังนี้ 1. การรณรงค์ให้สังคมตระหนักถึงความจำเป็นของการเตรียมตัวการเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ 2. เผยแพร่ภูมิปัญญาของผู้สูงอายุและให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับคนทุกวัยในสังคม อาทิ กิจกรรมทางการศึกษา ศาสนา วัฒนธรรม การกีฬา เป็นต้น 3. สนับสนุนสื่อทุกประเภทให้มีรายการเกี่ยวกับผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุสามารถผลิต เข้าถึงสื่อและเผยแพร่ข่าวสารได้ด้วยตนเอง 4. ประชาสัมพันธ์ให้ผู้สูงอายุทราบถึงสิทธิและผลประโยชน์ต่างๆ ที่ลดหย่อนให้แก่ผู้สูงอายุ 5. ให้มีการผลิตหรือ ฝึกอบรมผู้ดูแลผู้สูงอายุอย่างเพียงพอและมีมาตรฐาน 6. ให้มีการศึกษาวิจัยด้านผู้สูงอายุ โดยเฉพาะในสิ่งที่เกี่ยวข้องต่อการกำหนดนโยบายการพัฒนาการบริการ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างเหมาะสม 7. พัฒนาระบบข้อมูลทางด้านผู้สูงอายุให้ถูกต้องและทันสมัย โดยมีระบบฐานข้อมูลด้านผู้สูงอายุที่ง่ายต่อการเข้าถึง 8. ให้การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะในการพึ่งพาตนเอง และ 9. ให้ผู้สูงอายุเข้าถึงช่องทางในการติดต่อสื่อสารทางเทคโนโลยีและบริการสาธารณะอย่างทั่วถึง เรียกได้ว่าการสื่อสารมีบทบาทสำคัญยิ่งต่อการดำรงชีวิตในทุกสถานการณ์ ทั้งในชีวิตประจำวันและการทำงานล้วนเกี่ยวข้องกับการติดต่อสื่อสารทั้งสิ้น เพื่อที่จะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งได้มีความเข้าใจตรงกันในเรื่องที่เราสื่อสาร เมื่อใดก็ตามที่การสื่อสารมีความบกพร่องจะด้วยเหตุปัจจัยใดก็ตาม ย่อมทำให้เกิดปัญหาตามมาอีกมากมาย ดังนั้นต้องสื่อสารระหว่างกันให้เข้าใจ อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่ายุคนี้จะเป็นยุคของการแข่งขันต่างคนต่างต้องดิ้นรนแก้ปัญหาปากกัดตีนถีบหาเงินเพื่อมาเลี้ยงครอบครัว ทำให้ไม่มีเวลาที่จะดูแลผู้สูงอายุ แต่ก็ยังพบว่า การสื่อสารสามารถเข้ามามีบทบาทในการพัฒนาคุณภาพชีวิตช่วยลดปัญหาความวิตกกังวล ความเครียดของผู้สูงอายุได้

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าการสื่อสารถือว่าเข้าไปมีบทบาทสำคัญระหว่างผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก การรวมตัวของผู้สูงอายุในการส่งเสริมการทำการกิจกรรมร่วมกันถือได้ว่าเป็นการทำให้การสื่อสารพลังของผู้สูงอายุมีมากขึ้น การมีกิจกรรมยามว่างเพื่อการนันทนาการจะทำให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้สิ่งใหม่ เป็นการถ่ายทอดความรู้ ความเชี่ยวชาญของผู้สูงอายุให้กับคนรุ่นหลังต่อไป และ การทำการกิจกรรมช่วยให้ผู้สูงอายุได้ผ่อนคลายอีกด้วย ซึ่งจะทำให้การใช้เวลาในชีวิตมีความเพลิดเพลิน ทำให้ชีวิตมีความหมาย มีชีวิตชีวา กิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ การทำงานอดิเรก วาดรูป ทำอาหาร ทำสวน การอ่านหนังสือ สวดมนต์ ไหว้พระ เลี้ยงสัตว์ เล่นดนตรี ร้องเพลง เล่นกีฬาว่ายน้ำ ถีบจักรยาน เป็นต้น (บรรลุ ศิริพานิช, 2545, น.39) กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ นอกจากจะเป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุไม่ต้องอยู่บ้านเพียงลำพังเกิดปัญหาความโดดเดี่ยวแล้ว ยังเป็น การช่วยเสริมสร้างสุขภาพ พลานามัย สร้างความสามัคคี การให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และยังทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขในบั้นปลายของชีวิตที่จะประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ซึ่งในปัจจุบันมีชมรมผู้สูงอายุที่รวมตัวกันทำการกิจกรรมเพื่อให้เกิดประโยชน์อยู่ในประเทศไทยเป็นจำนวนมาก โดยเทศบาลนครปากเกร็ดได้ทำการสำรวจชมรมผู้สูงอายุ ในเขตจังหวัดนนทบุรีมีชมรมผู้สูงอายุทั้งสิ้น 47 ชมรม หนึ่งในนั้น คือ ชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง ซึ่งเป็นชมรมที่ประสบความสำเร็จในด้านการทำการกิจกรรมที่หลากหลาย ชมรมดังกล่าวก่อตั้งมาแล้วมากกว่า 19 ปี ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2540 ภายใต้การดูแลของสมาชิกหมู่บ้านลานทองโดยจะแบ่งกลุ่มสมาชิกออกเป็น สมาชิกกิตติมศักดิ์ คือ ผู้ให้ความอุปถัมภ์ และช่วยเหลือกิจการของชมรม หรือทำคุณประโยชน์ให้แก่ชมรม สมาชิกสามัญ บุคคลที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านลานทองเท่านั้น เพศชาย 50 ปี ขึ้นไป และ เพศหญิงอายุ 40 ปีขึ้นไป สมาชิกผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป หรือบุคคลที่อยู่ในวัยชราที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านลานทองและหมู่บ้านบริเวณใกล้เคียง ในขณะนี้มีจำนวนสมาชิกที่เข้ามาในชมรมทั้งสิ้น 140 คน และ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ไม่ได้เป็นสมาชิกกับทางชมรมทั้งสิ้น 60 คน รวมทั้งหมด 200 คน

ชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทองได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพ พลานามัยให้สมาชิกหมู่บ้านลานทองทุกคนรวมถึงสมาชิกในวัยผู้สูงอายุได้ตระหนักและเล็งเห็นถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ เพื่อให้ได้สุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและมีชีวิตที่ยืนยาวนาน ตลอดจนทางชมรมมีรูปแบบกิจกรรมการสื่อสารที่



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

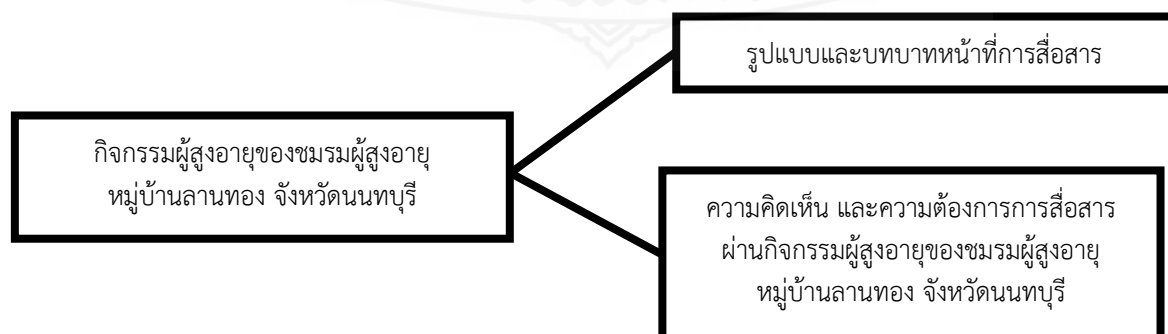
หลากหลายรูปแบบไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมการสื่อสารภายในบุคคล การสื่อสารระหว่างบุคคล การสื่อสารกลุ่มใหญ่และการสื่อสารกลุ่มเล็ก เป็นต้น

ทางชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี ได้จัดกิจกรรมให้มีความสอดคล้องกับรูปแบบการสื่อสารไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมพบปะสังสรรค์พูดคุยกันในช่วงการรวมกลุ่มของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และจัดให้มีกิจกรรมเป็นประจำในทุกๆ สัปดาห์ ทุกเดือน และ กิจกรรมที่ทำร่วมกันปีละครั้ง อาทิ กิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกายเดินแอโรบิก ออกกำลังกายอาทิตย์ละ 3 วัน ในวันจันทร์ พุธ และ ศุกร์ เวลา 17.00 – 18.00 น. ณ บริเวณ สนามบาสเก็ตบอลของชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง การแข่งขันกีฬาเปตอง ผู้สูงอายุจะออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาเปตองเป็นประจำทุกวันเพื่อใช้ในการแข่งขันกีฬาประจำปีของเทศบาลนครปากเกร็ด กิจกรรมศิลปะการตีกลองยาว โดยมอบครูสิทธิชัย เป็นผู้ทำการฝึกสอน ฟ้อนรำจังหวัดกลองยาว กิจกรรมกีฬาลีลาศ เป็นกิจกรรมเข้าจังหวะอีกประเภทหนึ่งที่ผู้สูงอายุชมรมหมู่บ้านลานทองจะทำกิจกรรมร่วมกันเป็นประจำทุกสัปดาห์โดยจะเน้นในถ่วงท่าและทำนองเพื่อเป็นการออกกำลังกายและสานสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกชมรมด้วยกัน กิจกรรมปั่นจักรยาน วัยนี้ นอกจากนั้นชมรมผู้สูงอายุยังมีการจัดกิจกรรมร่วมกันภายในหมู่สมาชิก จัดให้มีการพบปะหารือกันระหว่างประธานชมรม สมาชิกชมรม โดยจะจัดขึ้นเป็นประจำเดือนละ 1 ครั้ง และยังมีมีการจัดกิจกรรมร่วมกันในวันสำคัญอีกด้วย อาทิ วันพ่อแห่งชาติ วันแม่แห่งชาติ วันผู้สูงอายุแห่งชาติ ประเพณีสำคัญของไทย โดยจะมีการจัดกิจกรรมร่วมกันในหมู่สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และ สมาชิกหมู่บ้านลานทอง และในทุกๆ เทศกาลวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา จะจัดให้มีกิจกรรมทัศนศึกษานำผู้สูงอายุไปปฏิบัติธรรมตามสถานปฏิบัติธรรม ต่างๆ เป็นต้น จะเห็นได้ว่าการที่ชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี ก่อตั้งมามากกว่า 19 ปีแล้ว และยังคงมีสมาชิกที่เข้ามาใช้บริการภายในชมรมอย่างสม่ำเสมอ แสดงให้เห็นว่าการพัฒนาบทบาทหรือสถานภาพของผู้สูงอายุภายในชมรมต้องใช้การสื่อสารที่หลากหลายรูปแบบดังชุดให้เข้ามาทำกิจกรรมภายในชมรม รวมไปถึงการเลือกใช้สื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาในประเด็น **การสื่อสารผ่านกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี** เพื่อนำการสื่อสารเข้าไปมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาหรือปรับปรุงรูปแบบกิจกรรมทางสังคมของชมรม เพื่อเป็นกลไกสำคัญในการอุดช่องว่างระหว่างปัญหาของผู้สูงอายุกับบุคคลในครอบครัว หรือ บุคคลในสังคม และ เพื่อใช้เป็นต้นแบบในการพัฒนากิจกรรมผู้สูงอายุให้แก่ชมรมผู้สูงอายุอื่นๆ ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษากิจกรรมผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี
2. เพื่อศึกษารูปแบบและบทบาทหน้าที่การสื่อสารผ่านกิจกรรมผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี
3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นและความต้องการกิจกรรมผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Method) ประกอบด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพและการวิจัยเชิงปริมาณ โดยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง

การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) ได้แก่ ประธานกรรมการบริหาร ชมรม หัวหน้าฝ่ายประชาสัมพันธ์ หัวหน้าฝ่ายสาธารณสุข เลขาธิการชมรม ซึ่งมีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่เป็นสมาชิกของชมรม ผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี จำนวน 4 คน ใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึกสัมภาษณ์ ผู้ก่อตั้งและคณะกรรมการชมรม

การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งที่เป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมในส่วนที่เป็นสมาชิกชมรม จำนวน 140 คน และ ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรม จำนวน 60 คน รวม 200 คน วิธีการเลือกกลุ่มประชากร สืบมาจากกลุ่มสมาชิกชมรมที่เข้าร่วมกิจกรรมอยู่เป็นประจำ และ ผู้ที่ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรมแต่เข้าร่วมกิจกรรมชมรมเป็นครั้งคราว

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลัก และ แบบสอบถาม สอบถามกลุ่มประชากร โดยจัดทำมาให้เข้ากับกรอบแนวคิดในการวิจัย คำถามจะเป็นทั้งคำถามปลายปิดที่กำหนดคำตอบไว้ให้ผู้ตอบเลือกตอบ และ คำถามปลายเปิด ให้ผู้ตอบได้แสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ

การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 3 ลักษณะ ทั้งจากการสัมภาษณ์ สังเกตการณ์ และ แบบสอบถามมาทำการแปลผลข้อมูล ดังนี้

ข้อมูลการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) แบบสัมภาษณ์และแบบสังเกตการณ์ วิเคราะห์เนื้อหาด้วยการพรรณนาวิเคราะห์

ข้อมูลการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) แบบสอบถาม ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูล ส่วนบุคคล ตอนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมของชมรม และ ตอนที่ 3 แบบสอบถามความต้องการกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ วิเคราะห์หาค่าทางสถิติ โดยการแจกแจงค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี

ข้อมูลทั่วไปของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งได้ทำการสำรวจสมาชิกชมรมผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งที่เป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมในส่วนที่เป็นสมาชิก และ ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี โดยแบ่งเป็นคณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 17 คน และ ผู้ที่เป็นสมาชิกชมรมมีจำนวน 140 คน ผู้เข้าร่วมที่ไม่ได้เป็นสมาชิกจำนวน 60 คน ผลการวิจัยพบว่า

ด้านประวัติความเป็นมาในการก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า ชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทองจังหวัดนนทบุรี ดำเนินการก่อตั้งขึ้นเมื่อ ปี 2540 ดำเนินการมาแล้ว 19 ปี โดยมีความเห็นพ้องต้องกันของสมาชิกหมู่บ้าน ลานทองที่จะส่งเสริมสุขภาพ พลานามัยให้สมาชิกหมู่บ้านลานทองทุกคน รวมถึงสมาชิกในวัยผู้สูงอายุได้ตระหนักและเล็งเห็นถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ เพื่อให้เกิดสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและมีชีวิต ที่ยืนยาวนาน ความสามัคคี การให้ความช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน ส่งเสริมความคิด มีอุดมการณ์เหนียวแน่นในการร่วมกันอย่างสงบ และมีความสุขในบั้นปลายของชีวิต ที่จะประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม นอกจากนี้ทางชมรมได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการพบปะสังสรรค์พูดคุยกันในช่วงการทำกิจกรรมกลุ่มของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ โดยจัดให้มีกิจกรรมเป็นประจำในทุกๆ สัปดาห์ทุกเดือน และกิจกรรมที่ทำร่วมกันปีละครั้ง จึงได้ดำเนินการจัดตั้ง “ชมรมผู้สูงอายุ” ขึ้น ตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่เล็งเห็นถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ เริ่มต้นการก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง หลังจากที่สมาชิกผู้ก่อตั้งเป็นทหารเกษียณอายุราชการมากมายนั่งรับประทานกาแฟกับเพื่อนๆ และพูดคุยกันว่า จะเปิดชมรมผู้สูงอายุ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7
The 7th STOU National Research Conference

หมู่บ้านลานทองขึ้น เริ่มต้นที่ 10 คนก่อน ซึ่งหลังจากการประชุมหารือกันแล้วก็ได้หาสถานที่ก่อตั้งชมรมจึงเริ่มต้นที่บ้านของประธานชมรมเพื่อใช้ไว้เป็นศูนย์ประสานงาน คือ บ้านเลขที่ 100/135 ซอย 5 ถนนติวานนท์ ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120 ตั้งเป็นชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี ขึ้น และได้มีการนัดหมายประชุมกันเป็นลายลักษณ์อักษร โดยเริ่มจากตั้งคณะกรรมการชมรม ซึ่งในขณะนั้นมีพันเอก (พิเศษ) สิทธิ ราชพลพิจารณ์ เป็นผู้ทำอาวุโสสุดในขณะนั้นเป็นประธานชมรมคนที่ 1 และต่อมาก็ได้หมดวาระลง และ มีการเลือกตั้งประธานชมรม คนใหม่ ซึ่งได้แก่พันโทบุญราม บุญมา ซึ่งได้รับการแต่งตั้งจากสมาชิกชมรมเมื่อปี 2550 จากนั้นได้แต่งตั้งคณะกรรมการบริหารชมรมขึ้น ซึ่งประกอบไปด้วย ประธาน รองประธาน เหรัญญิก กรรมการและเลขานุการ ฝ่ายทะเบียน ฝ่ายกฎหมาย ฝ่ายประชาสัมพันธ์ ฝ่ายโภชนาการ ฝ่ายกีฬา สถานที่ ฝ่ายบันเทิง ฝ่ายกิจกรรม ฝ่ายสาธารณสุข และ ฝ่ายศิลปวัฒนธรรมสิ่งแวดล้อม ตามระเบียบของการดำเนินงาน เพื่อจะมาช่วยกันจัดตั้ง และ คอยประสานงานกิจกรรมต่างๆ ของชมรม แต่ละฝ่ายที่ตั้งขึ้นมานั้น ต่างต้องมีหน้าที่ ที่จะต้องทำตามกฎระเบียบข้อบังคับที่ได้วางเอาไว้

ด้านวัตถุประสงค์ของชมรม ผลการวิจัยพบว่า ดำเนินการจัดตั้งวัตถุประสงค์ของชมรมขึ้นมากล้ายกับชมรมอื่นๆ คือ เพื่อเสริมสร้างความสามัคคีในหมู่สมาชิกผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมสุขภาพ พลานามัย และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เพื่อเตรียมตัว เตรียมใจ ค้นหาสัจธรรมในชีวิต คือ ความไม่เที่ยงแท้ เพื่อให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและถือนแนวทางปฏิบัติเดินบนทางสายกลาง เพื่อจัดรูปแบบสวัสดิการในกลุ่มของชมรม และ กลุ่มชมรมใกล้เคียงในการประกอบอาชีพ และจัดสวัสดิการให้ความอนุเคราะห์ครอบครัวที่ได้รับผลกระทบในเรื่องต่างๆ ตามมติที่ประชุมใหญ่ แต่ต้องไม่ขัดกับกฎหมาย บ้านเมืองหรือศีลธรรมอันดีงาม และ ช่วยเหลือการกุศลต่างๆ ตามสมควร

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศหญิง	116 คน	58.00
ผู้สูงอายุวัยต้น (อายุ 60-69 ปี)	117 คน	58.50
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	72 คน	36.00
สถานภาพการสมรส	171 คน	85.50
ประกอบอาชีพรับราชการ	68 คน	34.00
รายได้เฉลี่ย 5,001 – 10,000 บาท	50 คน	25.00
รายได้จากการประกอบอาชีพ	77 คน	38.50
อาศัยอยู่กับครอบครัว	108 คน	54.00
ลักษณะที่อยู่อาศัย (บ้านเดี่ยว)	77 คน	38.50
จำนวนสมาชิกในครอบครัว 4 คน	92 คน	46.00
สมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมของชมรม	140 คน	70.00
ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ	60 คน	30.00
การมาเป็นสมาชิกชมรม (10 – 12 ปี)	47 คน	23.50
การเข้าร่วมกิจกรรม (1 – 2 ชั่วโมง)	81 คน	40.50
สวดมนต์/ไหว้พระ/ ฟังเทศน์	144 คน	72.00
ต้องการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา	128 คน	64.00



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7
The 7th STOU National Research Conference

ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า ปัญหาอุปสรรคของชมรมเป็นเรื่องของงบประมาณที่มีอยู่อย่างจำกัด ซึ่งทางชมรมต้องจัดทำบัญชี รายรับ รายจ่ายในแต่ละปีให้ลงตัว เพราะผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกมีการเจ็บป่วยในแต่ละเดือนมีสูงและเพิ่มมากขึ้น การจะรองรับงบประมาณจากภาครัฐก็ต้องจัดทำหนังสือ ซึ่งอาจเป็นอุปสรรคในการดำเนินการเรื่องค่าใช้จ่าย โดยทางกลุ่มต้องออกเงินสำรองไปก่อน ทางชมรม จึงต้องสำรองเงินเก็บไว้ มีเรื่องที่ต้องซื้ออุปกรณ์กีฬาต่างๆ และ เรื่องของการขยายชมรมผู้สูงอายุให้กว้างขวางมากขึ้นก็ต้องรอเงินมาก่อนถึงทำได้

ตารางที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี

เมื่อพิจารณาความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมต่างๆ ของชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า

กิจกรรม	ระดับความคิดเห็น	ค่าเฉลี่ยโดยรวม	S.D	แปลผล
กิจกรรมการเดินแอโรบิก	ความเหมาะสม	3.39	0.79	ปานกลาง
กิจกรรมกีฬาเปตอง	ความเหมาะสม	3.08	1.13	ปานกลาง
กิจกรรมศิลปะการตีกลองยาว	ระยะเวลาการจัดกิจกรรม	3.04	1.08	ปานกลาง
กิจกรรมปั่นจักรยาน ว่ายน้ำ	ความเหมาะสม	2.60	1.07	น้อย
กิจกรรมทัศนศึกษาตามสถานที่ต่างๆ	ความเหมาะสม	2.88	0.76	ปานกลาง
กิจกรรมทางพระพุทธศาสนา	ความเหมาะสม	2.93	0.79	ปานกลาง
กิจกรรมการเล่นดนตรี	ระยะเวลาการจัดกิจกรรม	2.89	0.95	ปานกลาง
กิจกรรมด้านการศึกษา อบรม สัมมนา	ความเหมาะสม	2.67	0.85	ปานกลาง
กิจกรรมด้านการเมือง	ความเหมาะสม	2.92	1.02	ปานกลาง
กิจกรรมประชุมใหญ่สามัญ/เดือน/ปี	ความเหมาะสม	2.90	0.80	ปานกลาง
กิจกรรมวันสงกรานต์	ระยะเวลาการจัดกิจกรรม	3.36	0.82	ปานกลาง
กิจกรรมทำบุญประจำปี	สถานที่ในการจัดกิจกรรม	3.04	0.87	ปานกลาง

กล่าวโดยสรุป จากการสำรวจความคิดเห็นกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี ทั้ง 12 กิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมการเดินแอโรบิกถือเป็นกิจกรรมที่ได้รับความนิยมในหมู่สมาชิก ($\bar{X} = 3.39$) รองลงมาเป็นกิจกรรมวันสงกรานต์ ($\bar{X} = 3.36$) และ มีอีก 3 กิจกรรมที่ได้รับความนิยมอยู่ในระดับค่าเฉลี่ยที่สูง ได้แก่ กิจกรรมเปตอง ($\bar{X} = 3.08$) กิจกรรมทำบุญประจำปี กิจกรรมศิลปะการตีกลองยาว ($\bar{X} = 3.04$) ส่วนกิจกรรมปั่นจักรยาน ว่ายน้ำ ถือเป็นกิจกรรมที่ได้รับความนิยมน้อยที่สุด ($\bar{X} = 2.60$)



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7
The 7th STOU National Research Conference

ตารางที่ 3 ความคิดเห็นเกี่ยวกับภาพรวมของกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี

กิจกรรม	ค่าเฉลี่ยโดยรวม	S.D	แปลผล
มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ	3.71	1.05	มาก
มีประโยชน์ต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ	3.46	1.19	มาก
มีประโยชน์ต่อจิตใจของผู้สูงอายุ	3.39	1.25	ปานกลาง
มีการส่งเสริมต่อการเข้าสังคม	3.39	1.18	ปานกลาง
มีความน่าสนใจ	3.35	1.13	ปานกลาง
มีความหลากหลาย	3.44	1.05	มาก
มีการจัดการที่เหมาะสม	3.45	1.05	มาก
มีรูปแบบที่เหมาะสม	3.47	1.04	มาก

กล่าวโดยสรุป ภาพรวมของการจัดกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี โดยเฉลี่ยของกิจกรรม พบว่า อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.46$) และ พบว่า กิจกรรมมีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยสูงที่สุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.71$) รองลงมา คือ รูปแบบมีความเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.47$)

การประชาสัมพันธ์ของชมรม ผลการวิจัยพบว่า การรับสมัครสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี เริ่มต้นรวมกันก่อตั้งขึ้นมา 10 คน หลังจากนั้น ประธานได้แต่งตั้งสมาชิกกิตติมศักดิ์ ซึ่งได้เรียนเชิญมาเข้าร่วมกิจกรรมของทางชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง และได้เปิดรับสมัครผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป และ สมาชิกจากภายนอกในบริเวณชุมชนใกล้เคียง เพื่อมาจัดกิจกรรมร่วมกัน การบอกรับสมาชิกใช้การประชาสัมพันธ์ผ่านทางกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกอยู่ก่อนแล้วให้ไปบอกต่อเชิญชวนให้เข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ นอกจากนี้ยังมีการประชาสัมพันธ์ผ่านระบบเสียงตามสายของชุมชนลานทองในการเปิดรับสมัครสมาชิก เมื่อได้สมาชิกรับสมัครครบประชุมแล้ว เวลาที่มีการนัดหมายการประชุมรวมกลุ่มสมาชิกจะใช้วิธีการประชาสัมพันธ์ผ่านจดหมายเวียนเพื่อเวียนหนังสือพร้อมกับโทรศัพท์ไปตามบ้านผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกให้เข้ามารับฟังข่าวสารของทางชมรม และการประชุมรวมกลุ่มกันทุกครั้ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ จะแจ้งวาระนัดหมายการประชุมในครั้งต่อไป เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับทราบกำหนดการที่แน่ชัดในการมาประชุมในครั้งต่อไป

ตอนที่ 3 รูปแบบและบทบาทหน้าที่การสื่อสาร ความต้องการกิจกรรมผู้สูงอายุ แนวทางการปรับปรุงพัฒนาการของชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี

รูปแบบการสื่อสารของชมรมผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมการสื่อสารของชมรมผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมการสื่อสารระหว่างบุคคล และ การสื่อสารกลุ่มเล็ก หรือ การสื่อสารกลุ่มใหญ่ ซึ่งอยู่ภายใต้การดำเนินการของคณะกรรมการบริหารชมรม ผลการวิจัย พบว่า กิจกรรมการสื่อสารระหว่างบุคคล ได้แก่ กิจกรรมประชุมใหญ่สามัญ ประจำเดือน/ประจำปีกิจกรรมวันสำคัญต่างๆ ทางพระพุทธศาสนา กิจกรรมทัศนศึกษาตามสถานที่ต่างๆ กิจกรรมเต้นแอโรบิก กิจกรรมกีฬาเปตอง กิจกรรมศิลปะการตีกลองยาว กิจกรรมด้านการศึกษา อบรม สัมมนา กิจกรรมวันสงกรานต์ กิจกรรมทำบุญประจำปี กิจกรรมงานเลี้ยงสังสรรค์ ทำบุญวันเกิด เป็นต้น กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ล้วนเป็นกิจกรรมการสื่อสารระหว่างบุคคลทั้งสิ้น เพราะเป็นการสื่อสารระหว่างสมาชิกกับสมาชิก หรือ ระหว่างคณะกรรมการกลุ่มด้วยกัน เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานกิจกรรมร่วมกันเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด

สำหรับกิจกรรมการสื่อสารกลุ่มเล็ก หรือ การสื่อสารกลุ่มใหญ่ ผลวิจัยพบว่า กิจกรรมการสื่อสารกลุ่มเล็ก หรือ กลุ่มใหญ่ ได้แก่ กิจกรรมประชุมใหญ่สามัญประจำปี กิจกรรมทัศนศึกษาตามสถานที่ต่างๆ กิจกรรมการเล่นดนตรี กิจกรรมเต้นแอโรบิกกิจกรรมกีฬาเปตอง กิจกรรมวันสำคัญต่างๆ ทางพระพุทธศาสนา กิจกรรมด้านการศึกษา อบรม สัมมนา กิจกรรมวันสงกรานต์ และ กิจกรรมงานเลี้ยงสังสรรค์ ทำบุญวันเกิด เป็นต้น กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ล้วนเป็นกิจกรรมการสื่อสารที่ต้อง



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

ทำกับบุคคลจำนวนมากซึ่งมาอยู่ร่วมกัน ระหว่างสมาชิกกับสมาชิก หรือ ระหว่างคณะกรรมการกลุ่มด้วยกัน เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานกิจกรรมร่วมกันเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด

บทบาทหน้าที่การสื่อสารของชมรมผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุมีการสนองตอบต่อความต้องการที่หลากหลาย ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุมีการตอบสนองความต้องการทางกายภาพ ด้านสังคม และ ด้านอาชีพ ดังนี้

การสนองตอบต่อความต้องการทางกายภาพ ซึ่งเป็นขั้นพื้นฐานของร่างกายที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตเริ่มตั้งแต่ความต้องการด้านปัจจัยสี่ และการตอบสนองต่อความต้องการทางสรีระ โดยเฉพาะวัยผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างร่างกายจึงจำเป็นต้องการสิ่งเหล่านี้เพื่อไปเติมเต็มร่างกายให้สุขภาพพลานามัยแข็งแรง

การสนองตอบต่อความต้องการด้านสังคม มนุษย์เราต้องอยู่ร่วมกับผู้อื่นตลอดเวลา การสื่อสารจึงเป็นเครื่องมือสำคัญที่ทำให้มนุษย์อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ การสื่อสารสามารถตอบสนองความต้องการด้านสังคมในระดับพื้นฐาน 3 ระดับ อาทิ การเชื่อมโยงบุคคลอื่นในสังคม การทำให้ตนเองเป็นที่ยอมรับในสังคม และการทำให้ตนเองรู้สึกมีส่วนร่วมในสังคมเป็นต้น กิจกรรมเลี้ยงสังสรรค์ ทำบุญเกิด กิจกรรมวันสงกรานต์ กิจกรรมทัศนศึกษาตามสถานที่ต่างๆ กิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา กิจกรรมทำบุญประจำปี และ กิจกรรมด้านการเมือง กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ ต้องกระทำร่วมกับบุคคลในสังคมทั้งสิ้น เป็นการสื่อสารตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยจะต้องกระทำร่วมกับบุคคลในสังคมด้วยกันทั้งสิ้น บุคคลในสังคมจึงมีส่วนช่วยในการขับเคลื่อนให้กิจกรรมเหล่านี้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ได้วางเอาไว้

การสนองตอบต่อความต้องการด้านอาชีพ การสื่อสารได้กลายเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการประกอบอาชีพแทบทุกชนิดไม่ว่าเฉพาะแต่อาชีพด้านนิเทศศาสตร์เท่านั้น ทักษะด้านการพูด และการฟัง ถือเป็นทักษะด้านการสื่อสารที่จำเป็นอย่างยิ่งในยุคสารสนเทศที่ข่าวสารกลายเป็นกลไกหลักในการขับเคลื่อนสังคม กิจกรรมการเล่นดนตรี กิจกรรมศิลปะการตีกลองยาว และกิจกรรมด้านการศึกษา อบรม สัมมนา กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ ถือเป็นกิจกรรมที่สนองตอบต่อความต้องการด้านอาชีพทั้งสิ้น กิจกรรมการเล่นดนตรี กิจกรรมศิลปะการตีกลองยาว ของผู้สูงอายุในหมู่บ้าน เวลาที่มีการประกวดการแข่งขันกับชมรมใกล้เคียงหรือการประกวดระดับจังหวัด ส่วนมากหมู่บ้านจะส่งผู้แทนเข้าร่วมการประกวดแข่งขันเพื่อหารายได้เข้าชมรม นอกจากนี้ยังมีการประดิษฐ์ดอกไม้ การเย็บปักถักร้อย การจัดอบรมสัมมนาให้กับผู้สูงอายุให้มีทักษะในอาชีพถือเป็นการส่งเสริมทักษะด้านอาชีพให้กับผู้สูงอายุ อีกทั้งยังเป็นการหารายได้เสริมเข้าชมรมผู้สูงอายุอีกด้วย (ภัสวดี นิติเกษตรสุนทร, 2558, น.10-12)

การตอบสนองความต้องการของชมรมผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า สมาชิกส่วนใหญ่มีความต้องการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางด้านศาสนาเป็นส่วนใหญ่ รองลงมามีความต้องการออกกำลังกาย ต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ต้องการทำกิจกรรมทางสังคม ต้องการเข้าร่วมกิจกรรมทางศิลปวัฒนธรรม ต้องการได้รับความรู้จากการอบรม สัมมนา ต้องการพบปะเพื่อนฝูง ต้องการได้ร่วมทำบุญกับเพื่อนสนิททำให้ชีวิตไม่เหงาได้พบสมาชิกเพิ่มขึ้นทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นรู้จักสมาชิกเพิ่มมากขึ้น

กิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี มีการตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุใน 3 ด้าน ดังนี้ ผลการวิจัยพบว่า **พัฒนาการด้านร่างกาย** แสดงให้เห็นว่าในวัยผู้สูงอายुर่างกายเกิดการเปลี่ยนแปลงในทุกระดับในลักษณะเสื่อมถอย การเปลี่ยนแปลงภายนอก คือ ผมเปลี่ยนเป็นสีขาวมากขึ้น มีรอยเหี่ยวย่นบนใบหน้า หลังโก่งกลำบเนื้อหย่อนสมรรถภาพ เคลื่อนไหวร่างกายช้าลง การทรงตัวไม่ดี การได้ยินเสื่อมลง ความยืดหยุ่นตัวของเส้นเลือดลดลง มีการเปลี่ยนแปลงของเซลล์ต่างๆ เน้นอนว่าในวัยชราอันอะไรๆ ก็มักจะเสื่อมถอยไปตามวัยต่างจากวัยรุ่นที่ยังมีสติปัญญา ร่างกายยังเปล่งปลั่งมีน้ำมีนวลอยู่ตลอดเวลาทางหมู่บ้านลานทองจึงได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของสิ่งเหล่านี้จึงจัดให้มีกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทองเกิดขึ้น เพื่อมาตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมที่ช่วยให้ร่างกายยังคงสภาพที่แข็งแรงถึงแม้จะไม่เหมือนกับวัยรุ่นแต่ก็ช่วยชะลอความชราลงได้บ้าง ดังคำกล่าวของทางชมรมที่ว่า “แก่ออย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีศักดิ์ศรี” **พัฒนาการด้านจิตใจ** ผลการวิจัยพบว่า สังคมไทยในอดีตเป็นครอบครัวใหญ่ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะได้รับความอบอุ่นจากบุคคลในครอบครัว ได้อยู่ร่วมกับบุตรหลาน แต่ในปัจจุบันสังคมเปลี่ยนแปลงไปมาก ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ถูกทอดทิ้งให้อยู่บ้านเพียงลำพัง เนื่องจากบุตรหลานไม่มีเวลาให้ต้องออกไปทำงานหาเงิน บางรายแยกครอบครัวออกไปไม่มีเวลาให้การดูแล



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

ผู้สูงอายุ สมาชิกในครอบครัวบางคนคิดว่าผู้สูงอายุเป็นภาระอย่างมาก แสดงพฤติกรรมไม่ยอมรับผู้สูงอายุ ในการนี้จึงส่งผลต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ บางรายที่จิตใจหดหู่ก็ต้องยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนบางรายพึ่งทางพระพุทธศาสนาและเตรียมตัวรับสภาพความตายในทุกขณะ การที่มีชมรมผู้สูงอายุเกิดขึ้นเพื่อให้ผู้สูงอายุได้คลายความวิตกกังวลจากบุคคลในครอบครัว การหากิจกรรมยามว่างทำนอกจากจะช่วยฟื้นฟูสภาพจิตใจให้ดีขึ้นแล้ว ยังส่งผลต่อพัฒนาการด้านร่างกายให้ผู้สูงอายุมีสภาพจิตใจที่ดีขึ้นและไม่คิดว่าตนเองต้องอยู่เพียงลำพัง เพราะมีเพื่อนที่เข้าใจและอยู่ในวัยเดียวกัน และ **พัฒนาการด้านอารมณ์** ผลการวิจัยพบว่า การแสดงออกทางอารมณ์ของผู้สูงอายุไม่ต้องการอะไรมากเพียงแต่ต้องการความรัก ความเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัว และยังคงมองเหมือนเช่นในอดีต ผู้สูงอายุมีความเหงา ว่าเหว่ บางรายรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองลดลง เนื่องจากต้องพึ่งพาบุตรหลานในเรื่องการประกอบกิจวัตรประจำวัน ค่าใช้จ่าย ค่ารักษาพยาบาล รู้สึกว่าตนเองเป็นภาระของผู้อื่นสิ่งเหล่านี้ส่งผลด้านอารมณ์ของผู้สูงอายุเกิดอาการหงุดหงิด น้อยใจต่อบุตรหลาน การที่มีชมรมผู้สูงอายุเกิดขึ้นก็เพราะอยากที่จะทำให้ผู้สูงอายุได้มีอารมณ์ที่สดชื่นแจ่มใส และไม่มองว่าตัวคนเดียวการมีกิจกรรมเสริมต่างๆ เหล่านี้เข้ามาช่วยจะทำให้เกิดการพัฒนาการด้านอารมณ์ที่ดี

การตอบสนองต่อการเตรียมความพร้อมในการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า สมาชิกมีการเตรียมความพร้อมในหลายๆ ด้านที่จะดูแลตัวเอง ตื่นตัวพร้อมรับกับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอีกไม่กี่ปีข้างหน้า สมาชิกบางส่วนได้ไปอบรมเรื่องของการเตรียมความพร้อมของผู้สูงอายุแล้วกลับมาจะมาบอกต่อในหมู่สมาชิกด้วยกัน พยายามที่จะเรียนรู้ในการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว นอกจากนี้ฝ่ายสาธารณสุขจังหวัดจะผลักดันเรื่องการให้ผู้สูงอายุได้มีความรู้อีกครั้งโดยการตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้นมีการอบรม มีระบบการเรียนการสอนที่ทันสมัย ทันต่อเหตุการณ์ เพื่อรองรับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

แนวทางการพัฒนา ปรับปรุง ชมรมผู้สูงอายุ หมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัย พบว่า ควรเพิ่มอุปกรณ์การออกกำลังกายให้มากขึ้น ต้องการขยายสถานที่ออกกำลังกายกีฬาในร่ม ขยายสถานที่ของชมรมให้ดูสะอาดอยู่ตลอดเวลา ปรับปรุงรูปแบบการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัย จัดหาเจ้าหน้าที่มาดูแลเกี่ยวกับกิจกรรมเสริมทักษะต่างๆ เพิ่มการจัดอบรม สัมมนาให้ความรู้ในด้านต่างๆ ให้กับสมาชิก ในอนาคตควรจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้มากกว่าเดิม มหาวิทยาลัยที่มีความรู้เฉพาะด้าน เช่น ด้านการแพทย์ ให้ความรู้เรื่องโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ด้านโภชนาการมาบรรยายให้ผู้สูงอายุด้านขนมไทยมาสาธิตให้ผู้สูงอายุดู และ มาอบรมด้านสุขอนามัยให้กับผู้สูงอายุ มีสื่อการสอน เช่น เทคโนโลยีใหม่ๆ มาสอนให้ผู้สูงอายุมีทักษะเพิ่มมากขึ้น มีสื่อการสอน หนังสือ หนังสือพิมพ์ให้อ่านได้ที่ชมรม หาแหล่งเงินทุนจากเอกชนเพิ่มเติม นอกเหนือจากหน่วยงานของรัฐ เทศบาลที่เข้ามาสนับสนุนแต่ยังไม่ค่อยทั่วถึง คณะกรรมการชมรมควรทำหนังสือขอรับการสนับสนุนปัจจัยทั้งเงินและสิ่งของเพิ่มเติม หรือ ควรมีการทบทวนเรื่องเงินสมาชิกแรกเข้าต่อเดือน เพิ่มเติมเป็นรายปี และ ต้องการคณะกรรมการชมรมที่เข้มแข็งกว่าเดิม ฝึกกำลังกับคณะกรรมการหมู่บ้านเพื่อที่จะดูแลสมาชิกได้อย่างทั่วถึง ต้องการจิตอาสาที่ทำการให้ผู้สูงอายุ และประชาสัมพันธ์เปิดรับสมาชิกเข้ามาใหม่ เพราะส่วนใหญ่เป็นสมาชิกเดิม

อภิปรายผลการวิจัย

ชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี เป็นชมรมที่ประสบผลสำเร็จในด้านการทำกิจกรรมที่หลากหลาย ก่อตั้งมาแล้วกว่า 19 ปี ตั้งแต่ปี 2540 จนถึงปัจจุบัน ก่อตั้งตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข ที่ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพพลานามัยของผู้สูงอายุ เพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ มีชีวิตที่ยืนยาวนาน และสร้างความสุขในบั้นปลายของชีวิตประกอบกิจกรรมที่จะเป็นประโยชน์ต่อสังคม ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปานหทัย ปานสิทธิ์ (2553) ที่ศึกษาแบบการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุในอำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง โดยทางชมรมได้มีการก่อตั้งตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข ที่เล็งเห็นถึงความสำคัญและประโยชน์ต่อผู้สูงอายุและครอบครัว ทั้งการดูแลสุขภาพ และการช่วยเหลือซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิก

ด้านวัตถุประสงค์ของชมรม พบว่า เพื่อเสริมสร้างความสามัคคีในหมู่สมาชิกผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมสุขภาพ พลานามัย และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เพื่อเตรียมตัวเตรียมใจ ค้นหาสัจธรรมในชีวิต เพื่อให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

และถือแนวทางปฏิบัติเดินบนทางสายกลาง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ นภนรรณ ทองเรือง (2554) ที่ศึกษาปัญหาและความต้องการของคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านสุขภาพการรักษาพยาบาลให้กับผู้สูงอายุ รวมถึงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้ดีขึ้น และ ที่สอดคล้องกันมากที่สุด คือ เรื่อง การเพิ่มบทบาทให้หน่วยงานภาครัฐเข้ามาสนับสนุนกิจกรรมของผู้สูงอายุ ปัญหาด้านความมั่นคงทางสังคม ครอบครัว ผู้ดูแล และการคุ้มครอง ผู้สูงอายุส่วนมากต้องการให้เทศบาลหรือหน่วยงานของรัฐ จัดสวัสดิการรักษายาพยาบาลฟรีทุกอย่างสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น นอกจากนี้วัตถุประสงค์ของชมรมยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปานหทัย ปานสิทธิ์ (2553) ที่กล่าวว่าสมาชิกต้องให้ความช่วยเหลือผลักดันให้กิจกรรมต่างๆ บรรลุตามวัตถุประสงค์ โดยวัตถุประสงค์ของผู้วิจัยชัดเจนตรงที่จะจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุให้มีความเข้มแข็งมีคุณภาพมีการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้กระบวนการบริหารตามปัจจัยพื้นฐานมีการประสานงานระหว่างบุคคลในหน่วยงานเป็นอย่างดีมีการควบคุมงานให้ดำเนินไปตามที่กำหนด และการดำเนินการด้านกิจกรรมก็ตอบสนองความต้องการของสมาชิกชมรมได้เป็นอย่างดีทั้งด้านการสร้างเสริมสุขภาพอนามัย กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมทางศาสนาและวัฒนธรรม การทัศนศึกษา การบำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมฌาปนกิจสงเคราะห์และอื่นๆ

ด้านข้อมูลของคณะกรรมการชมรม พบว่า การดำรงตำแหน่งของคณะกรรมการชมรม คราวละ 2 ปี และประธานชมรมจะพิจารณาแต่งตั้งคณะกรรมการบริหารชมรมและให้มีผู้ช่วยในตำแหน่งต่างๆ ด้วย ซึ่งประกอบไปด้วย ประธาน รองประธาน เหนียวิน กรรมการและเลขานุการ และ ฝ่ายต่าง ๆ ตามระเบียบของการดำเนินงาน เพื่อจะมาช่วยกันจัดตั้งและคอยประสานงานกิจกรรมต่างๆ ของชมรม แต่ละฝ่ายที่ตั้งขึ้นมานั้นต้องมีหน้าที่ทำตามกฎระเบียบข้อบังคับที่ได้วางเอาไว้ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ เพ็ญศรี วังทรายทอง (2553) พบว่าได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาการดำเนินงานและการจัดการความรู้ด้านการดูแลสุขภาพของชมรมผู้สูงอายุเทศบาลเมืองสีคิ้ว จังหวัดนครราชสีมา โดยภายในชมรมมีการแต่งตั้งคณะกรรมการชมรมที่ผ่านการเสนอชื่อและยกมือโหวตเสียงข้างมาก การคัดเลือกคณะกรรมการจะเป็นไปในทิศทางเดียวกันยึดหลักความเสมอภาคกัน โหวตเลือกประธานเพื่อมาทำหน้าที่ต่างๆ ภายในชมรม การแต่งตั้งคณะกรรมการชมรมจะทำหน้าที่อย่างชัดเจนมีการวางแผนบริหารจัดการบัญชีรายรับ รายจ่าย โดยทั้งหมดต้องเป็นไปตามระเบียบข้อบังคับของชมรม

ด้านข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ จิรนนท์ พุ่มเที่ยง (2547) ที่ศึกษาเรื่องสัมพันธ์ภาพในครอบครัวระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว จังหวัดนนทบุรี พบว่า สมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุเพศหญิง ด้านอายุของผู้สูงอายุ พบว่า โดยส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุวัยต้น (อายุ 60-69 ปี) สอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ศึกษาผู้สูงอายุในระดับวัยต้นที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป ซึ่งเป็นวัยที่พึ่งเกษียณอายุราชการมาและสามารถที่จะทำแบบสอบถามหรือให้ข้อมูลประกอบการสัมภาษณ์ได้

ด้านการจัดประชุมของชมรมผู้สูงอายุพบว่าชมรมผู้สูงอายุมีการจัดประชุมใหญ่ประจำปี การประชุมใหญ่วิสามัญ และการประชุมของคณะกรรมการบริหารชมรม ทั้งนี้มาจากระเบียบข้อบังคับของชมรมผู้สูงอายุที่ได้กำหนดไว้ว่าต้องมีการประชุมใหญ่วิสามัญ ประชุมเมื่อมีภาวะฉุกเฉิน อาจเกิดขึ้นได้ตามที่คณะกรรมการบริหารชมรมเห็นควรจัดให้มีขึ้น ซึ่งการจัดประชุมส่วนใหญ่จะสอดคล้องกับงานวิจัย อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

ด้านกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ พบว่า ชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพ พลามัย ให้สมาชิกทุกคนได้ตระหนักในการดูแลรักษาสุขภาพที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และมีชีวิตที่ยืนยาวนานเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุร่วมสร้างสุขภาวะ “แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีศักดิ์ศรี” โดยชมรมมีการจัดกิจกรรมเป็นประจำในทุก ๆ สัปดาห์ ทุกเดือน และ กิจกรรมที่ทำร่วมกันปีละครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดและทฤษฎีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม อธิบายไว้ว่า กิจกรรมการมีส่วนร่วมทางสังคม คือ การที่ผู้สูงอายุเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ กับองค์กรที่ตนเป็นสมาชิก ซึ่งแบ่งเป็นการมีส่วนร่วมทางสังคมภายในครอบครัว จัดกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวของตน และ การมีส่วนร่วมภายนอกครอบครัว การมีส่วนร่วมกับองค์กรอื่น ๆ นอกครอบครัว กิจกรรมงานอดิเรก เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างหรือเป็นการพักผ่อนอาจเป็นงานประจำ งานพิเศษ หรือ งานชั่วคราวก็ได้ กิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมสร้างความสุขทางใจ และ กิจกรรมด้านอาชีพเป็นการให้ผู้สูงอายุได้มีงานทำมีอาชีพที่เหมาะสมกับวัย



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

ของตนเองใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์หรือการทำงาน เพื่อหารายได้เสริม ซึ่งอาจเป็นงานประจำหรือชั่วคราวก็ได้เป็นการเพิ่มรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุ (ปัญญาภัทร กัทรกัณท์กุล, 2544) นอกจากนี้ยังพบว่า สอดคล้องกับผลการวิจัยของ นครินทร์ ชื้อสตัย (2551) ที่ศึกษาเรื่อง ชมรมผู้สูงอายุกับการพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุ จังหวัดปทุมธานี พบว่า กิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุมีการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ กิจกรรมในชมรมเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพร่างกายด้วยการเดิน/วิ่ง กิจกรรมทางศาสนาด้วยการนั่งสมาธิ วิปัสสนา กิจกรรมส่งเสริมอาชีพและรายได้ กิจกรรมบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ กิจกรรมทัศนศึกษา และ กิจกรรมนันทนาการต่างๆ โดยทั้งหมดมีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของผู้วิจัยในเรื่องของการส่งเสริมสุขภาพ

ด้านการประชาสัมพันธ์ของชมรม พบว่า การรับสมัครสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุนั้น ส่วนใหญ่จะใช้การประชาสัมพันธ์ผ่านระบบเสียงตามสาย จดหมายเวียน และ โทรศัพท์ เพื่อนัดหมายมาประชุมตามวาระต่าง ๆ และ จะใช้การประชาสัมพันธ์เพื่อบอกรับสมาชิกควบคู่กันไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปานหทัย ปานสิทธิ์ (2553) ที่กล่าวว่าในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร ความเคลื่อนไหวต่างๆ ให้สมาชิกทราบนั้น ส่วนใหญ่มาจากประธานชมรมหรือคณะกรรมการชมรม และ ทราบจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจังหวัด จากเพื่อนสมาชิกผู้สูงอายุด้วยกัน และ จากหอกระจายข่าว บางครั้งประธานจะเป็นผู้นำข่าวสารมาบอกด้วยตนเอง เนื่องจากแต่ละบ้านอยู่ไม่ห่างไกลกันมากนัก ถือว่าเป็นการไปเยี่ยมเยียนสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุอีกด้วย หรือ แม้แต่การได้รับข่าวสารจากเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน หรือ หอกระจายข่าว และเพื่อให้สมาชิกได้รับข่าวสารข้อมูลทั่วๆ กันนั้น ก็จะมีการประกาศเสียงตามสายจากหอกระจายข่าวของหมู่บ้านอีกครั้งหนึ่งด้วยเพื่อความชัดเจนและทั่วถึง

รูปแบบการสื่อสารของชมรมผู้สูงอายุ พบว่า กิจกรรมการสื่อสารของชมรมผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมการสื่อสารระหว่างบุคคล และการสื่อสารกลุ่มเล็ก หรือ การสื่อสารกลุ่มใหญ่ กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ล้วนเป็นกิจกรรมการสื่อสารที่ต้องทำกับบุคคลจำนวนมากซึ่งมาอยู่รวมกัน ระหว่างสมาชิกกับสมาชิก หรือ ระหว่างคณะกรรมการกลุ่มด้วยกัน เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานกิจกรรมร่วมกันเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปานหทัย ปานสิทธิ์ (2553) ที่มีการจัดกิจกรรมนันทนาการ ทั้งกลุ่มเล็ก กลุ่มใหญ่ และ กิจกรรมการสื่อสารระหว่างบุคคลผ่านชมรมต่างๆ ที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา

บทบาทหน้าที่การสื่อสารของชมรมผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี มีการสนองตอบต่อความต้องการที่หลากหลาย ทั้งทางตรงและทางอ้อมความต้องการทางกายภาพ ด้านสังคม และด้านอาชีพ โดยบทบาทหน้าที่การสื่อสารของผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี ที่มีการสนองตอบต่อความต้องการ ขึ้นพื้นฐานของมาสโลว์ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ศุภณัฐา สุภานันท์ (2557) ที่ศึกษาเรื่อง การสื่อสาร อัตลักษณ์ และ ประสบการณ์การท่องเที่ยวของผู้สูงอายุไทย พบว่า การสื่อสารและอัตลักษณ์ก่อนการท่องเที่ยว ระหว่างการท่องเที่ยว และ หลังจากการท่องเที่ยวมีทั้งส่วนที่คล้ายคลึงกันและแตกต่างกัน โดยมีคุณลักษณะของบทบาทการสื่อสารและ อัตลักษณ์ของกลุ่มผู้สูงอายุ 3 กลุ่ม กลุ่มที่อ่อนแอและพึ่งพาครอบครัว กลุ่มที่พึ่งพาบางส่วน และกลุ่มที่เข้มแข็ง การสื่อสารอัตลักษณ์ของผู้สูงอายุจะแปรเปลี่ยนขึ้นอยู่กับกลุ่มบุคคลที่ผู้สูงอายุเดินทางด้วย เมื่อท่องเที่ยวกับครอบครัวผู้สูงอายุจะเป็นผู้แนะนำหรือดักเตือน เมื่อเดินทางกับเพื่อนผู้สูงอายุก็จะสื่อสารอัตลักษณ์กลับไปเป็นเด็กอีกครั้ง การท่องเที่ยวสามารถสร้างหรือฟื้นฟู อัตลักษณ์ใหม่ทั้งร่างกาย จิตใจและวิถีคิดในการดำเนินชีวิตให้กับผู้สูงอายุ

การตอบสนองต่อการเตรียมความพร้อมในการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ พบว่า สมาชิกมีการเตรียมความพร้อมในหลายๆ ด้านที่จะดูแลตัวเอง ตื่นตัวพร้อมรับกับการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอีกไม่กี่ปีข้างหน้า สมาชิกบางส่วนได้ไปอบรมเรื่องของการเตรียมความพร้อมของผู้สูงอายุแล้วกลับมาจะมาบอกต่อในหมู่สมาชิกด้วยกัน พยายามที่จะเรียนรู้ในการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ อัญญะชัย ชัยลัธรัตน์ (2551) ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง การเตรียมตัวเข้าสู่ผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ การได้รับการสนับสนุนทาง สังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7 The 7th STOU National Research Conference

ข้อเสนอแนะ

1. ศึกษาวิจัยในชมรมผู้สูงอายุอื่นนอกหมู่บ้าน เปรียบเทียบพฤติกรรมระหว่างชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้าน ลานทอง และชมรมอื่น ๆ
2. ศึกษาวิจัยด้านการปรับทัศนคติในกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ
3. ศึกษาวิจัยการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี
4. ศึกษาวิจัยด้านปัจจัยที่มีผลต่อการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

เอกสารอ้างอิง

- คณะกรรมการชุมชนลานทอง. (2559). *ข้อบังคับชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). นนทบุรี: ชมรมผู้สูงอายุหมู่บ้านลานทอง จังหวัดนนทบุรี.
- คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ. (2553). *แผนสูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 พ.ศ. 2545 - 2564*. (ครั้งที่ 1). กรุงเทพมหานคร.
- จิรนนท์ พุ่มเที่ยง (2547). *สัมพันธภาพในครอบครัวระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวในจังหวัดนนทบุรี*.
- ชมพูนุช พรหมภักดี (2556). *บทความวิชาการการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุประเทศไทย Aging Society ปีที่ 3* (16 สิงหาคม 2556), น.1-17
- นครินทร์ ชื้อสตัย (2551). *ชมรมผู้สูงอายุกับการพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุ จังหวัดปทุมธานี (รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชา รัฐประศาสนศาสตร์)*. มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร กรุงเทพมหานคร.
- นภวรรณ ทองเรือง (2554). *การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลคำน้ำแซบ อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี (รายงานการศึกษาอิสระปริญญารัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น)*. มหาวิทยาลัยขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2545). *คู่มือผู้สูงอายุฉบับสมบูรณ์*. (พิมพ์ครั้งที่ 14). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- ปานหทัย ปานสิทธิ์ (2553). *รูปแบบการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุในอำเภอบางปะหัน จังหวัดลพบุรี (ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์เพื่อการพัฒนาชุมชน)*. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา.
- พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ.(2546).*กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เทพวัฒนา*.
- ภัสวดี นิติเกษตรสุนทร. (2558). *ทฤษฎีและพฤติกรรมการสื่อสาร.ใน เอกสารการสอนชุดวิชา 15232 (หน่วยที่ 1)*. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ศุภมณฑา สุภานันท์ (2557). *การสื่อสาร อัตลักษณ์ และประสบการณ์การท่องเที่ยวของผู้สูงอายุไทย. (นิเทศศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชานิเทศศาสตร์)*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- สิริวุฒิ วัชรวิวัฒน์ (2559). *ทั้งความปวดร้าว เหนงา ซึมเศร้า มาเป็น “ผู้เฒ่า” ที่มีความสุขกันเถอะ* สืบค้นเมื่อ 20 สิงหาคม 2560, จาก <https://goo.gl/62y8LI>
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2557). *การสำรวจประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2537*. ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา อาคารรัฐประศาสนภักดี ชั้น 2 กรุงเทพมหานคร.
- สุภาวดี พุฒิน้อย (2558). *ผู้สูงอายุและกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ (1- 3)* สืบค้นเมื่อ 20 สิงหาคม 2560, จาก <https://goo.gl/3zU2uX>
- อรรณณ ศิริสวัสดิ์ (2543). *การสื่อสารเพื่อสร้างความเป็นชุมชนเข้มแข็งของชมรมผู้สูงอายุจังหวัดน่าน (นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพาณิชยการ ภาควิชาพาณิชยการสื่อสารการแสดง)*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร.



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 7
The 7th STOU National Research Conference

- อัญเชิญ ชัยลือรัตน์ (2549). ความสัมพันธ์ระหว่างการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุการได้รับการสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ. (วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ).มหาวิทยาลัยรามคำแหง , กรุงเทพมหานคร.
- อัมพร เบญจพลพิทักษ์,กาญจนา วณิชรมณีย์,พรรณิ ภาณุวัฒน์สุข. (2555). *คู่มือความสุข 5 มิติ สำหรับผู้สูงอายุ*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). นนทบุรี: สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

