

บทสรุป การตีความและข้อเสนอแนะ

บทสรุป

จากผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุมีแนวโน้มของความพึงพอใจรวมและความพึงพอใจด้านวัตถุอยู่ในระดับสูง ในขณะที่ความพึงพอใจด้านจิตใจอยู่ในระดับสูงมาก

ส่วนผลการวิจัยโดยใช้นัยสำคัญที่ระดับ 0.05 สรุปความได้ดังนี้

1. ความพึงพอใจรวม ความพึงพอใจด้านจิตใจและความพึงพอใจด้านวัตถุของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่นอกและในศูนย์สงเคราะห์ไม่แตกต่างกัน
2. ความพึงพอใจรวม ความพึงพอใจด้านจิตใจและความพึงพอใจด้านวัตถุระหว่างผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่ต่าง ๆ ตามทิศภูมิศาสตร์แตกต่างกัน โดยผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ทางทิศเหนือจะมีความพึงพอใจแตกต่างไปจากผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในทิศอื่น ๆ อย่างชัดเจน
3. ความพึงพอใจรวม ความพอใจด้านจิตใจ และความพึงพอใจด้านวัตถุระหว่างผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองและในเขตชนบทไม่แตกต่างกัน
4. ตัวแปร "อายุ" และ "เพศ" ไม่สามารถอธิบายค่าแปรปรวนของความพึงพอใจรวม ความพึงพอใจด้านจิตใจ และความพึงพอใจด้านวัตถุได้ แม้เมื่อมีการควบคุมตัวแปรรวม (ได้แก่ ถิ่นที่อยู่อาศัยและระยะเวลาที่อาศัยอยู่ในท้องถิ่น) ซึ่งน่าจะมีผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตามแล้วก็ตาม
5. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจรวม ความพึงพอใจด้านวัตถุ และความพึงพอใจด้านจิตใจอย่างมาก ได้แก่ ปัจจัยด้านสุขภาพ และการพึ่งพา สำหรับปัจจัยที่มีอิทธิพลเฉพาะต่อความพึงพอใจรวม และความพึงพอใจด้านจิตใจได้แก่ การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน ส่วนอุปทานและความคาดหวังของผู้สูงอายุ จะมีอิทธิพลเฉพาะต่อความพึงพอใจด้านวัตถุ

การตีความและข้อเสนอแนะเบื้องต้น

1. ข้อมูลแนวโน้มของความพึงพอใจชี้ให้เห็นว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจด้านจิตใจอยู่ในระดับสูงมาก จากการสัมภาษณ์เกี่ยวกับการประสบผลสำเร็จในการทำงาน (ต่อประเด็นนี้ ผู้วิจัยมุ่งในแง่ของการใช้ความพยายาม ไม่ได้เน้นเรื่องรายได้หรือตำแหน่งหรือยศฐานบรรดาศักดิ์ ซึ่งเป็นวัตถุ) ผู้สูงอายุมักเล่าให้ฟังถึงการต่อสู้ชีวิต การก่อสร้างตัวของตน การไกล่เกลี่ยข้อพิพาท และการเป็นผู้นำด้านพิธีกรรม ที่ผ่านมามีในอดีตด้วยความภาคภูมิใจ ชอบใช้ชีวิตแบบเรียบง่ายกับธรรมชาติ นิยมไปวัดเพื่อทำบุญหรือฟังเทศน์ เช่นเดียวกันกับความพึงพอใจด้านวัตถุซึ่งเป็นเรื่องของปัจจัยสี่ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ก็ยังมีความพอใจกับที่อยู่อาศัยของคนในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นบ้านหรือสถานสงเคราะห์ อาหารยังคงรับประทานได้ตามปกติ ถึงแม้จะมีความยุ่งยากในการชงเคี้ยวบ้างก็ตาม ส่วนบางเรื่องสุขภาพจะใจเท่าที่จำเป็น ไม่นิยมใช้ประจำ สุขภาพโดยทั่วไปของผู้สูงอายุอยู่ในเกณฑ์ดี ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รู้สึกพอใจกับสภาพของตนในขณะนี้ รู้สึกพอใจกับชีวิตที่ผ่านมาในอดีต และคิดว่าได้สิ่งที่ดีตรงตามอัธยาศัยของตน ตลอดจนภูมิใจที่สามารถแก้ไขอุปสรรคต่าง ๆ ที่ได้เผชิญมาให้อดว่องไปได้ สำหรับความรู้สึกในแง่ลบนั้นก็ยังมี เช่น ความรู้สึกเหงา เหนื่อย กังวลและเบื่อหน่าย ซึ่งวิธีการแก้ไขก็คือการทำจิตใจให้สงบโดยใช้หลักธรรมทางศาสนาและการไปวัด รวมทั้งการทำงานเล็ก ๆ น้อย ๆ เพื่อไม่ให้มีเวลาว่างมากเกินไป เป็นต้น นอกจากการพิจารณาในแง่ของแนวโน้มแล้ว ผลจากการทดสอบยังพบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุเมื่อจำแนกออกเป็นเขตเมืองและเขตชนบทหรือในและนอกสถานสงเคราะห์ ไม่แตกต่างกันสำหรับประเด็นหลังมีสิ่งที่น่าสนใจคือ ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ส่วนใหญ่ต่างพอใจกับชีวิตที่สงบและสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่ใจต้องการได้หลายอย่าง เช่น การพักผ่อนและนันทนาการต่าง ๆ เป็นต้น (สิ่งที่พึงระมัดระวังในการตีความก็คือ ผู้วิจัยต้องการทราบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุจากการประเมินตนเองเป็นอย่างไร ไม่ได้ต้องการทราบว่า ทำไมผู้สูงอายุจึงไม่อยู่กับครอบครัวหรือสาเหตุที่ตัดสินใจเข้ามาอยู่ในสถานสงเคราะห์แล้วจึงนำมาตีความเป็นความพึงพอใจ)

ใจหรือไม่พึงพอใจ) อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่าในภาพรวมของพื้นที่จะไม่แตกต่างกัน แต่ในระดับของพื้นที่ย่อยกลับพบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยทางทิศเหนือมีความพึงพอใจที่แตกต่างไปจากทิศอื่น ๆ ซึ่งคงต้องค้นหาสาเหตุกันต่อไป กล่าวโดยสรุปจากการพิจารณาความพึงพอใจตามนัยข้างต้น อาจบ่งชี้ได้ว่า (1) ผู้สูงอายุยังมีความรู้สึกสงบสุข ไม่ว่าวุ่นใจ (2) ผู้สูงอายุยังสามารถรักษาแบบฉบับของชีวิตเดิมเอาไว้ได้ การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมในสังคมน่าจะยังไม่มีผลกระทบต่อแบบฉบับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในปัจจุบันมากนัก (3) ผู้สูงอายุไม่ได้รู้สึกว่าเหงาและวุ่นวายมากนัก (4) ผู้สูงอายุพอใจกับสภาพความเป็นอยู่และสิ่งแวดล้อมที่ตนอยู่

อย่างไรก็ตาม การดำรงความพึงพอใจไว้ได้ในระดับสูง ภายใต้สภาพการณ์ทางเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วนี้ เป็นสิ่งที่น่าสนใจศึกษาค้นคว้าข้อเสนอแนะต่อประเด็นนี้คือ ควรจะได้มีการศึกษาโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกเพื่อให้ได้มาซึ่งแนวทางที่เป็นไปได้ในทางปฏิบัติจากประสบการณ์ที่ได้สั่งสมมานานของผู้สูงอายุ เพื่อจะได้เป็นบทเรียนสำหรับคนรุ่นหลังอันจะเป็นประโยชน์ต่อการปรับปรุงความคิดและการปฏิบัติงานของคนรุ่นหลังในการเตรียมตนเองก่อนเข้าสู่วัยชราในอนาคต

2. การทดสอบเพียงเฉพาะความแตกต่าง ยังให้ภาพที่ไม่สมบูรณ์นัก ผู้วิจัยจึงได้นำเอา "อายุ" และ "เพศ" เข้ามาพิจารณาร่วมด้วย ในแง่ของอายุนั้น ผู้ที่มีอายุน้อยกว่า น่าจะมีการประเมินตนเองในทางที่ดีกว่า ทั้งนี้เพราะโอกาสที่จะได้แสดงบทบาทในค่านต่าง ๆ ยังมีอยู่สูง ในขณะที่ผู้ซึ่งมีอายุมากกว่า น่าจะ "ปลงตก" หรือ "ปล่อยวาง" กับชีวิตได้มากกว่า ส่วนตัวแปรเพศนั้น จากการสังเกตหรืออบรมกล่อมเกลางานวัฒนธรรมที่สืบทอดต่อกันมาจากอดีต เพศชายและหญิงอาจจะมีการรับรู้หรือการแสดงออกที่แตกต่างกันได้ อนึ่งตัวแปรส่วนบุคคลอื่น เช่น การศึกษาและการทำงานนั้น ไม่ได้นำมาพิจารณาด้วย ทั้งนี้เพราะส่วนใหญ่จะไปกระจุกตัวกันอยู่ในชั้นใดชั้นหนึ่ง ทำให้การพิจารณาในรายละเอียดมีข้อจำกัดและไม่สื่อความหมายในทางสถิติมากนัก

อย่างไรก็ตาม จากผลการทดสอบพบว่า อายุและเพศไม่สามารถอธิบาย ทั้งความพึงพอใจรวม ความพึงพอใจด้านวัตถุและความพึงพอใจด้านจิตใจได้ และผลลัพธ์ เช่นนี้ยังคงปรากฏอยู่ หลังจากได้ควบคุมตัวแปร "สถานที่อยู่อาศัย" และ "ระยะเวลาของการอาศัยอยู่ในท้องถิ่นนั้น" แล้ว ดังนั้นจากผลลัพธ์ที่ได้ย่อมสื่อได้ว่า การกำหนด นโยบาย แผนงานและโครงการเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ไม่จำเป็นต้องคำนึง ถึงความแตกต่างทางธรรมชาติหรือความแตกต่างจากสภาพทางสรีระ

3. สุขภาพและการพึ่งพาเป็นปัจจัยที่มีผลกระทบอย่างสำคัญยิ่งต่อทั้งความ พึงพอใจรวม ความพึงพอใจด้านจิตใจ และความพึงพอใจด้านวัตถุ ในแง่ของสุขภาพนั้น โดยปรกติการวัดกระทำได้ 2 แบบ คือ การวัดแบบปรนัยและการวัดแบบอัตตวิสัย การ วัดแบบแรกจะพิจารณาได้จากข้อมูลรายการที่แสดงสภาวะการเจ็บป่วย ข้อจำกัดในการ ปฏิบัติกิจกรรม ความถี่ของจำนวนวันที่ไม่สามารถปฏิบัติงานได้ เป็นต้น ส่วนการวัดแบบ อัตตวิสัยเป็นการวัดโดยให้ผู้ตอบประเมินด้วยตนเอง สำหรับงานวิจัยชิ้นนี้จะมุ่งครอบคลุม ประเด็นเกี่ยวกับสุขภาพอย่างกว้าง ๆ ไม่เจาะจงลงไปในรายละเอียด ดังนั้นผู้วิจัยจึง เลือกการวัดแบบอัตตวิสัย สิ่งที่พึงระวังคือ เนื่องจากงานวิจัยชิ้นนี้ไม่สามารถสัมภาษณ์ผู้ ที่เจ็บป่วยได้ ดังนั้น ตัวอย่างที่ได้จึงเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพอยู่ในเกณฑ์ดี ด้วยเหตุนี้สุขภาพของผู้สูงอายุจึงค่อนข้างดีกว่าความเป็นจริง การที่ความข้อมูลควรคำนึงถึงข้อจำกัด ประการนี้ด้วย แต่ถึงแม้จะมีข้อจำกัดดังกล่าว ผลงานวิจัยหลายชิ้นก็ได้ยืนยันว่า สุขภาพ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลอย่างสำคัญต่อความพึงพอใจของผู้สูงอายุ^{1/} จากการสัมภาษณ์พบว่า ปัญหาสุขภาพที่ผู้สูงอายุประสบกัน ได้แก่ โรคระบบทางเดินอาหาร ระบบประสาท ปวดข้อและกระดูก ระบบกล้ามเนื้อ ระบบการไหลเวียนของโลหิต และระบบอวัยวะ สัมผัส เป็นต้น การที่สุขภาพมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจ ย่อมสะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี ดังนั้นการให้บริการหรือการไปขอรับบริการเกี่ยวกับสุขภาพ รวมทั้งการดูแลผู้สูงอายุทั้งโดยรัฐบาล โดยครอบครัวและโดยตนเอง เป็นสิ่งที่ควร นำมาพิจารณากันอย่างจริงจัง โดยเฉพาะในแง่ของความเพียงพอของการบริการ การ

เข้าถึงบริการ การเผยแพร่ข้อมูลด้านสุขภาพ สวัสดิการ และความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัวกับผู้สูงอายุยามเจ็บป่วย

สำหรับการพึ่งพาที่มีอิทธิพลอย่างสูงต่อความพึงพอใจนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เห็นว่า พวกเขาสามารถทำงานทั่วไปในชีวิตประจำวันได้ โดยไม่ต้องอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่น ต่อประเด็นนี้สื่อความหมายได้ 2 นัย คือ (1) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังคงรักษาสถานภาพหรือคงความเป็นตัวของตนเองเอาไว้ได้สูง (2) การย้อนกลับบทบาท (role inversion) ของคนชรามีน้อย (การย้อนกลับบทบาทหมายความว่า แต่เดิมผู้สูงอายุต้องเป็นผู้ปกครองดูแลบุตรหลาน เป็นผู้แบกรับภาระและเป็นผู้ตัดสินใจเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว แต่เมื่อเข้าสู่วัยชรา ก็จะกลับกลายมาเป็นเสมือนผู้อยู่ภายใต้การดูแลของบุตรหลานที่ตนเคยดูแลมา) โดยปรกติ บทบาทที่ย้อนกลับของคนชรา นี้ เป็นปัญหาใหญ่ทางสังคมจิตวิทยาประการหนึ่งของสังคมตะวันตก แต่จากผลการวิจัยชิ้นนี้อาจสันนิษฐานได้ว่า ผู้สูงอายุในสังคมไทยน่าจะประสบกับปัญหาการย้อนกลับของบทบาทได้น้อยกว่าสังคมตะวันตก ลักษณะเช่นนี้อาจเป็นเพราะ บุตรหลานในสังคมไทยนั้นมีความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุค่อนข้างสูงและไม่พยายามไปมีบทบาทอะไรที่เหนือกว่าผู้สูงอายุ ยังคงปฏิบัติตนอย่างเสมอต้นเสมอปลาย ทั้งในอดีตและในปัจจุบัน ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นมักเป็นเรื่องของความแตกต่างกันด้านความคิด การมองปัญหาและค่านิยม ไม่ได้ขัดแย้งกันด้านบทบาท อย่างไรก็ตาม สิ่งที่ยังระงังในการตีความก็คือ การพึ่งพาเน้นเฉพาะประเด็นการทำงานในชีวิตประจำวัน จากการสัมภาษณ์ ผู้สูงอายุก็ยังคงชักช้า ลังจวน ทำความสะอาดบ้านเรือน หุงข้าว ต้มน้ำ เป็นต้น ด้วยตนเองอยู่ แต่เมื่อสัมภาษณ์ในประเด็นของสุขภาพ ผู้สูงอายุยังต้องการความช่วยเหลือและเอาใจใส่ดูแลจากบุตรหลาน

4. ในส่วนของความพึงพอใจด้านจิตใจพบว่า นอกเหนือไปจากปัจจัยสุขภาพ และการพึ่งพาแล้ว การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน ก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจด้านจิตใจ ซึ่งผลกระทบจากปัจจัยนี้จะมากกว่าปัจจัยสุขภาพและการพึ่งพา ผลลัพธ์จากการวิเคราะห์ดังชี้ได้ว่า การได้มีโอกาสช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน

ระหว่างผู้สูงอายุกับเพื่อนบ้านจะมีผลทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตอย่างมาก ด้วยเหตุนี้ การพบปะพูดคุยหรือเข้าสมาคมหรือไปเยี่ยมเยียนเพื่อนบ้านบ่อย ๆ หรืออย่างสม่ำเสมอ ก็จะทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกที่ดี ดังนั้นสุภาภิตไทยโบราณที่ว่า "ใครมาถึงเรือนชานต้องต้อนรับ" ก็น่าจะได้รับการสนับสนุนให้ปฏิบัติกันมากขึ้น ประเพณีที่ดีที่แสดงถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านในภาคเหนือก็คือ ประเพณี "ตานทอด" ซึ่งบรรดาสมาชิกในหมู่บ้านได้ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้สูงอายุ ในรูปของเงินและสิ่งของที่มอบให้เป็นครั้งคราว กล่าวคือ ในแต่ละปีชาวบ้านจะช่วยกันรวบรวมสิ่งอุปโภคบริโภคต่าง ๆ เช่น เครื่องนุ่งห่ม ข้าวสาร รวมทั้งเงินทอง แล้วนำไปถวายแก่พระภิกษุเพื่อส่งมอบให้แก่ผู้สูงอายุในหมู่บ้านที่สมาชิกเห็นว่ายากจนหรือไม่มีญาติพี่น้องคอยดูแล ซึ่งประเพณีที่ดีเหล่านี้ น่าจะได้มีการฟื้นฟูและอนุรักษ์สืบต่อไป สำหรับคุณประโยชน์ของการมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านก็คือ จะเป็นสิ่งที่เข้ามาทดแทนของว่างระหว่างวัยที่เริ่มถ่างกว้างออกไปมากขึ้นระหว่างผู้สูงอายุกับคนรุ่นหลัง อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและวัฒนธรรม ดังนั้นการไว้วัดเป็นศูนย์กลางของการมีปฏิสัมพันธ์หรือการจัดตั้งสมาคมหรือชมรมผู้สูงอายุให้มากขึ้น รวมทั้งการฟื้นฟูประเพณีที่แสดงปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน น่าจะเป็นสิ่งที่ควรนำมาพิจารณาเพื่อดำเนินการกันต่อไป

5. สำหรับความพึงพอใจด้านวัตถุนั้นพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลอย่างสำคัญต่อความพึงพอใจนอกเหนือไปจากปัจจัยสุขภาพและการพึ่งพา ได้แก่ อุปทานของผู้สูงอายุและความคาดหวังของผู้สูงอายุ

ในค่านอุปทาน ผู้สูงอายุเห็นว่า ตนเองสามารถช่วยเหลือสังคมและสามารถพึ่งตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมในด้านต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี จะเห็นได้ว่าผลการค้นพบนี้สอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรมที่ว่า ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับภาระทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามกำลังและความสามารถของตนเอง ทฤษฎีนี้เชื่อว่าการกระทำกิจกรรมทางสังคมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์ทุกเพศ ทุกวัย โดยนัยนี้กิจกรรมจึงเป็นสิ่งที่คนชราพึงกระทำเพื่อทำให้ชีวิตมีความสุข มีการศึกษาพบว่าบุคคลที่กระทำกิจ-

กรรมอย่างต่อเนื่องและสามารถวางกิจกรรมทางสังคมในวัยชราได้ จะทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตสูงและมีภาพพจน์ที่ดี^{2/} จากการสัมภาษณ์พบว่า กิจกรรมทางสังคมที่ผู้สูงอายุกระทำมี เช่น งานบวช งานขึ้นบ้านใหม่ งานแต่งงาน การเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาทุกวันพระ และตามประเพณี (วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา) งานพัฒนาหมู่บ้าน เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมที่ถือว่าเป็นปทัสถานของสังคมเหล่านี้ ได้มีส่วนกำหนดคุณค่าและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก ดังนั้นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้าไปมีบทบาทในกิจกรรมทางสังคมมากขึ้นจึงเป็นสิ่งสำคัญเพราะนอกจากจะทำให้คนชรารู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าต่อสังคมแล้ว ยังจะเป็นการถ่ายทอดประสบการณ์ที่มีประโยชน์ยิ่งของผู้สูงอายุให้ตกทอดต่อไปยังคนรุ่นหลังโดยไม่สูญสลายไปตามกาลเวลาอย่างน่าเสียดาย

สำหรับความคาดหวังนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คาดหวังในระดับสูงที่จะได้รับการยอมรับจากชุมชนที่พวกเขาอาศัยอยู่เพิ่มมากขึ้นกว่าในอดีตที่ผ่านมา ผลการค้นพบอาจสื่อความหมายได้ 2 นัยคือ (1) ผู้สูงอายุต้องการความภาคภูมิใจและมุ่งหวังที่จะให้มองคนชราในฐานะเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในสังคมหรือมีคุณสมบัติต่อสังคม ไม่ใช่มองว่าผู้สูงอายุเป็นเพียงองค์ประกอบหนึ่งของสังคมเท่านั้น ถ้าพิจารณาตามแนวคิดของมาสโลว์จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการที่จะได้รับการยกย่องสรรเสริญ ซึ่งเป็นความต้องการในระดับสูง (2) ความคาดหวังของบุคคลเป็นสิ่งที่นำไปสู่ความพึงพอใจ กล่าวได้ว่าการที่บุคคลจะเลือกปฏิบัติหรือกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้น ขึ้นอยู่กับระดับความคาดหวังของบุคคลที่มีอยู่ในขณะนั้น

จากตัวแปรอุปทานและความคาดหวังของผู้สูงอายุข้างต้น ข้อเสนอแนะก็คือควรส่งเสริมให้คนชราได้มีส่วนร่วมหรือมีบทบาทในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน ตามความสามารถและความถนัดของแต่ละบุคคล ซึ่งนอกจากจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่าแล้ว ยังช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมด้านต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดีอีกด้วย จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุคิดว่าตนเองสามารถให้คำปรึกษา

แก่ชุมชนได้ และเต็มใจที่จะรับบทบาทดังกล่าว เพียงแต่ยังไม่มีใครไปปรึกษา ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุต้องการมีบทบาทเป็นที่ปรึกษา โดยเชื่อว่า ประสบการณ์จากชีวิตจริงของตนจะช่วยให้คนรุ่นหลังได้มองปัญหาต่าง ๆ อย่างสุขุมอันจะเป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ตัวแปรที่กล่าวมาข้างต้นทั้งหมด เป็นตัวแปรที่สามารถอธิบายความพึงพอใจของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญ อย่างไรก็ตาม มีตัวแปรที่น่าสนใจอีก 2 ตัวแปร ซึ่งไม่มีผลกระทบต่อความพึงพอใจ แต่สมควรจะนำมาพิจารณา ณ ที่นี้ก็คือ การมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวและรายได้ ตัวแปรแรกยังคลุมเครือมีผลงานบางส่วนที่ได้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว^{3/} แต่ผลงานโดยทั่วไปแล้ว มักไม่พบนัยสำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัว^{4/} ซึ่งผลการวิจัยชิ้นนี้ยืนยันข้อค้นพบประการหลัง จากความขัดแย้งเช่นนี้พบว่า สมาชิกในครอบครัวกับผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กันในแง่ของการพูดคุยและการปรึกษาหารือค่อนข้างน้อย ลักษณะเช่นนี้อาจอธิบายได้ว่า เนื่องจากระบบครอบครัวของไทยมีการอบรมสั่งสอนให้บุตรหลานเคารพนับถือบิดามารดาและผู้สูงอายุอื่น ๆ โดยมุ่งเน้นในเรื่องของการเชื่อฟังและปฏิบัติตาม โดยคุณธรรมเป็นสำคัญ มากกว่าที่จะรับฟังเหตุผลหรือคำอธิบาย ดังนั้นความสัมพันธ์ที่ปรากฏประจำจะพบได้ 2 รูปแบบคือ การขออนุญาตและการบอกกล่าว ส่วนการปรึกษามีค่อนข้างน้อย ด้วยเหตุนี้ ถึงแม้ว่าการมีปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวจะเป็นสิ่งดีตามหลักการ แต่การนำแผนไปปฏิบัติหรือการหวังผลในทางปฏิบัติ คงต้องคำนึงถึงสภาพความเป็นจริงในสังคมด้วย

ส่วนปัจจัยด้านรายได้ที่ไม่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจนั้น นับได้ว่าเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่น่าสนใจ ทั้งนี้เพราะว่ารายได้ของผู้สูงอายุโดยเฉลี่ยไม่มากนัก ส่วนใหญ่จะมีรายได้ต่ำกว่า 1,000 บาทต่อเดือน และแหล่งที่มาหลักของรายได้ก็จะมาจากบุตรหลาน ประกอบกับผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพของตนแต่อย่างใด ดังนั้นการที่รายได้ไม่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจอาจสื่อความหมายได้ 2 นัยคือ (1) เนื่องจากบุตรหลานเป็น

ที่มาของแหล่งรายได้หลักของผู้สูงอายุมากกว่าตัวผู้สูงอายุหามาเอง ดังนั้นผู้สูงอายุจึงไม่ได้เป็นหลักทางเศรษฐกิจของครอบครัว เมื่อเป็นดังนี้ ผู้สูงอายุจึงอาจมองตนเองว่าเป็นเพียงสัญลักษณ์ของการให้ความเคารพนับถือในฐานะที่เป็นผู้อาวุโสเท่านั้น (2) ผู้สูงอายุอาจมองว่า เงินทองเป็นของนอกกาย ไม่ค้ำประกันความสุข มีความสุขตามอัธยาศัยของตน อย่างไรก็ตาม ประเด็นของความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับความพึงพอใจของผู้สูงอายุ คงเป็นสิ่งที่ต้องศึกษากันต่อไป สำหรับผลลัพธ์ที่ได้จากการสัมภาษณ์พบว่า ผู้สูงอายุจะใช้เงินอย่างประหยัดและใช้เท่าที่จำเป็น ส่วนสิ่งของที่นำมาบริโภค มักมีมาตรฐานต่ำกว่าสิ่งของที่บุคคลทั่วไปในสังคมบริโภคกัน

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากที่กล่าวมาทั้งหมดจะนำไปสู่ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายดังนี้

1. หลักการพื้นฐาน

- 1.1 มนุษย์ทุกรูปนามย่อมมีความสำคัญ และมีสิทธิอันพึงได้รับการคุ้มครองด้วยความเป็นเสมอภาคและเป็นธรรม
- 1.2 มนุษย์ทุกรูปนามย่อมมีสิทธิและโอกาสที่จะแสวงหาเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเองให้เต็มที่
- 1.3 มนุษย์ทุกรูปนามย่อมสามารถเรียนรู้ สามารถเปลี่ยนแปลงและสามารถพัฒนาตนเองได้
- 1.4 มนุษย์ทุกรูปนามมีพลังความคิดที่แฝงเร้น ซึ่งสามารถนำมาพัฒนาและสร้างสรรค์ได้
- 1.5 การพัฒนาพลังความคิดและสมรรถนะของมนุษย์ทุกรูปแบบ เป็นสิ่งที่พึงปรารถนา และมีความสำคัญอย่างยิ่งทั้งต่อบุคคล ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ

2. สูตรการพัฒนา

จากการหลักการพื้นฐาน จะนำไปสู่สูตรสำหรับการพัฒนาผู้สูงอายุดังนี้

$$\frac{\text{พลังงาน}}{\text{การใช้พลังงาน}} + \text{ความพึงพอใจในชีวิต} = \text{สุขภาพที่สมบูรณ์ การประสบความสำเร็จและการได้มาซึ่งสิ่งที่คาดหวัง}$$

พลังงานเป็นกลไกทางสรีรวิทยาที่เกิดขึ้นจากการบริโภคอาหาร และจำเป็นต้องมีส่วนเกินหรือมีการสำรองไว้ระดับหนึ่ง ถ้ามีการใช้พลังงานเกินกว่าที่มีอยู่ก็จะนำไปสู่ภาวะที่ไม่พึงปรารถนาได้

3. ทิศทางของการพัฒนาผู้สูงอายุ จากหลักการพื้นฐานและสูตรการพัฒนาจะนำไปสู่ข้อเสนอแนะดังนี้

3.1 ระยะยาว อย่างน้อยใน 20 ปีข้างหน้า ควรดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายสำคัญดังนี้

(1) ให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้และบริการสาธารณสุขขั้นมูลฐานอย่างทั่วถึงและพอเพียง

(2) เร่งพัฒนาผู้สูงอายุให้มีความเชื่อมั่นในตนเองตามบทบาทใหม่ คือ ให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมมากขึ้น โดยไม่จำกัดอยู่แต่เพียงบทบาทเพื่อครอบครัวเท่านั้น ในขณะที่เดียวกันก็ต้องสร้างความเข้าใจในบทบาทใหม่ของผู้สูงอายุให้แก่نگการเมือง นักบริหาร นักวิชาการและประชาชนได้รับทราบ

(3) ให้สถาบันทางสังคม เช่น สถาบันศาสนา สถาบันการศึกษา สถาบันครอบครัว และสถาบันสื่อมวลชนเป็นกลไกสำคัญที่จะช่วยเปลี่ยนแปลงค่านิยมและทัศนคติของสมาชิกในชุมชนให้ส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาผู้สูงอายุ

(4) สร้างระบบการประกันสังคมเพื่อเป็นหลักประกันความมั่นคงในยามสูงอายุ

3.2 ระยะสั้น

- (1) ให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเกี่ยวกับปัญหาและการกระทำกิจกรรมของชุมชน
- (2) เพิ่มการมีปฏิสัมพันธ์รวมทั้งปรับปรุงความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับเพื่อนบ้าน โดยเน้นการเคารพนับถือและการยกย่องซึ่งกันและกัน การร่วมกันตัดสินใจ การร่วมกันรับผิดชอบและการรับใช้สังคมส่วนรวมตามความสามารถ
- (3) ส่งเสริมให้หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนได้ร่วมมือกันเพื่อพัฒนาผู้สูงอายุในรูปแบบต่าง ๆ
- (4) พัฒนาและอนุรักษ์ประเพณีที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับชุมชน
- (5) ส่งเสริมให้มีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับบทเรียนชีวิตอันทรงคุณค่าจากประสบการณ์ของผู้สูงอายุ เพื่อจะได้เป็นประโยชน์ต่อคนรุ่นหลัง
- (6) ส่งเสริมให้ชุมชนได้จัดทำศูนย์บริการผู้สูงอายุขึ้นในชุมชนด้วยตนเอง ซึ่งนอกจากจะช่วยลดภาระของรัฐบาลลงแล้ว ยังจะช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้สูงอายุกับครอบครัวและกับชุมชนอีกด้วย
- (7) จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในรูปแบบต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง

จากข้อเสนอแนะข้างต้น อาจกล่าวได้ว่า ถึงแม้ผู้สูงอายุจะมีข้อบกพร่องทางด้านร่างกาย แต่ด้านจิตใจยังอยู่ในระดับที่จะเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมได้ เป็นอย่างยิ่ง ไม่ว่าจะเป็นสติปัญญา ความรู้และความสามารถ ดังนั้น ภายใต้สภาพการณ์ทางเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งจะส่งผลให้อัตราของการทอดทิ้งหรือการละเลยไม่เอาใจใส่ผู้สูงอายุของคนหนุ่มสาวมีเพิ่มมากขึ้นนี้ สมควรอย่างยิ่งที่ประชากรกลุ่มอื่นในสังคมจะได้ให้โอกาสแก่ผู้สูงอายุได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เพื่อปรับปรุงตนเอง ตลอดจนได้ให้โอกาสแก่ผู้สูงอายุได้เข้ามามีส่วนร่วมในการตัดสินใจและมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน

ที่คนอยู่อาศัย ซึ่งการกระทำดังกล่าว นอกจากจะเป็นการทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าคุณ
เองยังมีคุณค่าต่อสังคมแล้ว ยังจะเป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุได้รู้จักพึ่งตนเอง อันจะส่งผล
ทำให้ผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจว่า ตนเองไม่ได้เป็นภาระแก่สังคมในบั้นปลายของชีวิต

อย่างไรก็ตาม สิ่งทีพึงตระหนักอย่างยิ่งก็คือ การสนับสนุน การส่งเสริมและ
การพัฒนาผู้สูงอายุ ควรยึดหลักการกระจายอำนาจและให้อิสระในการปฏิบัติงานแก่กลุ่ม
ผู้สูงอายุ รัฐบาลไม่ควรที่จะเข้าไปแทรกแซงหรือพยายามที่จะเปลี่ยนสภาพของกลุ่มผู้สูง
อายุให้เป็นสมาคมหรือองค์กรอย่างเป็นทางการที่มีกฎหมายเข้ามาควบคุมบังคับการดำเนินงาน
ทั้งนี้เพราะจะทำให้สภาพของการเข้ามารวมตัวกันโดยจิตสำนึกตามธรรมชาติสูญ
สลายไป รัฐบาลควรจะทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงมากกว่าการเข้าไปดำเนินการควบคุมให้เป็น
ตามที่รัฐบาลต้องการ.