ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ

ปัจจัยเกื้อหนุนและสุขภาวะที่ผู้สูงอายุได้รับจากการเข้า ร่วมทำงานอาสาสมัคร

ผู้เขียน

นายใตรรัตน์ ทองสัมฤทธิ์

ปริญญา

สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รศ.คร. พัชราวรรณ ผศ. ควงฤดี ศรีศิลปนันทน์ ลาศุขะ

ประธานกรรมการ กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยเกื้อหนุนและสุขภาวะที่ผู้สูงอายุได้รับจากการทำงานอาสาสมัคร มี วัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) ศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนที่เอื้ออำนวยให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วม ทำงานอาสาสมัคร 2) ศึกษากระบวนการจัดตั้งกลุ่มและการคำเนินกิจกรรมภายในกลุ่ม 3) ผล ต่อสุขภาวะค้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ที่ผู้สูงอายุได้รับจากการเข้าร่วมทำงาน อาสาสมัคร

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จากสมาชิกกลุ่มอาสาสมัครผู้สูงอายุที่ได้ร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่า 1 ปี ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 17 คน รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกันยายน 2547- เมษายน 2548 โดยการสัมภาษณ์ ร่วมกับวิธีการสังเกต และการสนทนากลุ่มย่อย และนำเสนอผลการวิเคราะห์ด้วยการพรรณนา ความ

ผลการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมทำงานอาสาสมัครได้ มีปัจจัยเกื้อหนุนหลัก อยู่ 5 ประการ ได้แก่ 1) ปัจจัยลักษณะทางประชากร 2) ปัจจัยทางเศรษฐกิจ 3) ปัจจัยทาง สังคม 4) ปัจจัยทางวัฒนธรรม และ 5) ปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยด้านสุขภาพและปัจจัยทาง เศรษฐกิจ เป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่มีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมทำงานของอาสาสมัครผู้สูงอายุ ส่วน

กระบวนการจัดตั้งกลุ่มและการดำเนินกิจกรรมนั้น พบว่า กลุ่มอาสาสมัครเริ่มต้นจากคนกลุ่มเล็ก ๆ การจัดตั้งกลุ่มมีที่มาจาก 3 ประเด็นหลัก คือ 1) เกิดจากประสบการณ์และผลกระทบจาก สถานการณ์ที่เป็นปัญหา 2) เกิดจากความสำนึกหวงแหนและต้องการสืบทอดความรู้และภูมิ ปัญญา 3) เกิดจากแรงผลักดันทางความเชื่อศรัทธาในศาสนา การคำเนินกิจกรรมไม่มีรูปแบบเป็น ทางการ แต่อาศัยสัมพันธภาพภายในกลุ่ม การร่วมคิดร่วมทำมีความไว้เนื้อเชื่อใจ เป็นหลัก การศึกษายังพบว่า การเจ้าร่วมทำงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุ มีบทบาทสำคัญ 3 บทบาทหลัก คือ 1) บทบาทด้านการเยี่ยมเยียนดูแลและให้ความช่วยเหลือ 2) บทบาทด้านการให้บริการ 3) บทบาทค้านการถ่ายทอดความรู้และภูมิปัญญา ในค้านผลต่อสุขภาวะนั้น พบว่า การเข้าร่วมกลุ่ม ทำงานอาสาสมัครให้ผลดีต่อสุขภาพทางร่างกาย เนื่องจากมีการใช้พละกำลังของร่างกายและสมอง และ การดูแลสุขภาพตนเองสม่ำเสมอ ทางด้านจิตใจนั้น การทำงานร่วมกันทำให้มีความสูข ความสบายใจ ช่วยลดปัญหาความเครียด ความว้าเหว่งองผู้สูงอายุ ในด้านสังคม การพบปะ สังสรรค์ การที่สามารถแลกเปลี่ยนความรู้ การยังคงบทบาทของตนเองต่อสังคม ทำให้ผู้สูงอายุ ได้รับความรัก ความเคารพ ได้รับเกียรติและความนับถือ ไม่รู้สึกว่าไร้ค่า ช่วยลดปัญหาการ แยกตัว การถอยหนี และเข้าสู่ภาวะซึมเศร้า สำหรับค้านจิตวิญญาณ อาสาสมัครผู้สูงอายุรู้สึกถึง คุณค่าในตัวเองและภาคภูมิใจต่อผลกิจกรรมของตน ทำให้อาสาสมัครผู้สูงอายุได้รับความสุข ความมีสันติสข และคำเนินชีวิตบั้นปลายอย่างมีความหวัง

ผลการศึกษานี้ สามารถใช้เป็นแนวทางสนับสนุนให้เกิดการรวมตัวทำงานอาสาสมัคร ของผู้สูงอายุในกลุ่มอื่น ๆ ในวงกว้าง เพื่อก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาวะผู้สูงอายุต่อไป

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ Copyright © by Chiang Mai University All rights reserved

Independent Study Title

Enabling Factors and the Well-Being of Older

People Involved in Voluntary Work

Author

Mr. Trairat Thongsamrit

Degree

Master of Public Health

Independent Study Advisory Committee

Assoc. Prof. Dr. Patcharawan

Srisilapanan

Chairperson

Asst. Prof. Duangrudee

Lasuka

Member

ABSTRACT

This study "Enabling Factors and the Well-Being of Older People Involved in Voluntary Work" aimed to illustrate.- 1) The factors that enable older people involvement in 2) The process of establishing voluntary groups and undertaking group voluntary work. activities. 3) The effects on physical, mental, social and spiritual well-being that older people received from involvement in voluntary work.

This is a qualitative study. A purposive sampling method was used to select a demonstration group of 17 older people who had been members of a volunteer group for at least one year in Chiang Mai. Data was collected from September 2004 to April 2005 by a semistructured interview and observation and small group discussion. The research results were presented by descriptive method.

The results showed that there were 5 main factors that enabled the older people to involve in voluntary work:- personal, economic, social, cultural and health factors. The health and economic factors were the most important factors influencing the involvement in voluntary work. Regarding the establishing of the volunteer groups and undertaking activities, results showed that the volunteer groups commenced with small numbers and the process of forming groups arose out of 3 main points:- 1. arising from the experiences and confronting problems 2. arising from recognition of being a resource person for wisdom and having the desire to pass on this knowledge and wisdom 3. arising from the drive of religious faith. There were no fixed style of activities, but depended on the relationships within the groups, sharing of ideas and mutual confidence.

Apart from the above, the role of voluntary work that older people participated in could be categorized into three main aspects. 1) home visit and assistance. 2) service 3) sharing knowledge and wisdom.

Regarding the well-being, it was shown that involvement in voluntary work had good effects on physical health since it promoted physical and mental exercise, and taking regular care of one's own health. In the psychological aspects, working together brought happiness and contentment and helped reduce the tensions and anxiety of the older people. Socially, the personal interaction, the sharing of knowledge and continuing to have a role in community enabled older people to feel loved respected and valued, receive honor and not feel worthless. Involvement in voluntary work helped reduce isolation, escapism and sadness. Spiritually, volunteers experienced self-worth and pride in the result of their own actions. Therefore the older volunteers enjoyed the happiness, peace and hope in the later stage of their life.

The results of this study can be used to encourage involvement in voluntary work by older people in a broad range of groups to promote their well-being in the future.