

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่องสุขภาวะที่ผู้สูงอายุได้รับจากการเข้าร่วมทำงานอาสาสมัครครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพเพื่อศึกษา 3 ประเด็นหลัก คือ 1) ศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนที่เอื้ออำนวยให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร 2) กระบวนการจัดตั้งกลุ่มและการดำเนินกิจกรรมภายในกลุ่ม 3) ผลต่อสุขภาวะในด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ที่ผู้สูงอายุได้รับจากการเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร โดยการศึกษาครั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วยสมาชิกกลุ่มอาสาสมัครผู้สูงอายุ ในพื้นที่อำเภอเมือง อำเภอสันทราย อำเภอสารภี อำเภอดอยสะเก็ด และกิ่งอำเภอแม่วาง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 17 คน จากกลุ่มอาสาสมัครผู้สูงอายุ 9 กลุ่ม ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล 8 เดือน ตั้งแต่เดือนกันยายน 2547 - เมษายน 2548 โดยศึกษาข้อมูลจากแนวคิด ทฤษฎี เอกสารงานวิจัย เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งประกอบด้วยผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกกลุ่มอาสาสมัครผู้สูงอายุในพื้นที่ที่กำหนด เพศชายและหญิง จำนวน 17 ราย ขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การแนะนำตัวเอง และชี้แจงวัตถุประสงค์ในการวิจัย ขั้นตอนที่ 2 เก็บข้อมูลตามประเด็นที่ศึกษาโดยวิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วมและร่วมทำกิจกรรม การสัมภาษณ์ตามแนวคำถามที่กำหนดตามวัตถุประสงค์เพื่อตอบคำถามการศึกษา การสนทนากลุ่มย่อย การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม นำข้อมูลมาวิเคราะห์ จัดหมวดหมู่ หาข้อสรุปตามวัตถุประสงค์การศึกษา

5.1 สรุปผลการศึกษา

5.1.1 ปัจจัยเกื้อหนุนให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร

การศึกษาด้านปัจจัยเกื้อหนุนที่ทำให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมทำงานอาสาสมัครได้นั้น มีปัจจัยประกอบด้วย

1) ระดับการศึกษาและอาชีพ อาสาสมัครผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสเป็นหม้าย มีการศึกษาตั้งแต่ระดับประถมศึกษาปีที่ 4 จนถึงระดับปริญญาตรี เคยประกอบอาชีพแตกต่างกัน เช่นค้าขาย รับจ้าง รับราชการครู รับราชการทหาร ผู้ช่วยพยาบาลในโรงพยาบาลของรัฐ ครูโรงเรียนเอกชน ทำงานภาคเกษตรกรรม ส่วนใหญ่มีรายได้จากเงินบำนาญ เงินเก็บออม

และการสนับสนุนจากลูกหลาน การศึกษาและประสบการณ์ในงานและอาชีพ เป็นปัจจัยที่มีส่วนในการกำหนดสถานะของบุคคลในกลุ่มอาสาสมัคร นั่นคือผู้ที่มีความรู้ มีการศึกษาสูง มีความเชี่ยวชาญในแขนงงานใด ๆ ก็มักจะได้รับการยอมรับเป็นผู้นำในกลุ่มนั้น ๆ แต่ระดับการศึกษาไม่สูงไม่ได้เป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร

2) สภาพทางเศรษฐกิจของอาสาสมัครผู้สูงอายุมีความแตกต่างกัน โดยอาสาสมัครผู้สูงอายุบางท่านไม่มีรายได้ที่แน่นอน หรือมีรายได้ในระดับที่ค่อนข้างต่ำ ในขณะที่หลายท่านเป็นข้าราชการบำนาญ มีเงินบำนาญเลี้ยงชีพ หรือบางท่านเคยประกอบอาชีพทางธุรกิจ การค้าขายมาก่อน มีทรัพย์สินที่ดินให้เช่า บางท่านได้รับการสนับสนุนเลี้ยงดูจากลูก ๆ นับ 30,000 บาทต่อเดือน การมีรายได้เพียงพอเพียงในการดำรงชีวิตเป็นปัจจัยหนึ่ง ที่กำหนดการเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร

3) สภาพทางสังคม อาสาสมัครผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างทุกคนมีสัมพันธภาพภายในครอบครัวที่ดี ได้รับการสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว ในด้านการอำนวยความสะดวก การให้กำลังใจ การให้ความช่วยเหลือ และร่วมมือกับผู้สูงอายุในการทำงานอาสาสมัครของสมาชิกในครอบครัว อาสาสมัครผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีถิ่นฐานอยู่ในชุมชน รักและเข้าใจสภาพชุมชน มีความสามารถและเป็นที่ยอมรับของชุมชนเป็นอย่างดี

4) สภาพทางวัฒนธรรม กลุ่มตัวอย่างที่นับถือศาสนาพุทธ และศาสนาคริสต์นิกายโปรเตสแตนต์ มีการปฏิบัติศาสนกิจในศาสนา ตามความเชื่อของตนอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งการดำเนินกิจกรรมหลายอย่างก็มีความเกี่ยวข้องกับศาสนสถาน ด้านภูมิปัญญานั้น อาสาสมัครเป็นบุคคลที่ได้สั่งสมเอาความรู้และประสบการณ์ในงานของตน มาเป็นเวลายาวนานทั้งโดยการศึกษาเรียนรู้จากผู้สูงอายุรุ่นก่อนหน้า และสืบทอดความรู้จากบรรพบุรุษ เป็นที่ยอมรับและเป็นที่ยิ่งของสมาชิกในสังคม ทั้งระดับชุมชนท้องถิ่น และระดับประเทศ ในเรื่องทัศนคตินั้น อาสาสมัครผู้สูงอายุ มีความรักและความห่วงหาพันภูมิปัญญา ทั้งความมุ่งมั่นในการมีชีวิตร่วมกันอย่างเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในชุมชน สร้างสรรค์ให้สังคมสามารถดำรงอยู่อย่างเข้มแข็ง นอกจากนี้ค่านิยมในสังคมไทย ได้แก่ความมีน้ำใจ การอุปถัมภ์ค้ำชู การนับถือผู้ที่มีอาวุโสกว่า เป็นปัจจัยสำคัญที่เกื้อหนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร

5) ภาวะสุขภาพ อาสาสมัครผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งหนึ่งมีปัญหาทางสุขภาพ แต่ก็ไม่ถึงขั้นที่จะเป็นอุปสรรคต่อการทำงานอาสาสมัคร จากการทำอาสาสมัครผู้สูงอายุมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ ทำกิจกรรมด้านการดูแลสุขภาพร่วมกัน ทำให้สุขภาพของสมาชิกภายในกลุ่มแข็งแรงขึ้น ในส่วนของอาสาสมัครสูงอายุที่ไม่มีปัญหาทางด้านสุขภาพ คือไม่มี

ภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง มีสุขภาพที่แข็งแรง สามารถทำกิจกรรมของกลุ่มได้อย่างต่อเนื่อง มีผลมาจากการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และการทำงานออกกำลังกายอย่างเหมาะสม

นอกจากนี้จากการศึกษาพบว่า บทบาทในงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุถือเป็นปัจจัยส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร เนื่องจากการที่ผู้สูงอายุมีโอกาสได้ทำงานตามความสามารถที่ตนมี ช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจและมีความสุขกับบทบาทที่ตนได้รับผิดชอบ จากการศึกษา สามารถแบ่งบทบาทของงานอาสาสมัครได้เป็น 3 บทบาทหลัก คือ

1) บทบาทด้านการเยี่ยมเยียน กิจกรรมสำคัญของบทบาทด้านนี้คือ การออกเยี่ยมเยียน การพูดคุย แนะนำข้อมูลข่าวสาร และความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ให้กำลังใจแก่ผู้ป่วยเอดส์ ผู้พิการ และผู้สูงอายุ และสมาชิกในครอบครัวเหล่านั้น รวมทั้งการให้ความช่วยเหลือปัจจัยที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตตามความเหมาะสม

2) บทบาทด้านการให้บริการ กิจกรรมหลักสำคัญของบทบาทด้านนี้คืออาสาสมัครอำนวยความสะดวกในกิจการที่จัดขึ้น การจัดเตรียมความพร้อมในการทำกิจกรรม การสละแรงงานทำกิจกรรมโดยไม่คิดค่าตอบแทน

3) บทบาทด้านการถ่ายทอดความรู้และภูมิปัญญา โดยการจัดกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ และถ่ายทอดภูมิปัญญาแก่เยาวชนคนรุ่นหลัง

5.1.2 กระบวนการจัดตั้งกลุ่มและการดำเนินกิจกรรม

กระบวนการจัดตั้งกลุ่ม เริ่มต้นจากการทำกิจกรรมเพื่อตอบสนองสถานการณ์ที่เผชิญเฉพาะหน้าจากคนกลุ่มเล็ก ๆ เพียง 3 - 4 คนที่อยู่ในชุมชนเดียวกัน ทั้งนี้การทำงานของอาสาสมัครผู้สูงอายุมิที่มานั้นเป็นประเด็นหลัก 3 ด้าน คือ

1. เป็นการตอบสนองต่อประสบการณ์และผลกระทบจากสถานการณ์ ทำให้ผู้สูงอายุช่วยกันคิดหาทางเข้าไปมีส่วนในการแก้ปัญหา ทั้งเป็นภาระใจที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้รับผลกระทบจากปัญหาและผู้ด้อยโอกาสให้ดีขึ้น

2. เกิดจากสำนักหวงแหนภูมิปัญญา ด้วยความเข้าใจว่าความรู้ภูมิปัญญานั้นก็มีวาระเท่ากับช่วงเวลาชีวิตของบุคคลผู้เป็นเจ้าของความรู้ นั่นคือ หากบุคคลนั้นเสียชีวิตไปความรู้ภูมิปัญญาเหล่านั้นก็สูญหายไปด้วย

3. เกิดจากแรงผลักดันด้านความเชื่อศรัทธา เป็นการตอบสนองต่อหลักธรรมคำสั่งสอน ตามหลักข้อเชื่อในศาสนา ทั้งเป็นการถ่ายทอดบุญกุศลที่ตนเองได้รับอยู่ให้แก่คนอื่น ๆ

การดำเนินกิจกรรมอาสาสมัคร มีความสอดคล้องกับกระบวนการจัดตั้งกลุ่ม นั่นคือในการดำเนินกิจกรรมร่วมกันด้วย สมาชิกภายในกลุ่มเพียงแต่พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และเมื่อ

มีความคิดเห็นตรงกันก็ถือปฏิบัติร่วมกัน นอกจากนี้ผู้นำกลุ่มจะเป็นบุคคลสำคัญในการคิดวางแผนและถ่ายทอดให้สมาชิกภายในกลุ่ม จากปัจจัยประกอบดังกล่าว ทำให้การดำเนินงานอยู่ในรูปแบบของการร่วมกันคิดร่วมกันทำ ร่วมปรึกษาหารือภายในกลุ่มเป็นหลัก

5.1.3 สุขภาวะที่ผู้สูงอายุได้รับจากการทำงานอาสาสมัคร

ด้านร่างกาย

การเข้าร่วมกลุ่มทำงานอาสาสมัครนั้นให้ผลดีต่อสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ เนื่องจากการรวมกลุ่มทำงานอาสาสมัครมีกิจกรรมที่ก่อเกิดประโยชน์ทั้งต่อคนอื่น ๆ รวมทั้งภายในกลุ่มของอาสาสมัครผู้สูงอายุเองด้วย ได้ใช้ความคิดทำให้สมองมีการตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา มีการออกกำลังกายด้วยกัน การพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้ในประเด็นต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านสุขภาพ การดูแลรักษาสุขภาพ อาหารการกิน การพักผ่อน และกิจกรรมอื่น ๆ ที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ

นอกจากนี้กิจกรรมที่อาสาสมัครผู้สูงอายุดำเนินการนั้น ช่วยให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย ด้านร่างกาย ด้านสมองอยู่เสมอ ซึ่งผลทางร่างกายดังกล่าวยังมีความเกี่ยวพันอย่างแยกไม่ออกกับผลดีทางด้านจิตใจ ทางด้านสังคม และจิตวิญญาณ

ด้านจิตใจ

ผลต่อสุขภาวะทางด้านจิตใจนั้นถือเป็นผลที่อาสาสมัครผู้สูงอายุถือว่ามีความสำคัญเป็นอันดับแรก เนื่องจากการทำงานอาสาสมัครทำให้มีความสุขสบายใจ ไม่เครียด ก่อให้เกิดความสุขใจเมื่อเห็นว่าสิ่งที่ตนปฏิบัติมีประโยชน์ต่อคนอื่น และทำให้ตัวเองมีกำลังใจ มีมุมมองต่อสถานการณ์ชีวิตตัวเองในทางบวกมากขึ้น รวมทั้งช่วยให้อาสาสมัครผู้สูงอายุเห็นคุณค่าของตนเอง ลดปัญหาด้านความเครียด ความว้าเหว่ เป็นการจัดการความรู้สึกด้อยค่า หรือขาดบทบาททางสังคม สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีเป้าหมาย มีความหวังต่อไป

ด้านสังคม

การทำงานอาสาสมัครช่วยให้ผู้สูงอายุมีโอกาสพบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็นต่อซึ่งกันและกัน ผู้สูงอายุหลายท่านยังคงมีบทบาทต่อสังคมในสิ่งที่ตัวเองมีความสามารถ มีความรู้ความเชี่ยวชาญ ทำให้เกิดความรู้สึกมีเพื่อน มีเครือข่าย และไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ซึ่งเป็นผลเกี่ยวเนื่องกับสุขภาวะที่ได้รับด้านจิตใจ การที่สังคมยังให้ความสำคัญ ได้รับเกียรติ

และความนับถือ ทำให้อาสาสมัครผู้สูงอายุไม่รู้สึกรู้ว่าตัวเองไร้ค่า ซึ่งก็เกี่ยวข้องกับสุขภาวะที่ได้รับด้านจิตวิญญาณด้วย

ด้านจิตวิญญาณ

อาสาสมัครผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างทุกคนรู้สึกถึงคุณค่าในตัวเองและภาคภูมิใจต่อสิ่งที่ตัวเองกระทำต่อผู้อื่น เห็นคนอื่นได้รับความสุข ได้รับความสบาย ได้ผ่อนคลายจากปัญหาที่เผชิญ การทำงานอาสาสมัครยังช่วยเติมเต็มความเชื่อศรัทธา ทำให้เกิดมุมมองในสถานการณ์ของชีวิตหลากหลาย ดำเนินชีวิตอย่างมีความหวัง รู้สึกว่าตัวเองยังมีค่า ยังทำประโยชน์ ยังช่วยเหลือคนอื่นได้

ประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับแรงผลักดันจากความเชื่อศรัทธาต่อการทำงานอาสาสมัครผู้สูงอายุ ก็คือ แม้ว่าอาสาสมัครผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะไม่พูดถึงแรงขับเคลื่อนจากความเชื่อศรัทธา แต่ผู้สูงอายุเหล่านี้ก็มีความตั้งใจที่แน่วแน่หรือมีอุดมการณ์ในงานที่ตัวเองทำอย่างชัดเจน หลายท่านทำงานอาสาสมัครเพราะมีความประสงค์อยากเห็นคนอื่นได้รับความสุข ได้รับความสบาย ได้รับความผ่อนคลายจากปัญหาที่เผชิญ รวมทั้งตัวเองก็ได้รับความสุขความสบายใจด้วย ดังนั้นจึงเห็นว่าแม้ว่าอาสาสมัครผู้สูงอายุเหล่านี้อาจไม่ได้พูดถึงเงื่อนไขทางความเชื่อทางศาสนามาเป็นปัจจัยในการทำงานอาสาสมัคร แต่สัมผัสได้ว่ากระบวนการคำสอน ความรู้สึกรู้จักคิดและการซึมซับหลักธรรมคำสอนของศาสนาเข้ามาอยู่ในชีวิต ได้กำลังแสดงผลในเชิงปฏิบัติอย่างเป็นธรรมชาติอยู่ตลอดเวลา อย่างที่เจ้าตัวผู้ปฏิบัติอาจไม่ได้คิดถึง ซึ่งผลจากการกระทำดังกล่าวจึงนำมาซึ่งความสุข ความมีสันติสุข และเป็นพลังในการขับเคลื่อนชีวิตต่อไปได้

5.2 ข้อเสนอแนะ

5.2.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

1. ผลการศึกษานี้พบว่า การรวมตัวทำกิจกรรมเชิงอาสาสมัคร ส่งผลที่เป็นบวกต่อสุขภาวะของผู้สูงอายุ ทั้งรูปแบบการจัดตั้งกลุ่ม การดำเนินกิจกรรมก็มีรูปแบบที่ไม่ซับซ้อน อาศัยความสัมพันธ์ที่มีลักษณะเป็นธรรมชาติของผู้สูงอายุในชุมชนนั้น ดังนั้นจึงควรใช้แนวทางดังกล่าวสนับสนุนให้เกิดการรวมตัวทำงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุในกลุ่มอื่น ๆ ที่มีแบบแผนชีวิตใกล้เคียงกัน

2. องค์กร หน่วยงาน สถาบันต่าง ๆ ที่เข้าไปมีส่วนสนับสนุนงานผู้สูงอายุ ควรจัดให้มีเนื้อหาเกี่ยวกับผลดีต่อสุขภาพของผู้สูงอายุจากการเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร เป็นส่วนหนึ่งในกระบวนการให้การสนับสนุนกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ มีความเข้าใจเกี่ยวกับความสำคัญของการมีส่วนร่วมทำงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุมากขึ้น

5.2.2 ข้อเสนอแนะในการศึกษาต่อไป

1. การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาถึงสุขภาวะที่ผู้สูงอายุได้รับจากการทำงานอาสาสมัคร ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติรวมกันเป็นกลุ่ม อย่างไรก็ตามการมีสุขภาวะนั้นแท้จริงมีปัจจัยที่ส่งผลมาจากหลากหลายปัจจัย ไม่ว่าจะเป็นด้านอาหาร กิจกรรมประจำวัน ด้านกิจกรรมส่วนตัวอื่น ๆ ดังนั้นควรมีการศึกษาแบบเจาะลึกในประเด็นต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเพิ่มเติมต่อไป

2. ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาในกลุ่มผู้สูงอายุที่เข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร ทำให้ไม่สามารถเปรียบเทียบให้เห็นความปัจจัยที่แตกต่างกับกลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วม ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาเชิงเปรียบเทียบเพื่อช่วยให้เข้าใจถึงปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจมี รวมทั้งอุปสรรคที่ทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถเข้าร่วมทำงานอาสาสมัครได้

3. ในพื้นที่ที่แตกต่างกัน อาจมีวิถีการดำเนินชีวิต สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม สังคมที่แตกต่าง จึงควรมีการศึกษาเพิ่มเติมในแต่ละพื้นที่ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบกัน ช่วยให้มีแนวทางในการประยุกต์ใช้ผลการศึกษาที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

4. องค์กร หน่วยงาน และสถาบันต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลและสนับสนุนงานผู้สูงอายุ ควรตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับการสนับสนุนการทำงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุ โดยดำเนินการศึกษาเกี่ยวกับความเห็นและความเป็นไปได้ในการเพิ่มการสนับสนุนการทำงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุ จากสมาชิกในครอบครัวและบุคคลอื่น ๆ ในชุมชน