

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ

ปัจจัยเกื้อหนุนและสุขภาพที่ผู้สูงอายุได้รับจากการเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร

ผู้เขียน

นายไตรรัตน์ ทองสัมฤทธิ์

ปริญญา

สาขารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต

คณะกรรมการที่ปรึกษาการค้นคว้าแบบอิสระ

รศ.ดร. พิชรารวรรณ

ศรีศิลป์นันท์

ประธานกรรมการ

ผศ. ดวงฤดี

ลาสุขะ

กรรมการ

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยเกื้อหนุนและสุขภาพที่ผู้สูงอายุได้รับจากการทำงานอาสาสมัคร มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) ศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนที่เอื้ออำนวยให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร 2) ศึกษากระบวนการจัดตั้งกลุ่มและการดำเนินกิจกรรมภายในกลุ่ม 3) ผลต่อสุขภาพด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ที่ผู้สูงอายุได้รับจากการเข้าร่วมทำงานอาสาสมัคร

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจากสมาชิกกลุ่มอาสาสมัครผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่า 1 ปี ในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 17 คน รวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกันยายน 2547- เมษายน 2548 โดยการสัมภาษณ์ร่วมกับวิธีการสังเกต และการสนทนากลุ่มย่อย และนำเสนอผลการวิเคราะห์ด้วยการพรรณนาความ

ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมทำงานอาสาสมัครได้ มีปัจจัยเกื้อหนุนหลักอยู่ 5 ประการ ได้แก่ 1) ปัจจัยลักษณะทางประชากร 2) ปัจจัยทางเศรษฐกิจ 3) ปัจจัยทางสังคม 4) ปัจจัยทางวัฒนธรรม และ 5) ปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยด้านสุขภาพและปัจจัยทางเศรษฐกิจ เป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่มีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมทำงานของอาสาสมัครผู้สูงอายุ ส่วน

กระบวนการจัดตั้งกลุ่มและการดำเนินกิจกรรมนั้น พบว่า กลุ่มอาสาสมัครเริ่มต้นจากคนกลุ่มเล็ก ๆ การจัดตั้งกลุ่มมีที่มาจาก 3 ประเด็นหลัก คือ 1) เกิดจากประสบการณ์และผลกระทบจากสถานการณ์ที่เป็นปัญหา 2) เกิดจากความสำนึกห่วงหาเห่นและต้องการสืบทอดความรู้และภูมิปัญญา 3) เกิดจากแรงผลักดันทางความเชื่อศรัทธาในศาสนา การดำเนินกิจกรรมไม่มีรูปแบบเป็นทางการ แต่อาศัยสัมพันธ์ภายในกลุ่ม การร่วมคิดร่วมทำมีความไว้เนื้อเชื่อใจ เป็นหลัก ในการศึกษายังพบว่า การเข้าร่วมทำงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุ มีบทบาทสำคัญ 3 บทบาทหลัก คือ 1) บทบาทด้านการเยี่ยมเยียนดูแลและให้ความช่วยเหลือ 2) บทบาทด้านการให้บริการ 3) บทบาทด้านการถ่ายทอดความรู้และภูมิปัญญา ในด้านผลต่อสุขภวะนั้น พบว่า การเข้าร่วมกลุ่มทำงานอาสาสมัครให้ผลดีต่อสุขภาพทางร่างกาย เนื่องจากมีการใช้พลังงานของร่างกายและสมอง และการดูแลสุขภาพตนเองสม่ำเสมอ ทางด้านจิตใจนั้น การทำงานร่วมกันทำให้มีความสุข ความสบายใจ ช่วยลดปัญหาความเครียด ความว่าห้วงของผู้สูงอายุ ในด้านสังคม การพบปะสังสรรค์ การที่สามารถแลกเปลี่ยนความรู้ การยังคงบทบาทของตนเองต่อสังคม ทำให้ผู้สูงอายุได้รับความรัก ความเคารพ ได้รับเกียรติและความนับถือ ไม่รู้สึกไร้ค่า ช่วยลดปัญหาการแยกตัว การถอยหนี และเข้าสู่ภาวะซึมเศร้า สำหรับด้านจิตวิญญาณ อาสาสมัครผู้สูงอายุรู้สึกถึงคุณค่าในตัวเองและภาคภูมิใจต่อผลกิจกรรมของตน ทำให้อาสาสมัครผู้สูงอายุได้รับความสุข ความมีสันติสุข และดำเนินชีวิตบั้นปลายอย่างมีความหวัง

ผลการศึกษานี้ สามารถใช้เป็นแนวทางสนับสนุนให้เกิดการรวมตัวทำงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุในกลุ่มอื่น ๆ ในวงกว้าง เพื่อก่อให้เกิดผลดีต่อสุขภวะผู้สูงอายุต่อไป



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.