

**ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์** กระบวนการมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างพลังอำนาจของผู้สูงอายุ  
ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่

**ผู้เขียน** นายประดิษฐพงษ์ อภิรัชติกุล

**ปริญญา** ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ)

**คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์**

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา ไกรพิบูลย์ ประธานกรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิมอณรงค์ งามประภาส กรรมการ

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเสริมสร้างพลังอำนาจเพื่อการปรับตัว โดยใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ และเข้าพักอาศัยในสถานสงเคราะห์ ฯ ไม่เกิน 3 ปี จำนวน 14 คน เครื่องมือในการวิจัยคือ การจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม โดยอาศัยเทคนิค A-I-C (เอ.ไอ.ซี) เพื่อทำการคัดเลือกกิจกรรม ประกอบด้วย 3 ขั้นตอนคือ 1) การสร้างความรู้ 2) การจำแนกประเภทของกิจกรรมและจัดลำดับความสำคัญของกิจกรรม และ 3) การมอบหมายภาระหน้าที่ เพื่อนำกิจกรรมไปสู่การปฏิบัติให้เป็นจริงตามความต้องการของผู้สูงอายุ ใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม และการศึกษาประวัติชีวิต

ผลการวิจัย พบว่า กระบวนการมีส่วนร่วมในการเสริมสร้างพลังอำนาจโดยการจัดกิจกรรม และให้กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมที่จัดขึ้น ตั้งแต่เริ่มวางแผนกิจกรรม ไปจนถึงสิ้นสุดกิจกรรม มีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกมีพลังอำนาจในการควบคุม กำกับการดำรงชีวิตของตนเอง ให้สามารถจัดการกับปัญหาได้อย่างเหมาะสม แล้วนำไปสู่การค้นพบสภาพการณ์จริง

มีการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ ตัดสินใจเลือกวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมกับตนเอง และคงไว้ซึ่งการปฏิบัติที่มีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวได้ทั้งด้านร่างกาย มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและมีความพยายามที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในทางที่ดีขึ้น ให้ความสนใจและให้ความสำคัญกับการออกกำลังกาย ด้านจิตใจ มีจิตใจเบิกบาน ยิ้มแย้มแจ่มใส รู้จักใช้คำพูดที่สุภาพ สามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดี มีสติสามารถยอมรับและเผชิญกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นได้ ด้านอารมณ์ มีอารมณ์ดีขึ้น ไม่เคร่งเครียดเหมือนแต่ก่อน สามารถปรับอารมณ์และเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ด้านสังคม มีการปรับตัวเข้ากับผู้สูงอายุอื่นได้ดีขึ้น มีความสนใจที่จะมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ที่สถานสงเคราะห์ ฯ จัดขึ้น และด้านจิตวิญญาณมีภาวะทางจิตวิญญาณที่สูงขึ้น กล่าวคือมีความรู้ ความเข้าใจ รู้เท่าทันถึงความจริงแท้ตามธรรมชาติของทุกชีวิตว่ามนุษย์มีเกิด มีแก่ มีเจ็บ และมีตาย ยากนักที่ใครจะหนีพ้นได้ ที่สำคัญรู้จักปล่อยวาง หันหน้าเข้าวัด เพื่อที่จะทำให้จิตใจไปในทางที่ดีงาม เป็นสิริมงคล มีจิตวิญญาณหรือปัญญาที่เข้าใจแยกแยะในเหตุผล ความดีความชั่ว บาปบุญคุณโทษ ยึดมั่นในศีลธรรม ได้อย่างเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป สังคมใหม่ การดำรงชีวิตภายใต้ข้อจำกัด กฎ ระเบียบของสถานสงเคราะห์ ฯ

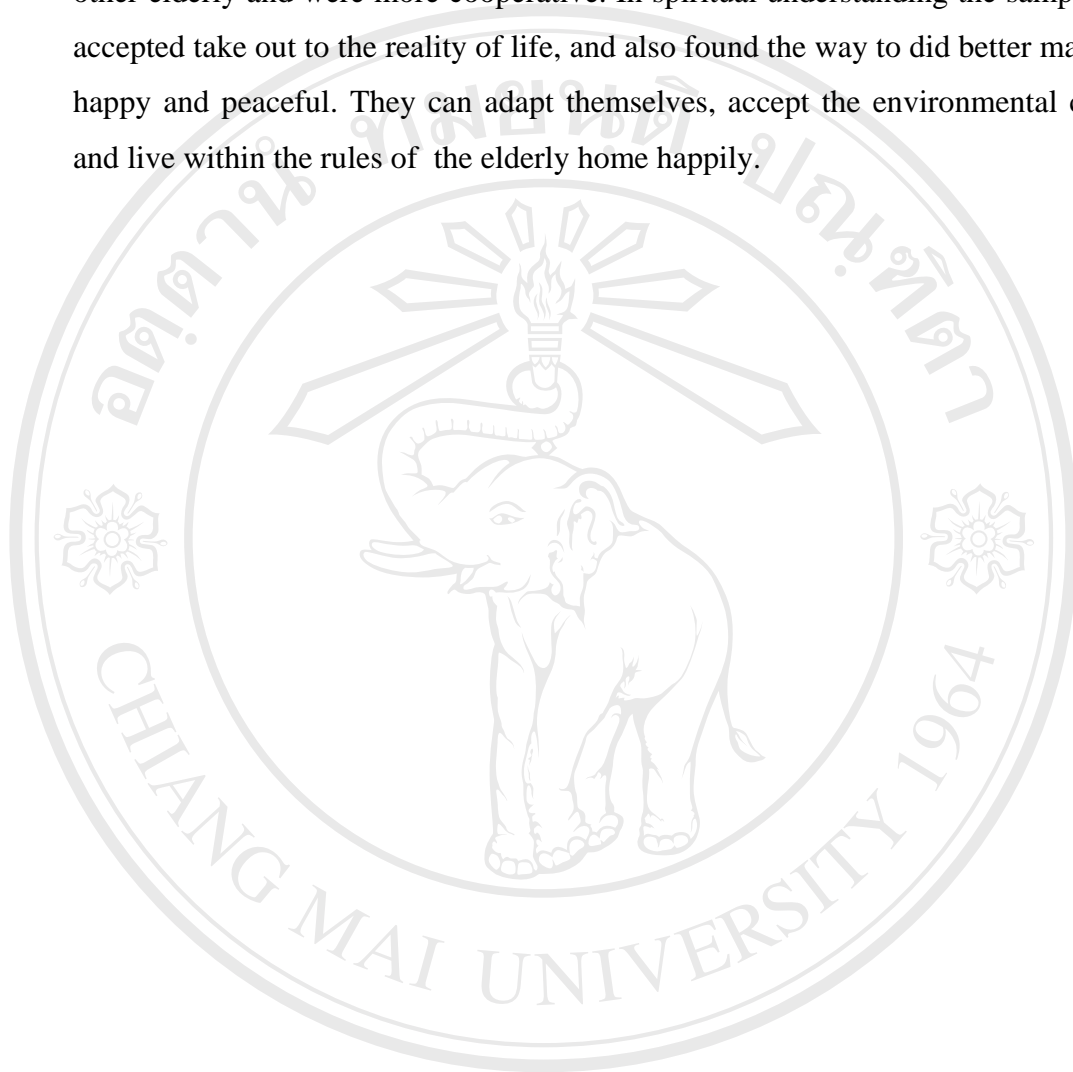
<b>Thesis Title</b>	Participatory Process to Empower the Elderly in the Thammapakorn Home for the Elderly, Chiang Mai
<b>Author</b>	Mr. Praditphong Aphirattikul
<b>Degree</b>	Master of Education (Health Promotion)
<b>Thesis Advisory Committee</b>	Asst. Prof. Dr. Suchada Kraiphibul Chairperson Asst. Prof. Dr. Nimanong Ngamprapasom Member

### ABSTRACT

The objective of this research was study confidence promoting for adaptation in elderly persons. The sample groups were 14 healthy elderly persons who have lived in Thammapakorn Home for the elderly, Chiang Mai for three years. The devices of this research were cooperative activities by using A-I-C techniques to choose activities. These techniques had three parts. One was education, and then the second was an activity prioritized by identification. The third step was personal responsibility. The devices also had data collection by informal interview, observation, and life history studies.

The results found that promoting the elderly to cooperate in the activities planned since the first step until the end of activities helped them to have more confidence, and to feel stronger. They were able to solve the problem, discover the real situations, have better critical thinking, and choose the best way for themselves. The results also affected the body, as well as the mind, the social, and spiritual. The sample groups changed their behaviors into the right way, took more exercise, and they did more to make themselves happy. They also had a better relationship to the

other people, and could accept the real situation. In social activities, they related to the other elderly and were more cooperative. In spiritual understanding the sample group accepted take out to the reality of life, and also found the way to did better make them happy and peaceful. They can adapt themselves, accept the environmental changes, and live within the rules of the elderly home happily.



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved