

ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความพึงพอใจในชีวิต และความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ
ในชมรมผู้สูงอายุที่ศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวา
Family Relationship, Life Satisfaction and Spiritual Well-being among the
Elderly of the Senior Club at Klong Sam Wa Public Health Center 64

เพ็ญพิชญ์ จันทรานภรณ์* ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน*
Penpich Chantranapaporn* Theerapat Wongkumsin*
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*
Kasetsart University*

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความสัมพันธ์ในครอบครัว ระดับความพึงพอใจในชีวิต และระดับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ 2) ศึกษาเปรียบเทียบความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุที่จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ในครอบครัว กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ และ 4) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิต กับ ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือผู้สูงที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวา จำนวน 179 คน เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย คือ แบบสอบถาม และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t-test ค่า F-test การวิเคราะห์การแปรปรวนทางเดียว การทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธี LSD และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01

ผลการวิจัยพบว่า 1) ความสัมพันธ์ในครอบครัวของผู้สูงอายุ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ และความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูง 2) ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษา รายได้ ความสมดุลทางรายได้ และสภาวะสุขภาพแตกต่างกันมีความผาสุกทางจิตวิญญาณแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผู้สูงอายุที่มีเพศ สถานภาพสมรส และจำนวนสมาชิกในครอบครัวแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผู้สูงอายุที่มีอายุ และอาชีพแตกต่างกันมีความผาสุกทางจิตวิญญาณไม่แตกต่างกัน 3) ความสัมพันธ์ในครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ 4) ความพึงพอใจในชีวิต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ : ความสัมพันธ์ในครอบครัว, ความพึงพอใจในชีวิต,ความผาสุกทางจิตวิญญาณ, ผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this study were to 1) to study the level of relationship of the family, life satisfaction and spiritual well-being of elderly 2) to compare the spiritual well-being of elderly separated by individual factors 3) to study the relationship between family relationship and spiritual well-being of the elderly and 4) to study the relations between satisfaction in life and spiritual well-being of the elderly.

The sample of this study were 179 elderly of the elderly club at Klong Sam Wa Public health Center 64. The questionnaires had been used to collect the data which were analyzed by Statistical Package. The statistical analysis included percentage, mean, standard deviation, t-test, F-test, One-Way ANOVA, LSD and Pearson's product moment correlation coefficient by indicating the statistical significance in .05 level and .01 level.

The research results found that 1) the levels of family relation, life satisfaction and spiritual well-being were high, 2) the elderly with different of education, income, balance of income and health status had different spiritual well-being with the statistical significance at .01 level, moreover the elderly with different sex, marital status and family members had different spiritual well-being with the statistical significance at .05 level, while the elderly with different age and occupation had not different in spiritual well-being, 3) the family relationship had positively relationship with spiritual well-being by the statistical significance at .01 level and, 4) life satisfaction had positively relationship with spiritual well-being with the statistical significance at .01 level.

Keywords : Family Relationship, Life Satisfaction, Spiritual Well-being, Elderly.

บทนำ

ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี วิทยาศาสตร์ทางการแพทย์และสาธารณสุขส่งผลให้มนุษย์มีชีวิตยืนยาวขึ้น และทำให้ผู้คนมีอายุเฉลี่ยยืนยาวขึ้น 8.8 ปี โครงสร้างประชากรของไทยจึงมีแนวโน้มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เช่นเดียวกับประเทศต่างๆทั่วโลก ประชากรผู้สูงอายุไทยเพิ่มในอัตราที่สูงขึ้นเรื่อยๆจากร้อยละ 5.0 ในปี พ.ศ.2493 เป็นร้อยละ 10.1 ในปี พ.ศ. 2543 เป็นการเพิ่มขึ้นถึง 2 เท่า และปี พ.ศ.2558 จะมีสัดส่วนผู้สูงอายุร้อยละ 15.6 พ.ศ. 2568 มีร้อยละ 21.5 และ พ.ศ. 2576 มีร้อยละ 25 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ,2555) อย่างไรก็ตามการมีอายุยืนยาวออกไปนั้นยังไม่มีใครสามารถยืนยันได้ว่าผู้สูงจะมีคุณภาพชีวิตที่ดี และความพึงพอใจในชีวิตที่ดีตามมา ผู้สูงอายุจึงเป็นทรัพยากรบุคคลที่ผู้วิจัยให้ความสนใจในการศึกษาวิจัยเพื่อเตรียมความพร้อมให้กับประเทศในการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว

จากแนวโน้มประชากรวัยผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นในอัตราที่รวดเร็วนั้น ได้ส่งผลกระทบต่อถึงปัญหาต่างๆ ซึ่งปัญหาสำคัญที่ผู้สูงอายุมักจะประสบ คือ ปัญหาสุขภาพ ที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เสื่อมถอยทรุดโทรมลงและการมีโรคภัยไข้เจ็บ ปัญหาเศรษฐกิจ เนื่องจากร่างกายไม่สามารถทำงานเหมือนเดิมอีก หรือการเกษียณอายุทำให้ผู้สูงอายุมีรายได้ลดลงหรือขาดรายได้ในการดำเนินชีวิต นอกจากนี้ยังมีปัญหาความหวาดหวั่นจากการขาดความรักและเอาใจใส่จากบุคคลที่ใกล้ชิด และปัญหาสุดท้ายคือ ปัญหาด้านจิตใจ และความรู้สึกนึกคิด (สุชา จันทน์เอม, 2536 : 190)

ครอบครัวเป็นพื้นฐานที่สำคัญของสังคมการที่มีสัมพันธภาพภายในครอบครัวที่ดีเป็นสิ่งสำคัญของการดำรงชีวิตของมนุษย์ ผู้สูงอายุมีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัวเป็นผลทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพราะผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องการความช่วยเหลือในด้านต่างๆรวมทั้งทางด้านจิตใจด้วยเช่นกัน โดยที่ผู้สูงอายุมีความต้องการในการดูแลเอาใจใส่ของสมาชิกภายในครอบครัวของผู้สูงอายุเอง ถ้าภายในครอบครัวมีความห่วงใยรักใคร่ผูกพันกัน เข้าอกเข้าใจในความรู้สึก เอาใจใส่ในการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ปรับตัวเข้าหากันระหว่างสมาชิกใน

ครอบครัว จะทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งจะส่งผลให้การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีและอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข (วารสาร จิตตานนท์, 2545: 59)

ความพึงพอใจในชีวิต เป็นสิ่งที่บ่งชี้ว่าผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างราบรื่น มีความสุข ดังนั้นหากผู้สูงอายุปรับตัวได้ทันกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรม และเหตุการณ์ สภาพแวดล้อมต่างๆที่เข้ามาในชีวิตได้ดี ก็จะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข เกิดความพึงพอใจในชีวิต แต่ถ้าไม่พร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ในขณะที่โลกเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดความลำบากในการปรับตัว ผู้สูงอายุบางคนคิดว่า ตนเองไร้ค่า ไร้ความสามารถมองภาพตนเองในเชิงลบ สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลต่อสภาพจิตใจของผู้สูงอายุมาก เนื่องจากผู้สูงอายุบางคนไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงของตนเอง และสภาพแวดล้อมได้ส่งผลทำให้ผู้สูงอายุนั้นมีความพึงพอใจในชีวิตต่ำ จนอาจเกิดผลร้ายต่อจิตใจทำให้เกิดปัญหาทางจิตขึ้นได้ (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2530)

ความผาสุกทางจิตวิญญาณเป็นความรู้สึก การรับรู้ ความเชื่อในสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การมีสิ่งยึดมั่นทางด้านจิตใจก่อให้เกิดกำลังใจและทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข มีความเข้มแข็งทางจิตใจ และพร้อมที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (Paloutzian&Ellison,1982) ความผาสุกทางจิตวิญญาณมักเกิดควบคู่ไปกับความสามารถในการเผชิญปัญหา ทำให้ผู้สูงอายุมีความหวัง และกำลังใจในการมีชีวิตอยู่ กล้าเผชิญความจริง ยอมรับสภาพที่เป็นอยู่ มีความเข้มแข็งและความหวังในการดำเนินชีวิตพร้อมที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ที่จะดำเนินต่อไปซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และสามารถลดภาวะเครียดได้ ความผาสุกทางจิตวิญญาณจะทำให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุข มีความเข้มแข็งในจิตใจ ยอมรับสภาพที่เผชิญอยู่ และพร้อมที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ที่จะดำเนินต่อไป สามารถเผชิญกับความตายอย่างเข้มแข็งและมีสติ ดังนั้นความผาสุกทางจิตวิญญาณทำให้ผู้สูงอายุคงไว้ซึ่ง การเห็นความหมาย การมีเป้าหมายในชีวิต การแสดงความรักต่อผู้อื่น การมีความหวังและการสร้างสรรค์ ทำให้สามารถก้าวผ่านปัญหา อุปสรรค ความยากลำบากของชีวิตไปได้ จะเห็นได้ว่าความผาสุกทางจิตวิญญาณมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุทั้งทางร่างกาย และจิตใจ

ชมรมผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ทั้ง 50 เขตพื้นที่รวมทั้งศูนย์สาธารณสุข 64 คลองสามวา เป็นหน่วยงานของรัฐ ที่มุ่งเน้นดูแล รักษาประชาชน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ทางศูนย์บริการสาธารณสุขได้มีการตระหนัก และมีนโยบายที่ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ จึงได้เล็งเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุ จึงได้จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้น โดยถือว่าผู้สูงอายุเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่า ที่ควรได้รับการดูแลเอาใจใส่ให้ดำรงชีวิตอย่างมีความหมาย สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข อันนำไปสู่ความผาสุกของชีวิตที่จะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว

จากหลักการและเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ในครอบครัว ความพึงพอใจในชีวิต และความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุที่ศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวา ในมิติของตัวบุคคล ครอบครัว อันได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความพึงพอใจในชีวิต มีความสัมพันธ์กันอย่างไรกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุในศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวา ในการศึกษาครั้งนี้จะมีประโยชน์ในแง่ของการนำผลวิจัยที่ได้มาเป็นข้อมูล และแนวทางให้หน่วยงานผู้รับผิดชอบและผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายได้เห็นถึงความสำคัญของปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ และสามารถนำไปสนับสนุน และส่งเสริมความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุในโอกาสต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสัมพันธ์ในครอบครัว ระดับความพึงพอใจในชีวิต และระดับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ

2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ ที่จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ในครอบครัว กับความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิต กับ ความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ

วิธีการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) โดยทำการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวาการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยได้คำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง จากชมรมผู้สูงอายุในศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวา โดยใช้สูตรของ Yamane (1973) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 179 คน และโดยการสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากชมรมผู้สูงอายุที่ศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวา สถิติที่ใช้ในการวิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติอนุมาน (Inferences statistic) และการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ (Correlation Analysis) กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 78.80 ช่วงอายุอยู่ระหว่าง 70 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 52.5 ส่วนใหญ่คู่สมรสเสียชีวิต คิดเป็นร้อยละ 43 มีอาชีพว่างงานเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 68.70 มีสมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่ 3-4 คน คิดเป็นร้อยละ 44.70 มีการศึกษาระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 59.20 มีรายได้ต่อเดือน 5,001บาท ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 43 ส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่ารายจ่าย คิดเป็นร้อยละ 50.80 และส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 67.6

2. ความสัมพันธ์ในครอบครัวของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ในครอบครัวโดยรวมในระดับสูง ($\bar{X} = 3.42$, S.D=0.41) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการสื่อสาร ($\bar{X} = 3.46$) รองลงมาคือ ด้านอารมณ์ ($\bar{X} = 3.45$) ด้านความสามารถในการถ่ายทอดความรู้สึก ($\bar{X} = 3.41$) และด้านบทบาทต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.37$)

3. ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.47$, S.D=0.38) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านมีความตั้งใจและอดทนต่อชีวิต ($\bar{X} = 3.48$) รองลงมาคือ ด้านการมีความสุขในการดำเนินชีวิต ($\bar{X} = 3.47$) และด้านความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายกับสิ่งที่เกิดขึ้นต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.44$)

4. ความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจทางจิตวิญญาณโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.48$, S.D=0.38) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการเห็นความหมาย และเป้าหมายในชีวิต ($\bar{X} = 3.51$) รองลงมาคือ ด้านการแสดงความรักต่อผู้อื่น ($\bar{X} = 3.50$) และด้านการมีความหวังและสร้างสรรค์ต่ำที่สุด ($\bar{X} = 3.44$)

5. ความสัมพันธ์ระหว่างความสัมพันธ์ในครอบครัว กับความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ พบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .76

6. ความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในชีวิต กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ พบว่า ความพึงพอใจในชีวิต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ .57

สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

ผู้สูงอายุที่มีเพศต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า ผู้สูงอายุที่มีเพศต่างกันมีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง มีความผาสุกทางจิตวิญญาณโดยรวมเฉลี่ย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51 มากกว่าผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพศชาย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.37 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก การลดบทบาททางสังคมทำให้ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพศชาย รู้สึกว่าตนเองด้อยคุณค่า และอาจคิดว่าตนนั้นคงไม่ได้มีโอกาสในการแสดงออกถึงความเป็นผู้นำอีกต่อไป จึงไม่ได้ให้คุณค่าต่อการเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ เพื่อเพิ่มพูนศักยภาพของตนเอง ดังที่ Bakan (อ้างใน ฉันทจิต จริยจรูญโรจน์, 2541 : 14) เสนอแนวคิดที่ว่าเพศชายหญิงมีความแตกต่างกัน โดยเพศชายจะมีลักษณะของการกระทำที่ยึดตนเองเป็นหลัก (Agency) การแสดงออกเป็นในลักษณะปกป้องตนเอง (Self - protection) กล้าแสดงออก ชอบอิสระ และแสดงอำนาจ ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้ อาจทำให้ผู้สูงอายุเพศชาย มีความผาสุกทางจิตวิญญาณโดยรวมเฉลี่ยน้อยกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลจากกรมสุขภาพจิต ที่ได้รวบรวมรายงานผู้ป่วยจิตเวช ระหว่างปีพ.ศ. 2549 – 2551 พบว่า ผู้สูงอายุชายจะมีปัญหาทางจิตเวชสูงขึ้นในแต่ละปี แต่ผู้สูงอายุหญิงกลับลดลง ปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นในผู้สูงอายุ เป็นผลมาจากการเกษียณอายุ การสูญเสียบทบาท การเป็นหัวหน้าครอบครัว การเสียชีวิตของคู่สมรส ญาติ คนใกล้ชิด หรือเพื่อน (นันทศักดิ์ ธรรมานวัตร และคณะ, 2551 : 49) สอดคล้องกับการศึกษาของวงรัตน์ ไสสุข (2544) ที่พบว่า เพศหญิงจะให้ความหมายในชีวิตดีกว่าเพศชายจะมีมุมมองแบบเป้าหมายของชีวิตที่ดีกว่า เมื่อมีอายุสูงขึ้น เพศหญิงจะมีการปรับตัวตามหน้าที่ได้ดีกว่าเพศชาย อาจสืบเนื่องจากการเห็นคุณค่า และการมองโลกระหว่างเพศด้วย

ผู้สูงอายุที่มีอายุแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า ผู้สูงอายุที่มีอายุต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุอยู่ในช่วงอายุที่ใกล้เคียงกัน ยังไม่ชรามาก เป็นวัยที่ทำงานได้ ถ้ามีสุขภาพกายใจดี ผู้สูงอายุอาจจะมีชื่อเสียงของร่างกายตามกระบวนการสูงอายุ แต่ก็ไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินชีวิต ผู้สูงอายุยังมีความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรได้ด้วยตนเอง มีจิตใจที่เข้มแข็ง ยังสามารถเข้าร่วมกิจกรรมในครอบครัวและในชุมชนได้เป็นอย่างดี จึงส่งผลให้มีจิตวิญญาณที่ไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของรักชนก ซูพิชัย (2550) ที่พบว่า ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกโรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จังหวัดนนทบุรีที่มีช่วงอายุแตกต่างกันมีความผาสุกไม่แตกต่างกัน

ผู้สูงอายุที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า ผู้สูงอายุที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามที่สมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก วัยผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องการการยอมรับในสังคม ต้องการมีบทบาทในการพึ่งพาตนเองได้ อีกทั้งเพื่อลดภาวะพึ่งพิงต่อลูกหลาน ซึ่งแม้จะเป็นวัยที่หมดหน้าที่จากการทำงานประจำ และหมดหน้าที่ในการหาเลี้ยงครอบครัวแล้ว แต่อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ก็ยังคงมีความต้องการที่จะทำงานในลักษณะของงานอดิเรก หรืองานบางเวลา เพื่อเป็นช่องทางเพิ่มรายได้ เป็นเงินออม

ให้ชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น และเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจ และเห็นชีวิตมีคุณค่า มีบทบาท และงาน ในลักษณะนี้มักจะส่งผลกระทบต่อความเครียด แต่จะเป็นการส่งเสริมศักยภาพ ความสามารถ ทำให้ผู้สูงอายุมี สุขภาพกายและจิตที่ดี และลดเซบเทาหรือสภาวะที่ผู้สูงอายุสูญเสียไปได้อย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับ งานวิจัยของวันทนี ซาเพ็ง (2540) ที่พบว่า อาชีพมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดชัยนาท อธิบายไว้ว่า ผู้สูงอายุที่ยังประกอบอาชีพมีคุณภาพชีวิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ เนื่องจากการประกอบ อาชีพแสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุยังสามารถพึ่งตนเองได้ จึงรู้สึกภูมิใจในตนเอง ส่งผลให้มีความพอใจในชีวิต และจาก การศึกษาของจิราพร อภิชาติบุตร (2543) พบว่า การประกอบอาชีพเพื่อการเลี้ยงชีพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนแออัด เขตกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า การมีอาชีพนำมาซึ่งรายได้ ของตนเองจะทำให้รู้สึกมั่นคง ทำให้ผู้สูงอายุได้รับการยอมรับว่า ตนเองยังมีคุณค่า มีประโยชน์ต่อครอบครัวและ สังคมรู้สึกว่าคุณภาพทางสังคมไว้ได้ ส่งผลให้สามารถปรับตัวได้และมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการทดสอบ สมมติฐานพบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสต่างกันมีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน โดยมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส ยังมีคู่ สมรสที่จะคอยให้กำลังใจ คอยรับทุกข์ และมีที่ปรึกษา ต่างจากผู้สูงอายุที่มีสถานภาพแยกกันอยู่ หย่าร้าง หรือ คู่สมรสเสียชีวิต ที่ขาดกำลังใจ และเพื่อนปรับทุกข์ในยามที่ขาดกำลังใจ ทำให้ต้องแก้ปัญหาตามลำพัง ซึ่งสอดคล้อง กับ กิ่งแก้ว ทรรศพระวงศ์ (2553) ที่ศึกษาเกี่ยวกับสภาวะทางจิตของผู้สูงอายุไทย พบว่าผู้สูงอายุที่สมรสมีสภาวะทางจิตสูงกว่ากลุ่มที่เป็นหม้าย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผู้สูงอายุที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการ ทดสอบสมมติฐานพบว่า ผู้สูงอายุที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวต่างกันมีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่าง กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ผู้สูงอายุล้วนต้องการ ความช่วยเหลือดูแลจากสมาชิกในครอบครัวอย่างใกล้ชิดเพื่อช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง จิตใจเข้มแข็ง คอยให้กำลังใจ ให้ความรักเพราะสังขารเปลี่ยนแปลงไป ความเสื่อมโทรมของร่างกายมารุมเร้าทำให้ขาดความสุข หรือเกิดความเครียดเพราะมีความเจ็บปวดของร่างกาย รวมถึงความสับสนของอารมณ์ การที่มีสมาชิกในครอบครัวคอยดูแลจะทำให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ (สุพัตรา ศรีวณิชชากร และคณะ, 2556) พบว่าครอบครัวและคนในชุมชนเป็นกลุ่มที่มีความใกล้ชิดและสนิทสนมกับผู้สูงอายุมากที่สุดมี ศักยภาพในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชนคือค่านิยมความกตัญญูต่ดูแลเอาใจใส่บุพการีหรือผู้สูงอายุด้วยความ เคารพรักเยื้อมเยียนพูดคุยและให้กำลังใจซึ่งทำให้ผู้สูงอายุคลายเหงาและมีความสุขได้ระดับหนึ่งดังนั้นครอบครัว จึงเป็นกลุ่มที่ให้การดูแลผู้สูงอายุครอบครัว 5 มิติ

ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการทดสอบ สมมติฐาน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน โดยมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุในช่วงนี้ในสมัย ก่อนนั้นมีการศึกษาระดับประถมศึกษาเป็นมาตรฐานที่รับได้ สามารถหางานทำได้ สามารถที่จะ เลี้ยงชีพ เลี้ยงครอบครัวได้ มีความเคยชินกับการเป็นอยู่ที่พอดี มีอาหารครบสามมื้อ มีที่อยู่อาศัย และเครื่องนุ่ง ห่ม ทำให้ไม่มีการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตมากนัก ส่วนผู้สูงอายุที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ส่วนมากจะทำงานที่ ค่อนข้างดี ความเป็นอยู่ที่ดีมาก่อน พอเข้าสู่ผู้สูงอายุโดนลดบทบาท หน้าที่ทางสังคม อาจจะใช้เวลาในการ ปรับตัวนานกว่าผู้สูงอายุที่จบระดับประถมศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Fisher (2008) ที่ว่าความผาสุก ทางจิตวิญญาณนั้นต้องมีส่วนของ ภายในบุคคล ระหว่างบุคคล และสิ่งแวดล้อมที่สามารถอยู่ได้อย่างมีความสุข

ผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่อเนื่องแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่อเนื่องแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุที่ชมรมศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวา เป็นเขตที่อยู่ชานเมือง มีความสงบ เรียบง่าย มีลูกหลานดูแล มีพื้นที่ที่สามารถเพราะปลูกในการที่จะนำผลผลิตมาทำกินได้ เป็นการใช้ชีวิตอย่างพอเพียงตามอัตภาพมากกว่าจำนวนเงิน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของคสิพจน์ ยอดเพชร และคณะ (2540) ที่ว่า หากผู้สูงอายุมีเงินเพียงพอค่าใช้จ่าย แม้จำนวนไม่มากนักแต่ขอให้เงินส่วนตัว ที่ตนเองมีสิทธิอย่างเต็มที่ในการใช้จ่ายจะทำให้สบายใจและมั่นใจ

ผู้สูงอายุที่มีความสมดุลของรายได้/รายจ่ายแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีความสมดุลของรายได้/รายจ่ายแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ผู้สูงอายุที่มีความสมดุลของรายได้ที่เป็นไปในทิศทางบวก อาจจะรู้สึกถึงความมั่นคงทางจิตใจมากกว่า ผู้สูงอายุที่มีความสมดุลของรายได้น้อยกว่า ผู้สูงอายุที่มีความสมดุลของรายได้มากกว่ารายจ่าย อาจจะมี ความมั่นคง รู้สึกมีความสุขในชีวิต ความเครียดน้อยกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยกว่ารายจ่าย ซึ่งสอดคล้องกับ ทวีชัย เซสูงเนิน และปิยธิดา คูหิรัญญรัตน์ (2554) ทำการศึกษาผู้สูงอายุที่เกษียณอายุแล้วในจังหวัดขอนแก่น ที่พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความอยู่ดีมีสุขในด้านเศรษฐกิจ คือ ความพอเพียงของรายได้ ความรู้สึกมั่นคงในทรัพย์สิน การเป็นเจ้าของบ้าน การมีรถยนต์ส่วนตัว นอกจากนี้การศึกษาของณัฐกาญจน์ สาสิงห์ และปิงปอนด์ รักอำนวยกิจ (2550) พบว่า ปัจจัยระดับครัวเรือนและสังคม ได้แก่ การไม่มีหนี้สินหรือการมีหนี้ที่ไม่เป็นภาระหนักมากมีผลต่อความสุขของประชากรในจังหวัดกาญจนบุรี การศึกษาความสุขในระดับครัวเรือนโดย รศรินทร์ เกรย์ อภิชาติ จำรัสสุทธิรงค์ ปราโมทย์ ประสาทกุล และอุมาภรณ์ ภัทรวานิชย์ (2555) ที่ใช้ข้อมูลการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือน พ.ศ. 2552 ซึ่งสำรวจโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ จำนวน 52,000 ครัวเรือน พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อระดับความสุข ได้แก่ รายได้ครัวเรือน และหนี้สินครัวเรือน ผู้ที่อยู่ในครัวเรือนที่มีรายได้สูง ไม่มีหนี้สิน มีความสุขสูงสุด เช่นเดียวกับ การศึกษาระดับบุคคล จากประชากร อายุ 15 ปีขึ้นไปในจังหวัดกาญจนบุรีและชัยนาท จำนวน 5,357 ราย โดย วนชัย ทองไทย และรศรินทร์ เกรย์ (2554) พบว่า รายได้มีความสัมพันธ์กับความสุขในทางบวก ในขณะที่หนี้สินมีความสัมพันธ์ทางลบกับความสุขอย่างมีนัยสำคัญ

ผู้สูงอายุที่มีสภาวะสุขภาพแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสภาวะสุขภาพแตกต่างกัน มีความผาสุกทางจิตวิญญาณที่แตกต่างกัน โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัว ทำให้ร่างกายแข็งแรง ทำให้การที่จะแสดงออกซึ่งความรัก ความหวังใจ การไปหาผู้อื่นเพื่อแสดงออก เป็นไปด้วยความง่ายดาย ไม่ติดปัญหาทางด้านร่างกาย ซึ่งสอดคล้องกันกับงานวิจัยของ ชินัน บุญเรืองรัตน์ (2551) ที่พบว่า ผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัวนั้นจะมีความผาสุกทางจิตวิญญาณมากกว่าผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว เพราะผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัวนั้นสามารถใช้ชีวิตได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัว ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายการรักษา ไม่ต้องพะวงกับการรับประทานยา สอดคล้องกับ Fisher (2008) ที่กล่าวว่าผู้ที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณนั้นต้องมีส่วนของ องค์ประกอบภายในบุคคลที่ก็คือ ร่างกายที่ดี และสภาพจิตใจที่ดี

ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ผู้สูงอายุมีสัมพันธ์ภาพในครอบครัว ครอบครัวด้านการแสดงออกซึ่งความรัก ความเอื้ออาทรต่อกัน ด้านการใช้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกันกับครอบครัว ด้านการติดต่อสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว ด้านการปฏิบัติตามบทบาท

หน้าที่ที่เหมาะสมของสมาชิกในครอบครัว และด้านการพูดคุยปรึกษาหารือ และตัดสินใจในเรื่องสำคัญต่างๆ เช่น การที่สมาชิกในครอบครัวแสดงออกถึงความรัก ความห่วงใยที่มีต่อกัน มีการทำกิจกรรมร่วมกันและมีเวลาอยู่ด้วยกันในเวลาว่าง สมาชิกในครอบครัวแต่ละคนปฏิบัติตนได้สอดคล้องกับหน้าที่ของตนเอง มีการพูดคุยปรึกษาหารือ และตัดสินใจในเรื่องสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สุจิตรา นิลเลิศ (2539) ครอบครัวเป็นแหล่งประโยชน์หลักในการดูแลสุขภาพและความผาสุกของผู้สูงอายุ การช่วยเหลือรวมไปถึงการช่วยเหลือด้านอาหาร สิ่งของ เสื้อผ้า เงิน การดูแลในขณะเจ็บป่วย การให้ข้อมูลข่าวสาร อีกทั้งยังเป็นที่พักพิงทางจิตใจ และที่พึ่งพิงทางอารมณ์ สามารถที่จะถ่ายทอดเรื่องราวต่างๆในชีวิตให้บุคคลในครอบครัวรับรู้ได้ การดูแลในขณะเจ็บป่วย การให้ความรัก ความห่วงใย ความเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัว เป็นต้น และพบว่าการให้ความเคารพนับถือของบุตรหลาน มีความสำคัญเป็นอันดับต้นๆ ที่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับสุวดี ทองเพชร (2554) ที่ศึกษาเกี่ยวกับความผาสุกทางใจของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนคร สุราษฎร์ธานี พบว่า การสนับสนุนทางสังคมของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครสุราษฎร์ธานีอยู่ในระดับมาก และมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงกับความผาสุกทางใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .05 และสอดคล้องกับพิสมัย สิโรตมรัตน์ ที่ศึกษาเกี่ยวกับความหว้าเหว่ การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนทางสังคมและความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี พบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ความพึงพอใจในชีวิตมีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า ความพึงพอใจในชีวิต มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุ โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก การที่ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าในตนเองสูง พึงพอใจในตนเอง ทั้งการยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม สถานะทางเศรษฐกิจ บทบาทหน้าที่ที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งต้องปรับตัวอย่างสูง ผู้สูงอายุรู้ว่าตนเองสามารถปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวันได้อย่างปกติ มีความกระตือรือร้น และเข้าร่วมกิจกรรมที่ดี มีประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นได้ มีการติดต่อสังสรรค์กับผู้อื่นทำให้มีความสุขในการดำเนินชีวิต และสนองต่อปัจจัยขั้นพื้นฐาน ผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิต มักจะกล้าเผชิญกับปัญหา ถือว่าปัญหาที่ตนเองเจอเป็นสิ่งที่ท้าทาย มองโลกในแง่บวก สอดคล้องกับความพึงพอใจในชีวิตด้านการมีความสุขในการดำเนินชีวิต ด้านมีความตั้งใจและอดทนต่อชีวิต ด้านความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายกับสิ่งที่เกิดขึ้น และด้านอัตโนมัตินั้น สามารถปรับตัวให้เข้ากับยุคสมัยปัจจุบัน มีเป้าหมายที่สอดคล้องกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง และรู้ว่าตนเองมีสุขภาพร่างกาย และจิตใจที่ดี ผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิตในระดับสูง จะเป็นบุคคลที่มีความสุขในการดำรงชีวิต และมีความผาสุกทางจิตวิญญาณ ส่งผลให้ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ สอดคล้องกับแนวคิดของ Neugarten et al. (1961) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิต เป็นความรู้สึกที่มีความสุขในการดำเนินชีวิต ความรู้สึกอึดอึดใจและพอใจ ความรู้สึกในการยอมรับความสำเร็จ และความล้มเหลวในชีวิต การมองโลกในแง่ดี พร้อมทั้งเห็นความดีของตนเองและผู้อื่น ความรู้สึกยอมรับ สภาพตามวัยของตนได้ และแนวคิดของ Harre (1976) กล่าวว่า ความพึงพอใจในชีวิต เป็นความรู้สึกทางบวก ที่มีความมั่นคงต่อสภาพจิตใจ ทำให้จิตใจรู้สึกสงบ รับรู้คุณค่าของตนเอง เกิดความสุข และสามารถตัดสินใจได้ มีการเรียนรู้ที่จะปรับตัวในการใช้ชีวิตเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาพบว่า ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุโดยรวม อยู่ในระดับสูง โดยพบว่า ผู้สูงอายุมีความผาสุกทางจิตวิญญาณด้านการมีความหวัง และการสร้างสรรค์อยู่ในระดับน้อยกว่าด้านอื่น โดยเฉพาะในข้อคำถามท่านเชื่อว่าถ้าจะประสบความสำเร็จได้ต้องมีการตั้งความหวังก่อน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พอใจในชีวิตปัจจุบัน ไม่ต้องดิ้นรน หรือตั้งเป้าหมาย และแสวงหาความสุขเท่าที่จำเป็นก็เพียงพอแล้ว และไม่มี ความวิตกกังวลเกี่ยวกับอนาคตในบั้นปลาย ไม่กลัวการเจ็บป่วยหรือความตาย เนื่องจากคิดว่าเป็นเรื่องธรรมชาติที่ทุกคนต้องเผชิญ ทำให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกทางจิตวิญญาณ ดังนั้น จึงควรจัดกิจกรรมที่เสริมสร้างทัศนคติในการดำเนินชีวิต และสร้างเสริมให้มีเจตคติที่ดีต่อชีวิตให้ยืนยาว ให้ผู้สูงอายุสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาปรับใช้การดำเนินชีวิต เพื่อส่งผลให้เกิดความผาสุกทางจิตวิญญาณที่ยั่งยืนกับผู้สูงอายุในระดับสูงต่อไป

จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป มีความผาสุกทางจิตวิญญาณโดยรวมเฉลี่ยน้อยกว่ากลุ่มอื่น ผู้สูงอายุในช่วงวัยนี้ เป็นวัยที่สุขภาพร่างกายเสื่อมถอยและมีความเจ็บป่วย จึงไม่ค่อยได้มีการเข้าไปรวมกิจกรรม หรือเป็นช่วงวัยที่ห่างกันมากกับสมาชิกในครอบครัว ทำให้ความสัมพันธ์ดูห่างเหินกันไป ผู้สูงอายุส่วนมากจะแยกตัว มีเรื่องครุ่นคิด และบางครั้งอาจจะเกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมาได้ ดังนั้น ควรมีการประเมินและคัดกรองผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิตในกลุ่มนี้ โดยให้ทางทีมสุขภาพดำเนินการตรวจสอบสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ พร้อมทั้งให้คำปรึกษากับผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพจิต พร้อมทั้งให้คำแนะนำการผ่อนคลายเมื่อเกิดความเครียดหรือเกิดความไม่สบายใจ และให้ความรู้ คำแนะนำกับสมาชิกในครอบครัว ในเรื่องการส่งเสริม และดูแลสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีความผาสุกทางจิตวิญญาณในระดับสูงขึ้น และป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมาในอนาคต

จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับสูง โดยพบว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตด้านระดับอารมณ์ต่ำที่สุด ผู้สูงอายุรู้สึกว่าการจัดการกับอารมณ์ของตนเองยังไม่คงที่ อารมณ์เปลี่ยนแปลงรวดเร็ว ดังนั้นควรมีการส่งเสริมผู้สูงอายุโดยให้ชมรมผู้สูงอายุ ครัวครัว ชุมชน สำนักงานเขต คลองสามวา และหน่วยงานอื่นๆที่เกี่ยวข้อง ด้วยการตอบสนองความพึงพอใจด้านต่างๆ การที่ผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่ดี ไม่ว่าจะเป็นการส่งเสริมด้านสาธารณสุข การแพทย์ การให้ข้อมูลข่าวสาร ความรู้ การสร้างเครือข่ายทางสังคม การดำเนินงานจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีระดับอารมณ์เชิงบวก รับรู้ตนเองเชิงบวก มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มีการรับรู้คุณค่าของตนเอง มีความสุขในการดำเนินชีวิต ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตมากยิ่งขึ้น

จากการศึกษาพบว่า ความสัมพันธ์ในครอบครัวของผู้สูงอายุโดยรวมเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง โดยพบว่าผู้สูงอายุที่มีความสัมพันธ์ในครอบครัวด้านบทบาทต่ำที่สุด โดยเฉพาะในข้อคำถามสมาชิกในครอบครัวของท่านสามารถทำหน้าที่ได้อย่างเหมาะสม ผู้สูงอายุรู้สึกว่าการดูแลตนเองโดนลดบทบาทของตนเองลง คนในครอบครัวมีความเร่งรีบในการทำภารกิจต่างๆ ลูกๆหลานๆ ต่างมีหน้าที่ของตน ทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัว การพบปะลดลง อาจจะมีได้พูดคุยกันบ้างบางเวลาเท่านั้น ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ติดมากนัก โดยเฉพาะในเรื่องของการแสดงบทบาท เพราะการไม่ได้พบปะกันเป็นเหตุให้ไม่ได้แสดงออกให้สมาชิกได้รับรู้ ดังนั้นการเสริมสัมพันธ์ภาพในครอบครัวจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สมาชิกในครอบครัวให้ความสนใจ และดูแลเอาใจใส่ในตัวผู้สูงอายุ เช่น อาจจะหาโอกาสในวันสำคัญหรือวันหยุดเทศกาลต่างๆ ไปพักผ่อนร่วมกันของสมาชิกให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าการดูแลตนเองยังมีคุณค่า มีบทบาทในครอบครัว อาจจะทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีการพัฒนาได้ดีขึ้น และเป็นการเสริมสร้างความอบอุ่นให้กับผู้สูงอายุให้ดีขึ้น

บรรณานุกรม

- ขจรศรี แสนปัญญา. (2553). ความวิตกกังวลต่อความตาย การมองโลกในแง่ดี ความผาสุกทางจิตวิญญาณ และการปรับตัวต่อความตายของผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรังในคลินิกผู้สูงอายุโรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาชุมชน, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ชินัน บุญเรืองรัตน์. (2551). ความผาสุกทางจิตวิญญาณ และความผาสุกของผู้สูงอายุในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านบางแค. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รักชนก ชูพิชัย. (2550). ความผาสุกของผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลพระนั่งเกล้าจังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาชุมชน, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- รศรินทร์ เกรย์ และคณะ. (2555). รายได้ หนี้สิน การทำใจยอมรับกับปัญหา และความสุข. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 57(3) : 347-356
- สุจิตรา นิลเลิศ. (2539). ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการอุปถัมภ์จากบุตรกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุไทยในชนบทจังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ประชากรศาสตร์ดุสิตบัณฑิต สาขาวิชาประชากรศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุชา จันทน์เอม. (2536). จิตวิทยาพัฒนาการ. พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.
- วันที ขำเพ็ง. (2540). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุชนบทจังหวัดนครราชสีมา. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2530). จิตวิทยาพัฒนาการ=Psychology of development. พิมพ์ครั้งที่ 4 เชียงใหม่ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- Bolander, V.B. (1994). Sorensen and Luck Mann's basic nursig : A psychophysiology approach. Philadelphia: W.B Saunders Company.
- Riley, M.W. (1972). Aging and society : a sociology of age stratification. New York: Russell Sage Foundation.
- Hightfield, M. F. and V.B Carson. (1983). "Spiritual need of patient: are they recongnized?." Cancer Nursing 6(3): 187-192.