

การจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุในช่วงสถานการณ์
การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
Managing Music and Art Activities for the Elderly During
the COVID-19 Pandemic

นัฐิกา สุนทรนผล^{1*}

Nuttika Soontorntanaphol^{1*}



¹ คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพฯ 10110

¹ Faculty of Fine Arts, Srinakharinwirot University, Bangkok, Thailand, 10110

* Corresponding author: E-mail address: nuttikas@gs.wu.ac.th

(Received: June 18, 2021; Revised: December 26, 2021; Accepted: December 31, 2021)

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาขั้นตอนการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุ และศึกษาผลการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) กรณีศึกษา มูลนิธิบ้านสุทธवासเฉลิมพระเกียรติฯ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ มูลนิธิบ้านสุทธवासเฉลิมพระเกียรติฯ จำนวน 5 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ จำนวน 8 แผน และแบบสอบถามความพึงพอใจต่อกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า ขั้นตอนการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน สำคัญ คือ ขั้นตอนเตรียมการและวางแผน ขั้นตอนการจัดกิจกรรม และขั้นสรุปผลกิจกรรม พบว่า การอบรม มอบหมายให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุทำหน้าที่จัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ ดูแลช่วยเหลือ และชี้แนะผู้สูงอายุขณะทำกิจกรรม และเก็บข้อมูลกับผู้สูงอายุโดยตรง เป็นผลให้ข้อมูลที่ได้รับเป็นข้อเท็จจริงมากกว่าการที่ผู้วิจัยเข้าไปเก็บข้อมูลเอง เพราะผู้ดูแลผู้สูงอายุมีความเข้าใจในลักษณะนิสัย พฤติกรรมของผู้สูงอายุแต่ละท่าน หากผู้วิจัยเข้าไปสอบถามพูดคุยเอง ผู้สูงอายุอาจเกิดความเกรงใจในการตอบคำถาม และให้คะแนนความพึงพอใจแบบลำเอียง อาจทำให้ได้ข้อมูลที่ไม่น่าเชื่อถือเป็นความจริง จึงกล่าวได้ว่า ผู้ดูแลผู้สูงอายุเป็นผู้ช่วยนักวิจัยอีกรูปแบบหนึ่ง และผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะภาพรวมในระดับมากที่สุด

คำสำคัญ: กิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ ผู้สูงอายุ เชื้อไวรัสโคโรนา 2019

Abstract

This study aims at studying the process of managing music and art activities for the elderly and investigating the results of the activities during the COVID-19 pandemic as a case study of Baan Sudthavas Chalerm Prakiatr Foundation. The sample were 5 elderly caretakers from Baan Sudthavas Chalerm Prakiatr Foundation, Ongkharak District, Nakhon Nayok Province. The research instruments were 8 action plans for music including art activities and questionnaire items about the participants' satisfactions towards the activities. The study revealed that the processes of music and art activities during the COVID-19 pandemic consisted of the following 3 key steps; preparation and planning, workshop, and activity wrap-up. The research also showed that elderly caretakers could act as a researcher who needed to facilitate music and art activities, assisted and guided the elderly throughout the sessions. In addition, instead of the researchers collecting the data themselves, having the caregivers directly collect the data could, to some extent, result in valid data as the caregivers had a better understanding on each of elderly's personality and behaviour. If the researchers talked with the elderly, they tended to be scared of answering the questions and biased

against satisfaction score. This might cause the information to be unrealistic. With the processes, it was found that the elder caregivers could be research assistants as well. In addition, overall, the elderly were also satisfied with the music and art activities at a very satisfying level.

Keywords: Music and Art activity, Elderly, Corona Virus 2019

บทนำ

ประเทศไทยกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ ในปี พ.ศ. 2564 จะมีผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปี เกิน 20% ของจำนวนประชากรทั้งหมด และภายในปี พ.ศ. 2578 คาดการณ์ว่าจะมีประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น เป็นร้อยละ 30 ของจำนวนประชากรทั้งหมด ปัจจุบันประชากรของประเทศไทยที่มีอายุตั้งแต่ 70 ปีขึ้นไป มีจำนวน 4,764,684 คน เป็นเพศชาย 1,804,914 คน คิดเป็น 38% เพศหญิง 2,959,770 คน คิดเป็น 62% กระจายอยู่ในแต่ละภูมิภาคของประเทศ ประกอบด้วย กรุงเทพมหานคร 425,847 คน ปริมณฑล 380,612 คน ภาคกลางยกเว้น กทม.และปริมณฑล 241,023 คน ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 1,547,872 คน ภาคเหนือ 977,312 คน ภาคใต้ 591,581 คน ภาคตะวันออก 311,557 คน และภาคตะวันตก 288,881 คน และเมื่อคิดตามสัดส่วนของประชากรผู้ที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไปมีสัดส่วนถึง 7.25% ของประชากรทั้งหมด [1] เมื่อมีจำนวนของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นความต้องการในด้านต่าง ๆ ก็เพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะสุขภาพอนามัย ซึ่งเป็นความต้องการที่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสำคัญหลายประการ ทั้งปัจจัยโครงสร้างทางสังคม ได้แก่ สิ่งแวดล้อมทางสังคม สิ่งแวดล้อมในการทำงาน ปัจจัยตัวบุคคล ได้แก่ ปัจเจกบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคมประเทศ รวมถึงวัยและเพศของบุคคล และปัจจัยสถานะทางเศรษฐกิจและสังคม ได้แก่ รายได้และความไม่เท่าเทียมกันในสังคม [2-3] ความต้องการในการได้รับการดูแลจากภาครัฐ ภาคเอกชน และบุคคลรอบข้างย่อมมีมากขึ้น สิ่งหนึ่งที่ผู้สูงอายุควรจะได้รับคือ การจัดสวัสดิการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ทั้งจากภาครัฐ ภาคเอกชน หรือแม้แต่ภาคประชาชนในชุมชน [4]

ในช่วงของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID - 19) จากฐานข้อมูลรายงาน COVID - 19 ณ วันที่ 2 มิถุนายน 2563 พบว่า ประเทศไทยมีจำนวนผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) ที่ติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 รวมทั้งสิ้น 328 ราย คิดเป็นร้อยละ 10.64 ของผู้ป่วยทั้งหมด ซึ่งเท่ากับ 3,083 ราย โดยจำแนกเป็นกลุ่มผู้สูงอายุวัยต้น จำนวน 217 ราย คิดเป็นร้อยละ 66.16 ผู้สูงอายุวัยกลาง จำนวน 86 ราย คิดเป็นร้อยละ 26.22 และผู้สูงอายุวัยปลาย จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 7.62 และมีจำนวนผู้สูงอายุที่เสียชีวิตเท่ากับ 26 ราย หรือคิดเป็นร้อยละ 45.61 ของผู้เสียชีวิตจากการติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในทุกช่วงวัย ซึ่งเท่ากับ 58 ราย โดยสัดส่วนการเสียชีวิตในกลุ่มผู้สูงอายุระหว่างเพศชายต่อเพศหญิง เท่ากับ 2.86 : 1 คน และกลุ่มวัยสูงอายุมีอัตราป่วยตาย เท่ากับร้อยละ 8.23 ในขณะที่วัยทำงาน (อายุ 15-59 ปี) มีอัตราป่วยตายเพียงร้อยละ 1.22 และภาพรวมของประเทศไทยมีอัตราป่วยตายเพียงร้อยละ 1.88 เท่านั้น จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุมีโอกาสเสียชีวิตจากการติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 มากกว่าช่วงวัยอื่น ๆ จึงถือเป็นกลุ่มผู้เปราะบางที่

ต้องได้รับการดูแลเป็นอย่างดีในสถานการณ์ปัจจุบัน อีกทั้งผลการวิจัยอัตราการติดเชื้อและความรุนแรงของโรคโควิด-19 ทั้งจากองค์การอนามัยโลก ประเทศจีน และอิตาลี พบข้อมูลเป็นไปในทิศทางเดียวกัน คือ ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงที่สุดที่จะติดเชื้อรุนแรงและเสียชีวิต โดยความเสี่ยงเพิ่มขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น ผู้ที่มีอายุต่ำกว่า 60 ปี มีอัตราการเสียชีวิตน้อยกว่า 1% ในขณะที่ผู้ที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป มีอัตราการเสียชีวิต 8.0-9.6% และอายุ 80 ปีขึ้นไปมีอัตราการเสียชีวิตสูงถึง 14.8-19.0% ดังนั้นจึงต้องดูแลผู้สูงอายุเป็นพิเศษให้ติดเชื้อโควิด-19 [5]

การจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในช่วงนี้ จึงมีความสำคัญอีกนัยหนึ่งที่อาจช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดให้กับผู้สูงอายุได้บ้าง ทั้งกิจกรรมดนตรีมีผลทำให้เกิดความสดชื่น ลดความเศร้า คลายความเครียด ลดความวิตกกังวล ทำให้มีสมาธิ กระตุ้นความทรงจำ ช่วยควบคุมอารมณ์ และส่งเสริมสัมพันธ์ภาพกับบุคคล สร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันในชุมชนมากขึ้น ทำให้ได้เกิดการพบปะ พูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เสริมสร้าง ความสามัคคี เกิดปฏิสัมพันธ์ และช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี [6-9] รวมถึงการสร้างงานศิลปะที่จะช่วยในเรื่องความคิดสร้างสรรค์ ช่วยให้สภาพของจิตใจดีขึ้น ทั้งยังช่วยบำบัดภาวะซึมเศร้าได้เป็นอย่างดี อีกทั้งยังทำให้จิตใจสงบ ดังผลงานวิจัยของ MacGregor, Liebmann, Proulx, Weiss, ธัญญณี วรรงค์จรรุรัตน์ [10-14] ปรากฏผลการวิจัยสอดคล้องกันว่า กิจกรรมศิลปะเป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณค่าในตนเอง เมื่อผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมศิลปะจะส่งผลต่อจิตใจ ได้แสดงออกความรู้สึกนึกคิดผ่านการทำกิจกรรมศิลปะ โดยเฉพาะสิ่งที่ไม่สามารถบรรยายหรือสื่อสารด้วยภาษาพูด ช่วยให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ความรู้สึกของตนเอง และส่งเสริมทักษะในการแก้ปัญหา เพื่อให้ผู้สูงอายุยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนได้ ในด้านร่างกาย กิจกรรมศิลปะช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงให้กับกล้ามเนื้อ การเคลื่อนไหว การกระตุ้นประสาทสัมผัส การฝึกทักษะความชำนาญและการประสานงานกันระหว่างสายตากับมือ ในด้านอารมณ์และสติปัญญา พบว่า กิจกรรมศิลปะบำบัดสามารถใช้เป็นกิจกรรมเพื่อส่งเสริมศักยภาพสมองด้านกระบวนการทางสติปัญญาในผู้สูงอายุ [10, 11-14, 16]

มูลนิธิบ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ เป็นสถานสงเคราะห์หญิงชราไร้ที่พึ่ง ตั้งอยู่ที่ อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก โดยสถานสงเคราะห์หญิงชราไร้ที่พึ่งบ้านสุทธาวาส เฉลิมพระเกียรติฯ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นหนึ่งในโครงการ เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 อันเนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 7 รอบ 5 ธันวาคม 2554 เปิดดำเนินงาน โดยเริ่มให้การเลี้ยงดูและดูแลหญิงชราพึ่งตน ต้นปี 2557 และเริ่มให้การเลี้ยงดูและดูแลหญิงชราพึ่งพาในช่วงกลางปี 2557 หน้าที่หลักของสถานสงเคราะห์หญิงชราไร้ที่พึ่งบ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ คือ ให้การเลี้ยงดูและดูแลหญิงชราไร้ที่พึ่งทั้งกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ มีที่พักอาศัย มีเสื้อผ้า มีอาหารดูแลสุขภาพของหญิงชรา มีการนำส่งโรงพยาบาลภายใต้โครงการหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าของภาครัฐ ทั้งนี้การเลี้ยงดูและดูแลดังกล่าวเป็นการสงเคราะห์โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ จากหญิงชราไร้ที่พึ่งหรือจากญาติของหญิงชราไร้ที่พึ่ง [15]

ด้วยสถานการณ์ที่ผิดปกติเช่นนี้ ผู้สูงอายุไม่สามารถไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันกับผู้อื่นเป็นจำนวนมากได้ อาจก่อให้เกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว เกิดความเครียดหรือแม้กระทั่งการวิตกกังวลกับความเจ็บป่วยของตนเอง และในช่วงสถานการณ์การระบาดนี้อาจก่อให้เกิดอุปสรรคในการเข้าไปให้ความช่วยเหลือ ดูแลกลุ่มผู้สูงอายุ ทางกระทรวงสาธารณสุขจึงได้มีคำแนะนำสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ ได้แก่ การส่งเสริมออกกำลังกายสม่ำเสมอ พักผ่อนให้เพียงพอ ส่งเสริมสุขภาพจิต หาวิธีผ่อนคลายความเครียดด้วยตนเอง หยุดรับข่าวสารที่มากเกินไป โดยจำกัดการติดตามข้อมูลประมาณ วันละ 2 ครั้ง ในตอนเช้าและตอนเย็นหรือตอนกลางคืน เพื่อป้องกันภาวะวิตกกังวลจากการรับข่าวสารมากเกินไป ลดความกังวลและความกลัวเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น การทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ ที่มีความถนัด มีความภูมิใจ เช่น ทำอาหาร เล่นดนตรี วาดรูป อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ ปลูกต้นไม้ ทำสวน ฯลฯ [17] ด้วยเหตุนี้ ทางมูลนิธิบ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ จึงเปิดโอกาสให้ทางทีมผู้วิจัยได้เข้าจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะภายใต้การควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โดยมีการจัดเตรียมสถานที่และอุปกรณ์ ได้แก่ 1) จัดพื้นที่ต้อนรับผู้รับบริการที่เหมาะสม กำหนดให้มีช่องทางเข้า-ออก เพียงทางเดียว เว้นระยะห่าง 1 เมตร ระหว่างผู้มาติดต่อแต่ละท่าน 2) จัดพื้นที่แยกออกจากส่วนปฏิบัติงานของพนักงาน โดยให้พนักงานต้อนรับหรือพนักงานที่อยู่ในส่วนสำนักงานสวมถุงมือ หน้ากากอนามัย และกระจงหน้า (Face shield) หรือแว่นตา เพื่อป้องกันการติดเชื้อ 3) จัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับตรวจวัดอุณหภูมิร่างกาย เช่น เครื่องวัดอุณหภูมิร่างกายแบบมือถือ (Hand-Held Thermometer) หรือเครื่องวัดอุณหภูมิอินฟราเรด เป็นต้น โดยกำหนดให้มีจุดคัดกรองอุณหภูมิร่างกายแก่ผู้รับบริการและพนักงานทุกคน ก่อนเข้าสถานที่ หากมีอาการไข้ (อุณหภูมิเกิน 37.3 องศาเซลเซียส) ไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบให้งดเยี่ยมผู้สูงอายุโดดเด็ดขาด 4) จัดเก้าอี้ที่คัดออก ให้มีระยะห่างอย่างน้อย 1 เมตร อยู่ในบริเวณที่บริเวณที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก 5) จัดให้มีพื้นที่สำหรับเยี่ยมญาติ แยกจากห้องพักผู้สูงอายุ ด้านนอกอาคารหรือบริเวณที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก แทนการใช้ห้องปรับอากาศและไม่อนุญาตให้ญาติเข้าไปในบริเวณของที่พักผู้สูงอายุ 6) การเข้าเยี่ยมของญาติ และผู้มาติดต่อ กำหนดเวลาและจำกัดจำนวนคนในการเข้าเยี่ยมผู้สูงอายุได้ครั้งละ 1 คนเยี่ยมต่อครั้ง และไม่เกิน 30 นาที 7) หลีกเลี่ยงการจัดกิจกรรมที่ต้องรวมกลุ่มกันเป็นจำนวนมาก หากจำเป็น ให้จัดระยะห่าง ระหว่างบุคคลอย่างน้อย 2 เมตร [15] รวมถึงแนวปฏิบัติการค้าเนินงานโครงการวิจัยในมนุษย์ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) ข้อ 2.1.2 การวิจัยไม่ทำให้อาสาสมัครผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยต้องเดินทางมาพบผู้วิจัย เช่น การสัมภาษณ์ทางโทรศัพท์ การส่งแบบสัมภาษณ์ทางไปรษณีย์ การตอบแบบสอบถามออนไลน์ เป็นต้น และข้อ 2.2.1 ลดการนัดติดตามอาสาสมัครผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Follow-up Visit) โดยให้กลับมาใช้วิธีการเก็บข้อมูลและติดตามผลได้ โดยหลีกเลี่ยงการเดินทางของอาสาสมัคร ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย การตรวจหรือการเก็บข้อมูลใด ๆ ที่ไม่จำเป็นต้องให้อาสาสมัครผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยเดินทางมาพบผู้วิจัย โดยให้ผู้วิจัยเสนอรายงานการแก้ไขเพิ่มเติมของโครงการวิจัย (Protocol Amendment) ซึ่งระบุการปรับปรุงโครงการวิจัยเพื่อลดการติดตามและการเดินทางของอาสาสมัครผู้เข้าร่วม

โครงการวิจัยในสถานการณ์ไวรัส Covid-19 ระบาด เพื่อให้การวิจัยดำเนินงานโดยคำนึงถึงสวัสดิภาพและความปลอดภัยต่ออาสาสมัครผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ควบคู่กับเครื่องมือวัดการประเมินกิจกรรมด้วย [18]

จากการเผชิญสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา (Coronaviruses) และสภาวะเบื้องต้นของผู้สูงอายุที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ดังกล่าวนี้ บ่งบอกถึงความสำคัญของการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะที่ช่วยบรรเทาความตึงเครียดและรักษาสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุในขณะนี้ โดยผู้วิจัยได้มีการวางแผนและจัดกิจกรรมดนตรีและศิลปะขึ้น ซึ่งมีกระบวนการและรายละเอียดต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาขั้นตอนการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) กรณีศึกษา มูลนิธิบ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ
2. เพื่อศึกษาผลการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) กรณีศึกษา มูลนิธิบ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ

ระเบียบวิธีการศึกษา

การจัดกิจกรรมดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุภายใต้สถานการณ์การควบคุมดูแลโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) ผู้วิจัยได้ดำเนินการสอบถาม พูดคุย ชี้แจง และวางแผนการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะกับผู้ดูแลมูลนิธิบ้านสุทธาวาสฯ ปฏิบัติตามมาตรการการควบคุมดูแลที่มูลนิธิฯ กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด โดยผู้วิจัยได้แบ่งกิจกรรมออกเป็น กิจกรรมทางดนตรี จำนวน 4 แผน และกิจกรรมทางศิลปะ จำนวน 4 แผน กิจกรรมจัดขึ้นครั้งละ 50-60 นาที จำนวน 8 ครั้ง ขณะผู้สูงอายุทำกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ ผู้วิจัยทำการสังเกตพฤติกรรมและบันทึกภาพถ่าย รวมถึงการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ดูแลผู้สูงอายุ บริเวณด้านหน้าเวทีเท่านั้น ไม่เข้าร่วมสัมผัสใกล้ชิดกับผู้สูงอายุ หลังจากการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง ผู้วิจัยจะสัมภาษณ์ผู้ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 4 ท่านที่ทำหน้าที่ช่วยเหลือ ดูแลผู้สูงอายุขณะทำกิจกรรมต่าง ๆ เมื่อจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ ครบ 8 ครั้ง ผู้ดูแลผู้สูงอายุจะเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบประเมินความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการมีส่วนร่วมทางกิจกรรมดนตรีและศิลปะ และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ผลการศึกษาต่อไป

ผลการศึกษา

1. การศึกษาขั้นตอนการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุ ภายใต้สถานการณ์การควบคุมดูแลโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) ผู้วิจัยได้ยึดหลักการปฏิบัติตามมาตรการการรักษาความปลอดภัยในสุขภาพของผู้สูงอายุตามที่บ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ ที่ได้กำหนดไว้เป็นหลักสำคัญ ซึ่งประกอบด้วย 3 ขั้นตอนสำคัญ ได้แก่ ขั้นตอนการเตรียมการและวางแผน ขั้นตอนการจัดกิจกรรมและขั้นสรุปกิจกรรม โดยแต่ละขั้นตอนมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ขั้นการเตรียมการและวางแผน

ในขั้นนี้เป็นการเตรียมงานและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการจัดกิจกรรม โดยผู้วิจัยได้ดำเนินงานด้วยตนเองในทุกส่วน โดยเฉพาะการเตรียมความพร้อมให้กับผู้ดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการจัดกิจกรรม ครั้ง ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ทำการศึกษาองค์ประกอบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ โดยทำการศึกษาแนวทางการปฏิบัติตนกับผู้สูงอายุจากกระทรวงสาธารณสุข มูลนิธิบ้านสุทธาวาส เฉลิมพระเกียรติฯ ศึกษาข้อมูลพื้นฐานของผู้สูงอายุ มูลนิธิบ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ ได้แก่ คุณลักษณะด้านกายภาพ อารมณ์ ความเจ็บปวด หรือข้อจำกัดต่าง ๆ รวมถึงสภาพความเป็นอยู่ กิจวัตรประจำวัน ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน เป็นต้นสภาพแวดล้อมของสถานที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม

2. ดำเนินการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ ให้สอดคล้องและเหมาะสมกับผู้สูงอายุ โดยมุ่งเน้น ความสนุกสนาน ความผ่อนคลาย ยืดหยุ่น ปฏิบัติได้ง่าย ไม่ซับซ้อนยุ่งยาก โดยแผนการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ ในแต่ละแผนประกอบด้วย วัตถุประสงค์ อุปกรณ์ และการดำเนินกิจกรรม (ขั้นนำ ขั้นกิจกรรม และขั้นสรุป) แต่ละแผนกิจกรรมใช้เวลาประมาณ 50 นาที ถึง 60 นาที หรือประมาณ 1 ชั่วโมงไม่เกินจากนี้ รวมถึงดำเนินการพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

3. นำแผนการจัดกิจกรรม อุปกรณ์ เครื่องมือในการเก็บข้อมูลเสนอให้กับหัวหน้าหน่วยงานการพยาบาลตรวจรักษาพิเศษ โรงพยาบาลศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เพื่อตรวจสอบ ปรับปรุง แก้ไข กิจกรรมหรือเครื่องมือให้มีความเหมาะสมในสถานการณ์ปัจจุบัน

4. เตรียมอุปกรณ์ศิลปะและดนตรี เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล และแผนการจัดกิจกรรมให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุของมูลนิธิฯ ได้ทำการศึกษาก่อนเข้าจัดกิจกรรมล่วงหน้า 1 สัปดาห์ และทำความเข้าใจเชื่ออุปกรณ์ต่าง ๆ ก่อนนำมาใช้ในกิจกรรม

5. จัดการประชุมและฝึกอบรม เตรียมความพร้อมถ่ายทอดแผนดำเนินกิจกรรมระหว่างผู้จัดกิจกรรมและผู้ดูแลผู้สูงอายุของมูลนิธิฯ เนื่องจากผู้ดูแลผู้สูงอายุจะมีบทบาทหน้าที่เสมือนผู้วิจัย จึงจำเป็นต้องเข้าใจเป้าหมายของการศึกษารั้งนี้ ผู้ดูแลผู้สูงอายุจะได้รับการแนะนำอุปกรณ์และแผนการจัดกิจกรรมก่อนจัดกิจกรรมจริงล่วงหน้า 1 สัปดาห์ เพื่อทำความเข้าใจในแผนการจัดกิจกรรม การใช้งานของอุปกรณ์และเครื่องมือที่เกี่ยวข้องในการจัดกิจกรรม ผู้วิจัยทำการอบรมส่งเสริมความรู้ และตอบข้อสงสัยแก่ผู้ดูแลผู้สูงอายุ และอธิบายเป้าหมาย ขั้นตอนการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้ง รวมทั้งเงื่อนไข ขอบเขตการศึกษาริวิจัย เพื่อให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุ สามารถปฏิบัติงานได้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ

ขั้นการจัดกิจกรรม

1. มูลนิธิบ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ กำหนดให้ผู้วิจัยจัดทีมงานเข้าปฏิบัติกิจกรรมได้ไม่เกิน 4 ท่าน ต่อครั้ง ซึ่งได้รับการคัดกรองจากเจ้าหน้าที่มูลนิธิฯ ทุกครั้งเมื่อเข้ามาจัดกิจกรรม ต้องสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา ขณะที่อยู่ภายในมูลนิธิฯ และปฏิบัติตามกิจกรรมเฉพาะบริเวณที่จัดพื้นที่ให้เท่านั้น ทีมงาน

ผู้วิจัยประกอบด้วย หัวหน้าทีมวิจัย 1 ท่าน อาจารย์ผู้ดำเนินกิจกรรม 1 ท่าน และผู้ช่วยนักวิจัย 2 ท่าน ซึ่งมีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

1.1 หัวหน้าทีมวิจัยและอาจารย์ผู้ดำเนินกิจกรรม จะมีพื้นที่ในการปฏิบัติกิจกรรมอยู่เพียงด้านหน้าของลานกิจกรรมเท่านั้น เพื่ออธิบายกิจกรรมต่าง ๆ ผ่านการพูดด้วยไมโครโฟน โดยต้องเว้นระยะห่างจากผู้สูงอายุให้มากที่สุด โดยมีผู้ดูแลผู้สูงอายุทำหน้าที่เป็นผู้นำกิจกรรมตามกลุ่มต่าง ๆ ที่ได้จัดแบ่งไว้ หากประสบปัญหาหรือข้อสงสัยใด ๆ ขณะทำกิจกรรมก็ต้องให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุเข้ามาสอบถามแล้วนำข้อมูลไปแก้ไขหรือปฏิบัติให้ถูกต้อง

1.2 ผู้ช่วยวิจัย 2 ท่าน ทำการถ่ายภาพนิ่ง จดบันทึกจากการสังเกตพฤติกรรม สีหน้าแววตา ท่าทางของผู้สูงอายุ หากมีข้อสงสัยก็จะนำมาพูดคุยสอบถามกับเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลภายหลัง

2. ผู้ดูแลผู้สูงอายุ เป็นผู้นำกิจกรรมและดูแลผู้สูงอายุขณะทำกิจกรรม ประกอบด้วย 4 ท่าน โดยแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มละ 7-8 คน ต่อผู้ดูแล 1 คน ผู้ดูแลผู้สูงอายุจะเข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมดนตรีและศิลปะในทุกครั้ง โดยมีบทบาทหน้าที่ ดังนี้

2.1 เป็นผู้นำกิจกรรมและคอยช่วยเหลือดูแล อำนวยความสะดวก เสนอแนะผู้สูงอายุอย่างใกล้ชิด

2.2 จัดตำแหน่งที่นั่งสำหรับผู้สูงอายุ เคลื่อนย้ายที่นั่งของผู้สูงอายุทั้งรถเข็นและเก้าอี้จัดเตรียม สรรหา อุปกรณ์บางส่วนที่ทางผู้สูงอายุร้องขอ

2.3 ร่วมสนทนาสอบถามความต้องการของผู้สูงอายุเป็นรายกรณีที่มีปัญหาในขณะนั้น ร่วมพูดคุยถึงเรื่องราว เหตุผล ความรู้สึกนึกคิดของผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นระหว่างทำกิจกรรมดนตรีและศิลปะ พร้อมทั้งสังเกตพฤติกรรมของผู้สูงอายุขณะทำกิจกรรม

2.4 จัดการแจกจ่ายอุปกรณ์ดนตรีและศิลปะ แก้ปัญหาเฉพาะหน้า ตัดสินใจและชี้แนะผู้สูงอายุใน การทำกิจกรรมต่าง ๆ

3. ผู้จัดกิจกรรมดำเนินการจัดกิจกรรมตามแผนกิจกรรมดนตรีและศิลปะในแต่ละครั้ง โดยทำหน้าที่เพียงแค่ การพูด อธิบาย ผ่านเครื่องขยายเสียง และสร้างบรรยากาศด้วยการเปิดเพลงบรรเลง เพลงนันทนาการ เช่น เพลงฝนเทลงมา เพลงยวนยาเหล เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ จะจัดขึ้นครั้งละ 50-60 นาที สามารถอธิบายรายละเอียดกิจกรรมได้ดังนี้

3.1 กิจกรรมทางดนตรี ได้แก่

1) กิจกรรมฟังเพลงบรรเลง ผู้สูงอายุสามารถทำท่าทางประกอบเพลงอย่างอิสระตามจินตนาการ เริ่มจากการนั่ง การยืน การเดิน โดยเพลงที่เปิดเป็นเพลงที่มีแนวท่วงทำนองและจังหวะที่ไม่ซับซ้อน มั่นคง สม่่าเสมอ จังหวะช้าถึงปานกลางประมาณ 70-80 ครั้ง/นาที

2) กิจกรรมตบมือเป็นจังหวะต่าง ๆ (ลักษณะจังหวะแบบ 4/4) ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมด้วยการตบมือตาม เพื่อเป็นการช่วยฝึกสมาธิ โดยเริ่มจากเพลงที่มีจังหวะช้า แล้วค่อยเปลี่ยนเป็นเพลงที่มีจังหวะเร็วขึ้น

3) กิจกรรมเล่นเพลงด้วยอังกะลุง ผู้สูงอายุเขย่าอังกะลุงตามตัวโน้ตของเพลงต่าง ๆ เช่น เพลงช้าง เพลงล่องน่าน เป็นต้น โดยผู้จัดกิจกรรมจะเป็นผู้สาธิตวิธีการจับและการเขย่าอังกะลุงให้ผู้สูงอายุปฏิบัติตาม

4) กิจกรรมร้องเพลงคาราโอเกะและร้องเพลงร่าวก ผู้สูงอายุร้องเพลงจากโปรแกรมคาราโอเกะ ที่มีจังหวะสนุกสนาน และเชิญชวนผู้สูงอายุออกมาร่าวก ร่วมร้องเพลง อย่างครื้นเครงและผ่อนคลาย

3.2 กิจกรรมทางศิลปะ ได้แก่

1) กิจกรรมระบายสีตุ๊กตาปูนพลาสเตอร์ ระบายอารมณ์ผ่านความรู้สึกและการรับรู้ ผ่านการใช้สี รู้จักการแก้ปัญหาและการรับมือกับการควบคุมการใช้สี มีสมาธิในการควบคุมอารมณ์ขณะทำงาน ผู้สูงอายุจะได้เลือกตัวตุ๊กตาตามความต้องการและนำมาระบายสีตามความชื่นชอบ

2) กิจกรรมแนะนำตัวฉันทน์ผ่านดินน้ำมัน เป็นการปั้นดินจากเรื่องราวที่จดจำ ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ ที่สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิต ผู้สูงอายุสามารถคิดถ่ายถอดสิ่งที่อยู่ในความคิดจิตใจของตนเอง ได้พูดคุยเล่าเรื่องราวความทรงจำและถ่ายทอดออกมาเป็นผลงานปั้นดิน เพื่อเป็นการช่วยฝึกสมาธิและทบทวนความจำช่วยในการควบคุมอารมณ์และมีความมุ่งมั่นในการทำงานให้สำเร็จ ช่วยให้เกิดกำลังใจที่ตีงเครียดได้ผ่อนคลาย และเกิดความภาคภูมิใจเมื่อทำงานสำเร็จ

3) กิจกรรมทรายสี (โรยทราย) กิจกรรมนี้ต้องการให้ผู้สูงอายุรู้จักการแก้ปัญหาและการรับมือกับการควบคุมการโรยทรายสี มีสมาธิในการควบคุมอารมณ์ขณะทำงาน ผู้สูงอายุสามารถเลือกสภาพที่ตนชื่นชอบและเลือกใช้สีสันตามความต้องการ

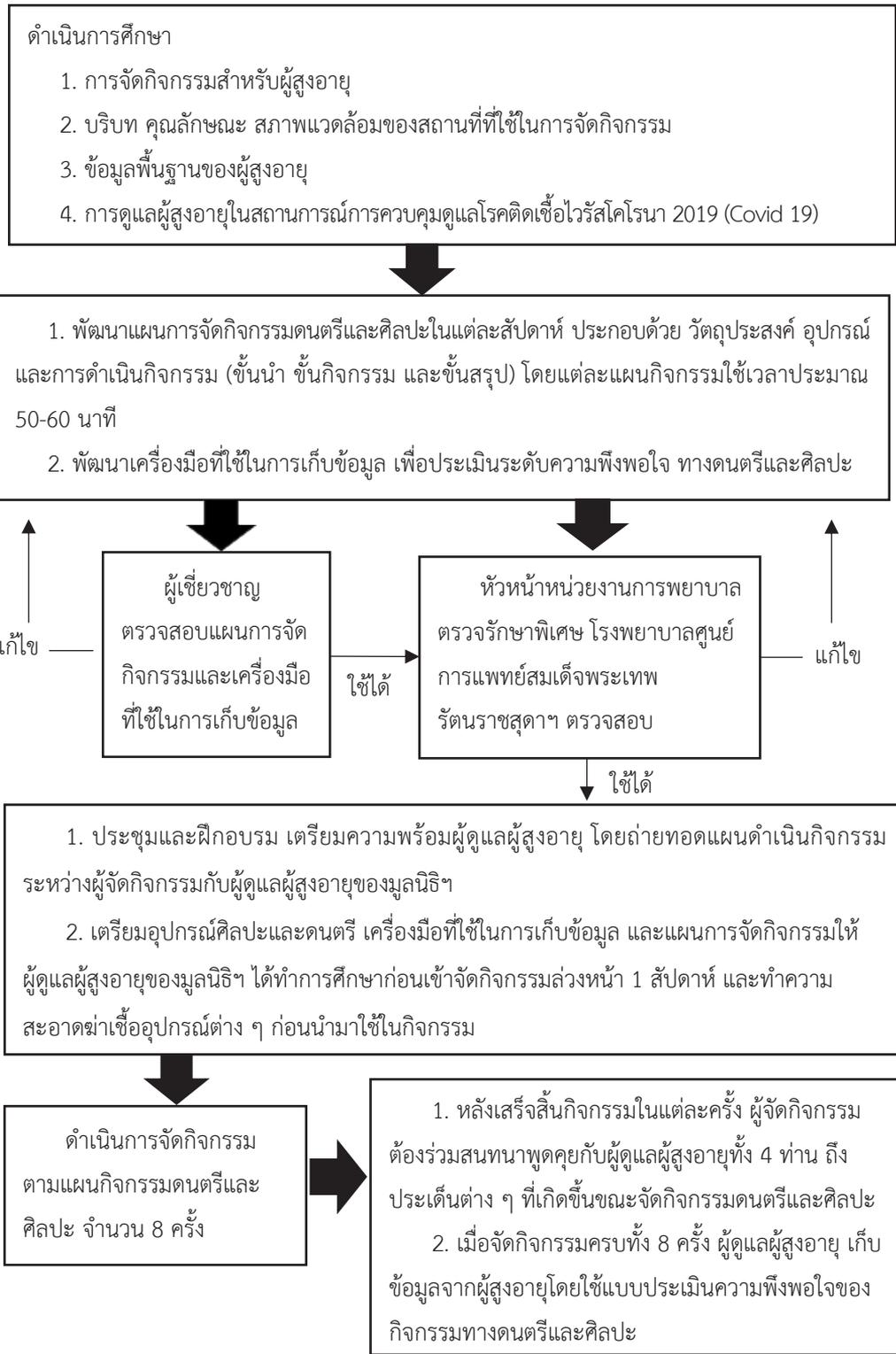
4) กิจกรรมการประดิษฐ์สื่อผสมในหัวข้อ ไปทำบุญด้วยกัน เป็นกิจกรรมการปะติดประดิษฐ์โดยการวาดภาพและตัดปะ ลงบนกระดาษ เป็นรูปภาพขณะที่ยังสด สิ่งของที่ใช้ทำบุญ ตามโจทย์ที่ชักชวนให้ผู้สูงอายุร่วมเตรียมของเพื่อไปทำบุญร่วมกัน โดยการเน้นปะติด (Collage) เทคนิคคอลลาจ คือ การฉีกกระดาษตัดปะ ระหว่างทำกิจกรรม ผู้ดำเนินกิจกรรมและผู้สูงอายุ พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิด เพื่อส่งเสริมกำลังใจจากความรู้สึกที่ดีในอดีต

4. ขณะกิจกรรมดำเนินอยู่นั้น ผู้ช่วยวิจัยจะต้องสังเกตสถานการณ์โดยรวม บันทึกภาพ และจดบันทึกข้อมูลของผู้สูงอายุในการแสดงออกทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุขณะทำกิจกรรมนั้น ๆ หากมีประเด็นสงสัยจะนำมาสอบถามกับผู้ดูแลผู้สูงอายุหลังเสร็จกิจกรรม

5. หากผู้สูงอายุประสบปัญหาหรือข้อสงสัยใด ๆ ขณะทำกิจกรรมก็จะต้องให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุเข้ามาสอบถามผู้จัดกิจกรรม แล้วนำข้อมูลไปแก้ไขหรือปฏิบัติให้ถูกต้อง

ขั้นสรุปกิจกรรม

1. ผู้จัดกิจกรรมต้องควบคุมเวลาให้เหมาะสมกับสถานการณ์และสอดคล้องกับพฤติกรรมของผู้สูงอายุ
 2. ผู้จัดกิจกรรมกล่าวสรุปประเด็นสำคัญหลังจากที่ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมเสร็จสิ้นในแต่ละครั้ง เพื่อสร้างการรับรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อจิตใจและความรู้สึกที่มีต่อการปฏิบัติกิจกรรม
 3. ผู้จัดกิจกรรมร่วมสนทนาพูดคุยกับผู้ดูแลผู้สูงอายุทั้ง 4 ท่าน ถึงประเด็นต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นขณะจัดกิจกรรมดนตรีและศิลปะ รวมถึงข้อสงสัยที่ผู้ช่วยวิจัยได้สังเกตสถานการณ์ขณะจัดกิจกรรม และติดต่อรวบรวมข้อมูลเพิ่มเติมนอกเวลากิจกรรมด้วยช่องทางการสื่อสารทางออนไลน์ เพื่อนำข้อมูลมาใช้ในการวิเคราะห์ผลการวิจัยและนำมาใช้ในการปรับปรุงกิจกรรมในครั้งต่อไป
 4. เมื่อเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมครั้งสุดท้าย ผู้ดูแลผู้สูงอายุดำเนินการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบประเมินระดับความพึงพอใจของกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น
- จากขั้นตอนการจัดกิจกรรมดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุในสถานการณ์การควบคุมดูแลโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) สามารถสรุปเป็นแผนผังได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุ
 ในสถานการณ์การควบคุมดูแลโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19)

2. ผลการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) กรณีศึกษา มูลนิธิบ้านสุทธาวาสเฉลิมพระเกียรติฯ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด (\bar{X} = 4.29) กิจกรรมทางดนตรี ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในภาพรวมอยู่ในระดับมาก (\bar{X} = 4.11) และทำนุรัฐสิกผ่อนคลายเมื่อได้ฟังเพลง มีความพึงพอใจในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด (\bar{X} = 4.35) กิจกรรมทางศิลปะ ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในภาพรวมอยู่ในระดับมาก (\bar{X} = 3.79) และทำนุรัฐสิกมีความสุขเมื่อได้ลงมือประดิษฐ์รูปด้วยทรายสี อยู่ในระดับมาก (\bar{X} = 4.00) และผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อข้อดีของกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ โดยทำนุรัฐสิกว่ากิจกรรมต่าง ๆ ช่วยให้ท่านได้ขยับร่างกาย กล้ามเนื้อ อยู่ในระดับมากที่สุด (\bar{X} = 4.32)

สรุปและการอภิปรายผล

การจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะในครั้งนี้ ประกอบด้วยขั้นตอนการดำเนินงาน 3 ขั้นตอนสำคัญ ได้แก่ การเตรียมงานและวางแผน การจัดกิจกรรม และการสรุปผลกิจกรรม ความสำคัญของขั้นตอนการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) นั้น ผู้ดูแลผู้สูงอายุหรือเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลผู้สูงอายุของมูลนิธิฯ มีความสำคัญต่อการสร้างกิจกรรมและการประเมินผลกิจกรรมเป็นอย่างมาก ผู้ดูแลผู้สูงอายุจำเป็นต้องเข้าใจในเป้าหมายของการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะในทุก ๆ ครั้ง โดยเฉพาะขั้นตอนการเตรียมงานและวางแผน เป็นขั้นตอนของการถ่ายทอดกระบวนการ และเป้าหมายให้ทางผู้ดูแลผู้สูงอายุได้ทำหน้าที่เป็นผู้นำกิจกรรมแทนผู้วิจัย เพื่อเพิ่มขีดความสามารถในการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ สามารถจัดกิจกรรมให้ประสบความสำเร็จและลดปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นขณะจัดกิจกรรม ผู้วิจัยได้นำแนวคิดในการพัฒนาขั้นตอนการเตรียมงานและวางแผนที่มุ่งเน้นการฝึกอบรมก่อน การทำงานหรือแนะนำงาน (Induction Training) ซึ่งเป็นการอบรมแนะนำให้บุคลากรใหม่ได้เรียนรู้งานระบบและวิธีการ การควบคุมกำกับ และติดตาม เพื่อให้รู้จักงานและวิธีการทำงานในหน้าที่ของตนเองที่ต้องรับผิดชอบได้รวดเร็วขึ้น สามารถปฏิบัติงานได้ถูกต้องตามเป้าหมาย เพิ่มขีดความสามารถในการเรียนรู้ในการปฏิบัติงานทำให้เกิดความรู้ (Knowledge) ทักษะ (Skill) และพฤติกรรม (Behavior) ที่ทำให้นำไปสู่การปฏิบัติงานในหน้าที่ให้สำเร็จได้ [19-21]

ขั้นการจัดกิจกรรม เมื่อผู้ดูแลผู้สูงอายุผ่านการฝึกอบรมก่อนทำงานหรือแนะนำงานแล้ว ในระหว่างการดำเนินกิจกรรม ยังมีการฝึกอบรมระหว่างการทำกิจกรรมต่าง ๆ (In-service training) โดยผู้ดูแลผู้สูงอายุ จะได้รับการฝึกอบรมขณะทำงาน (On-the-job training) ซึ่งเป็นการฝึกอบรมเป็นรายบุคคลหรือกลุ่มปฏิบัติจริงในงานที่จะต้องรับผิดชอบในพื้นที่ โดยผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นที่เลี้ยงในการทำงาน ซึ่งการอบรมลักษณะนี้จะเป็นการส่งเสริมความรู้ความสามารถและส่งเสริมการนำความรู้ทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติ [19] โดยผู้ดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย 4 ท่าน แบ่งกลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มละ 7-8 คน ต่อผู้ดูแลผู้สูงอายุ 1 คน ทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินกิจกรรม โดยการจัดเตรียม สรรหา แจกจ่ายอุปกรณ์ดนตรีและศิลปะ เกรงใจขอแลกเปลี่ยนอุปกรณ์ หรือสี เพื่ออำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุท่านอื่น ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า อำนวยความสะดวก เสนอแนะ

ช่วยเหลือผู้สูงอายุอย่างใกล้ชิด ช่วยค้นหาเพลง เปิดเพลงคาราโอเกะตามความต้องการของผู้สูงอายุ จัดตำแหน่งที่นั่งสำหรับผู้สูงอายุ เคลื่อนย้ายที่นั่งของผู้สูงอายุที่รถเข็นและเก้าอี้ ร่วมสนทนาสอบถามความต้องการของผู้สูงอายุเป็นรายกรณีที่มีปัญหาในขณะนั้น ร่วมพูดคุยถึงเรื่องราว เหตุผล ความรู้สึกนึกคิดของผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นระหว่างทำกิจกรรมดนตรีและศิลปะ พร้อมทั้งสังเกตพฤติกรรมของผู้สูงอายุขณะทำกิจกรรมสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรมจะปฏิบัติกิจกรรมอยู่เพียงด้านหน้าของลานกิจกรรมเท่านั้น เพื่ออธิบายกิจกรรมต่าง ๆ ผ่านการพูดด้วยไมโครโฟน ไม่เดินเข้าหาผู้สูงอายุ คอยเป็นที่ปรึกษาให้กับผู้ดูแลผู้สูงอายุเมื่อประสบปัญหาที่ไม่สามารถตัดสินใจหรือไม่เข้าใจในการปฏิบัติกิจกรรม และผู้ช่วยวิจัย 2 ท่าน จะทำ การถ่ายภาพนิ่ง จัดบันทึกจากการสังเกตพฤติกรรม สีนหน้าแววตา ท่าทางของผู้สูงอายุ หากมีข้อสงสัยก็จะนำมาพูดคุยสอบถามกับผู้ดูแลผู้สูงอายุภายหลังเสร็จสิ้นกิจกรรมในแต่ละครั้ง และเมื่อการจัดกิจกรรมดำเนินการแล้วเสร็จในแต่ละครั้ง ผู้ดูแลผู้สูงอายุจะเก็บข้อมูลจากการสังเกตพฤติกรรมของผู้สูงอายุ สภาพหรือปัญหาที่ผู้ดูแลผู้สูงอายุประสบพบเจอมาถ่ายทอดให้กับผู้วิจัยทุกครั้งหลังเสร็จสิ้นกิจกรรม ผู้วิจัยจะนำข้อมูลมาวิเคราะห์ ปรับปรุง แก้ไขการดำเนินกิจกรรมในครั้งต่อไป

ขั้นการสรุปผลกิจกรรม การจัดกิจกรรมในแต่ละครั้ง จะมีการพูดคุย สัมภาษณ์ หรือเล่าเรื่อง จากผู้ดูแลผู้สูงอายุ โดยจะมีการแยกแยะความเห็นส่วนตนออกจากความจริงที่เห็นได้ หากมีความเห็นส่วนตนก็จะบอกว่านี่เป็นความคิดของตนเอง หรือหนูคิดว่า/เข้าใจว่า เป็นต้น ดังผลการสัมภาษณ์ผู้ดูแลผู้สูงอายุท่านหนึ่งได้กล่าวว่า “ขณะปฏิบัติกิจกรรมผู้ดูแลผู้สูงอายุก็สามารถสังเกตพฤติกรรมของผู้สูงอายุได้ชัดเจนมากกว่า สามารถตอบสนองต่อความต้องการของผู้สูงอายุแต่ละท่านได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม” (ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ท่านที่ 3) รวมถึงการเก็บข้อมูลความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ ผู้ดูแลผู้สูงอายุท่านหนึ่งกล่าวไว้ว่าอย่างน่าสนใจว่า “การสัมภาษณ์ผ่านบุคลากรที่ใกล้ชิดกับผู้สูงอายุโดยตรงจะได้ข้อมูลที่เป็นความจริง เพราะเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลมีความเข้าใจในลักษณะนิสัย พฤติกรรมของผู้สูงอายุแต่ละท่าน ทำให้เมื่ออ่านข้อคำถามให้ผู้สูงอายุฟัง จะมีการปรับคำที่เข้าใจง่าย มีการพูดคุยสนทนากันบ้าง เลือกช่วงเวลาในการสอบถามที่เหมาะสม” (ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ท่านที่ 4) “ใครแข็งแรงอ่านเองได้ก็จะปล่อยให้ทำเอง หากใครที่ไม่ค่อยแข็งแรงก็จะอ่านให้และใส่เครื่องหมายให้ ซึ่งบางคำถามต้องเปลี่ยนให้เข้าใจง่ายขึ้น” (ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ท่านที่ 2) หากผู้วิจัยเข้าไปสอบถามพูดคุยเอง ผู้สูงอายุอาจเกิดความเกรงใจ เกิดความเมตตาในการตอบคำถาม และให้คะแนนความพึงพอใจแบบลำเอียง อาจทำให้ได้ข้อมูลที่ตีงเกินไปหรือได้ข้อมูลที่ไม่ค่อยเป็นความจริง ผนวกกับประสบการณ์ความใกล้ชิดที่มีต่อผู้สูงอายุ แต่ละท่านก็จะถ่ายทอดข้อมูลให้ผู้วิจัยได้อย่างละเอียดและลึกซึ้งมากขึ้น ดังนั้นในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ สามารถกล่าวได้ว่า ผู้ดูแลผู้สูงอายุ เป็นผู้ช่วยนักวิจัยอีกรูปแบบหนึ่งที่ได้สัมผัสใกล้ชิดและเกิดปฏิสัมพันธ์กับผู้สูงอายุมากที่สุด

ผลการจัดกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะสำหรับผู้สูงอายุในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid 19) ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อข้อดีของกิจกรรมทางดนตรีและศิลปะที่ทำให้ท่านรู้สึกว่

กิจกรรมต่าง ๆ ช่วยให้ได้ขยับร่างกาย กล้ามเนื้อ อยู่ในระดับมากที่สุด เนื่องจากผู้สูงอายุสามารถสร้างสรรค์ผลงานศิลปะ โดยการเล่าเรื่องซึ่งเป็นผลดีต่อสุขภาพแบบองค์รวม ไม่ว่าจะเป็นสุขภาพทางกายที่เป็นการออกกำลังกาย การใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ เช่น การใช้สายตาในการสังเกตและการจัดพื้นที่ในการวางองค์ประกอบของวัตถุในภาพ การใช้มือสร้างสรรค์ผลงานศิลปะ การใช้หูรับฟังเสียงเพลง จังหวะ หรือเสียงร้อง ส่วนสุขภาพทางใจ คือ การใช้ศิลปะเป็นฐานทำให้ผู้คนมีจิตใจที่ เป็นสุข จนสามารถอยู่ร่วมกันในสังคม จึงส่งผลพัฒนาสุขภาพทางสังคมได้อีกด้วย การเล่าเรื่องเกี่ยวกับความประทับใจในอดีต และเรื่องราวของตนเอง ยังช่วยส่งเสริมให้เกิดสุขภาพทางปัญญา ทำให้เกิดคุณค่าในตนเอง นับถือตนเอง และยอมรับตนเอง ได้เรียนรู้แลกเปลี่ยนความรู้สึกับเพื่อน ๆ เพราะผลงานที่ผู้สูงอายุได้สร้างสรรค์ขึ้นมาจะบ่งบอกถึงเรื่องราว ความคิด ความรู้สึกของแต่ละท่านได้อย่างชัดเจน เป็นช่องทางที่ช่วยให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจตนเอง โดยเฉพาะสิ่งที่ไม่สามารถบรรยายออกมาโดยการสื่อสารได้ และยังเกิดความรู้สึกการได้รับการยอมรับและการเอาใจใส่จากบุคคลอื่น [22-25]

กิตติกรรมประกาศ

วิจัยนี้ได้รับ “ทุนอุดหนุนการวิจัยจากงบประมาณรายได้ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (เงินรายได้มหาวิทยาลัย) ประจำปี 2562”

เอกสารอ้างอิง

- [1] National Research Council of Thailand (NRCT). (2020). The elderly is the most risky group for COVID-19. Thailand have over 4.7 millions of elderly aged above 70 years old. [200 Parichart Journal Thaksin University
Vol. 35 No. 3 \(July - September 2022\)](https://resourcecenter.thaihealth.or.th/index.php/article/%E0%B8%9C%E0%B8%B9%E0%B9%89%E0%B8%AA%E0%B8%B9%E0%B8%87%E0%B8%AD%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B8%B8%E0%B9%80%E0%B8%AA%E0%B8%B5%E0%B9%88%E0%B8%A2%E0%B8%87%E0%B8%97%E0%B8%B5%E0%B9%88%E0%B8%AA%E0%B8%B8%E0%B8%94%E0%B8%88%E0%B8%B2%E0%B8%81%E0%B9%82%E0%B8%A3%E0%B8%84%E0%B9%82%E0%B8%84%E0%B8%A7%E0%B8%B4%E0%B8%94-19-%E0%B9%81%E0%B8%A5%E0%B8%B0%E0%B9%84%E0%B8%97%E0%B8%A2%E0%B8%A1%E0%B8%B5%E0%B8%9C%E0%B8%B9%E0%B9%89%E0%B8%AA%E0%B8%B9%E0%B8%87%E0%B8%AD%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B8%B8-70%E0%B8%9B%E0%B8%B5%E0%B8%82%E0%B8%B6%E0%B9%89%E0%B8%99%E0%B9%84%E0%B8%9B-%E0%B8%88%E0%B8%B3%E0%B8%99%E0%B8%A7%E0%B8%99-4-7-%E0%B8%A5%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%99%E0%B8%84%E0%B8%99(thaihealth.or.th). (In Thai)</p><p>[2] Benzeval, M., Judge, K. & Whitehead, M. (1995). <i>Tackling inequalities in health : An agenda for action</i>. King's Fund.</p></div><div data-bbox=)

- [3] Black, D., & Mittelmark, M. (1999). *Equity in health: a fundamental human right*. In: The International Union for Health Promotion and Education (IUHPE). The evidence of health promotion effectiveness: shaping public health in a new Europe. Part Two. Brussels-Luxembourg, ECSE-EC-EAEC:156-164.
- [4] Bilhmat, P., Pothong, P., Lemso, W., Kaewsod, S., & Dongnadeng, H. (2020). The needs for health care among the elderly in The Trang Municipality Area of Trang Province. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 2(1), 29-50. (In Thai).
- [5] Boonwong, S. (2020). *Thai elderly people have a mortality rate of coronavirus disease 2019 (COVID-19) or 7.93%*. <http://www.bangkok.go.th/hesd/page/main/1686/0/0/info/203880/>. (In Thai)
- [6] Buckwalter, K., Harthock, J., & Gaffney, J. (1985). *Music therapy Nursing Intervention: Treatment for nursing diagnosis*. W.B. Saunder.
- [7] Soontorntanaphol, N. (2021). *Elderly participation in music and art activities: Satisfaction assessment*. [Independent Study, Srinakharinwirot University.] (In Thai).
- [8] Kensupho. S. (2017). *Human Resources Development and Training*. Udon Thani : Faculty of Management Science, Udon Thani Rajabhat University. (In Thai).
- [9] Boonrod, V., & Kaenampornpan, P., & Vatanasapt, P. (2018). Opinion on participation in group music activities for elderly: A case study in Nongwang Trachoo 2 Community, Khon Kaen. *Journal of Fine and Applied Arts, Khon Kaen University*, 10(2), 47- 67. (In Thai).
- [10] MacGregor, A., Jois, R.N., Leeder, J., Gibb, A., Gaffney, K., Somerville, M. & Scott, D.G.I. (2006). *Low-dose infliximab treatment for ankylosing spondylitis-clinically- and cost-effective*. *Rheumatology*, 45(12), 1566-1569.
- [11] Liebmann, M. (2004). *Art Therapy for group*. (2nd ed.). Brunner Routledge, Inc.
- [12] Proulx, L. (2008). *Strengthening emotional ties through parent-child-dyad art therapy*. Jessica Kingsley Publishers.
- [13] Weiss, J. (2007). *Expressive therapy with elders and the disabled touching the heart of life*. The Haworth Press.
- [14] Warangjarurat, T. (2016). *Effect of art therapy on brain potential of cognitive processes in the elderly*. [Master's Thesis, Medicine Mae Fah Luang University]. (In Thai)
- [15] Baan Sudthavas Chalerm Phra Kiatr. (2020). *Prevention and control measures of coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic Baan Sudthavas Chalerm Phra Kiatr*. <https://www.sudthavas.or.th/>. (In Thai)

- [16] Waengwan, P., & Saenyabut, C. (2018). Value of playing Angkhalung in the elderly, Samakkee Community, Mueang Maha Sarakham District, Mahasarakham Province. *Journal of Mahasarakham Hospital*, 15(2), 34-43. (In Thai)
- [17] Institute of Geriatric Medicine Department of Medical Services, Ministry of Public Health. (2020). *A guideline to care for older persons during the COVID-19 pandemics*. https://covid19.dms.go.th/backend/Content/Content_File/Covid_Health/Attach/25630406112904AM. (In Thai)
- [18] *Ethics in Human Research*. (2020). http://research.swu.ac.th/download_new/%E0%B9%81%E0%B8%99%E0%B8%A7%E0%B8%9B%E0%B8%8F%E0%B8%B4%E0%B8%9A%E0%B8%B1%E0%B8%95%E0%B8%B4%E0%B8%A7%E0%B8%B4%E0%B8%88%E0%B8%B1%E0%B8%A2%E0%B9%83%E0%B8%99%E0%B8%A1%E0%B8%99%E0%B8%B8%E0%B8%A9%E0%B8%A2%E0%B9%8C%20covid-19.pdf (In Thai).
- [19] Kunwittaya, S., & Mapaisansub, L. (2014). Training design for driving health organizations. in Jiawiwatkul, A. (Eds.), *Organizational Content of Health, Volume 3, Concepts and Tools to Drive Work* (pp.136-156). P.A. Living Co., Ltd. (In Thai)
- [20] Patrick, M. W., & Raymond, A. N. (2011). *Fundamentals of Human Resource Management*. (7th ed.). John Wiley & Sons, Inc.
- [21] Kiraphon, C., & Deelert, S. (2017). Attitudes and perspectives on creating happiness from music of the elderly in Bangkok and surrounding areas. *Journal of Humanities, Social Sciences and Art*, 10(3), 363-373. (In Thai)
- [22] Saramart, O., Pitchayapaiboon, P., & Sangvanich, K.(2020). Arts-based learning by visual narrative to improve elderly people’s well-being. *Journal of Community Development and Life Quality*, 8(1), 1-15. (In Thai).
- [23] Kanpangsri. N., & Kespichayawattana. J. (2014). The effect of an art activity program on self-esteem of older persons with early stage dementia. *Journal Ramathibodi Nursing*, 20(2), 163-178. (In Thai)
- [24] Basting, A.D. (2006). *Arts in dementia care: ‘This is not the end... it’s the end of this chapter’*, 30(1), 16–20.
- [25] Kinney, J.M., & Rentz, C.A. (2005) Observed well-being among individuals with dementia: Memories in the making, an art program, versus other structured activity. *American Journal of Alzheimer’s Disease and Other Dementias*, 20(4), 220–227.