

การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษามูลนิธิสงเคราะห์คนชราอนาภา แห่งหนึ่งในจังหวัดสงขลา

Self-esteem in the Elderly: A Case Study of an Elderly Aids Foundation in Songkhla Province

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ กรณีศึกษา มูลนิธิสงเคราะห์คนชราอนาภาแห่งหนึ่งในจังหวัดสงขลา ผลการวิจัยพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุเกี่ยวกับปัจจัยภายในตนเอง คือ ผู้สูงอายุมองตนเองในปัจจุบันว่ามีความแข็งแรงของร่างกายและความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆ ลดน้อยลงและปัจจัยภายนอก คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนน้อยและมักมีปฏิสัมพันธ์เฉพาะกลุ่มเพื่อนที่ตนเองมีความสนิทสนมและไว้วางใจเท่านั้น สัมพันธภาพกับญาติ สำหรับผู้สูงอายุที่มีบุตรหลานมาเยี่ยมเยียนทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกดีและเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีบุตรหลานมาเยี่ยมเยียน สัมพันธภาพกับชุมชน เมื่อผู้สูงอายุได้มีปฏิสัมพันธ์กับคนในชุมชนบริเวณใกล้กับมูลนิธิ โดยคนในชุมชนมีทัศนคติและมีการปฏิบัติที่ดีต่อผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุรับรู้และประเมินตนเองในด้านบวก สัมพันธภาพระหว่างเจ้าหน้าที่นั้นผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับเจ้าหน้าที่น้อย

Abstract

The purpose of this qualitative research was to explore self-esteem in the elderly, a case study of an elderly aids foundation in Songkhla province. The research found that self-esteem among the elderly that is associated with the internal factor is that they see themselves as becoming weaker physically and having less ability to do activities. Regarding the external factors, which are relationships with other people. With friends, they have less interaction and they only have interactions with a group of close and trusted friends. With relatives, those who have relatives visiting them feel better and have more self-esteem than those who do not. With the community, when people in the community have good attitudes and treat them well, they can perceive it and evaluate themselves positively. However, with staff of the foundation, the elderly do not have much interaction.

คำสำคัญ: การเห็นคุณค่าในตนเอง, ผู้สูงอายุ

Keywords: Self-esteem, the elderly



บทนำ

ความเจริญก้าวหน้าทางด้านการแพทย์ทำให้มีอัตราการตายน้อยลง ส่งผลทำให้คนไทยมีอายุที่ยืนยาวมากขึ้นในช่วงเวลา 50 ปีที่ผ่านมา อายุคาดเฉลี่ยเมื่อแรกเกิดของคนไทยซึ่งอยู่ที่ประมาณ 58 ปี และได้เพิ่มขึ้นเป็น 75 ปี ในปี 2557 และเมื่ออายุ 60 ปี คนไทยจะมีอายุคาดเฉลี่ยอีกต่อไปอีกประมาณ 22 ปี ซึ่งประเทศไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยตั้งแต่ปี 2548 และนับจากปี 2557 ต่อไปอีก 7 ปี ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ รวมถึงในปี 2583 ประเมินการว่าจะมีประชากรสูงอายุวัยปลายเพิ่มขึ้นเร็วกว่าผู้สูงอายุกลุ่มอื่นๆ และเมื่อมีอายุมากขึ้นยังมีความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย และการช่วยเหลือตนเองไม่ได้เพิ่มมากยิ่งขึ้น (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2557) นอกจากนี้วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านชีววิทยา การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านชีววิทยาดังกล่าวและอายุที่เพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุจึงส่งผลทำให้ผู้สูงอายุมีโรคประจำตัวต่างๆ ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคอ้วน โรคความดันโลหิต โรคกล้ามเนื้อกระดูกและข้อ โรคสมองเสื่อม โรคเกี่ยวกับประสาทสัมผัสด้านการมองเห็น

ด้านการได้ยิน โรคเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหารโรคเกี่ยวกับระบบไหลเวียนเลือด และโรคเกี่ยวกับระบบการขับถ่ายปัสสาวะ เป็นต้น (มาตุรี อุไรรัตน์, 2552) นอกจากนี้เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายหรือด้านชีววิทยาประกอบกับการมีโรคประจำตัวของผู้สูงอายุจึงทำให้ส่งผลกระทบต่อจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุด้วย โดยเมื่อร่างกายเสื่อมถอยลงความสามารถในการทำกิจกรรมหรืองานบางอย่างลดลงจึงส่งผลกระทบต่อจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกด้อยคุณค่า เหงา เศร้า น้อยใจ รวมถึงการต้องการความสนใจเอาใจใส่จากบุคคลรอบข้างโดยเฉพาะบุคคลในครอบครัว ลูกหลาน ประกอบกับเป็นวัยที่ต้องพบกับการสูญเสียไม่ว่าจะเป็นการสูญเสียคนรัก อาชีพ บทบาท ตำแหน่ง หน้าที่การงาน และรายได้ส่งผลกระทบต่อจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุด้วยเช่นกัน นอกจากนี้ผลการสำรวจสุขภาพจิตของผู้สูงอายุยังพบว่า ผู้สูงอายุมีคะแนนเฉลี่ยสุขภาพจิตตามแบบการประเมินของกรมสุขภาพจิตต่ำกว่าประชากรในวัยอื่น ทั้งยังมีสัดส่วนของผู้ที่มีระดับสุขภาพจิตต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานของสุขภาพจิตคนทั่วไป (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2551)



**การจะส่งเสริมและสร้างให้ผู้สูงอายุมีจิตวิญญาณ
ในการมองเห็นคุณค่าในตนเอง หรือมีเป้าหมายในชีวิตนั้น
ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำเนินชีวิตอยู่
จนช่วงวัยสุดท้ายของชีวิตสำหรับผู้สูงอายุ
ซึ่งจะต้องทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่าตนเองยังมีประโยชน์ มีศักยภาพ
หรือมีคุณค่าในตนเองอยู่ ด้วยการดึงศักยภาพ ความรู้ ความสามารถ
ที่ผู้สูงอายุมียุอยู่ในตัวเองออกมาให้ได้**

การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุเป็น
การประเมินตนเองในเรื่องของขีดความสามารถและ
การรับรู้จากการประเมินของบุคคลอื่นโดยผ่านการ
กระทำหรือพฤติกรรมที่บุคคลอื่นแสดงต่อตนเอง
ซึ่งหากบุคคลปฏิบัติต่อตนเองในลักษณะที่ดีก็จะ
ทำให้ตนเองรู้สึกดี รู้สึกว่าคุณค่าและได้รับการ
ยอมรับ อีกทั้งการเห็นคุณค่าในตนเองยังส่งผลต่อ
พฤติกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ
อีกด้วย ดังการศึกษาของสุกัญญา วชิรเพชรปรางค์
(2553) พบว่าปัจจัยการดูแลตนเองอีกประการหนึ่ง
ที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข คือ การที่ผู้สูงอายุคิดว่
การแต่งกายที่สะอาดสวยงามและเหมาะสมทำให้
ผู้ที่พบเห็นชื่นชมและยอมรับตนเอง ทำให้รู้สึกว่
ตนเองมีคุณค่ามากขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุ
ได้ปรับตัวเพื่อรักษาสุขภาพะด้านจิตใจและสังคม
ของตนเองโดยการเข้าร่วมกิจกรรมชุมชน การคิด
เชิงบวก และการนับถือศาสนา นอกจากนั้น การ
ส่งเสริมและสร้างให้ผู้สูงอายุมีจิตวิญญาณในการ
มองเห็นคุณค่าในตนเอง หรือมีเป้าหมายในชีวิตนั้น
ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญต่อการดำเนินชีวิตอยู่จนช่วงวัย
สุดท้ายของชีวิตสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งจะต้องทำให้ผู้สูง
อายุรู้สึกว่าคุณค่าตนเองยังมีประโยชน์ มีศักยภาพหรือ

มีคุณค่าในตนเองอยู่ ด้วยการดึงศักยภาพ ความรู้
ความสามารถที่ผู้สูงอายุมียุอยู่ในตัวเองออกมา
ให้ได้มีการถ่ายทอด แลกเปลี่ยน เรียนรู้ โดยผ่าน
กระบวนการหรือกิจกรรมต่างๆ ผู้สูงอายุจะรู้สึกมี
ความสุขและมีคุณค่าถ้าผู้สูงอายุมีทักษะทางสังคม
ในระดับสูง เช่น การมีปฏิสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น
เพื่อนบ้านวัยเดียวกันและต่างวัย เป็นผู้ถ่ายทอด
ขนบธรรมเนียมประเพณี ขัดเกลาทางสังคมให้แก่
บุคคลรุ่นหลัง ตลอดจนจนประสบการณ์ที่ผ่านมาใน
ชีวิต ทำให้ผู้สูงอายุสามารถเผชิญต่อสถานการณ์
ต่างๆ ทั้งด้านสุขภาพ สถานภาพ และความมั่นคง
ในชีวิตได้มากกว่าคนวัยอื่น (นนทรี วงษ์วิจารณ์ และ
สุภาณี สนิธิรัตน์, 2556) หรือแม้กระทั่งการทำให้
ผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเองได้ ลดการพึ่งพาจากลูก
หลานทำให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข
ภายใต้สภาวะการณ์ในปัจจุบัน

สถานสงเคราะห์คนชราเป็นสถานที่แห่งหนึ่ง
ให้การช่วยเหลือและดูแลผู้สูงอายุทั้งในด้านที่พัก
อาศัย ด้านอาหาร ด้านการตรวจสุขภาพ ด้านเครื่อง
นุ่งห่ม และด้านการสนับสนุนเงินสมทบเพื่อการ
ยังชีพ ซึ่งลักษณะของการดูแลของมูลนิธิเป็นเพียง
การดูแลผู้สูงอายุทางด้านกายภาพเท่านั้น ด้วย



เหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสภาพจิตใจของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในมูลนิธิ โดยเลือกประเด็นการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ เพื่อให้ทราบข้อมูลที่จะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่อยู่ในมูลนิธิให้ครอบคลุมทั้งทางด้านร่างกายและพัฒนาทางด้านจิตใจควบคู่กันไปอย่างสมดุล ประกอบกับข้อมูลที่ได้จากการศึกษานี้ อาจจะเป็นประโยชน์ต่อมูลนิธิ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการนำผลการวิจัยไปปรับใช้ในการวางแผนเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในมูลนิธิสังเคราะห์หินชราอนาถาแห่งหนึ่งในจังหวัดสงขลา

แนวคิด ทฤษฎี กรอบแนวคิด

การศึกษการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในมูลนิธิสังเคราะห์หินชราอนาถาแห่งหนึ่งในจังหวัดสงขลาใช้ทฤษฎีการเห็นคุณค่าในตนเองผู้วิจัยได้นำแนวคิดและทฤษฎีการเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1981) มาเป็นกรอบในการศึกษาซึ่งอธิบายได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการที่บุคคลรับรู้และประเมินตนเองแล้วแสดงออกไปในแง่ของการยอมรับตนเองหรือไม่ยอมรับตนเอง โดยแสดงให้เห็นถึงขอบเขตความเชื่อของบุคคลที่มีต่อตนเอง ในด้านความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จ และความมีคุณค่าของตนเอง รวมไปถึงการรับรู้จากการประเมินของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองนั้นเกิดจาก 2 ปัจจัย คือ ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก โดยปัจจัยภายใน



ที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองได้แก่ ลักษณะทางกายภาพ เช่น ความสูง น้ำหนัก บุคลิกภาพ ความแข็งแรง เลื้อยผ้า รูปร่าง ความสามารถทั่วไป ภาวะทางอารมณ์ โรคภัยไข้เจ็บ และปัญหาต่างๆ ที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ส่วนปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ สภาพแวดล้อมที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ ซึ่งส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้แก่ สถานภาพทางสังคม กลุ่มเพื่อน ความสัมพันธ์กับครอบครัวนอกจากนั้น มาสโลว์ (Maslow, 1970) ก็ได้อธิบายเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ว่า บุคคลทุกคนในสังคมล้วนแล้วแต่ต้องการเห็นคุณค่าในตนเองและสะท้อนออกเป็นความต้องการ 2 ประเภทได้แก่ 1). ความต้องการความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะของความต้องการที่บุคคลอยากให้ตนเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จ การมีความสามารถในการกระทำสิ่งต่างๆ สามารถช่วยเหลือตนเองได้ และมีความเชื่อมั่นในการเผชิญกับสิ่งต่างๆ 2). ความต้องการให้ผู้อื่นเห็นคุณค่าของตน เป็นลักษณะความต้องการของบุคคลที่อยากให้ผู้อื่นยอมรับว่าตนเป็นผู้มีเกียรติ มีชื่อเสียงเป็นผู้มีอำนาจเหนือกว่าบุคคลอื่น เป็นบุคคลที่มีความสำคัญเป็นที่ชื่นชมของบุคคลอื่น

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพศึกษาปรากฏการณ์และที่มาของปรากฏการณ์โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม ผู้ให้ข้อมูลหลักแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มเจ้าหน้าที่มูลนิธิ ได้แก่ ผู้จัดการมูลนิธิและเจ้าหน้าที่ในมูลนิธิ และกลุ่มที่ 2 ได้แก่ กลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในมูลนิธิ จำนวน 10 คน เกณฑ์การคัดเลือกผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มเป้าหมายนั้นใช้การเลือกแบบเจาะจงจากผู้สูงอายุที่มีคุณลักษณะส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน โดยแบ่งตามสภาวะการณืต้นเหตุของการเข้ามาอยู่ โดยแบ่งเป็น กลุ่มที่ 1 กลุ่มสมัครใจ ซึ่งมีกลุ่มย่อยเป็นกลุ่มที่หาช่องทางในการเข้ามาอยู่ในมูลนิธิเอง กับกลุ่มที่บุตรหลานนำมาส่ง และกลุ่มที่ 2 กลุ่มที่ไม่สมัครใจ ซึ่งเป็นกลุ่มที่บุคคลอื่นส่งเข้ามาอยู่ โดยผ่านการแนะนำจากเจ้าหน้าที่ของมูลนิธิ และเลือกผู้สูงอายุที่มีความสามารถในการฟัง ติดต่อสื่อสารได้เป็นอย่างดี และยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธี



วิเคราะห์เชิงเนื้อหา โดยการวิเคราะห์ข้อความ หรือ ประโยคจากข้อมูลการสัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูล และจัดหมวดหมู่ของข้อความหรือประโยคตาม ลักษณะข้อความที่ปรากฏ ี่คือความ และกำหนด หัวข้อสำคัญเพื่อใช้ในการบรรยายความ

ผลการวิจัย

บริบทของมูลนิธิสงเคราะห์คนชราอนาถา : บ้านพักกายใจวัยชรา

มูลนิธิสงเคราะห์คนชราอนาถาก่อตั้งขึ้นในปี 2457 โดยขุนนิพัทธ์ จิระนคร เป็นผู้บริจาคที่ดิน เพื่อก่อตั้งอาคารเรือนไม้ เพื่อใช้เป็นสถานพยาบาล ในการรักษาพยาบาลคนงานชาวจีนที่เข้ามาทำเหมืองแร่และทางรถไฟ และเป็นที่พักของชาวจีนที่ไม่มีที่พักอาศัย โดยให้บริการแบบไม่คิดค่าใช้จ่ายใดๆ ต่อมาได้จดทะเบียนเป็นมูลนิธิเมื่อวันที่ 10 เมษายน 2517 มูลนิธิแห่งนี้เป็นสถานสงเคราะห์คนชราของเอกชน โดยรับสงเคราะห์ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ไร้ญาติ หรือปราศจากการได้รับการดูแลจากญาติ ถูกทำร้ายจากบุคคลในครอบครัว ไม่มีที่พักอาศัย หรือฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดี ที่ยังคงช่วยเหลือตนเองได้ในเรื่องการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และต้องได้รับการรับรองจากบุคคล หรือหน่วยงานว่าควรได้รับการสงเคราะห์โดยมูลนิธิเป็นผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการดูแลผู้สูงอายุทั้งหมด มูลนิธิตั้งอยู่ในใจกลางเมืองหาดใหญ่ ซึ่งเป็นแหล่งการค้าและการท่องเที่ยว มีการคมนาคมสะดวก อยู่ใกล้ห้างสรรพสินค้า โรงแรม ตลาด ร้านค้าและร้านอาหาร ด้วยสถานที่ตั้งของมูลนิธิมีความสะดวกในการคมนาคมจึงทำให้ทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติองค์กรหรือหน่วยงานต่างๆ มาบริจาคเงินและสิ่งของต่างๆ เป็นจำนวนมาก ผู้สูงอายุที่มาพักอาศัยอยู่ที่





นี้มาจากหลากหลายจังหวัด และมีสภาวะการณั้ต้นเหตุของการเข้ามาอาศัยอยู่จากหลายสาเหตุด้วยกัน ทั้งที่ถูกลูกหลานทำร้ายจิตใจ ไม่ดูแล หรือเพราะโศด เป็นหม้าย หรือแต่งงานโดยไม่มีบุตร รวมถึงการมีบุตรและบุตรเสียชีวิตไปก่อนจึงทำให้ขาดคนดูแลในยามแก่เฒ่า นอกจากนี้ยังมีผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัวของบุตรหลานไม่ดี จึงไม่อยากเป็นภาระของบุตรหลาน ดังนั้นจึงลดภาระของบุตรหลานด้วยการเข้ามาอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ เป็นต้น และเรียกที่นี่ว่า “บ้าน”

บ้านหลังนี้ประกอบด้วยผู้สูงอายุจำนวน 46 ชีวิต เป็นเพศชายจำนวน 25 คน และเป็นเพศหญิงจำนวน 21 คน เป็นลักษณะของผู้สูงอายุประเภทติดเตียง ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ มีปัญหาทางด้านการสื่อสาร เช่น ปัญหาทางด้านการฟัง ปัญหาทางด้านการจดจำเรื่องราว ไม่สามารถพูดสื่อสารภาษาไทยได้ และไม่พร้อมที่จะให้ข้อมูลในการตอบแบบสอบถาม ดังนั้นจึงทำให้ได้กลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุซึ่งเป็นผู้เล่าเรื่องราวจำนวน 10 คน โดยลักษณะของผู้เล่าเรื่องนี้มีดังนี้

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 1 ยายรี (นามสมมติ) อายุ 65 ปี สถานภาพหม้าย มีบุตร 2 คน ไม่ได้เรียนหนังสือ มีอาชีพเสริมสอยและตัดเย็บเสื้อผ้าก่อนเข้ามาอาศัย

**ผู้สูงอายุยังรู้สึกดี
ที่จะเป็นผู้ให้มากกว่าเป็นผู้รับ
และยังคงมีความปรารถนาที่ดี
มีความเมตตา ความรักความห่วงใย
รวมถึงการให้อภัยต่อบุตรหลานเสมอ
และยังคงมีความโหยหา
ความรัก ความห่วงใยจากบุตรหลาน
และยังคงคิดถึงบุตรหลานเช่นกัน
การมาเยี่ยมเยียนของญาติ
หรือบุตรหลานจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกดี
และมีความสุขที่ถูกระลึกถึง**

อยู่ในมูลนิธิ รายได้ดีพอสมควร ภูมิลำเนาเดิมอาศัยอยู่ในจังหวัดกระบี่ ใช้ชีวิตในบ้านโดยลำพังอย่างสุขสบายด้วยข้าวของเครื่องใช้และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ซึ่งได้รับการดูแลจากบุตรสาวที่อาศัยอยู่ในตัวเมืองซึ่งไม่ห่างไกลมากนัก แต่ภายหลังเกิดจุดพลิกผันในชีวิตทำให้ยายต้องมาอาศัยอยู่กับบุตรชายที่อำเภอหาดใหญ่ ด้วยการแสดงของบุตรชายที่ทำให้ยายหลงเชื่อว่าการย้ายภูมิลำเนา มาอาศัยกับครอบครัวของบุตรชายจะทำให้ยายมีความเป็นอยู่ที่สุขสบายมากยิ่งขึ้นเนื่องจากภรรยาของบุตรชายมีฐานะดี ยายจึงตัดสินใจทำตามคำบอกของบุตรชาย โดยได้ขนข้าวของเครื่องใช้ส่วนหนึ่งและขายของใช้ในบ้านทั้งหมดที่บุตรสาวเป็นผู้มอบให้และหนีมา เพื่อให้กลายเป็นตัวเงินและมาอาศัยกับบุตรชาย แล้วยายก็ค้นพบความจริงว่าการมาอาศัยกับบุตรชายไม่ได้สุขสบายอย่างที่



คิดไว้ และถูกบุตรชายทำร้ายด้วยคำพูด และไล่ออกจากบ้าน ทางเลือกเดียวที่ยายมีและคิดขึ้นมาได้คือ ภาพของมูลนิธิ ซึ่งครั้งหนึ่งยายเคยผ่านมาพบเข้า ยายจึงหาช่องทางที่จะมาอาศัยอยู่ในมูลนิธิด้วยตนเองในปี 2560 โดยผ่านทางนายอำเภอเพื่อขอความช่วยเหลือในการดำเนินการเข้ามาอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 2 ยายเปรียบ (นามสมมติ) อายุ 88 ปี สถานภาพหม้าย ไม่มีบุตร และไม่ได้เรียนหนังสือ มีอาชีพค้าขาย ก่อนเข้ามาอาศัยอยู่ในมูลนิธิ รายได้พอยังชีพ ภูมิลำเนาเดิมอาศัยอยู่ในจังหวัดนครศรีธรรมราช อาศัยอยู่เพียงลำพังหลังจากสามีเสียชีวิต โดยรอบ ๆ บ้านมีญาติพี่น้องอาศัยอยู่ไม่ไกลนักแต่ด้วยความที่ยายไม่มีบุตร คอยดูแลคนใกล้บ้านจึงบอกเล่าถึงมูลนิธิ ยายเกิดความสนใจจึงตัดสินใจเข้ามาพักอาศัยอยู่กับหลานในอำเภอหาดใหญ่และได้ให้หลานพามาดูวิถีชีวิตผู้สูงอายุในมูลนิธิเพื่อประกอบการตัดสินใจในการใช้ชีวิตอยู่ในบ้านปลายของชีวิต ขณะที่ยายไปดูมูลนิธิในปี 2557 นั้น เกณฑ์การเข้าพักอาศัยอยู่ในมูลนิธิยังมีไม่มากนัก และมีผู้สูงอายุอาศัยอยู่เป็นจำนวนมากเกือบ 100 คน อีกทั้งการดูแลของมูลนิธิได้มีการสนับสนุนทางด้านต่างๆ ทั้งในเรื่องของที่พักอาศัย อาหาร การบริจาคสิ่งของ รวมถึงการมีเพื่อนฝูงในวันใกล้เคียงกัน และเหตุผลที่สำคัญประการหนึ่งคือยายมักเป็นคนที่มีใจ จึงมักมีปัญหาในการอาศัยอยู่ร่วมกับหลาน การตัดสินใจเข้าพักอาศัยในมูลนิธิจึงเป็นทางเลือกหนึ่งของยาย

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 3 ยายออ (นามสมมติ) อายุ 65 ปี สถานภาพโสด เรียนจบชั้นประถมศึกษา มีอาชีพค้าขาย ก่อนเข้ามาอาศัยอยู่ในมูลนิธิ รายได้พอยังชีพ ภูมิลำเนาเดิมอาศัยอยู่ในจังหวัดสมุทรปราการ อาศัยอยู่เพียงลำพังโดยรอบ ๆ บ้าน

มีญาติพี่น้องอาศัยอยู่ไม่ไกลนัก หลานของยายที่เคยทำงานอยู่ในอำเภอหาดใหญ่เห็นว่ายายควรที่จะได้รับการดูแลเนื่องจากยายเป็นโรคหัวใจ การเข้ามาอยู่ในมูลนิธิอาจจะเป็นหนทางที่จะช่วยให้ยายอยู่อย่างสุขสบายขึ้น จึงตัดสินใจพายายมาพักอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ ยายไม่มีทางเลือกเนื่องจากไม่มีบุตรและมีโรคประจำตัว จึงต้องตัดสินใจมาอยู่อาศัยในมูลนิธิตามคำแนะนำของหลาน โดยเข้ามาอยู่ในปี 2558

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 4 ยายเหมย (นามสมมติ) อายุ 77 ปี สถานภาพหย่าและได้แยกกันอยู่กับสามีมีบุตร 4 คน หลังจากแยกกันอยู่กับสามีได้อยู่กับบุตรชายคนเล็ก และไม่ได้ติดต่อดีตสามีและบุตรอีก 3 คนอีกเลย ไม่ได้เรียนหนังสือ มีอาชีพเป็นลูกจ้างกรีดยางพาราและเป็นแม่บ้านทำความสะอาดบ้าน ก่อนเข้ามาอาศัยอยู่ในมูลนิธิ รายได้พอยังชีพ ภูมิลำเนาเดิมอาศัยอยู่ในจังหวัดยะลา เมื่อบุตรชายเสียชีวิตก็ได้ย้ายมาประกอบอาชีพที่อำเภอสะเดาในบ้านพักของเจ้าของสวนยางพาราที่มีบริการสำหรับลูกจ้างกรีดยางพารา ประกอบกับตอนประกอบอาชีพนั้นได้ประสบอุบัติเหตุกระดูกหักในปี 2552 จึงได้มาอาศัยอยู่ในมูลนิธิเนื่องจากในอดีตตอนสมัยเด็กเคยเห็นพี่ชายของตนพาผู้สูงอายุ





ชาวจีนที่ประกอบอาชีพเหมืองแร่มาอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ จึงทำให้ตัดสินใจเข้ามาพักอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 5 ยายณี (นามสมมติ) อายุ 71 ปี สถานภาพหม้าย จบระดับมัธยมศึกษา มีบุตร 3 คน มีอาชีพหลายอย่างก่อนเข้ามาอาศัยอยู่ในมูลนิธิอาทิ เป็นพนักงานต้อนรับในโรงแรม เป็นครูสอนเสริมสวย เป็นนายหน้าขายบ้านเพื่อเกรงกำไร และค้าขาย รายได้ดีมากถือว่าเป็นบุคคลที่มีรายได้สูง ภูมิลำเนาเดิมเป็นคนจังหวัดสงขลา แต่ไปอาศัยอยู่ในจังหวัดชลบุรีกับบุตรสาว อาศัยอยู่เพียงลำพังในหมู่บ้านจัดสรรที่มีกว่า 50 หลังคาเรือน ลักษณะบ้านเป็นบ้านเดี่ยวที่มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกสบายอย่างครบครัน การเดินทางไปตลาดหรือตัวเมืองต้องอาศัยรถส่วนตัวเท่านั้น จึงทำให้ลำบากในการใช้ชีวิตอยู่เพียงลำพังในบ้านหลังใหญ่เพียงคนเดียว ทำให้ขาดการดูแลในเรื่องปัจจัย 4 ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่น น้ำ อาหาร ยารักษาโรค ประกอบกับเดือนละครึ่งบุตรสาวจะมาเยี่ยมเยียนเนื่องจากต้องประกอบอาชีพ ยายจึงตัดสินใจไปอยู่มูลนิธิของรัฐบาลที่ชลบุรีก่อน หลังจากนั้นบุตรสาวมารับกลับบ้านอยู่ได้ระยะเวลาหนึ่งก็กลับไปอยู่มูลนิธิที่ชลบุรีอีก แล้วทำเรื่องย้ายมาอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ในปี 2560

เนื่องจากเคยอาศัยอยู่ในจังหวัดสงขลาและทราบข้อมูลเกี่ยวกับมูลนิธิเป็นอย่างดี อีกทั้งจะได้อยู่ห่างไกลจากบุตรชายที่แะมาเยี่ยมเยียนเพื่อขอเงิน จึงตัดสินใจที่จะเข้ามาอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 6 ยายนอม (นามสมมติ) อายุ 81 ปี สถานภาพหม้าย ไม่ได้เรียนหนังสือ มีบุตร 3 คน มีอาชีพกรีดยางพารา รายได้ค่อนข้างดี ภูมิลำเนาเดิมเป็นคนจังหวัดสงขลา เดิมอาศัยอยู่กับครอบครัวของบุตรชายคนเล็ก แต่เนื่องจากบุตรชายประกอบอาชีพจึงจำเป็นต้องดูแลหลาน และมักเกิดปากเสียงกับลูกชายบ่อยๆ ในเรื่องของกรเลี้ยงหลาน และเมื่อลูกชายมาเหล้า จึงเป็นเหตุผลให้ตัดสินใจเข้ามาอาศัยอยู่ในมูลนิธิตั้งแต่ปี 2539 ซึ่งเป็นระยะเวลา 21 ปี โดยยายเล่าว่าเมื่อก่อนสมัยเด็กเคยใช้ชีวิตอยู่บริเวณนี้จึงทำให้รู้จักมูลนิธิแห่งนี้เป็นอย่างดี เนื่องจากเคยตามน้ำซึ่งประกอบอาชีพทำอาหารให้ผู้สูงอายุในมูลนิธิในสมัยเด็ก อีกทั้งยังมีญาติทำงานเป็นเจ้าหน้าที่อยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ด้วย จึงรู้สึกดีที่มูลนิธิให้การดูแลทำให้เกิดความสะดวกสบายในการดำรงชีวิตและอบอุ่นใจในการมาพักอาศัยอยู่ที่นี่

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 7 ลุงกิ (นามสมมติ) อายุ 62 ปี สถานภาพโสด จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา มีอาชีพค้าขาย รายได้พออยู่พอกิน ภูมิลำเนาเดิมเป็นคนจังหวัดสงขลา เดิมอาศัยอยู่กับครอบครัวของพี่สาว แต่ด้วยลุงมีโรคประจำตัว คือโรคลมชัก ประกอบกับครอบครัวของพี่สาวก็ไม่สามารถที่จะดูแลได้อย่างใกล้ชิด และสถานภาพทางเศรษฐกิจจึงแนะนำให้ลุงมาอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ ประกอบกับลุงเคยใช้ชีวิตใกล้ๆ บริเวณถาวรมูลนิธิจึงทำให้เห็นสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในมูลนิธิแห่งนี้เป็นอย่างดี ลุงจึงตัดสินใจเข้ามาอยู่เมื่ออายุ 60 ปี ตามเกณฑ์ที่มูลนิธิกำหนด ในปี 2558



ผู้เล่าเรื่องคนที่ 8 ยายวัลย์ (นามสมมติ) อายุ 80 ปี สถานภาพหม้าย ไม่ได้เรียนหนังสือ มีบุตร 2 คนมีอาชีพเป็นแม่บ้านของห้างสรรพสินค้าแห่งหนึ่งในอำเภอหาดใหญ่ก่อนมาอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้รายได้พอยังชีพ และจะต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในบ้านเพื่อลดภาระของบุตรด้วยภูมิลำเนาเดิมเป็นคนจังหวัดสงขลา อาศัยอยู่กับครอบครัวบุตรและหลาน ด้วยสภาพเศรษฐกิจของครอบครัวบุตรหลานที่ไม่ค่อยดีนัก และไม่ยอมเป็นภาระของบุตรหลาน รวมถึงตอนประกอบอาชีพอยู่ใกล้บริเวณมูลนิธิแห่งนี้จึงทำให้เห็นสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุเป็นอย่างดี จึงตัดสินใจเข้ามาพักอาศัยในมูลนิธิแห่งนี้ ตั้งแต่ปี 2552

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 9 ยายตา (นามสมมติ) อายุ 78 ปี สถานภาพหม้าย เรียนจบชั้นประถมศึกษา มีบุตร 1 คน เสียชีวิตและต้องอาศัยอยู่กับภรรยาของบุตรชายและหลานและเหลน มีอาชีพเป็นครูก่อนมาพักอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ รายได้ค่อนข้างดี ภูมิลำเนาเดิมเป็นคนจังหวัดสุราษฎร์ธานี แต่ต้องมาอาศัยอยู่กับภรรยาของบุตรชายและหลานและเหลนในอำเภอหาดใหญ่ จึงทำให้ต้องมีปากเสียงทะเลาะกันกับภรรยาของบุตร ดังนั้นภรรยาของบุตรจึงตัดสินใจส่งมาอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้เพื่อลดค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว ในระยะแรกที่เข้ามาอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ใน ปี 2555 ยายรู้สึกมีทัศนคติทางลบต่อมูลนิธิ แต่ต่อมาทัศนคติถูกเปลี่ยนไปในทางบวก เนื่องจากผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ได้รับการดูแลอย่างดีในเรื่องของที่พักอาหาร การสนับสนุนทางการเงิน การบริจาคสิ่งของ การบริการทางการแพทย์ อุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการเดิน เป็นต้น

ผู้เล่าเรื่องคนที่ 10 ยายศรี (นามสมมติ) อายุ 74 ปี สถานภาพหม้าย ไม่ได้เรียนหนังสือ มีบุตร



1 คน เสียชีวิต มีอาชีพค้าขาย และเป็นลูกจ้างร้านอาหารแห่งหนึ่งในอำเภอหาดใหญ่ และพักอาศัยในบ้านพักของร้านอาหารก่อนมาพักอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้รายได้พอยังชีพ ภูมิลำเนาเดิมเป็นคนจังหวัดเพชรบุรี แต่มาอาศัยอยู่ในอำเภอหาดใหญ่เพื่อประกอบอาชีพค้าขายอาหาร ด้วยสุขภาพไม่ค่อยดี ทำให้ไม่สามารถทำงานหนักได้ จึงได้ตัดสินใจไปขอทำงานในร้านอาหารแห่งหนึ่ง เจ้าของร้านอาหารส่งสารจึงรับเข้าทำงานและให้ที่พักอาศัย ต่อมาภายหลังอุบัติเหตุลื่นล้มจึงต้องส่งตัวไปรักษาในโรงพยาบาลหาดใหญ่ และทางร้านอาหารไม่สามารถที่จะรับภาระในการดูแลยายได้จึงตัดสินใจส่งยายเข้ามาพักอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้ในปี 2558

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในมูลนิธิซึ่งประกอบด้วยการมองเห็นตนเองในปัจจุบัน และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน สัมพันธภาพระหว่างญาติ สัมพันธภาพระหว่างชุมชน และสัมพันธภาพระหว่างเจ้าหน้าที่ ของผู้สูงอายุที่พักอาศัยในมูลนิธิแห่งนี้สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้



1. ด้านการมองเห็นในปัจจุบัน แบ่งเป็น 2 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านกายภาพ พบว่า ผู้สูงอายุมองว่า เมื่ออายุเพิ่มขึ้น ความแข็งแรงของร่างกายก็น้อยลง ไม่แข็งแรงเหมือนเมื่อก่อน ไม่สวยงามเหมือนเดิม มีความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆ ได้น้อยลงตามไปด้วย รวมถึงการมีโรคประจำตัวที่เพิ่มขึ้น ดังคำพูดของยายนอม (นามสมมติ) “แก (แก) แล้วมันไม่ค่อยดี เดี่ยวเป็นโน่นเป็นนี่ ทำอะไร (ทำอะไร) กะไม่ค่อยรอด (ไม่ไหว) ไม่เหมือนตอนหนุ่มๆ (ตอนอายุน้อย)” ยายเหมย (นามสมมติ) “เมื่อก่อนอาม่าก็ตัดยาง หลัง ๆ พออายุเยอะขึ้นก็ตัดยางไม่ไหวแล้ว มันเหนื่อย” และยายณี (นามสมมติ) “หวางนี่แก (แก) แล้ว อายุเยอะขึ้นอีให้ส่วยเหมือนแต่ก่อนกะไม่ได้ มันแก (แก) ลงทุกวัน” และ 2) ด้านจิตใจและสังคม พบว่าผู้สูงอายุมองว่าเมื่ออายุเพิ่มมากขึ้นจะถูกลดบทบาทและความสำคัญลงเนื่องจากไม่มีรายได้ต้องเป็นภาระของบุคคลอื่นโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ยังคงมีบุตรหลาน ทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ไม่ดีกับบุตรหลานเกิดขึ้นเมื่อตนเองเข้าสู่วัยสูงอายุ จึงส่งผลให้ผู้สูงอายุมีมุมมองของความสูงอายุในทางลบ ดังคำพูดของยายณี (นามสมมติ) “พออายุไม่มีเงิน หมดประโยชน์แล้ว

เค้ากะไม่สนใจ เค้าให้ยายเฝ้าบ้านให้เค้า ให้ยายอยู่กับหมา มันรักหมามากกว่าแม่มันหล่าว เดือนนึงมันมาหนนึง (1 ครั้ง) พาไข่มาให้ 9 ลูก มันว่าอาหารหมามีถ้าอดกะกินไปก่อน เวลาอีไปไหนลูกสาวเค้าไม่ให้นั่งรถไปคันเดียวกับลูกเค้า (หลาน) ด้วยเค้าว่ายายสกปรก มีเชื้อโรค กลัวว่าลูกเค้า (หลาน) อีไม่บาย (ไม่สบาย)” และยายตา (นามสมมติ) “พอลูกชายตายก็มาอยู่กับลูกสะใภ้ที่หาดใหญ่และมีปากเสียงกันเค้าเลยส่งยายมาอยู่ในมูลนิธิ” ในขณะที่ผู้สูงอายุบางคนมองว่ามีความพึงพอใจกับชีวิตในปัจจุบันนี้เพราะมีความเป็นอยู่ที่ดี สบายแล้วไม่ต้องออกไปทำงาน ไม่ต้องหารายได้ เนื่องจากทางมูลนิธิให้การดูแลอย่างดี ดังคำพูดของลุงกี (นามสมมติ) “อยู่นี่ดี เค้าดูแลดีทุกอย่าง ไม่ต้องทำงานอะไร นั่งอยู่เฉยๆ ก็มีคนเอาตังค์มาให้ทุกวัน ช่วงนี้ได้วันละไม่ถึง 100 เศรษฐกิจไม่ดี มาเลยเลยไม่ค่อยมาบริจาค” ยายรี (นามสมมติ) “ยายชอบนะที่มันสบายดี มีอิสระ อยากทำอะไรก็ได้ ทำอยากไปไหนก็ได้ไป อยู่นี่โรคยายหายตั้งหลายอย่าง ยายไม่คันเลย อยู่บ้านยุ่งเยอะยายแพ้ยุง” ยายเปรี๊ยะ (นามสมมติ) “อยู่นี่ไม่ต้องทำอะไร (ทำอะไร) นั่งๆ นอนๆ เดี่ยวมีคนเอาข้าวมาให้ ของกินลุย (เยอะ)” ยายณี (นามสมมติ) “ที่นี่เหมือนหอพักมากกว่ามูลนิธิ ยายชอบเพราะว่ามันสะอาด ทุกอย่างฟรี ไม่ต้องจ่ายค่าอะไร มีคนมาบริจาคเกือบทุกวัน” ยายอ (นามสมมติ) “ที่นี่ดีแทบไม่ต้องทำอะไรเลย เค้ามีบริการให้หมด สุขสบายมาก”

2. ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน พบว่า ผู้สูงอายุในมูลนิธิทั้งหมดมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนน้อย กล่าวคือ เป็นเพียงการรู้จักกันแบบผิวเผินหรืออาจจะไม่รู้จักกันเลยด้วยซ้ำ โดยบางคนแค่รู้จักชื่อแต่ไม่เคยมีการพูดคุยกัน เป็นลักษณะของการอยู่แบบต่างคนต่างอยู่ไม่ยุ่งเกี่ยวกัน เนื่องจากไม่มีกิจกรรมที่ได้รับ



ร่วมกัน แต่ผู้สูงอายุจะมีการปฏิสัมพันธ์เฉพาะกลุ่ม เพื่อนที่ตนเองมีความสนิทสนม และไว้ใจเท่านั้น โดยจะช่วยเหลือกันเฉพาะกลุ่มย่อยเท่านั้นเป็นการช่วยเหลือในเรื่องเล็กน้อย อาทิ การฝากซื้อของ การช่วยกดน้ำดื่ม การตัดอาหาร การช่วยหยิบข้าวของ เป็นต้น ดังคำพูดของยายตา (นามสมมติ) “โຕະນີ້ ทั่งหมคนอนห้องเดียวกัน มีอะไรก็ช่วยกันแบ่งๆ กัน ก็คุยกันอยู่เฉพาะกลุ่มนี้แหละ” และยายวัลย์ (นามสมมติ) “ถ้าเค้าอีให้เราช่วยไหร (อะไร) ถ้าไม่เกินที่เราทำได้ เราจะทำให้เค้า ถ้าเราทำไม่ได้ช่วยไม่ได้ เราจะไม่ทำแหละ เดียวเพื่อนอีมาว่า” ยายศรี (นามสมมติ) “ถ้าถามว่าในนี้รู้จักทุกคนหมดไหมรู้จักหมด รู้จักแต่ชื่อแต่ไม่เคยคุยด้วยกับเค้าหรือกะนะเลือกคุยเฉพาะคนที่เราสนิทคุยได้เท่านั้น” ยายณี (นามสมมติ) “ไม่อยากจะคุยกับใครมาก ไม่ค่อยจริงจังกัน ชอบนินทาๆกัน ที่คุยกันได้กะมี 2-3 คนนี้แหละ” จากการสังเกตและการพูดคุยยังพบอีกว่าผู้สูงอายุมีความเป็นปัจเจกบุคคลสูง ซึ่งแต่ละคนจะมีพื้นที่เฉพาะส่วนตัวได้แก่ บริเวณโต๊ะรับประทานอาหาร และบริเวณเตียงนอน โดยถ้าไม่มีความสนิทสนมกันก็ไม่สามารถที่จะนั่งร่วมโต๊ะหรือนั่งบนเตียงของผู้อื่นได้ ดังคำพูดของยายเปียบ (นามสมมติ) “ยายไม่ค่อยไปนั่งเตียงใคร กะนั่งแหล่งกับเพื่อนที่เตียงตัวเองนี่แหละ ถ้านั่งมั่งกะเตียงนี้เตียงเดียว” และยายออ (นามสมมติ) “ก็จะนั่งที่โต๊ะประจำของเรา นี่แหละ ไปไม่งั่งที่อื่น ที่นี้ทุกคนจะมีที่นั่งประจำอยู่ ใครนั่งตรงไหนก็จะนั่งตรงนั้น” นอกจากนั้นยังพบอีกว่าเมื่อผู้สูงอายุจะต้องอยู่ด้วยกันตลอดเกือบจะ 24 ชั่วโมงจึงทำให้บางครั้งผู้สูงอายุก็ไม่มีเรื่องราวอะไรที่จะพูดคุยปฏิสัมพันธ์กัน รวมถึงเรื่องราวบางอย่างก็ไม่อยากเล่าให้ผู้อื่นฟังเนื่องจากกลัวว่า จะถูกพูดถึงในทางที่ไม่ดี หรือการไม่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ดังคำพูดของเหมย (นาม

สมมติ) “วัน ๆ ก็ไม่รู้จะคุยอะไรกัน ไม่มีอะไรจะคุย ก็เลยชอบออกมานั่งดูโทรทัศน์ตรงนี้” และยายรี (นามสมมติ) “ยายไม่ค่อยอยากเล่าอะไรให้ใครฟัง ที่นี้เค้าไม่ค่อยจริงจังกัน ขนาดเค้าเห็นยายใช้ของใช้ดีๆ เค้ายังไม่สนใจเลย”

3. ด้านสัมพันธภาพกับญาติ พบว่า ผู้สูงอายุที่มาอาศัยอยู่ในมูลนิธิแห่งนี้มีทั้งที่ไม่มีญาติ และมีญาติ โดยบุคคลที่มีญาติอยู่ใกล้ๆ ก็จะได้รับกรมาเยี่ยมเยียนบ้างแบบนานๆ ครั้ง ลักษณะของการมาเยี่ยมคือ การมาขอเงิน และการมารับสิ่งของจากผู้สูงอายุเท่านั้น เช่น ขนมหรืออาหารที่ผู้สูงอายุเก็บเอาไว้ให้ โดยผู้สูงอายุยังรู้สึกดีที่จะเป็นผู้ให้มากกว่าเป็นผู้รับ และยังคงมีความปรารถนาที่ดี มีความเมตตา ความรักความห่วงใย ดังคำพูดของยายตา (นามสมมติ) “วันไหนเค้ามาแจกข้าวขาหมู ข้าวมันไก่ ยายไม่กินก็จะเก็บเอาไว้ให้หลาน ไทรบอกให้เค้ามาเอา” ยายนอม (นามสมมติ) “หลานมาสมัครงานแค่ๆ (ใกล้ๆ) แถวนี่ ไทรบอกมันแล้วว่าให้มาเอากล้วยบวช” และยายณี (นามสมมติ) ที่เล่าถึงยายนอม (นามสมมติ) “วันไหนที่โลก (ลูก) แกไม่มาหา แกกะจะโทรให้มาแล้วกะเอาเงินให้ ลูกแกมาบอชอบมาขอเงิน” รวมถึงการให้อภัยต่อบุตรหลานเสมอ และยังคงมีความโหยหาความรัก ความห่วงใยจากบุตรหลานและยังคงคิดถึงบุตรหลานเช่นกัน ดังคำพูดของยายวัลย์ (นามสมมติ) “วันไหนคิดถึงบ้านคิดถึงลูก กะหลบบ้านไปหาไปนอนที่บ้าน 2-3 คืน แล้วค่อยกลับมา” และยายตา (นามสมมติ) “ตอนนียายให้อภัยลูกสะใภ้หมดแล้ว ไม่ถือโทษโกรธแล้วที่เค้าทำไม่ดีกับเรา” การมาเยี่ยมเยียนของญาติหรือบุตรหลานจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกดี และมีความสุขที่ถูกรักถึง ดังคำพูดของลุงกี (นามสมมติ) “วันก่อนพี่สาวมาหา ไม่ได้เจอกันนาน แกมาถามสารทุกข์สุกดิบว่าเป็นยังงัยบ้าง เราก็รู้สึกดี



น้ำตาคลอเลย” และต่างจากยายศรี (นามสมมติ) “ก็เราไม่ญาติไม่มีใคร ก็เลยไม่มีใครมาเยี่ยม มีแต่เจ้าของร้านอาหารเค้าฝากคนเอาอั่งเปามาให้” นอกจากนั้น ยังพบว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ที่ทางมูลนิธิจัดบริการให้และไม่อยากกลับไปอยู่ที่บ้านเนื่องจากเกรงว่าหากกลับไปอยู่บ้านแล้วจะไม่ได้รับการดูแลที่ดีจากบุตรหลาน และจะทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับบุตรหลานรวมถึงอาจจะรุนแรงจนไม่สามารถที่จะอยู่ร่วมกันได้ ดังคำพูดของยายรี (นามสมมติ) “ลูกอยากจะให้กลับไปอยู่บ้าน เค้าบอกเค้าให้อภัยแม่แล้ว แต่ยายไม่อยากจะกลับไปนี่มันสบายยายชอบ มีอิสระดี อยากทำอะไรก็ได้ทำ” และยายนอม (นามสมมติ) “ลูกเขยมันกะชวนให้อยู่กับมันที่มาเลย์ บ้านมันบาย (สบาย) มันว่ามันเลี้ยงยายได้อยู่มูลนิธิลำบาก แต่ยายอยู่กับมันไม่ได้ไม่ทำอะไร (ไม่มีอะไรทำ) ไม่ที่ไปไหน และกะไม่รู้จักใคร อยู่ที่นี่บายหาว (สบายกว่า) อยู่บ้านมันหล่าว (อีก)”

4. ด้านสัมพันธภาพกับชุมชน พบว่า ผู้สูงอายุในมูลนิธิสามารถออกไปภายนอกมูลนิธิได้อย่างอิสระแต่ต้องขออนุญาตก่อนออกไปภายนอกทุกครั้ง ซึ่งการออกไปภายนอกมูลนิธินั้น ได้แก่ ไปตลาด ไปห้างสรรพสินค้าที่อยู่ใกล้ๆ ไปโรงพยาบาล ไปซื้อของ ซื้อยา ไปธนาคาร หรือไปเยี่ยมญาติ โดยผู้สูงอายุที่ออกไปใกล้ๆ บริเวณที่ตั้งของมูลนิธิก็จะใช้เวลาไม่นานจึงไม่ต้องเปลี่ยนชุดยูนิฟอร์มเป็นชุดอื่น แต่ถ้าหากผู้สูงอายุไปไกลๆ จากบริเวณที่ตั้งของมูลนิธินั้นก็จะมีนิยมนั่งเปลี่ยนเสื้อผ้าก่อนออกไป ซึ่งการใส่ชุดยูนิฟอร์ม ประชาชนแถวนั้นก็จะรู้ว่าอยู่ในมูลนิธิซึ่งผู้สูงอายุก็ไม่ได้รู้สึกด้อยแต่อย่างใด ดังคำพูดของยายณี (นามสมมติ) “ถ้าไปแค่ๆ (ใกล้ๆ) กะไม่ต้องเปลี่ยนชุด แต่ถ้าไปโรงพยาบาล (โรงพยาบาล) ไปธนาคารหรือไปที่ไกลๆ กะต้องเปลี่ยนชุดก่อน”



รวมถึงผู้สูงอายุรู้สึกมีความสุขที่มีบุคคลภายนอกทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติมาทำกิจกรรมต่างๆ ภายในมูลนิธิ เช่น การมาบริจาคเงิน การมาเลี้ยงอาหาร การมาแจกข้าวของเครื่องใช้ รวมถึงการมาจัดกิจกรรมที่มีความสนุกสนาน เป็นต้น ดังคำพูดของยายออ (นามสมมติ) “ชอบเวลาที่เค้ามาบริจาคเงิน จะได้เอาไว้ไปซื้อของใช้ ไปซื้อยาหรือเวลาไปหาหมอ” ลุงกี (นามสมมติ) “ชอบเวลาคนมาที่มูลนิธิ แต่ไม่ชอบที่มาทำกิจกรรมออกกำลังกาย ถ้ามาบริจาคเงินดีกว่า” และยายศรี (นามสมมติ) “ชอบถ้าเค้ามาทำกิจกรรมที่สนุกๆ ตลกๆ ดูแล้วมันเพลินดี” และยายณี (นามสมมติ) “เวลามีคนมาบริจาคไม่ว่าเงินหรือสิ่งของ ยายก็จะขอพรให้เค้ามีความสุข บางทีกะเอาเงินที่เค้าบริจาคไปซื้อของไว้ใส่บาตร”

5. ด้านสัมพันธภาพกับเจ้าหน้าที่ พบว่า ผู้สูงอายุจะมีปฏิสัมพันธ์กับเจ้าหน้าที่เฉพาะการขอความช่วยเหลือในเรื่องต่างๆ ที่จำเป็นและมีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุเท่านั้น เช่น การขออนุญาตออกไปข้างนอกเพื่อไปดำเนินกิจกรรมต่างๆ เช่น



ด้านสัมพันธภาพระหว่างญาตินั้น
ผู้สูงอายุในมูลนิธิโดยส่วนใหญ่
บุตรหลานและญาติจะมาเยี่ยมเยียนนานๆ ครั้ง
แต่ผู้สูงอายุยังคงมีความคาดหวังจากการมาเยี่ยมเยียนของบุตรหลาน
และญาติ ซึ่งการมาเยี่ยมเยียนจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกดี
และมีคุณค่าทางด้านจิตใจที่ถูกระลึกถึง

การไปซื้อของ การไปธนาคาร การขออนุญาต
เดินทางกลับไปเยี่ยมบ้าน เป็นต้น โดยการมี
ปฏิสัมพันธ์ใช้วิธีการสื่อสารด้วยการเผชิญหน้าและ
การสื่อสารผ่านโทรศัพท์มือถือ เนื่องจากผู้สูงอายุ
ทุกคนจะมีเบอร์โทรศัพท์ของเจ้าหน้าที่ รวมถึง
ห้องพักของเจ้าหน้าที่ที่อยู่ภายในมูลนิธิแห่งนี้ด้วย
ซึ่งผู้สูงอายุสามารถขอความช่วยเหลือได้ตลอด 24
ชั่วโมง ลักษณะการดูแลของเจ้าหน้าที่เป็นไปตาม
บทบาทและหน้าที่ของงาน ดังคำพูดของลุงกี (นาม
สมมติ) “เจ้าหน้าที่เค้าก็พักในนี้ มีอะไรก็เรียกได้ ใคร
จะไปไหนก็ต้องบอกเจ้าหน้าที่ก่อนเค้าจะได้รู้” และ
ยายรี (นามสมมติ) “ยายให้เค้า (เจ้าหน้าที่) ช่วยใส่
เบอร์เค้าไว้ในมือถือ เผื่อมีอะไรจำเป็นจะได้โทรหา”
โดยเจ้าหน้าที่ที่ดูแลผู้สูงอายุมีจำนวน 6 คน ในขณะที่
ผู้สูงอายุมีจำนวน 46 คน ซึ่งทำให้การดูแลในด้าน
ต่างๆ อาจจะไม่ได้อบรมคลุมและเจาะจงเฉพาะ
บุคคล รวมถึงเจ้าหน้าที่จะต้องดูแลผู้สูงอายุที่ไม่
สามารถช่วยเหลือตนเองได้อีกด้วย จึงทำให้
ผู้สูงอายุไม่ค่อยมีปฏิสัมพันธ์กับเจ้าหน้าที่มากนัก
ดังคำพูดของยายเหมย (นามสมมติ) “เจ้าหน้าที่เค้า

ก็อยู่ของเค้า เรายังอยู่ของเราเพราะเรายังช่วยเหลือ
ตัวเองได้อยู่ ไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวและพูดคุยกัน” นอกจากนี้
นายนายเปรี๊ยะ (นามสมมติ) ได้บอกถึงการได้รับการ
ดูแลช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ ดังคำกล่าว “เดินลง
ข้างล่างไม่รอด เจ้าหน้าที่เค้าจะเอาข้าวมาให้กินอยู่
เค้าเลี้ยงยายอยู่ แบ่งกันคนละคน ยายคนนี้มีพี่เลี้ยง
คนนี้ เวลาซื้ออะไร (อะไร) ยายไปไหน (อะไร) ก็ให้
เบี้ย (เงิน) ให้เค้าไปซื้อมาให้”

สรุปและอภิปรายผล

จากการวิจัยค้นพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง
ของผู้สูงอายุในมูลนิธินั้นขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพ
กับชุมชนและบุคคลภายนอก เป็นปัจจัยสำคัญ
อันเป็นผลมาจากการตั้งของมูลนิธิซึ่งอยู่ใจกลางเมือง
เป็นแหล่งการค้า การท่องเที่ยวและเศรษฐกิจ มี
การคมนาคมสะดวกจึงทำให้บุคคลภายนอกทั้ง
ชาวไทยและชาวต่างชาติแวะเวียนเข้ามาบริจาคเงิน
และสิ่งของให้กับผู้สูงอายุภายในมูลนิธิอย่าง
สม่ำเสมอ อีกทั้งผู้สูงอายุในมูลนิธิสามารถออกไป
ภายนอกมูลนิธิได้อย่างอิสระ จึงทำให้ผู้สูงอายุใน



มูลนิธิมีปฏิสัมพันธ์และทัศนคติที่ดีต่อชุมชนและบุคคลภายนอกเนื่องจากได้รับการสนับสนุนทางสังคมอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของสุชาดา สมบุญสุข (2552) พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากชุมชน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองของคณพิการทางกาย ซึ่งจะแตกต่างจากการศึกษาของลัซนา สุระรัตน์ชัย (2552) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมทั้งหมดอยู่ในระดับปานกลาง และการศึกษาของธานี รวยบุญส่ง (2552) ที่พบว่า ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลศรีธัญญา ได้รับระดับการสนับสนุนทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยได้รับการสนับสนุนทางด้านเงินทอง สิ่งของ แรงงาน อันเป็นผลเนื่องมาจากการที่เป็นผู้สูงอายุที่อยู่ในมูลนิธิทำให้บุคคลทั่วไปมีความต้องการที่จะสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับครอบครัว อธิบายตามทฤษฎีการเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิท (Coopersmith., 1981) เกี่ยวกับมุมมองตนเองในปัจจุบันของผู้สูงอายุได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองในปัจจุบันของผู้สูงอายุในมูลนิธินั้นถือเป็นการประเมินค่า และการยอมรับตนเองว่าตนเองสามารถจะกระทำการต่างๆ ได้ดีหรือ

ได้เท่ากับศักยภาพที่ตนเองมีซึ่งก็ขึ้นอยู่กับทัศนคติและมุมมองของผู้สูงอายุที่มองตนเองในปัจจุบัน โดยผู้สูงอายุที่อยู่ในมูลนิธิมองว่าเมื่ออายุเพิ่มขึ้น ประกอบกับการมีโรคประจำตัว ทำให้ความสามารถทางด้านร่างกายลดน้อยลง ประกอบกับสถานที่พักอาศัยไม่ได้อยู่ร่วมกับครอบครัวหรือบุตรหลาน ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีการเห็นคุณค่าในตนเองน้อย ซึ่งแตกต่างจากผลการศึกษาของลาวัลย์ พิกุล (2557) ที่พบว่า ผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่กับครอบครัว และเข้ามารับการรักษาในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี ทำให้มีการเห็นคุณค่าตนเองในระดับสูง และผลการศึกษาของปริญญญา แก้วทนต์ (2552) ที่พบว่า ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดปราจีนบุรี มีการประเมินตนเองด้านความภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งหากผู้สูงอายุมีทัศนคติที่ดีต่อการเป็นผู้สูงอายุ ก็จะมีความรู้สึกเป็นสุขกับชีวิตในปัจจุบัน ไม่หวั่นต่อสภาพร่างกายที่เสื่อมโทรมลง แสวงหาความสุขจากความสงบ มีที่พึ่งทางศาสนาและหากิจกรรมอื่นๆ ทำเพื่อให้ตนเองไม่เกิดความรู้สึกไร้ประโยชน์ อีกทั้งยังรู้สึกว่าตนเองสามารถเป็นที่พึ่งให้แก่บุตรหลาน มีความมั่นคง และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และผู้สูงอายุที่มีทักษะทางสังคมสูง ย่อมมีความสุขในชีวิตรุ่ง (นนทรีย์ วงษ์วิจารณ์ และสุภาณี สนิธิรัตน์, 2556)



อีกทั้งการที่ผู้สูงอายุมาอยู่ในมูลนิธินั้นจะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างดีทางด้านสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ได้แก่ การดูแลเรื่องที่พักอาศัย อาหาร การสนับสนุนเงินและสิ่งของ การบริการซักผ้า และการมีแพทย์มาตรวจเป็นประจำทุกเดือน ซึ่งเป็นสิ่งที่ตอบสนองต่อความต้องการทางด้านกายภาพเท่านั้น แต่ถ้ามองทางด้านสภาพจิตใจในเรื่องการมองเห็นคุณค่าในตนเองนั้นจะเห็นได้ว่าทั้งในเรื่องการมองเห็นคุณค่าในตัวเองในปัจจุบันสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนสัมพันธ์ภาพกับญาติสัมพันธ์ภาพกับเจ้าหน้าที่ไม่ค่อยดีนัก อาจเป็นเพราะการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลโดยผู้สูงอายุมีเพื่อนไม่มากนักทำให้การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนมีน้อยจะมีการปฏิสัมพันธ์เฉพาะกลุ่มเพื่อนที่ตนเองมีความสนิทสนม และไว้ใจเท่านั้น อาจจะอธิบายได้ว่าด้วยสถานที่ตั้งของมูลนิธิซึ่งอยู่ในพื้นที่เขตเมืองจึงสะท้อนให้เห็นถึงการเป็นอยู่ในลักษณะของสังคมเมืองที่มีความเป็นปัจเจกบุคคลสูง ซึ่งเป็นลักษณะของการอยู่แบบต่างคนต่างอยู่ ไม่มีปฏิสัมพันธ์กันมากนัก การช่วยเหลือกันจึงเป็นการช่วยเหลือเฉพาะกลุ่มย่อยๆ เท่านั้น ซึ่งจะแตกต่าง

จากสังคมของผู้สูงอายุที่อยู่ในพื้นที่เขตชนบทที่ยังคงมีน้ำใจไมตรี การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กันเป็นอย่างดีในกลุ่มคนวัยเดียวกัน ดังผลการศึกษาของ ธัญพรพรหมจันทร์ (2556) ที่พบว่าผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแคส่วนใหญ่ไม่ค่อยได้พูดคุยกับสมาชิกท่านอื่นในสถานที่พัก ความสัมพันธ์จึงเป็นไปในระดับปานกลาง และด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างญาตินั้นผู้สูงอายุในมูลนิธิโดยส่วนใหญ่บุตรหลานและญาติจะมาเยี่ยมเยียนนานๆ ครั้ง แต่ผู้สูงอายุยังคงมีความคาดหวังจากการมาเยี่ยมเยียนของบุตรหลานและญาติ ซึ่งการมาเยี่ยมเยียนจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกดี และมีคุณค่าทางด้านจิตใจที่ถูกระลึกถึง ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างเจ้าหน้าที่กับผู้สูงอายุในมูลนิธิมีปฏิสัมพันธ์กับเจ้าหน้าที่น้อย รวมถึงลักษณะการดูแลของเจ้าหน้าที่เป็นไปตามบทบาทและหน้าที่ของงานจึงทำให้ผู้สูงอายุไม่ค่อยมีปฏิสัมพันธ์กับเจ้าหน้าที่มากนัก ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าบุคคลที่ผู้สูงอายุให้ความสนิทสนม หรือให้ความสำคัญนั้นจะส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุด้วย ■

เอกสารอ้างอิง

- ธัญพร พรหมจันทร์. (2556). ความซึมเศร้า ความว้าเหว และการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค และที่พักของผู้สูงอายุของเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร. (ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาสุขภาพจิต). กรุงเทพฯ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นนท์ วงษ์วิจารณ์ และสุภาณี สนิธิรัตน์. (2556). ทักษะต่อการเป็นผู้สูงอายุ การดูแลตนเอง ทักษะทางสังคม และความผาสุกในชีวิตของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุอำเภออินทร์บุรี จังหวัดปราจีนบุรี. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ 39(2), 66-79.



- ปริญญญา แก้วทนต์. (2552). การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาล เจ้าพระยาอภัยภูเบศร จังหวัดปราจีนบุรี. (วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต หมวด วิชาการปฏิบัติงานตรง ภาควิชาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ คณะสังคมสงเคราะห์). กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- มารุรี อุไรรัตน์ .(2552). การดูแลตนเอง การดูแลของครอบครัวและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ กรณีศึกษาในพื้นที่ชุมชนบ้านปากัน เทศบาลเมืองคลองแห อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนามนุษย์และสังคม). กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2557). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2557. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.
- ลาวัลย์ พิกุล. (2557). ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าตนเองกับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี. (วิทยานิพนธ์ สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์). กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ลัชนา สุระรัตนชัย. (2552). การเห็นคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร. (ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาชุมชน)). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะสังคมศาสตร์, ภาควิชาจิตวิทยาชุมชน.
- สุกัญญา วชิรเพชรปราณี. (2553). บทบาทผู้สูงอายุที่อยู่กับครอบครัวอย่างมีสุขในชุมชนกิ่งเมือง จังหวัดนครราชสีมา. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา 16(1), 50-59.
- สุชาดา สมบุญสุข.(2552). การเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการทางกายในสมาคมคนพิการจังหวัดสมุทรปราการ. (ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะสังคมศาสตร์, สาขาพัฒนาสังคม.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ . (2551). **สรุปผลที่สำคัญ การสำรวจสุขภาพจิตของคนไทย พ.ศ. 2551-2553.** สืบค้นเมื่อวันที่ 25 มีนาคม 2560, สืบค้นจาก <http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/files/mentalHealthRep53.pdf> (สืบค้นเมื่อวันที่ 25 มีนาคม 2560).
- Coopersmith.S. (1981). *The antecedents of self-esteem.* (2 nd ed). Palo Alto, CA : Consulting Psychologists press
- Maslow.A.H. (1970). *Motivation and personality.* (2nd ed). New York : Harper & Row Publishers.

