

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเงื่อนไขปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตยืนยาวอย่างมีความสุข เป็นการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจ ประสบการณ์ชีวิต ความคิด ความเชื่อ ค่านิยม ประเพณี ภายใต้บริบทสังคมวัฒนธรรมอีสาน โดยอาศัยการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ทำการศึกษาในชุมชนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 70-101 ปีขึ้นไป จำนวน 90 คน เก็บข้อมูลโดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาและจำแนกประเภท

คุณลักษณะของคนอายุยืนยาวที่มีความสุข พบว่า มีลักษณะที่สำคัญได้แก่ โครงสร้างร่างกายหลากหลาย ช่วยเหลือตนเอง พื้นฐานอารมณ์แจ่มใส ความสุขเกิดจากลูกหลานและการเป็นส่วนหนึ่งของสังคมโดยยึดหลักธรรมเป็นแนวทางในการปฏิบัติ ดำรงตนอยู่ได้แม้มีการเจ็บไข้ได้ป่วย นอกจากนี้การศึกษานี้ชี้ให้เห็นถึงความเชื่อเกี่ยวกับผู้มีอายุยืนยาว ดังนี้ ผู้มีอายุยืนคือเป็นน้าแนว ผู้มีอายุยืนคือผู้ที่อยู่ในศีลในธรรม ผู้มีอายุยืนคือผู้ที่กินข้าวได้นอนหลับ ผู้มีอายุยืนคือผู้มี สุขภาพแข็งแรงทั้งด้านร่างกาย อารมณ์และสติปัญญาดี

วิถีชีวิตของผู้สูงอายุที่มีชีวิตยืนยาวอย่างมีความสุข สามารถสรุปได้ดังนี้ อยู่ดี กินดี บ่อย บ่เช่า ยึดแข็งยึดขา มักม่วน ชุมหมู่ชุมพวก พอแล้ว (พอเพียง) ลูกหลานคุ้มโฮม เฮ็ดบุญเฮ็ดทาน เป็นผู้หลักผู้ใหญ่ มีคนบนบอบนับหน้าถือตา กินยาต้ม ยาหม้อ ทาหมอเส้นหมอเอ็น เป็นผู้ทรงภูมิ เงื่อน ไขปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีชีวิตยืนยาวที่มีความสุข มีทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ตลอดจนบริบททางสังคมวัฒนธรรมก็มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ คุณลักษณะส่วนบุคคล ลักษณะครอบครัว วัฒนธรรมชุมชน และลักษณะเชิงกายภาพของชุมชน

งานวิจัยครั้งนี้ทำให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับเงื่อนไขปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวอย่างมีความสุข ซึ่งเป็นองค์ความรู้ที่ท้าทายพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุ ครอบครัวและชุมชน ในการดูแลตนเองและผู้สูงอายุให้มีอายุยืนยาวอย่างมีความสุขและการเปลี่ยนแปลงค่านิยมของการมีอายุยืน

The purpose of this qualitative research was to examine factors relating to longevity and happiness in the elderly, and to understand life experiences, beliefs, values, and ritual in I-san cultural context. Through the purposive sampling method, there were 90 participants of older people aged between 70 -110 years old, living in the northeastern, Thailand. The data were obtained through participatory observations, nature interviews, in-depth interviews, field notes, and document analyses. The data were analyzed using content and typological analysis.

The study results found that characteristic of the elderly with longer aged and happiness included self reliance, cheerful, sense of belonging of family and community based on dharmic principles, able to live with illness. In addition, the study also found that believes of longevity including; having heredity, having dharmic principles, able to eat and sleep, and healthy. Life styles of elderly with longer life and happiness described as follows: sufficiency, active living, exercise regularly, no smoking and drinking, good emotion, positive thinking and relaxing, having social network; many friends and relationship in community, having middle way for life, using traditional medicine as food and tea, and being as expert in the community.

Factors relating to longevity people with happiness consist of internal and external factor such as personal, family, community, and geography of the community factors and cultural context.

This study revealed a profound understanding of the developmental task of the older aged people to enhance longevity. The knowledge from this study is challenging to develop potentials of older people, their family members, and community organization, and to changing the value of longevity.