

บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรม

2.1 ความนำ

ในการศึกษาเรื่อง อิทธิพลของปัจจัยและประสิทธิผลของการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัย เพื่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้ทำการทบทวนวรรณกรรม โดยเริ่มต้นจากการศึกษาค้นคว้าข้อมูล ทฤษฎี และแนวความคิดจากผลงานวิจัยของนักวิชาการหลายท่าน เพื่อนำมาสร้างกรอบแนวความคิดสำหรับการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งให้เห็นถึงความสำคัญของตัวแปรอิสระ (Independent variables) ที่มีผลต่อตัวแปรตาม (dependent variables) คือ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับทฤษฎี และแนวคิดต่างๆ ในด้านการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยเพื่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุนั้น พอที่สรุปสาระสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลต่อการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยได้ดังนี้ (1) ปัจจัยส่วนบุคคล (2) ปัจจัยความเชื่อและทัศนคติ (3) ปัจจัยทางพฤติกรรม (4) การออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ซึ่งจะได้นำเสนอรายละเอียดในประเด็นถัดไป

แนวความคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

ในปี พ.ศ. 2555 ประเทศไทยจะได้ชื่อว่าเป็นสังคมผู้สูงอายุ โดยกว่าร้อยละ 10 ของประชากรมีอายุมากกว่า 60 ปี ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุเพศหญิง และผู้สูงอายุหญิงจะยิ่งมากในกลุ่มที่มีอายุมากขึ้น โดยอยู่ในสถานะหม้ายและเป็นโสดมากกว่าเพศชาย (สุทธิชัย จิตตะพันธ์กุลและคณะ, 2545)

ลักษณะทางสังคมของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เกือบร้อยละ 50 อยู่ในครัวเรือนขยายที่มีสามรุ่นอายุ คน คือ ผู้สูงอายุ ลูก และหลาน โดยรวมแล้วกว่าร้อยละ 80 ของผู้สูงอายุในปัจจุบันอาศัยอยู่ในครอบครัวขยายและที่เป็นครอบครัวเดี่ยวร้อยละ 36 ของผู้สูงอายุจะมีบุตรหลานที่ไม่ได้อยู่ด้วยกันมาเยี่ยมทุกสัปดาห์ และจำนวนร้อยละ 96 มาเยี่ยมทุกปี อย่างไรก็ตามปัจจุบันผู้สูงอายุอยู่คนเดียวประมาณร้อยละ 4 และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น สำหรับคุณภาพชีวิตหรือการมีชีวิตที่ดีในผู้สูงอายุ ประกอบด้วยปัจจัยสำคัญ (สิทธิอาภรณ์ ชวนปี, 2540 และถลิตญา ลอยลม, 2545) ใน 4 ด้าน คือ

1. การมีความผาสุกทางด้านจิตใจ (Psychological Well-Being) หมายถึง การที่บุคคลสามารถประเมินได้ว่า ประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมามีคุณภาพ โดยประเมินได้จาก ผลกระทบระดับความสุขที่ได้รับและความสำเร็จที่ได้บรรลุตามความต้องการหรือเป้าหมายที่ตั้งไว้

2. ความสามารถในการแสดงพฤติกรรม (Behavioral Competence) หมายถึง ความสามารถในการทำหน้าที่ของบุคคล ซึ่งรวมถึงการทำหน้าที่ของร่างกาย การมีสุขภาพที่ดี การรับรู้ที่ถูกต้องและการมีพฤติกรรมทางสังคมที่ถูกต้อง

3. สิ่งแวดล้อมของบุคคล (Objective Environment) หมายถึง สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 5 ส่วน ได้แก่ (ก) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ลักษณะภูมิอากาศ ภูมิประเทศ และที่อยู่อาศัย (ข) บุคคลที่มีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ เช่น สมาชิกในครอบครัว เพื่อน (ค) บุคคลอื่นทั่วไปที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ (ง) สถานภาพทางสังคม อายุ เชื้อชาติ และเศรษฐกิจ และ (จ) สภาพสังคมและวัฒนธรรมภายในชุมชนที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่

4. การรับรู้คุณภาพชีวิต (Perceived Quality of Life) หมายถึง การที่บุคคลมีการประเมินตนเองเกี่ยวกับความผาสุกทางด้านจิตใจ ความสามารถในการทำหน้าที่ ตลอดจนสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อบุคคล

สำหรับแนวคิดคุณภาพชีวิตของคนไทย ดร. ปิ๋ว อึ้งภากรณ์ ได้กล่าวไว้ในบทความ “จากครรภ์มารดาถึงเชิงตะกอน” ว่า (ก) ตอนอยู่ในครรภ์มารดา แม่ควรได้รับประทานอาหารดี มีประโยชน์ (ข) เมื่อลูกเกิดมาแล้ว ลูกก็ควรจะได้รับ การดูแลป้องกันโรค ส่งเสริมสุขภาพอนามัยจากบริการของชุมชนตามสมควร (ค) หากเมื่อโตขึ้นมาก็มีหลักประกัน ถ้าตกงานหรือได้รับอุบัติเหตุก็จะมีหลักประกันให้ตนเองโดยไม่ต้องอยู่ในภาวะที่คอยความเป็นมนุษย์ (ง) แต่เมื่อแก่ก็ได้อยู่ในที่ที่เหมาะสม สมฐานะของความเป็นคน ไม่ว่าเหว และมีหลักประกันที่จะอยู่ได้ในฐานะผู้สูงอายุ (จ) เมื่อตายถ้าหากมีเงินมีทรัพย์สินอยู่บ้าง ก็มีอิสระที่จะแบ่งปันทรัพย์สินนั้นให้ชุมชน หรือให้แก่สิ่งที่คิดว่าจะมีประโยชน์

ส่วนพระเทพเวที(ปัจจุบันคือพระพรหมคุณาภรณ์) (ประยูรย์ ปยุตโต, 2533) ได้จำแนกคุณภาพชีวิต โดยเน้นที่การใช้ชีวิตร่วมในสังคมออกเป็น 3 ระดับคือ (1) คุณภาพชีวิตระดับพื้นฐาน คือระดับที่ภูมิมักดละ โดยเน้นในเรื่องของ “กาย” ให้มีสุขภาพ พลานามัยดี บริโภคอาหารที่มีคุณค่า เลี้ยงชีพชอบอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (2) คุณภาพชีวิตระดับพัฒนาการหรือระดับสัมปราชัยกตละ เน้นในเรื่องของ “ใจ” ให้รู้เท่าทัน มีวิจารณ์ญาณ มีคุณธรรม จริยธรรม และ(3) คุณภาพชีวิตระดับเอื้อโอกาสหรือระดับอุกษัตละ โดยเน้นประโยชน์ร่วมกันของตนเองและผู้อื่น

แนวคิดเกี่ยวกับการออกสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

แนวความคิดเกี่ยวกับการจัดสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุในปัจจุบันเป็นเรื่องที่มีความสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่ง หากผู้สูงอายุอาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมก็จะช่วยลดปัญหาต่างๆ ของหน่วยงานที่ดูแลผู้สูงอายุทั้งทางตรงและทางอ้อม นอกจากนี้ยังช่วยส่งเสริมผู้สูงอายุให้เกิดความมั่นใจในการเคลื่อนไหว ซึ่งจะช่วยลดความพิการอันเกิดจากการขาดการเคลื่อนไหว และยังช่วยลดภาระของครอบครัวหรือผู้ดูแลได้อีกด้วยสำหรับการจัดสภาพแวดล้อมประกอบด้วย สิ่งแวดล้อมภายในบ้านและนอกบ้าน ซึ่งได้แก่ ห้องน้ำ ห้องนอน บันได พื้นห้อง ของใช้ต่างๆ พื้นที่รอบบริเวณบ้าน ซึ่งการจัด

สภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อน กล่าวคือการเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมบ่อยๆอาจทำให้เกิดผลเสียได้มากกว่าผลดี โดยเฉพาะกับผู้สูงอายุสมองเสื่อมอาจก่อให้เกิดการสับสนได้ง่าย ดังนั้นในการจัดสภาพแวดล้อมควรมีการวางแผนการตั้งแต่นั้นๆ เพื่อการวางแผนโครงสร้างของที่อยู่อาศัยให้พร้อมที่จะรองรับความสูงอายุในอนาคต จึงจะได้สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งมีส่วนเอื้ออำนวยความสะดวกต่อการดำรงชีวิต และการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุ อันจะส่งผลให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (ภิรมย์ลักษณ์ มีสัจยานันท์, ม.ป.ป.)

การออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ซึ่งเป็นเรื่องของความเชื่อ ทศนคติ ความรู้สึก และความชอบที่แตกต่างกันด้วย บางคนอาจชอบที่จะใกล้ชิดกับธรรมชาติ ได้ครอบครองสิ่งของตามความจำเป็นพื้นฐาน เช่น ด้านสุขภาพ ด้านสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย และด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน บางคนอาจชอบความสะดวกสบาย จากการใช้เทคโนโลยีขั้นสูง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความรู้สึกและความพอใจของแต่ละบุคคล ซึ่งคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จะเกี่ยวพันกับหลายสิ่ง เช่น เครื่องเรือน สี วัสดุ ขนาด รูปทรงของบ้าน สภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัย และกิจกรรมอื่นๆ อีกด้วย

จากการทบทวนวรรณกรรมและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับอิทธิพลปัจจัยของการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นตัวแปรอิสระ พบว่า (1) ปัจจัยส่วนบุคคลประกอบด้วย อายุ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา ศาสนา อาชีพ ตำแหน่งงาน รายได้ สมาชิกในครอบครัว และเขตที่อยู่อาศัย (2) ปัจจัยความเชื่อและทศนคติ ในด้านหลักจริยธรรม ด้านศิลปะและวัฒนธรรม และด้านโชคชะตา (3) ปัจจัยพฤติกรรม ประกอบด้วยพฤติกรรมภายใน และพฤติกรรมภายนอก (4) ปัจจัยด้านการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ประกอบด้วยตัวแปรดังต่อไปนี้ คือทำเลที่ตั้ง ราคา ประโยชน์ใช้สอย และอุปกรณ์ความปลอดภัย ปัจจัยดังกล่าวข้างต้นมีอิทธิพลต่อตัวแปรตามคือ คุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ในด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว และด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน จึงต้องนำมาศึกษาวิเคราะห์หาความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่น ๆ ซึ่งจะได้นำเสนอปัจจัยและตัวแปรต่างๆ ได้ ดังต่อไปนี้

2.2 ผู้สูงอายุ (Old Age):

ผู้สูงวัย หรือ ผู้สูงอายุ คือ บุคคลที่มีอายุมาก องค์การอนามัยโลกกำหนดที่อายุ 60 ปีขึ้นไป มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เกิดการเสื่อมของอวัยวะอย่างต่อเนื่อง ทำให้ประสิทธิภาพทางงานลดลง มีชีวิตอยู่ในช่วงวัยสุดท้ายของวงจรชีวิตเป็นวัยแห่งความเสื่อมถอย ความเสื่อมโทรมทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ถือเป็นช่วงอายุที่หน่วยงานทั้งหลายในประเทศไทยกำหนดให้พ้นจากพนักงานประจำ ประเทศพัฒนาแล้วส่วนใหญ่จะมีสัดส่วนผู้สูงอายุต่อประชากรทั้งประเทศสูงกว่า

ประเทศกำลังพัฒนา สำหรับประเทศไทยมีสัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับ (รัตพงษ์ ฤกษ์ไชโย, 2548; สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ, 2552; วิไลลักษณ์ ปักษา, 2553)

จากผลสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า ประเทศไทยมีจำนวนและสัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง โดยในปี 2537 มีจำนวนผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 6.8 ของประชากรทั้งประเทศ ในปี 2545 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 9.4 และผลสำรวจครั้งล่าสุดปี 2550 พบว่า ผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 10.7 โดยส่วนใหญ่เป็นหญิงร้อยละ 55.4 ซึ่งสรุปได้ว่าโครงสร้างประชากรของไทยกำลังเปลี่ยนแปลงไปสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” และการที่อัตราส่วนเกื้อหนุนผู้สูงอายุลดลงอย่างต่อเนื่องภาวะเช่นนี้จะส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุในอนาคตอันใกล้

ด้วยเหตุนี้สังคมของผู้สูงอายุจะมีความสุขหรือมีคุณภาพได้อย่างไร เพราะการเจ็บป่วยทางกายและใจ อันเกิดขึ้นเนื่องจากแรงกดดันรอบด้านในวิถีชีวิตสมัยใหม่ ทั้งยังมาจากความเชื่อและทัศนคติต่อเรื่องชีวิตและสังคมที่ให้คุณค่าเน้นเฉพาะด้านวัตถุ ซึ่งเชื่อมโยงกับพฤติกรรมที่แสดงออกอย่างเคยชินในชีวิตประจำวันด้วย หากผู้สูงอายุจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ควรเข้าถึงความสุขได้โดยง่าย และห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บแล้ว จำเป็นต้องปรับเปลี่ยนทั้งทัศนคติ วิธีคิดและพฤติกรรมต่างๆ โดยให้ความสำคัญกับสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้มากขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ เนื่องจากผู้สูงอายุมีเวลาอยู่กับบ้านมาก จะทำให้ชีวิตมีคุณภาพระหว่างร่างกายกับจิตใจ มีความสุข มีความภูมิใจสามารถช่วยเหลือตนเองได้มากขึ้น โดยมีปัจจัยส่วนบุคคล เช่น อายุ เพศ สถานภาพสมรส การศึกษา ศาสนา อาชีพ ตำแหน่งงาน รายได้ สมาชิกในครอบครัว และเขตที่อยู่อาศัย ที่มีผลต่อปัจจัยความเชื่อและทัศนคติ และปัจจัยที่เป็นพฤติกรรมของผู้สูงอายุ

2.3 ปัจจัยส่วนบุคคล (personal characteristics)

ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับการเลือกซื้อที่อยู่อาศัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ อายุ การศึกษา รายได้ส่วนตัว รายได้ครอบครัว และภูมิลำเนา (พจนจิต อัสวิกุล, 2542) ซึ่งสอดคล้องกับ ญญเอก โพธิ์ชัย (2553) กล่าวว่าโดยเฉพาะผู้สูงอายุ ที่มีปัจจัยแตกต่างจากวัยอื่นๆ ถือว่าปัจจัยส่วนบุคคลเป็นตัวแปรที่สำคัญในการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยเพื่อความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ โดยมีปัจจัยส่วนบุคคล ดังต่อไปนี้

2.3.1 อายุ (age): การศึกษาค้นคว้า เกี่ยวกับความยืนยาวของชีวิตได้พบว่า หลังจากอายุ 60 - 65 ปี เป็นช่วงเริ่มเข้าสู่วัยสูงอายุ คนในปัจจุบันนี้โดยทั่ว ๆ ไป ถ้าไม่เป็นโรคภัยร้ายแรง ถ้าไม่ประสบอุบัติเหตุคงจะมีอายุยืนยาวต่อไปอีกประมาณ 10 - 15 ปี เป็นอย่างน้อย ช่วงเวลานี้เป็นช่วงที่ยาวมาก ช่วงหนึ่ง (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2552) ในขณะที่ รัตพงษ์ ฤกษ์ไชโย (2548) ได้แบ่งช่วงวัยของผู้สูงอายุเป็น 4 ช่วงคือ 1) ช่วงไม่ค่อแก่ (The young old) อายุ 60 – 69 ปี 2) ช่วงแก่ปานกลาง (The middle age old) จะอยู่ในช่วงอายุ 70 – 79 ปี 3) ช่วงแก่จริง (The old old) อายุในช่วง 80 – 89 ปี 4) ช่วงแก่จริง ๆ

(The very old old) จะอยู่ในช่วงอายุ 90 – 99 ปีหรือมากกว่านี้ สรุปได้ว่าในช่วงอายุ 60-69 ปี เป็นจำนวนประชากรที่มากที่สุดกว่าทุกช่วงอายุ

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2552) กล่าวว่า ในช่วงอายุ 60 ปี เป็นช่วงวิกฤตของผู้สูงวัยในหลายๆ ด้าน ทั้งในด้านหน้าที่การงาน อาจมีการตายจากไปของญาติสนิทมิตรสหายหรือคู่ครอง ช่วงอายุช่วงนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง การปรับตัวของผู้สูงอายุช่วงนี้ ควรเข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆ ให้มากขึ้น เนื่องจากมีเวลาที่ว่างจากงานประจำ เป็นช่วงเวลาที่ต้องการพักผ่อนจากการทำงานมาอย่างหนักทั้งชีวิต เก็บหอมรอมริบเงินที่ได้จากการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับ สาคร ธนนิมิตต์ และประไพศรี ศิริจักรวาล (2533) กล่าวว่า วัยชราเป็นวัยบั้นปลายของชีวิตที่ปรารถนาการพักผ่อนอย่างเรียบง่ายและสงบสุขอยู่กับบ้าน ใฝ่มองการเจริญเติบโตของลูกหลาน และทบทวนเรื่องราวที่ได้ผ่าน โลกมามากมาย ด้วยความรู้สึกอ้อมเอม ดังนั้นการตัดสินใจเกี่ยวกับการเลือกบ้านพักอาศัยโดยคำนึงถึงอายุของผู้สูงอายุเป็นตัวเลือกที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกซื้อ ที่ต้องคำนึงถึงสภาพแวดล้อมโดยรอบ เพื่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเป็นสำคัญ

2.3.2 เพศ (gender): เมื่อเปรียบเทียบประชากรชายและหญิงของประเทศไทย พบว่าประชากรหญิงมีมากกว่าประชากรชายเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ในทุกช่วงอายุ เนื่องจากเพศชายนั้นส่วนใหญ่ทำงานหนัก เดินทางบ่อยมากกว่าเพศหญิง จึงเป็นเหตุทำให้ต้องเจอกับอาการเจ็บป่วยยามแก่ได้ง่ายกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง ประชากรชายไทยมีความเสี่ยงต่อการตายด้วยการติดเชื้อเอดส์ และสาเหตุภายนอกที่สำคัญ ได้แก่ อุบัติเหตุ และความรุนแรง จนเป็นผลทำให้มีจำนวนน้อยกว่าหญิงที่มีความเสี่ยงในเรื่องเหล่านี้น้อยกว่า (จุใจ ชัยวานิชศิริ, 2552) แต่ในขณะเดียวกัน จนิศดา ลีเฉลิมวงศ์ (2552) กล่าวว่า ในปัจจุบันนี้ผู้หญิงมีบทบาทหน้าที่และความสำคัญเท่าเทียมผู้ชาย มีสิทธิในการตัดสินใจมากขึ้น ปัจจัยที่ทำให้ผู้หญิงยุคใหม่ได้รับการเปิดโอกาสทางสังคม เพราะการศึกษาถูกยกระดับให้มีความเท่าเทียมกับผู้ชาย แต่หน้าที่ทำงานในบ้านดูแลลูก ค่าใช้จ่าย ทำอาหารก็ถูกยกให้เป็นหน้าที่ของเพศหญิง ทำให้หน้าที่ภายในบ้านก็ยังเป็นหน้าที่ของผู้หญิง จึงถือว่าเพศก็มีผลต่อการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัยเป็นอย่างมาก

2.3.3 สถานภาพสมรส (marital status): จากการศึกษาพบว่า ประชากรสูงอายุในปัจจุบันมากกว่าร้อยละ 90 เคยสมรสมาแล้ว มีผู้ที่ยังเป็นโสดเพียงร้อยละ 2 ผู้หญิงโสดมีมากกว่าชายประมาณ 4 ต่อ 1 คาดว่าในอีก 10 ปีข้างหน้า คนสูงอายุที่ยังโสดจะเพิ่มเป็นร้อยละ 3 และอัตราส่วนระหว่างหญิงต่อชายที่เป็นโสด จะเพิ่มเป็น 5 ต่อ 1 อัตราการเป็นหม้าย เพิ่มขึ้นตามอายุ ชายมีการสมรสใหม่มากกว่าหญิง แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุหญิงมีภาวะที่เสี่ยงต่อความยากลำบากในการดำรงชีวิตสูงกว่าชาย กล่าวคือจะต้องอยู่โดยปราศจากคู่ชีวิตที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลและปรึกษาหารือกันในบ้านปลายชีวิต (เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม และ สุพัตรา อติโพธิ, 2543)

2.3.4 การศึกษา (education): หลายประเทศที่มีแนวโน้มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเช่นเดียวกับไทย ซึ่งต่างพยายามกำหนดนโยบายและมาตรการต่างๆ สำหรับผู้สูงอายุ ทั้งด้านสวัสดิการ การสังคม สงเคราะห์ การสาธารณสุข การบริการสาธารณะ และ ด้านการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นการ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า ชะลอภาวะสมองเสื่อมและป้องกันโรคซึมเศร้า โดยมีโครงการ และกิจกรรมเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ เช่น สอนอินเทอร์เน็ต ภาษาอังกฤษ ทักษะอาชีพตามความสนใจ ฯลฯ (พิศสุภา ปัจฉิมสวัสดิ์, 2550; เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2551)

ผู้สูงอายุหากเปรียบเทียบระหว่างหญิงและชาย พบว่า การศึกษาของหญิงดีกว่าชาย เนื่องจากในอดีตผู้หญิงได้รับการส่งเสริมให้เรียนหนังสือไม่เท่าเทียมชาย นอกจากนี้ยังพบว่าการศึกษา ของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่นอกเขตเทศบาลดีกว่าผู้อยู่ในเขตเทศบาล ผู้สูงอายุเหล่านี้ ย่อมมีความต้องการ แตกต่างไปจากกลุ่มผู้สูงอายุในอดีต ดังนั้นผู้สูงอายุจึงมีบทบาทสำคัญกับสังคมมากขึ้น รวมถึงการ เลือกซื้อที่อยู่อาศัย จะมีการเลือกพิจารณาที่อยู่อาศัยเพื่อตนเองและครอบครัวได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น (วิ พรธน ประจวบเหมาะ, 2542; United Nations, ESCAP, 1995)

2.3.5 ศาสนา (religion): ศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติ ดังนั้นผู้สูงอายุส่วนใหญ่จึงนับถือ ศาสนาพุทธในสัดส่วนที่มากที่สุดประมาณร้อยละ 95 (วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี, 2554) ซึ่งสอดคล้อง กับ มธุรดา สุวรรณโพธิ (2550) กล่าวว่า ประเทศไทยมีความเป็นอิสระในเรื่องการนับถือศาสนาและ ไม่มีการแบ่งแยก ซึ่งในวิถีพุทธมีการทำบุญตักบาตร ทำกิจกรรมทางศาสนา ทำจิตใจให้สงบ ที่สำคัญ การพึ่งพาตนเอง การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อสังคมและบุตรหลาน จะทำให้เกิดความสุขในชีวิตบั้นปลาย ของชีวิตโดยมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ

จิรพร ศรีวสันต์ศักดิ์ (2550) กล่าวว่า การมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางใจ ช่วยรักษาชีวิตของ ผู้สูงอายุให้ยืนยาวขึ้น เนื่องจากพุทธศาสนา มีส่วนช่วยส่งเสริมการมีชีวิตยืนยาวได้ถึงร้อยละ 79 โดย การให้ความสำคัญแก่จิตใจและร่างกายไปพร้อม ๆ กัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จิราพร เกศพิชญ วัฒนา, จันทรเพ็ญ แสงเทียนฉาย, ยุพิน อังสุโรจน์ และเบนิท อิงกาซอล-เคตัน (2543) พบว่า การใช้ หลักธรรมในพุทธศาสนาทำให้จิตใจสงบ ไม่เครียด จิตใจที่แจ่มใสเบิกบาน เป็นปัจจัยสำคัญในการ ส่งเสริมให้มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง มีผลให้มีชีวิตยืนยาวเพิ่มขึ้น

2.3.6 อาชีพ (occupation): ผู้สูงอายุในวัย 60 ปีขึ้นไป เป็นวัยที่ต้องพักผ่อน จากการทำงานอัน ยาวนาน แต่จากการสำรวจพบว่าร้อยละ 70 ของกลุ่มผู้สูงอายุชาย และร้อยละ 65 ของกลุ่มผู้สูงอายุ หญิงยังทำงานอยู่ เพราะการทำงานนอกจากจะทำให้ผู้สูงอายุมีรายได้เลี้ยงตนเองและครอบครัว มีความ มั่นคงในชีวิตแล้ว ยังทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ภาควิชาจิตที่สามารถเลี้ยงตนเองได้ แม้จะผ่านพ้นวัยเกษียณอายุงานแล้วก็ตาม นอกจากนี้การทำงานยังเป็นการออกกำลังกาย ทำให้สมอง ไม่หยุดนิ่ง เป็นผลดีต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุเอง ปัจจุบันผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะ เข้ามามีส่วนร่วมในกำลังแรงงานเพิ่มกว่าเมื่อก่อน โดยเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 31.9 ในปี 2537 เป็นร้อยละ

32.2 ในปี 2545 และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 35.7 ในปี 2550 โดยสัดส่วนของผู้สูงอายุที่ทำงานที่เพิ่มขึ้นนั้น เป็นการเพิ่มขึ้นทั้งในเพศชายและเพศหญิง (นงนุช สุนทรชวากานต์, 2553)

นงนุช สุนทรชวากานต์ (2553) ยังกล่าวอีกว่า ในปัจจุบันถึงแม้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีเงินเก็บจากการทำงานหรือเงินจากการเกษียณอายุ แต่ยังมีผู้สูงอายุที่ยังต้องยังชีพด้วยการทำงาน แต่อาจจะเป็นการทำงานพิเศษที่ไม่หนักเกินสภาพของร่างกายเพราะสังขารที่อ่อนล้าไป ทำให้กลุ่มผู้สูงอายุวัยปลายมีสัดส่วนของผู้ที่ทำงานต่ำกว่ากลุ่มผู้สูงอายุวัยกลางและวัยต้น จึงทำให้ผู้สูงอายุมีเวลาพักผ่อนกับที่อยู่อาศัยมากขึ้น

2.3.7 รายได้ (income): การตัดสินใจในการเลือกที่อยู่อาศัย จะต้องให้ความสำคัญกับตัวแปรเรื่อง รายได้ เพราะราคาของบ้านที่มีความแตกต่างกันมาก ขึ้นอยู่กับทำเล ที่ตั้ง ขนาดและรูปแบบของบ้าน ตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ ดังนั้นหัวหน้าครัวเรือนจะต้องเลือกโครงการที่เหมาะสมกับรายได้ของตนเองและครอบครัว (Vogt & Marans, 2004) ในขณะที่งานวิจัยของ กรรณิการ์ เอกเผ่าพันธุ์ (2553); วรธรรม ธาราภูมิ (2536) พบว่า ผู้สูงอายุหลังเกษียณอายุมีรายได้จากบุตรหลาน รองลงมามีรายได้จากการทำงาน จากกลุ่มมรดก จากเงินบำเหน็จบำนาญ และดอกเบี้ย/เงินออม/ค่าเช่าตามลำดับ

จากรายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทยของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2550) กล่าวว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีระดับรายได้อยู่ในช่วงประมาณ 10,000-50,000 บาทต่อปี แต่ในขณะเดียวกัน Thaiday.com dot com Co., Ltd. Some Rights Reserved (2004); กรรณิการ์ เอกเผ่าพันธุ์ (2550) กล่าวว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพฯ โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนรายได้ของครอบครัวมี 3 กลุ่มคือ 1) รายได้ 70,000-99,999 บาทต่อเดือน ร้อยละ 45 กลุ่มที่ 2) รายได้ 100,000 - 200,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 30 และกลุ่มที่ 3) รายได้มากกว่า 200,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 25 จากรายได้ดังกล่าวส่งผลให้ความต้องการที่อยู่อาศัยในบั้นปลายชีวิตของผู้สูงอายุมีความสะดวกสบาย ที่เหมาะสมกับรายได้

2.3.8 จำนวนสมาชิกในบ้าน (members): จากการศึกษาผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับครอบครัว 2-3 คน มีมากที่สุดถึงร้อยละ 37.6 รองลงมาผู้สูงอายุร้อยละ 36.8 อยู่กัน 4-5 คน และผู้สูงอายุร้อยละ 14.4 อยู่กันตั้งแต่ 5 คนขึ้นไป นอกจากนั้นเป็นผู้สูงอายุที่อยู่เพียงลำพังคนเดียว นับว่าผู้สูงอายุไม่ได้อาศัยอยู่โดดเดี่ยวจนเกินไปแต่อาศัยอยู่กับกลุ่มสมรสและครอบครัวเป็นส่วนใหญ่ (มาลินี วงษ์สิทธิ์, 2547) ซึ่งสอดคล้องกับ เกษร ลำเกาทอง (2551); บรรลุ ศิริพานิช (2546) พบว่า สมาชิกภายในบ้านจะเกิดสัมพันธภาพที่ดีภายในครอบครัวและมีกิจกรรมต่างๆ ที่ทำร่วมกันภายในบ้านเนื่องจากเป็นวัยที่ต้องได้รับการดูแลจากลูกหลานเป็นสำคัญ ในช่วงบั้นปลายของชีวิต

แต่ในขณะเดียวกัน มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (2551) กล่าวว่า ปัจจุบันมีการอยู่แบบครอบครัวเดี่ยวตามวัฒนธรรมตะวันตก การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของสังคมไทย จาก



ครอบครัวขยายมาเป็นครอบครัวเดี่ยวมีแนวโน้มมากขึ้น แน่นอเนกเมื่อเป็นอย่างนี้ ทำให้ผู้สูงอายุต้องอยู่ตามลำพังเฉพาะสามีภรรยา หรือต้องอยู่คนเดียวมากขึ้นจากเดิมร้อยละ 6.4 เป็นร้อยละ 7.5 ในปี 2550

2.3.9 เขตที่อยู่อาศัย (area): สำนักสถิติพยากรณ์ สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2553) ได้ทำการสำรวจประชากรผู้สูงอายุจากการลงทะเบียนของเขตที่อยู่อาศัย พบว่า เขตบางแค มีจำนวนผู้สูงอายุมากที่สุด คือ 193,190 คน เพศชายจำนวน 90,864 คน และเพศหญิงจำนวน 102,326 คน รองลงมาคือ เขตบางเขน มีจำนวนผู้สูงอายุคือ 188,164 คน มีเพศชายจำนวน 90,318 คน และเพศหญิงจำนวน 97,846 คน

แต่ในขณะเดียวกัน มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ (2551) พบว่า ผู้สูงอายุมักใช้เวลาในอาคารมากกว่านอกอาคาร บริเวณที่อยู่อาศัยจึงควรมีสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ไม่รบกวน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการบ้านพักอาศัยที่อยู่ในเขตชานเมือง แวดล้อมด้วยธรรมชาติ ไม่มีมลภาวะทางเสียง กลิ่นที่รบกวน ควรง่ายต่อการเดินทาง และมีเพื่อนบ้านที่ดีด้วย

การทบทวนวรรณกรรมจากตัวแปรอิสระของปัจจัยส่วนบุคคล ถือเป็นปัจจัยพื้นฐานของการดำรงชีวิตโดยหลักของผู้สูงอายุ ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพ การศึกษา ศาสนา อาชีพ ตำแหน่งงาน รายได้ จำนวนสมาชิกและเขตที่อยู่อาศัย เป็นปัจจัยที่สัมพันธ์ถึงปัจจัยความเชื่อและทัศนคติของผู้สูงอายุ ครอบครัวและสังคม มีอิทธิพลต่อปัจจัยทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ที่แสดงออกมาทั้งภายนอกและภายใน โดยมีสิ่งเร้าหรือตัวกระตุ้นและเหตุจูงใจ ที่มีอิทธิพลทำให้พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงตามสังคมนั้นๆ

2.4 ความเชื่อและทัศนคติ (belief & attitude):

ทัศนีย์ ทานตวนิช (2523) กล่าวว่า ความเชื่อหมายถึง ความรู้สึกนึกคิด ความเข้าใจและการยอมรับนับถือ ซึ่งสอดคล้องกับ เอกรินทร์ สัมหาศาล (2552) กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยไม่ต้องมีเหตุผลใดมาสนับสนุนหรือพิสูจน์ ความมั่นใจต่อสิ่งนั้นๆว่าเป็นความจริง ทั้งนี้บางอย่างอาจมีหลักฐานอย่างเพียงพอที่จะพิสูจน์ได้หรืออาจจะไม่มีหลักฐาน ที่จะนำมาใช้พิสูจน์ให้เห็นจริงเกี่ยวกับสิ่งนั้นก็ได้

ส่วนทัศนคติ เป็นความสัมพันธ์ที่คาบเกี่ยวกันระหว่างความรู้สึก และความเชื่อ หรือการรับรู้ของบุคคลกับแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมได้ตอบ ในทางใดทางหนึ่งต่อเป้าหมายของ ทัศนคตินั้น (Roger, 1978 อ้างถึงใน สุรพงษ์ โสธนะเสถียร, 2533) ซึ่งสอดคล้องกับ Rosenberg and Hovland, 1960; Norman L. Munn , 1971) กล่าวว่า ทัศนคติ เป็นเรื่องของจิตใจ ทำที่ ความรู้สึกนึกคิด และความโน้มเอียงของบุคคล ที่มีต่อข้อมูลข่าวสาร และการเปิดรับที่มีมากหรือน้อยต่างกัน ขึ้นอยู่กับสิ่งที่ได้รับมา ซึ่งเป็นไปได้ทั้งเชิงบวกและเชิงลบ ทัศนคติ มีผลให้มีการแสดงพฤติกรรมออกมา จะเห็นได้ว่าทัศนคติ

ประกอบด้วย ความคิดที่มีผลต่ออารมณ์และความรู้สึกนั้นออกมาโดยทางพฤติกรรม โดยเฉพาะกับ ผู้สูงอายุ

ฌรณค์ สุภัทรพันธุ์ (2529) กล่าวว่า ปัจจัยความเชื่อและทัศนคติของผู้สูงอายุ ส่วน มากส่งผลถึง ปัญหาทางด้านจิตใจ โดยเฉพาะเกี่ยวข้องกับความสามารถของตนเอง การเคยเป็นที่พึ่ง เป็นผู้นำให้กับ คนอื่น การเป็นที่ยอมรับและยกย่องจากคนข้างเคียงเพื่อนฝูงหรือสังคมการขาดที่พึ่งเช่น ผู้ใกล้ชิด เพื่อน สนิทถึงแก่กรรม ซึ่งสอดคล้องกับ ประไพ ยศะทัตต์ (2531); พิชญ์ ประเสริฐสินธ์ (2523); Goldman HH (1988) กล่าวว่า นอกจากผู้สูงอายุจะสุขภาพไม่แข็งแรงพอที่จะปฏิบัติการกิจต่างๆ ใน ชีวิตประจำวันได้ ขาดการติดต่อไปมาหาสู่กับผู้อื่น บุตรหลานก็เติบโตมีครอบครัวแยกย้ายกันไป ถือเป็นปัจจัยความเชื่อและทัศนคติที่เปลี่ยนไปของผู้สูงอายุ ทำให้ความเชื่อมั่นในตัวเองลดลง และจะ ส่งผลไปถึงกิจกรรมประจำวัน ไม่เป็นที่พอใจ ทำให้เกิดความรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง ยิ่งทำให้เกิดความ กลัว อารมณ์เศร้าซึมลงและสิ้นหวัง

ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์ (2552) กล่าวว่า สาเหตุต่างๆ ดังกล่าว ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความทุกข์ ซึ่ง แสดงออกโดยอาการซึมเศร้า การปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ถือเป็น สิ่งสำคัญที่เป็นส่วนช่วยส่งเสริมสภาพจิตใจของผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับ พันธุ์ รามสูต (2527) ได้กล่าวว่า “ปัจจัยความเชื่อและทัศนคติในชีวิตของผู้สูงอายุ มีอิทธิพลต่อที่อยู่อาศัยด้วย” จาก การทบทวนวรรณกรรมในด้านความเชื่อและทัศนคติของผู้สูงอายุ ที่พอสรุปได้ 3 ด้าน ดังต่อไปนี้

2.4.1 ด้านหลักจริยธรรม (ethic): เป็นหนึ่งในวิชาหลักของวิชาปรัชญา แยกออกเป็น จริย + ธรรม คำว่า จริยะหมายถึง ความประพฤติหรือกิจที่ควรประพฤติ ส่วนคำว่าธรรม มีความหมายหลาย อย่าง เช่น คุณความดี หลักคำสอนของศาสนา หลักปฏิบัติ เมื่อนำคำทั้งสองมารวมกันเป็น จริยธรรม จึง ได้ความหมายว่า หลักแห่งความประพฤติหรือแนวทางการประพฤติ การแยกสิ่งถูกจากผิด ดีจากเลว (สุริยา จารยะพันธุ์, 2527; พระเมธีธรรมา-ภรณ์, 2534; จรวยพร ธรณินทร์, 2550)

ผู้สูงอายุถือเป็นวัยที่เชื่อให้เรื่องหลักจริยธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาเป็นหลักเชื่อว่า ทำดี ได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว (พระเมธีธรรมาภรณ์, 2534) ซึ่งสอดคล้องกับ ประวิตร พิสุทธิโสภณ (2550) กล่าวว่า ผู้สูงอายุมิมีส่วนใหญ่มีจิตใจที่เป็นกุศล หรือที่เรียกว่า จิตอาสา หมายถึงผู้ให้ เช่น ให้สิ่งของ ให้เงิน ให้ ความช่วยเหลือด้วยกำลังร่างกาย แรงสมอง ซึ่งเป็นการเสียสละ เพื่อแผ้วแผ่ให้กับส่วนรวม เป็นจิตที่ เปี่ยมด้วย “บุญ” คือความสงบเย็นและพลังแห่งความดี เพราะผู้สูงอายุส่วนใหญ่เชื่อว่า การทำความดีจะ ส่งผลถึงผลบุญในชาติหน้า

2.4.2 ด้านศิลปะและวัฒนธรรม (arts & culture): วิถีชีวิตของคนไทยอยู่กันอย่างเรียบง่าย มี ประเพณีและศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ โดยความผูกพันของจิตใจจึงอยู่ที่ธรรมชาติ จึงเกิด บูรณาการเป็นความคิด ความเชื่อและประเพณีในท้องถิ่น แล้วถ่ายทอดเป็นวัฒนธรรมไทยอย่างงดงาม (วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี, 2554)

จรรยาพร ธรณินทร์ (2550) กล่าวว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะทำบุญเข้าวัดสวดมนต์อยู่เป็นประจำ สิ่งเหล่านี้ถือเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจผู้สูงอายุ ที่สำคัญมีการปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังเข้าวัดบำเพ็ญบุญ สร้างกุศล การทำสมาธิหากทำเป็นประจำจะช่วยให้อารมณ์สงบ สมองผ่อนคลาย สุขภาพร่างกาย แข็งแรงและสุขภาพจิตก็ดีขึ้นตามมานับว่าเป็นประโยชน์ ซึ่งสอดคล้องกับ อำนาจ บัวศิริ (2554); สุธัชย เกื้อศิริกุล (2542) ที่แสดงความคิดเห็นว่า การฝึกสวดมนต์เป็นประจำทุกวัน สำหรับผู้สูงอายุที่มี ภาวะความจำเริ่มถดถอย การสวดมนต์ช่วยฟื้นฟูความจำได้ ในด้านจิตใจการสวดมนต์ยังช่วยกล่อม เกลายจิตใจให้อ่อนโยน สงบเย็น ไม่มีใจคิดร้ายหรือเบียดเบียนผู้อื่น สร้างความเข้มแข็ง ความมั่นใจ ให้กับผู้ที่สวดด้วย ช่วยให้สังคมไทยน่าอยู่ รื่นรมย์ยิ่งขึ้น

2.4.3 ด้านโชคละตา (fortune): ในปัจจุบันความเชื่อเรื่องดวงชัยมีบทบาทมาก การกำหนด รูปแบบสิ่งก่อสร้างที่อยู่อาศัยในเมืองไทย ได้รับอิทธิพลความเชื่อเรื่องดวงชัยนี้ด้วย ดวงชัย แปลว่า ลม และน้ำ หมายถึงความเข้าใจในธรรมชาตินั่นเอง (ศุภวิศวรร ปัญญาสกุลวงศ์ และ กฤษณ์ แยมสระโส, 2550)

การใช้น้ำดวงชัยมาออกแบบบ้านพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ เป็นการวางสิ่งต่าง ๆ ให้อยู่ใน ตำแหน่ง หรือทิศทางที่เหมาะสม เพื่อควบคุมพลังชีวิตเรียกว่า พลังชี ที่กำหนดคุณประโยชน์ให้กับชีวิต มนุษย์ โดยเป้าหมายในการปฏิบัติของดวงชัย คือการได้มาซึ่งความโชคดี ความมีสุขภาพและความ รุ่งเรือง (สิริชัย พยากรณ์, 2553)

สิริชัย พยากรณ์ (2553) ยังกล่าวอีกว่า บ้านสำหรับผู้สูงอายุเน้นความเป็นหยิน (สงบนิ่ง) บ้านพักอาศัยของผู้สูงอายุควรจะเน้นความเรียบง่าย โทนสีของห้องส่วนใหญ่จะเน้นสีน้ำตาล เทา ครีမ် เหลือง ขาว หลีกเลียงสีที่ร้อนแรง ซึ่งสอดคล้องกับ ศุภวิศวรร ปัญญาสกุลวงศ์ และ กฤษณ์ แยมสระโส (2550) พบว่า สีน้ำตาลเป็นสีแทนความอบอุ่นมั่นคงไปด้วยหลักทฤษฎี เป็นสีเดียวกับต้นไม้ขนาดใหญ่ บ่งบอกถึง อดีตอันยาวนาน และประสบการณ์ที่ผ่านมา ความเห็นพ้องระหว่างดวงชัยกับจิตวิทยา คือ ความอบอุ่นหากนำสีที่เพิ่มความสดใส ในสัดส่วนที่เหมาะสม ก็จะได้ความอบอุ่นมั่นคงสามารถ ลดความแห้งแล้งได้

เกริกวิชัย กฤษณภาพงษ์ (2552) ได้ให้ความเห็นว่า จุดสำคัญของห้องผู้สูงอายุคือมีอากาศถ่ายเท สะดวก มีลมพัดผ่าน เน้นสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ควรอยู่ชั้นล่างของบ้าน ห้องนอน จึงไม่ควรอยู่ใกล้กับห้องครัว หรือตำแหน่งโรงรถ ที่มีมลภาวะมากกว่าจุดอื่น ควรเลือกให้อยู่ทางทิศใต้ หรือทิศตะวันออกเฉียงใต้ เพราะเป็นทิศทางลมโดยตรง บริเวณรอบห้องควรปลูกต้นไม้หรือจัดสวน เพื่อเพิ่มออกซิเจนบริเวณนั้นให้มีมาก จำนวนของภายในห้องนอนไม่ควรมีมากจนเกินไป โดยเฉพาะ พวกเครื่องไฟฟ้าทั้งหลาย เช่น ทีวี เครื่องเสียง ตู้เย็น ฯลฯ เพราะคลื่นไฟฟ้าจะมีผลกระทบต่อสุขภาพ ของผู้สูงอายุ เชื่อกันว่าการจัดเตียงได้อย่างเหมาะสม จะช่วยให้ผู้อยู่อาศัยมั่นใจได้ถึงโชคลาภและ

โอกาสที่จะก้าวหน้า ตำแหน่งเทียบ สามารถเชื่อมโยงกับพลังชีวิตที่ดีได้ จะมีผลที่เป็นคุณต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ

จากการทบทวนวรรณกรรมปัจจัยความเชื่อและทัศนคติของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ได้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญและคุณสมบัติของตัวแปรอิสระ ที่มีอิทธิพลต่อปัจจัยพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงนำตัวแปรทั้งหมด 3 ตัวแปร ได้แก่ ด้านหลักจริยธรรม ด้านศิลปะและวัฒนธรรม และด้านโภชนาการ นำมาศึกษาวิเคราะห์เพื่อต้องการทราบว่าตัวแปรแต่ละตัวมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญ และหาเส้นทางความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมของผู้สูงอายุต่อไป

2.5 ปัจจัยทางพฤติกรรม (behavior)

พฤติกรรม หมายถึง การกระทำของบุคคลหรือการแสดงออกต่างๆ ทางร่างกาย ซึ่งเกิดขึ้นได้ทั้งในขณะที่รู้ตัวหรือไม่รู้ตัว และเป็นปฏิสัมพันธ์ในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าภายในหรือภายนอก รวมทั้งการกระทำต่างๆ พฤติกรรมนี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากความรู้ ทัศนคติและความเชื่อของบุคคลนั้นๆ โดยที่อาจแสดงออกให้เห็นอย่างชัดเจน (สมจิตต์ สุพรรณทัศน์, 2538; สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2526; โกลเดน Golden, 1984)

วิลลิสทรี ทรายางกูร (2530) กล่าวว่า พฤติกรรมของผู้สูงอายุอาจแตกต่างกันแต่ละบุคคล ขึ้นอยู่กับความสามารถในการปรับตัว ความสำเร็จและความสมหวังในชีวิต ซึ่งสามารถแยกออกได้เป็น 2 ส่วนหลัก ส่วนแรกคือ พฤติกรรมภายใน หรือพฤติกรรมทางจิต ที่เกี่ยวข้องกับความรู้ การเรียนรู้ การจำ เป็นพฤติกรรมที่เข้าตัวเท่านั้นจึงจะรู้ดี ไม่แสดงออกก็ไม่มีใครรู้ ส่วนหลังคือ พฤติกรรมภายนอกหรือพฤติกรรมในสภาพแวดล้อม เป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้โดยชัดเจน ที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะกับการมีอาณาเขตครอบครอง พฤติกรรมที่เว้นว่างส่วนบุคคล และภาวะเป็นส่วนตัว ซึ่งสอดคล้องกับ รุจโรจน์ แก้วอุไร (2545) พบว่า การออกแบบสภาพแวดล้อมสำหรับบ้านพักอาศัย โดยมีพฤติกรรมเป็นตัวกำหนดชี้แนะแนวทางการออกแบบและวางแผนให้สอดคล้องกับพฤติกรรมสำหรับผู้สูงอายุ พฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายในมีความสัมพันธ์กัน โดยพฤติกรรมภายในเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมภายนอก

2.5.1 พฤติกรรมภายใน (covert behavior): หรือกระบวนการทางจิต (mental process) หมายถึง พฤติกรรมที่ไม่สามารถสังเกตเห็นได้ด้วยตา หรือไม่สามารถใช้เครื่องมือตรวจสอบได้โดยตรงเช่น ความรู้สึก อารมณ์ ความจำ ความคิด และความเครียด (นิธิตูสบาย จุลกัทัพพะ, 2547)

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2547) กล่าวว่า ความเครียดถือเป็นการแสดงออกพฤติกรรมภายใน เป็นการหดตัวของกล้ามเนื้อส่วนใดส่วนหนึ่งหรือหลายส่วนของร่างกาย ซึ่งทุกคนจำเป็นต้องมีอยู่เสมอในการดำรงชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับ นิธิตูสบาย จุลกัทัพพะ (2547) พบว่า ความเครียดเกิดจากสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดการปรับตัว ความเครียด คือสิ่งที่ทำให้รู้สึกไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ทำให้เกิดความวิตกกังวล ทำให้ตื่นเต้น เกลียด กลัว โดยเฉพาะความเครียดในผู้สูงอายุ เช่น มีการสูญเสีย การผิดหวังหรือ

หวาดกลัวอย่างรุนแรง ความเครียดนั้นก็จะกลายเป็นความทุกข์แสนสาหัสขึ้นมา และสามารถกลายเป็นสาเหตุที่ทำให้เราเจ็บป่วย จากระดับรุนแรงน้อยไปจนถึงป่วยหนักได้

กรมสุขภาพจิต (2545) กล่าวว่า สภาวะจิตใจของผู้สูงอายุนั้นมีการแสดงออกที่หลากหลายในแต่ละคน ในผู้สูงอายุนั้นต้องเผชิญกับชีวิตที่ต้องเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความผิหวาง ความสูญเสีย หรือการฉีกขาดสิ่งที่ขาดหายไป จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกไม่มีความสุข จิตใจหม่นหมอง หดหู่หมดความกระตือรือร้น เบื่อหน่ายสิ่งต่างๆ รอบตัว แยกตัวเองอยู่คนเดียว ท้อแท้ ซึ่งสอดคล้องกับ จินตนา ฤทธาภรณ์ (2551); สุกสภาย จุลกัทัพพะ (2547); กรมสุขภาพจิต (2545); วันเพ็ญ วงศ์จันทร์ (2539) สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุมีความรู้สึกสิ้นหวัง มองชีวิตไม่มีคุณค่าเป็นภาระต่อคนอื่น ทำให้เกิดความเครียด และโรคซึมเศร้า ส่งผลถึงการป่วยทางร่างกายที่เสื่อมถอยลง โมโหง่าย มีปัญหากับคนในครอบครัวบ่อยครั้ง ซึ่งผลของโรคกระทบต่อชีวิตประจำวัน ถ้ามีอาการรุนแรงอาจมีอันตรายจากการทำร้ายตนเองได้

2.5.2 พฤติกรรมภายนอก (overt behavior): คือพฤติกรรมที่บุคคลอื่นนอกจากเจ้า ของพฤติกรรมสามารถที่จะรู้ได้ โดยอาศัยการสังเกต ไม่ว่าจะใช้ประสาทสัมผัสโดยตรงหรือผู้ใช้เครื่องมือช่วยในการสังเกตเพื่อให้ได้ข้อมูล (ไพบูลย์ เทวรักษ์, 2537)

2.5.2.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย: มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ตั้งแต่เกิดจนตาย และการเปลี่ยนแปลงนี้แตกต่างกันในระยะเวลาเร็วหรือช้าแล้วแต่บุคคล (Mcgaugh and Kiesler, 1981) ซึ่งสอดคล้องกับ ชนัดดา เกิดแพ (2552) กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพของผู้สูงอายุ มีผลทำให้ผู้สูงอายุมีปัญหาหลักเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวร่างกาย ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย

ปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดการหกล้มได้ง่ายกว่าวัยอื่นๆ เนื่องมาจากภาวะความเสื่อมถอยของร่างกายผู้สูงอายุ ต่อมาเหงื่อจะลดการทำงาน หลังเหี่ยวถอยลง มีผลทำให้กระบวน การระบายความร้อนในผู้สูงอายุลดลงรวมถึงกล้ามเนื้อลาย ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อลดลง กระดูกเปราะบางจากการสูญเสียแคลเซียม และเส้นเลือด โดยทั่วไปผนังเส้นเลือดจะแข็งตัวและหนาขึ้น ทำให้หลอดเลือดตีบลง การไหลเวียนไม่ดีจึงเกิดจากเส้นเลือดค้ำโป่งพอง ระบบประสาทสัมผัสของผู้สูงอายุก็จะลดลง ทำให้ความจำเลอะเลือนได้ง่ายสาวยาว กระดูกตาขุน อาจเกิดข้อกระดูก กล้ามเนื้อถูกตาเสื่อม ทำให้เวียนศีรษะง่าย ประสาทรับเสียงเสื่อม หูตึง ต้องพูดดังๆ จึงจะได้ยิน (ชูศักดิ์ เวชแพศย์, 2538; อารีย์ เสนาชัย, 2549; อารีย์ เสนาชัย, 2549) ซึ่งสอดคล้องกับ คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (2547) จากสถิติพบว่า ผู้สูงอายุที่หกล้มประมาณ 50% จะมีอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้ หรืออาจเกิดภาวะความพิการเรื้อรังตามมา เนื่องจากการที่ผู้สูงอายุมีความเสื่อมของส่วนต่างๆ ของร่างกายอยู่เดิม

การประสบอุบัติเหตุที่เกิดในบ้านยังคงเป็นปัญหาของผู้สูงอายุที่จะนำไปสู่มาตรการป้องกัน ดังนั้นการพัฒนาศักยภาพทางกายภาพและการปรับสภาพที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ จะเป็นมาตรการช่วยลดการบาดเจ็บดังกล่าวได้ในทางหนึ่ง (เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม และ สุพัตรา อติโพธิ, 2543)

2.5.2.2 การเปลี่ยนแปลงทางสังคม (role theory): อายุเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอย่างหนึ่ง ในการที่จะกำหนดบทบาทของแต่ละบุคคล บุคคลจะปรับตัวต่อการเป็นผู้สูงอายุได้ดีเพียงใด ย่อม น่าจะขึ้นอยู่กับ การยอมรับบทบาทของตนเองในแต่ละช่วงอายุ บทบาทดังกล่าวจะส่งผลไปถึงการยอมรับบทบาททางสังคม ที่จะเปลี่ยนแปลงไปในอนาคตด้วย (เกษร สำภาทอง, 2551; วรรณ นิภา บุญระยอง, 2550) ซึ่งสอดคล้องกับ วันเพ็ญ วงศ์จันทร์ (2539) กล่าวว่า สังคมมักจะประเมินว่า ความสามารถในการปฏิบัติลดลง ถึงแม้ว่าจะมีผู้สูงอายุบางคนแสดงให้เห็นว่าความมีอายุ มิได้เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินบทบาท และหน้าที่ทางสังคมก็ตาม

จรัสวรรณ เทียนประภาส และพัชรี ดันศิริ (2536) กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะถูกจัดให้อยู่กับบ้านมากขึ้นจะถูกแยกตัวออกจากสังคม บางคนอยู่แต่ในห้อง เพราะทางเดินไม่สะดวก จึงได้แต่นั่งๆ นอนๆ ไม่มีโอกาสเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมบ่อยๆ มีกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นน้อยลง ขาดเพื่อนวัยเดียวกัน คู่ชีวิตก็ตายจากกัน เพื่อนที่เหลืออยู่ก็น้อยลงขาดการเยี่ยมเยียน เพราะต่างฝ่ายก็มีอุปสรรคต่างๆ กัน คนในบ้านก็ออกไปประกอบอาชีพกันหมด ทำให้ผู้สูงอายุห่อเหี่ยวลงทุกวัน ซึ่งสอดคล้องกับ นฤมล รักษาสุข (2550) กล่าวว่า ครอบครัวจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก สำหรับการสร้างกิจกรรมภายในครอบครัวให้กับผู้สูงอายุ

การสร้างบทบาททางสังคมของคนขึ้นมาใหม่ เพื่อทดแทนบทบาทหน้าที่ที่สูญเสียไป สถาบันครอบครัวควรส่งเสริมผู้สูงอายุอยู่อย่างมีความสุข อยู่ในสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรีและเหมาะสม กล่าวคือ ผู้สูงอายุแต่ละคนจะมีความสามารถแตกต่างกันไป จึงสามารถเลือกทำงานอาสาสมัครได้ตาม ความถนัด และความสนใจของแต่ละคน ซึ่งจะทำให้บทบาททางสังคมของผู้สูงอายุมีต่อเนื่อง (วรรณ นิภา บุญระยอง, 2550)

จากการทบทวนวรรณกรรมในเรื่อง ปัจจัยทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ได้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญและคุณสมบัติของปัจจัยทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ที่มีอิทธิพลต่อการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย เพื่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงนำตัวแปร 2 ตัวได้แก่ พฤติกรรมภายใน และพฤติกรรมภายนอก นำมาศึกษาวิเคราะห์เพื่อต้องการทราบว่าตัวแปรแต่ละตัวมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญ และหาเส้นทางความสัมพันธ์สู่การออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุต่อไป

2.6 ปัจจัยองค์ประกอบการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ (interior environmental for old age)

ที่อยู่อาศัยยังคงเป็นหนึ่งในปัจจัยที่มีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ทั้งในและปัจจุบัน โดยมีการดัดแปลงอัตรูปแบบก่อให้เกิดความหลากหลายตามสภาพภูมิอากาศ และความต้องการผู้อยู่อาศัย จนปัจจุบันยังเป็นเครื่องแสดงความรู้สีกมั่นคงในชีวิต (อนุชิต ศิริกิจ, 2550)

สภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุ หมายถึง สภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เหมาะสมกับการใช้ชีวิตประจำวันและไม่ก่อให้เกิดอันตรายกับผู้สูงอายุ เพราะถ้าสิ่งแวดล้อมปลอดภัยจะลดอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นได้ และทำให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตในช่วงสุดท้ายได้อย่างมีความสุข (ไตรรัตน์ จารุทัศน์, 2541) ซึ่งสอดคล้องกับ วัฒนะ จูฑะวิภาค (2536) กล่าวว่า การเลือกที่อยู่อาศัยและการตกแต่งภายในจึงจำเป็นต้องใช้กระบวนการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ให้สอดคล้องกับพฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุ และคำนึงถึงรูปร่างความสวยงามอีกด้วย วัตถุประสงค์ของการตกแต่งภายในมีหลักสำคัญ 2 ประการ คือ เพื่อให้การดำรงชีวิตภายในบ้านสะดวกสบายทั้งกายและใจ อีกประการก็เพื่อแสดงออกถึงความงามและรสนิยมของผู้เป็นเจ้าของ นอกจากนี้ยังต้องพิจารณาถึงตำแหน่ง ทำเลที่ตั้งของบ้านด้วย

2.6.1 ทำเลที่ตั้ง (site location): สภาพแวดล้อมดีทำให้ผู้คนทุกเพศทุกวัยได้อยู่อาศัยอย่างมีความสุข ไม่เฉพาะแต่ผู้สูงอายุ ชุมชนที่ผู้สูงอายุต้องการอยู่อาศัยคือ ชุมชนที่มีการให้บริการ ที่ทำให้ชีวิตสะดวกสบายขึ้น รวมถึงบริการทางสังคม เช่น การศึกษา อนามัย และการพักผ่อนหย่อนใจ มีความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติและมนุษย์ (ไตรรัตน์ จารุทัศน์, 2541) ซึ่งสอดคล้องกับ ประมวญ พิชัยพันธุ์ (2550) พบว่า ผู้สูงอายุควรอาศัยแถบชานเมืองหรือ ที่ไม่แออัด แต่มีความอำนวยความสะดวกในเรื่องของสาธารณูปโภคครบครัน ถือเป็นทำเลที่เหมาะสมกับสภาพความเป็นอยู่สำหรับผู้สูงอายุมากกว่าการอาศัยอยู่ในเมือง

ภิรมย์ลักษณ์ มีสัตยา (2550) กล่าวว่า การจัดสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อน การจัดทำทำเลที่ตั้ง สภาพแวดล้อมควรมีการวางแผนการตั้งแต่เนิ่นๆ เพื่อการวางแผนโครงสร้างของที่อยู่อาศัยให้พร้อมที่จะรองรับความสูงอายุในอนาคต จึงจะได้สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งมีส่วนเอื้ออำนวยความสะดวกต่อการดำรงชีวิต และการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุ อันจะส่งผลให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

บ้านสำหรับผู้สูงอายุ ควรหลีกเลี่ยงอพาร์ทเมนต์และคอนโดฯหรือห้องที่มีขนาดเล็กแคบๆ ควรเป็นบ้านเดี่ยวหรือทาวน์เฮาส์ที่มีบริเวณรอบๆ บ้าน สำหรับให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมภายนอกบริเวณบ้าน เป็นการออกกำลังกายในสวน (นคร มุรุศรี, 2550) ซึ่งสอดคล้องกับ (เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม, สุพัตรา อดิโพธิ (2543) ;นระ คมนามูล (2547) กล่าวว่าสภาพแวดล้อมสำหรับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ควรมีความ

สะดวกในการเดินทางสำหรับผู้สูงอายุ สามารถใช้บริการสาธารณะต่างๆ ได้อย่างสะดวกและเหมาะสม มีความสะอาด บริการซักรีดเสื้อผ้า การรับ-ส่งไปยังที่ต่างๆ เช่น โรงพยาบาล คลินิก ศูนย์กายภาพบำบัด ศูนย์การค้า ฯลฯ ภายในชุมชนมีสวนสุขภาพ มีสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และสถานปฏิบัติธรรม หรือ จัดเป็นการให้บริการเฉพาะช่วงกลางวัน (day care) ตอนเย็นกลับไปอยู่กับลูกหลานได้ ซึ่งเหมาะกับสังคมเมืองโดยเฉพาะในกรุงเทพมหานคร

2.6.2 ราคา (price): ปัจจุบันความต้องการบ้านพักอาศัยขนาดเล็กราคาถูกมีมากขึ้น ก่อสร้างได้ง่าย รวดเร็ว และขยายต่อเติมได้ โดยยังคงคุณภาพชีวิตที่ดี (ณรงค์ฤทธิ์ จินต์จันทรวงศ์, 2522) ราคาบ้านพักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ควรคำนึงถึงสภาพแวดล้อม รูปแบบ ความสะดวกสบายภายใน และองค์ประกอบอื่นๆ ที่เหมาะสมกับราคา รายได้เฉลี่ยของผู้สูงอายุ อายุ 60 ปีขึ้นไป มีรายได้จากการออมเงินทำงานอยู่ที่ 20,000-50,000 บาทต่อเดือน (ประมวญ พิรัชพันธุ์, 2550) ซึ่งกลุ่มคนสูงอายุที่เพียบพร้อมไปด้วยทรัพย์สิน จากการทำธุรกิจหรือเงินที่เก็บได้จากการทำงาน จึงมีความต้องการที่อยู่อาศัยในบ้านปลายของชีวิต ที่สะดวกสบายเพื่อให้เหมาะสมกับราคา

2.6.3 ประโยชน์ใช้สอย (functional): ภายในที่อยู่อาศัยประกอบด้วยสิ่งต่างๆ ที่ต้องการมีทั้งสิ่งอำนวยความสะดวกสบายที่จำเป็นตามความต้องการทางด้านร่างกาย จิตใจ และความเป็นอยู่ที่ดีงามทั้งส่วนตัวและครอบครัวของผู้พักอาศัย โดยที่อยู่อาศัยที่ดีสะอาดและถูกสุขลักษณะตามหลักสุขาภิบาล (พิไท ตาทอง, 2551) ในขณะที่ ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์ (2552) กล่าวว่า การจัดสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ จึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะถ้าสภาพแวดล้อมเหมาะสมและสามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ก็จะลดปัญหาต่างๆ รวมทั้งส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความมั่นใจในการเคลื่อนไหว ซึ่งจะลดความพิการอันเป็นผลจากการขาดการเคลื่อนไหว และลดภาระของผู้ดูแลอีกด้วย

การสำรวจขนาดร่างกายของผู้สูงอายุหรือแม้กระทั่งการพยาบาลผู้สูงอายุ ทำให้ได้รับข้อมูลพื้นฐานสำคัญในการกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำ สำหรับที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ (ไตรรัตน์ จารุทัศน์, 2541) ผลจากการศึกษาพอสรุปหลักการออกแบบภายในพื้นที่ใช้สอยสำหรับผู้สูงอายุได้ดังนี้

2.6.3.1 ห้องรับแขกพักผ่อน (living room): เป็นจุดศูนย์กลางของการอยู่อาศัย จึงควรเป็นห้องที่ไม่มีอะไรกีดขวางหรือเฟอร์นิเจอร์กีดขวาง หน้าต่างในห้องควรมีขนาดใหญ่พอที่จะให้แสงสว่างและแสงแดดลอดผ่านเข้ามาได้ พื้นที่นี้จะมีกิจกรรมต่างๆ เป็นส่วนประกอบ เช่น สันทนาการ บันทึกลง อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ นั่งเล่น ฯลฯ (ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์, 2552) สอดคล้องกับ ศรีศักดิ์ สนทรไชย (2548) พบว่า ห้องรับแขกเป็นห้องที่มักได้รับการดูแลเป็นอย่างดีเพราะต้องใช้ในการพบปะสนทนากับแขกผู้มาเยือน บางบ้านอาจใช้ห้องรับแขกเป็นมุมพักผ่อนของคนในครอบครัว โดยมีการติดตั้งโทรทัศน์ สิ่งบันเทิง และสิ่งอำนวยความสะดวกที่สมาชิกในครอบครัวมารวมตัวกัน

ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์ (2552) กล่าวว่า พื้นห้องรับแขกไม่ควรเล่นระดับเพราะอาจเกิดอันตรายต่อผู้สูงอายุที่มีสายตาไม่ปกติ พื้นควรง่ายต่อการทำความสะอาด พื้นไม่ควรเป็นมันและลื่น เพราะอาจทำให้ผู้สูงอายุเกิดการลื่น หกล้มจนเป็นอันตรายได้ การรักษาความสะอาดห้องรับแขกควรอยู่ห่างจากห้องครัวหรือห้องเตรียมอาหาร เพื่อไม่ให้มีกลิ่นอาหารมารบกวนจึงควรมีหน้าต่าง และประตูที่เปิดโล่งได้ อากาศถ่ายเทได้สะดวกให้แสงแดดส่องเข้าถึง

2.6.3.2 ห้องครัว (kitchen): ผู้สูงอายุหญิงชอบใช้ห้องครัวค่อนข้างบ่อย ห้องครัวควรจัดให้เป็นระเบียบสิ่งของต่างๆ ที่ใช้ประจำอยู่ในที่หยิบง่าย สะดวก ไม่ต้องใช้บันไดหรือใช้บันไคต่อพื้นที่ควรกว้างขวางเพื่อผู้สูงอายุใช้รถเข็น ควรจัดเตรียมอุปกรณ์ทำครัวให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสปรุงอาหารด้วยตนเอง และควรพิจารณาข้อจำกัดในการใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ภายในครัวอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสม เพื่อผู้สูงอายุจะได้ไม่ก้มมากเกินไปทำให้เสียสุขภาพที่หลัง (ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์, 2552) ซึ่งสอดคล้องกับ ศรีศักดิ์ สนทรไชย (2548) ที่กล่าวว่า บริเวณที่ใช้ปรุงอาหารควรเป็นโต๊ะที่มีพื้นเรียบ ทำความสะอาดง่าย ก๊อกอ่างล้างจาน ควรสามารถควบคุมได้โดยคันโยกเพียงครั้งเดียว

การระบายอากาศในครัว ควรเป็นระบบช่องระบายอากาศที่ปล่อยอากาศสู่ภายนอกโดยตรง หรือผ่านท่อระบายอากาศสู่ด้านนอก สถานที่ประกอบอาหารต้องไม่มันเงาและสะท้อนแสงสว่างมากเกินไป สวิตช์เปิด-ปิดไฟส่องสว่างควรติดตั้งใกล้ประตู (ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์, 2552)

2.6.3.3 ห้องนอน (bedroom): เป็นห้องที่ใช้มากที่สุดจึงควรมีความเป็นส่วนตัวแยกเป็นสัดส่วนจากห้องอื่นๆ ห้องนอนไม่ควรเล็กเกินไป และควรที่จะเป็นห้องที่ส่งเสริมกำลังใจและให้ความหวังด้วยหน้าต่างและการมองทิวทัศน์ โดยออกแบบต้องเอื้อต่อการดูแลตัวเองของผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นการจัดเก็บของที่หยิบใช้ได้ง่าย การเดินเอื้อมหยิบของใช้ที่จำเป็นต่างๆ ความต่อเนื่องของพฤติกรรมการใช้งาน เดียงควรจะสามารถย้ายได้ในบางโอกาสและไม่ควรอยู่ในมุมใดมุมหนึ่ง ห้องนอนควรมีพื้นที่วางโทรทัศน์ ผู้ที่อยู่ควรมีพื้นที่สำหรับเดียงดู (ศรีศักดิ์ สนทรไชย, 2548) ต้องมีการจัดวางภาชนะบรรจุน้ำ และยาที่จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุ และควรมีปลั๊กไฟอยู่บริเวณที่ใกล้ตัวและสะดวกในการใช้งาน ตำแหน่งห้องนอนควรจะเดินถึงกันได้ง่ายระหว่างห้องนอนสมาชิกคนอื่น ๆ ความสูงและสัดส่วนของเฟอร์นิเจอร์ รวมถึงรูปแบบและวัสดุที่ใช้ก็จะมีผลเช่นกัน (แลนดี้โฮม (landy home), 2553)

ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์ (2552) กล่าวว่า ผู้สูงอายุร้อยละ 40 มีกิจกรรมอยู่ใกล้ๆ เดียง ดังนั้นเดียงจึงทำหน้าที่หลายอย่างควรจะต่ำกว่าความสูงของเดียงทั่วไป เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้ขึ้นและลงได้สะดวก การถูกออกจากเดียงอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย ดังนั้นเมื่อกำหนดขนาดแล้วควรพิจารณาให้เหมาะสมกับการใช้งาน และควรมีโทรศัพท์ที่สามารถเอื้อมถึงเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

2.6.3.4 ห้องแต่งตัว (dressing room): ฉวีวรรณ เค้นไพบุลย์ (2552) กล่าวว่า ห้องแต่งตัวควรมีตู้เสื้อผ้า โต๊ะเครื่องแป้ง และกระจกที่ผู้สูงอายุได้ส่องกระจกดูตัวเองทำให้สุขภาพจิตดีขึ้น กระตุ้นให้ได้รับรู้ถึงสภาพปัจจุบันของตนเอง

2.6.3.5 ห้องน้ำ (bath room): เป็นบริเวณที่ผู้สูงอายุหกล้มมากที่สุด จึงเป็นส่วนที่ควรได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด พื้นห้องน้ำควรมีการปูพื้นกันลื่นหรือปูด้วยกระเบื้องชนิดไม่ลื่น และสามารถดูแลทำความสะอาดได้ง่าย มีการติดตั้งราวยึดจับบริเวณข้างที่นั่งขับถ่ายหรือที่อาบน้ำ ที่นั่งขับถ่ายควรใช้ชนิดนั่งได้และมีความสูงพอเหมาะ มีความมั่นคง ประตูห้องน้ำควรเปิดออกด้านนอกเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน กระจกควรติดตั้งในตำแหน่งที่ต่ำ ใกล้กับอ่างน้ำเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มองเห็นตัวเองได้ง่ายขึ้น อ่างน้ำไม่ควรลึกเกินไป ถ้ามีก๊อกน้ำร้อนควรมีมาตรการป้องกันการเกิดน้ำร้อนลวกในผู้สูงอายุ การเดินเข้า-ออก อ่างอาบน้ำในผู้สูงอายุอาจเกิดอุบัติเหตุได้ควรมีสัญญาณฉุกเฉินในห้องน้ำ (ฉวีวรรณ เค้นไพบุลย์, 2552) ซึ่งสอดคล้องกับ ศรีศักดิ์ สนทรไชย (2548) กล่าวว่า “สำหรับบ้านไทยโดยทั่วไปอาจใช้ถังหรือตุ่มน้ำดักอาบ ความสูงของถังน้ำหรือโถงควรอยู่ในระดับที่พอเหมาะไม่สูงเกินไป และมีที่นั่งอาบ อุปกรณ์ของใช้ในห้องน้ำควรจัดเก็บให้เป็นระเบียบ มีเฉพาะของที่จำเป็น”

นอกจากนี้การเลือกใช้เฟอร์นิเจอร์ วัสดุ สี ระบบแสงสว่าง การจัดการสภาพแวดล้อมและการตกแต่งภายในที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุควรมีลักษณะดังนี้

2.6.3.6 พื้น (floor): ฉวีวรรณ เค้นไพบุลย์ (2552) กล่าวว่า “พื้นควรมีลักษณะเฉพาะ คือ ไม่ลื่น ไม่มัน ไม่มีลวดลายเยอะเกินไปที่ทำให้เกิดตาข่าย เรียบต่อการดูแล คงสภาพได้ดี ทนต่อน้ำ พื้นควรอยู่ในระดับเดียวกัน หรือหากต่างระดับต้องทำเครื่องหมายชัดเจน ควรคำนึงถึงส่วนประกอบอื่นๆ ด้วย เช่น การใช้รถเข็นและไม้เท้าช่วยเดิน การใช้พื้นไม้เรียบ ซึ่งเหมาะสมกับการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ”

2.6.3.7 เพดาน (ceiling): วัสดุส่วนใหญ่ใช้การกระจายและเก็บเสียง เลือกใช้ให้เหมาะสมกับสภาพที่อยู่อาศัย ควรคำนึงถึงการป้องกันน้ำไม่ให้รั่วซึม (มิสเตอร์โฮม ประชา ชาติธุรกิจ, 2551)

2.6.3.8 สี (color): การใช้สีจำเป็นต้องคำนึงถึงทั้งกายภาพและด้านจิตใจ เลือกใช้สีขาว สีครีม สีเขียว หรือสีจากเนื้อวัสดุธรรมชาติ ที่ทำให้สบายตาเป็นหลัก และเสริมด้วยสีสด เช่น มีส้ม เหลือง แดง ในเฟอร์นิเจอร์ เพื่อให้เกิดการแยกแยะสีได้ง่าย ประตูที่มีสีต่างกันช่วยแบ่งแยกลักษณะห้องต่างๆ ได้ การใช้สีที่ต่างกันบนพื้นทางเดินจะช่วยในการกระระยะการเดินได้ เมื่ออายุเพิ่มขึ้นผู้สูงอายุจะมีความสามารถในการเทียบสีลดลงทำให้แยกสีที่คล้ายกันยากขึ้น (ฉวีวรรณ เค้นไพบุลย์, 2552; เอสซีจี เอ็กสพีเรียนซ์ จำกัด, 2553)

2.6.3.9 แสง (lighting): แสงจากธรรมชาติและที่ประดิษฐ์ขึ้น ให้ส่องถึงทุกจุด เพื่อป้องกันอุบัติเหตุเนื่องจากสภาวะการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพทางสายตาของผู้สูงอายุ ดังนั้นการออกแบบควรให้มีบริเวณที่มีแสงธรรมชาติส่องถึง จุดประสงค์ในการให้แสงคือ การลดการเกิดเงาสะท้อนและสว่างพอที่จะทำให้ผู้สูงอายุมองเห็นสิ่งแวดล้อมได้ชัด แสงสว่างที่ใช้ในบ้านและทางเดิน ควรมีแสงสว่างที่พอเพียง ไม่ควรเป็นแสงจ้าหรือแสงนวลที่หลอกตา ควรมีสวิตช์อยู่ในจุดที่ผู้สูงอายุ ปิดเปิดได้สะดวก และควรมีแสงไฟจากภายนอกสอดเข้ามาในกรณีที่ไฟในบ้านสว่างไม่เพียงพอ (พิ ไท ดาทอง, 2551 ;เอสซีจี เอ็กสพีเรียนซ์ จำกัด, 2553)

2.6.3.10 เก้าอี้และโต๊ะ (chair & table): อนุชิต ศิริกิจ (2550); เอสซีจี เอ็กสพีเรียนซ์ จำกัด (2553) ได้แสดงความเห็นว่า เก้าอี้แบ่งเป็น 2 แบบคือ เก้าอี้สำหรับนั่งเล่นและเก้าอี้ใช้อำนวยความสะดวกเฉพาะอย่าง เก้าอี้ควรมีความสะดวกในการนั่ง ควรมีแขนเก้าอี้สำหรับผู้สูงอายุเพื่อช่วยในการลงนั่งและลุกขึ้นยืน เก้าอี้ไม่ควรจะสูงมากกว่า 17 นิ้ว โดยเมื่อนั่งแล้วให้เข่าทำมุม 90 องศา ฝ่าเท้าแนบพื้น ความกว้างของเก้าอี้มีขนาดที่ผู้สูงอายุนั่งได้สบาย เบาะนั่งไม่ควรยุบยวบตัว มีฐานเก้าอี้มั่นคง ที่สำคัญไม่ควรเป็นเก้าอี้แบบล้อเลื่อนผู้สูงอายุเห็นว่า ชุดเก้าอี้ไม้ที่มีพนักพิงเหมาะสมในการใช้ที่สุด

2.6.3.11 หน้าต่าง (window) ไม่ควรสูงเกินไป ทำให้มองเห็นวิวภายนอกได้ชัดเจน เพื่อกระตุ้นการรับรู้ และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และไม่ควรฝืดหรือตื้นเกินไปเพราะจะทำให้มีเสียงดังเวลามีลมพัด และควรทำจากวัสดุที่แข็งแรงเพื่อความปลอดภัย (ฉวีวรรณ เค้น ไพบูลย์, 2552 ;เอสซีจี เอ็กสพีเรียนซ์ จำกัด, 2553)

2.6.3.12 กำแพงและประตู (fence & gate): ตำแหน่งต่าง ๆ บนกำแพงที่ติดหิ้งหรือตู้วางสิ่งของ ควรติดตั้งให้ต่ำกว่าปกติ เพราะอาจมีผู้ที่ต้องใช้รถเข็นและผู้สูงอายุ โดยทั่วไปแล้วจะตัวเล็กกว่าคนปกติ ประตูและกำแพงไม่ควรแพงเกินไปและควรง่ายต่อการรักษา หลีกเลี่ยงพื้นผิวที่มันวาวฉูดฉาดเกินไป (ศรีศักดิ์ สนทรไชย, 2548 ;เอสซีจี เอ็กสพีเรียนซ์ จำกัด, 2553)

2.6.4 อุปกรณ์ความปลอดภัยในบ้าน (safety equipments): บ้านเป็นสิ่งสำคัญยิ่งเปรียบเสมือนคลังเก็บความทรงจำ อันนำมาซึ่งสถานที่ในการปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัว ไตรรัตน์ จารุทัศน์ (2541) กล่าวว่า ผู้สูงอายุมักมีความหวาดระแวงและกังวลเกี่ยวกับความปลอดภัยสูงหากกลัวโจรผู้ร้ายจะเข้าบ้าน จึงควรออกแบบให้สามารถสอดส่องดูแลได้จากภายใน ดังนั้นจึงเป็นสิ่งสำคัญในการพิจารณาถึงความปลอดภัยในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ โดยมีประเด็นการพิจารณาดังต่อไปนี้

2.6.4.1 อุปกรณ์การป้องกันภัย: ความปลอดภัยในบริเวณที่อยู่อาศัยควรมีความมั่นคงปลอดภัยแก่ผู้อยู่อาศัยเพื่อให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลายและสบายใจ โดยประตูด้านหน้าและด้านหลังควรมีความแข็งแรง และหากเป็นไปได้ควรมีระบบเตือนภัยเมื่อเกิดการบุกรุก ส่วนราวมือจับ

และระบบล๊อคภายในบ้านและนอกบ้าน จะต้องมีประสิทธิภาพแข็งแรง สามารถใช้งานได้ง่าย และการติดตั้งธรณีประตูไว้ในระดับที่ต่ำที่สุดและเป็นขอบโค้งมน นอกจากนี้ควรติดเบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉิน และที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้ ไว้กับโทรศัพท์ในแต่ละเครื่องภายในบ้าน จัดวางโทรศัพท์แต่ละเครื่องภายในบ้านให้สามารถเอื้อมหยิบได้จากพื้น หรือผู้สูงอายุควรมีโทรศัพท์ติดตัวไว้ตลอด (อนุชิต สิริกิจ, 2550) ซึ่งสอดคล้องกับ มิสเตอร์โฮม ประชาชาติธุรกิจ (2551); ไตรรัตน์ จารุทัศน์ (2541) กล่าวว่า การติดตั้งหน้าต่างที่มีการเปิดจากภายในบ้าน และมีระบบล๊อคเพื่อป้องกันผู้ร้ายที่เข้ามาจากภายนอกได้ อีกทั้งควรเก็บยาไว้ในที่ปลอดภัย และมีฉลากให้คำแนะนำติดอยู่ที่บรรจุภัณฑ์

โคมไฟและสายไฟควรมีความสะอาดและอยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน สำหรับหลอดไฟ ไม่ควรมีส่วนที่ยื่นมาจากโคมไฟ และปริมาณแสงมากไป เต้าจ่ายไฟ ควรจัดให้เพียงพอและติดตั้งอยู่ในสถานที่ที่จำเป็นในทุกๆ ห้อง ควรมีระบบป้องกันการใช้ไฟฟ้าเกินขนาดโดยการใช้ระบบตัดไฟฟ้าอัตโนมัติ ระบบฟิวส์หรือระบบสายดิน (อนุชิต สิริกิจ, 2550)

2.6.4.2 ความสะดวกสบายและเอกลักษณ์ส่วนบุคคล บริเวณที่อยู่อาศัยไม่ควรมีแต่ความสะดวกสบายด้านกายภาพ หากยังควรสร้างให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกถึงสิ่งแวดล้อมที่ผู้อยู่อาศัยชอบ โดยการสร้างความรู้สึกให้กับผู้อยู่อาศัยนี้ได้มาจากสิ่งต่างๆ ในอดีต และความทรงจำที่ดี ซึ่งทำได้โดยจากการจัดสถานที่ที่เก็บสิ่งของหรือรูปภาพในอดีต (ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์, 2552)

จากการให้ผู้สูงอายุทดลองใช้อุปกรณ์ชิ้นต่างๆ ซึ่งแยกเป็นอุปกรณ์นอกอาคารและในอาคารพบว่า ผู้สูงอายุต้องการใช้อุปกรณ์ที่มีความปลอดภัย และไม่ยุ่งยากที่จะใช้งาน (มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ, 2550; ไตรรัตน์ จารุทัศน์, 2541) มีตัวอย่างดังนี้

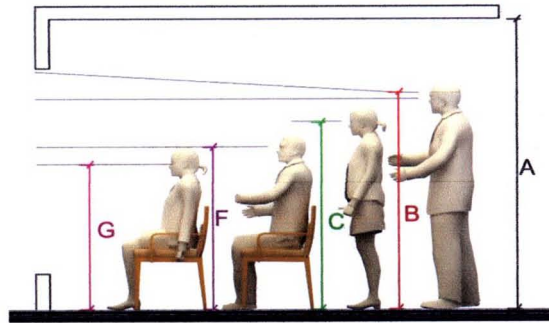
1. ราวจับทั่วไป: ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกราวจับที่มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 4.5 เซนติเมตรและมีระดับที่สูงจากพื้น 0.8 เมตรสำหรับวัสดุที่ใช้ทำราวจับส่วนใหญ่เลือกสแตนเลส
2. ราวจับในห้องน้ำบริเวณโถส้วม: ผู้สูงอายุเลือกราวติดพื้น 2 ข้างมากที่สุด
3. สวิตช์ไฟฟ้า: ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกสวิตช์ที่มีลักษณะอย่างเดียวกับสวิตช์ที่พบเห็นได้ทั่วไป มีขนาดไม่ใหญ่มากนักแสดงว่าผู้สูงอายุเลือกใช้อุปกรณ์ที่คุ้นเคยอยู่แล้ว
4. ปลั๊กไฟฟ้า: ที่เลือกมากที่สุดคือปลั๊กที่มีสวิตช์หลายช่อง
5. โถสุขภัณฑ์: จากการสำรวจพบว่า ผู้สูงอายุที่เลือกโถสุขภัณฑ์แบบสูงและแบบต่ำ มีจำนวนใกล้เคียงกัน
6. การใช้สี: สีของตัวอักษรที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มองเห็นชัดเจนมากที่สุดคือ ตัวอักษรสี

นำเงินบนพื้นสีขาว ส่วนการเลือกสีขาว-ดำ พบว่าความชัดเจนในการมองเห็นคือ อักษรสีดำพื้นสีขาว

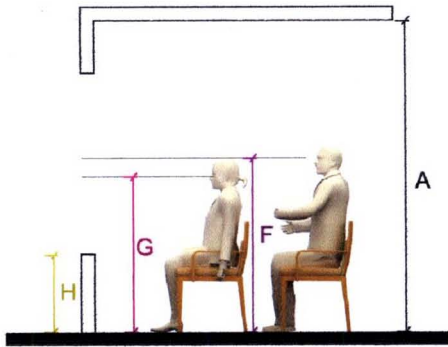
7. ก้อนน้ำ: รูปแบบของก้อนน้ำ ก่อนข้างจะกระจายการเลือกแบบ แต่แบบที่เลือกมากคือแบบปิดไปด้านข้าง
8. ทางลาด: ส่วนใหญ่เลือกความชันระดับ 9 องศา
9. ลูกบิดประตู: ผู้สูงอายุเลือกแบบมีร่องมากที่สุด
10. มือจับประตู: แบบที่เลือกมากที่สุดคือแบบที่มีก้านจับและมือไม่ลื่นหลุดได้ง่าย
11. กลอนประตู: แบบที่ผู้สูงอายุเลือกมากที่สุด คือ แบบที่มีกลไกในการล็อกที่ค่อนข้างซับซ้อนมากกว่าแบบอื่น
12. พื้นถนนในที่พัก: ส่วนใหญ่เลือกคอนกรีตตัวหนอนมากที่สุด
13. พื้นชานบ้านหรือระเบียง: ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกทรายล้างมากที่สุด
14. พื้นทางเดินเท้า: กรวดล้างคือวัสดุที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เห็นว่าเหมาะสมกับ ทางเดินเท้ามากที่สุด
15. ลานกิจกรรมที่ใช้ออกกำลังกาย: ผู้สูงอายุเลือกพื้นทรายล้างมากที่สุด
16. พื้นผิวที่ให้ความรู้สึกลดภัยในการเดิน: ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกทรายล้าง
17. พื้นผิวที่ให้ความรู้สึกลื่นสบาย: พื้นผิวที่เหมาะสมที่สุดคือทรายล้าง
18. พื้นผิวที่ให้ความรู้สึกละเอียด: ผู้สูงอายุเลือกพื้นผิวหินอ่อนมากที่สุด
19. พื้นผิวที่เป็นบล็อกปูถนน: ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกใช้คอนกรีตตัวหนอนมากที่สุด
20. รั้ว: ความสูงของรั้วที่เลือกมากที่สุดอยู่ที่ 1.20 เมตร

อย่างไรก็ตามคณะผู้วิจัยได้เสนอแนะให้สำนักมาตรฐานอุตสาหกรรม (สมอ.) จะ ต้องปรับปรุงข้อมูลสรีระร่างกายกลุ่มผู้สูงอายุไทยให้ทันสมัย สำหรับข้อมูลสภาพการอยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างสามารถนำไปเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ ได้เช่นเดียวกัน เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลทำให้ข้อมูลที่ได้มีความเหมือนหรือต่างกัน ส่วนระดับของข้อมูลการทดสอบอุปกรณ์ สามารถใช้เป็นแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพ โดยนำข้อมูลการวัดสรีระร่างกายผู้สูงอายุมาเปรียบเทียบกับก่อนการใช้งาน และข้อมูลระยะมาตรฐานของผู้สูงอายุเป็นระยะมาตรฐานแนะนำ เพื่อประกอบในการออกแบบ (ฉวีวรรณ เค้นไพบูลย์, 2552)

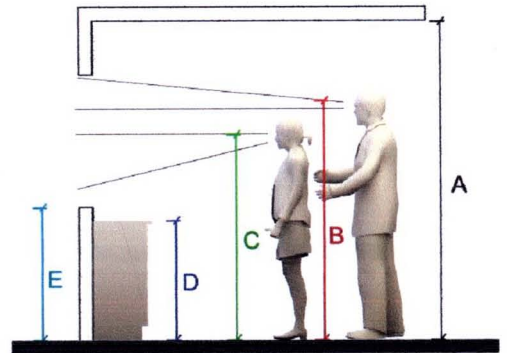
2.7 ระยะมาตรฐานทั่วไปสำหรับผู้สูงอายุ



ภาพ 2.1 ระยะมาตรฐานการมอง



ภาพ 2.2 ระยะการมองภายในห้องรับแขก



ภาพ 2.3 ระยะการมองภายในห้องครัว/ห้องนอน



ระยะความสูงของฝ้าเพดานอย่างน้อย 240 เซนติเมตร

ระยะการมองของผู้ชายในขณะยืน 180 เซนติเมตร

ระยะการมองของผู้หญิงในขณะยืน 150 เซนติเมตร

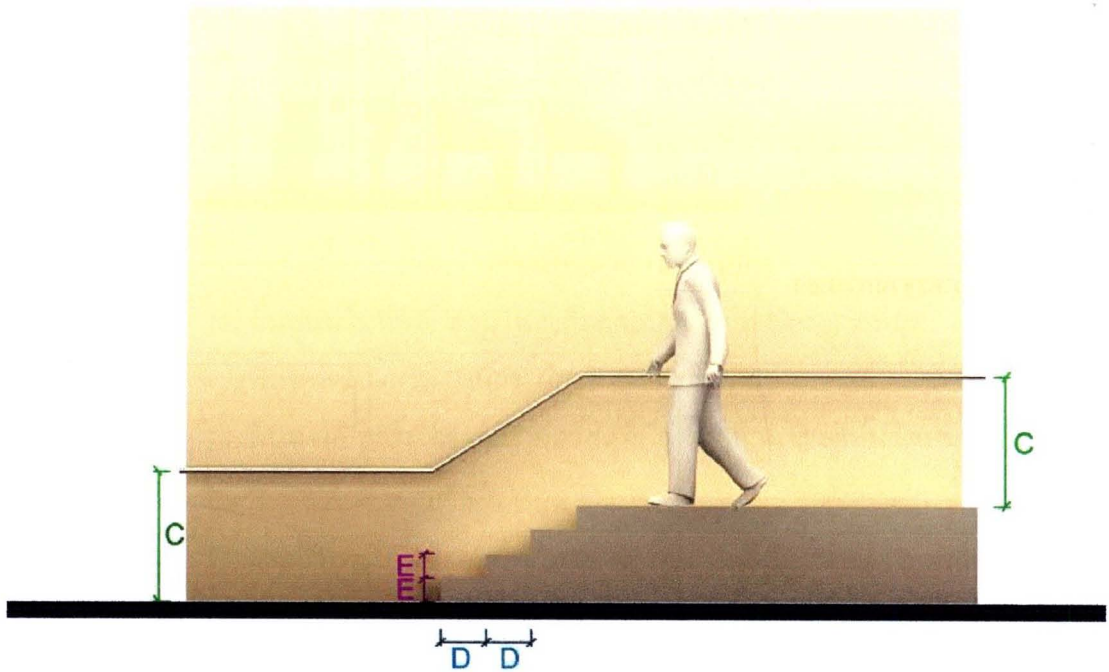
ระยะความสูงตู้ 90 เซนติเมตร

ระยะความสูงของระดับขอบหน้าต่างล่าง 100 เซนติเมตร

ระยะการมองของผู้ชายในขณะนั่ง 120 เซนติเมตร

ระยะการมองของผู้หญิงในขณะนั่ง 120 เซนติเมตร

ระยะความสูงของระดับขอบหน้าต่างล่างในห้องรับแขก 60 เซนติเมตร



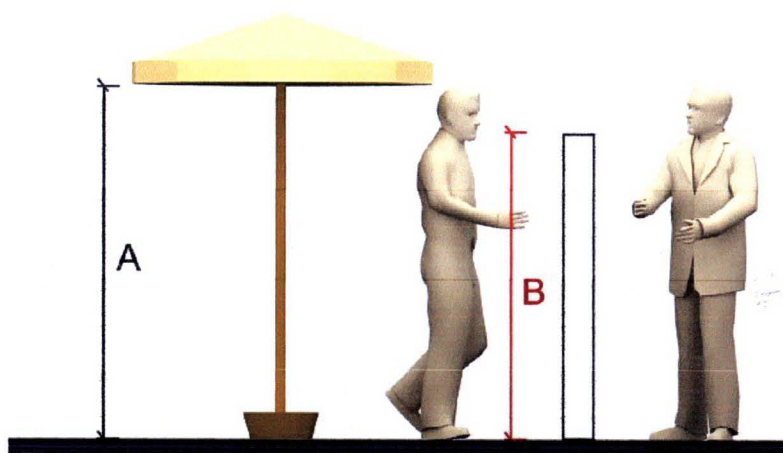
ภาพ 2.4 ระยะมาตรฐานสำหรับราวจับ



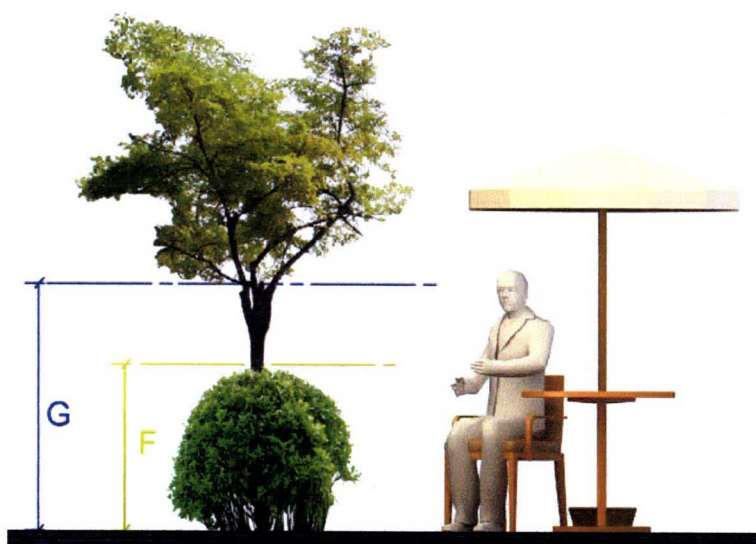
ระยะความสูงจากพื้นถึงราวจับ 80 เซนติเมตร

ระยะพื้นที่ลูกนอนบันได 28 เซนติเมตร

ระยะพื้นที่ลูกตั้งบันได 15 เซนติเมตร



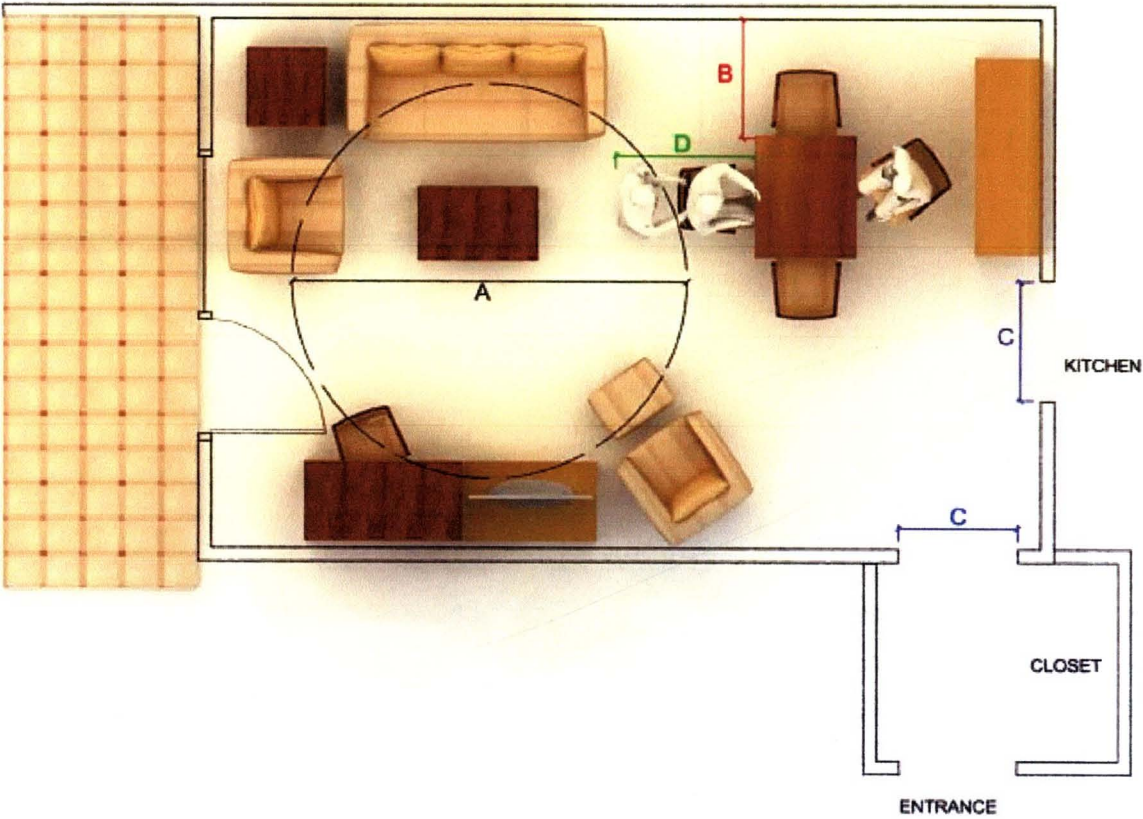
ภาพ 2.5 ระยะมาตรฐานความสูงร้ว



ภาพ 2.6 ระยะมาตรฐานการมองทัศนียภาพภายนอก

A	ระยะความสูงร้วกันแดดภายนอกอาคาร 173 เซนติเมตร
B	ระยะความสูงร้วภายนอกบ้านพักอาศัย 150 เซนติเมตร
G	ระยะช่องมองขณะนั่งได้ต้นไม้ใหญ่ 120 เซนติเมตร
F	ระยะช่องมองขณะนั่งบนพุ่มไม้ 90 เซนติเมตร

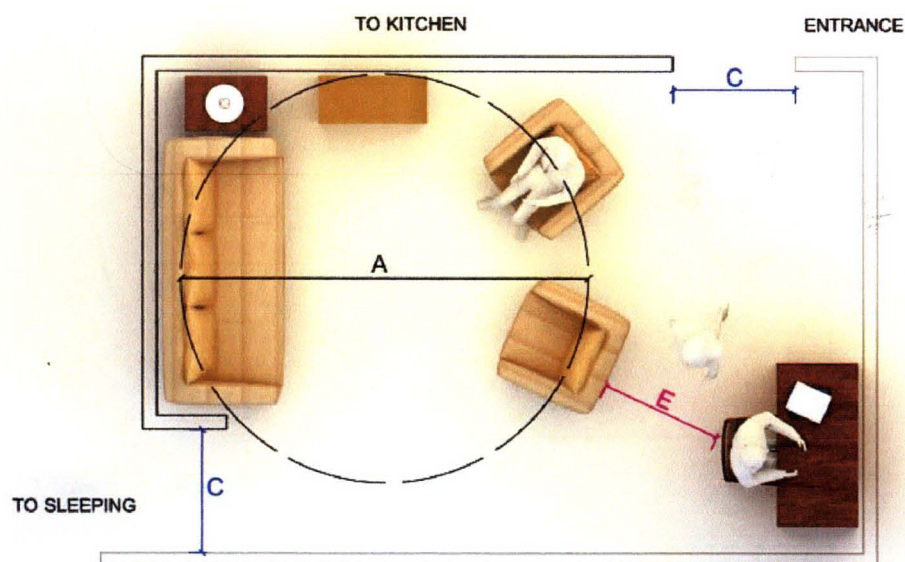
2.7.1 ระยะมาตรฐานห้องรับแขกสำหรับผู้สูงอายุ



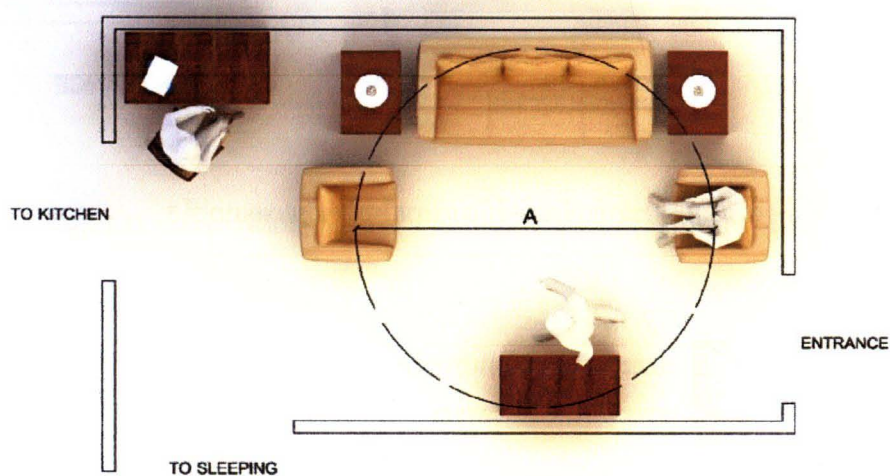
ภาพ 2.7 ระยะพื้นที่การจัดวางเฟอร์นิเจอร์

- A ระยะพื้นที่มาตรฐานสำหรับการวางชุดรับแขก 300 เซนติเมตร
- B ระยะพื้นที่จากขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงผนัง 90 เซนติเมตร
- C ระยะพื้นที่ทางเข้า 90 เซนติเมตร
- D ระยะพื้นที่บริการจากขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงหลังเก้าอี้ 105 เซนติเมตร

2.7.2 ระยะพื้นที่การจัดวางเฟอร์นิเจอร์



ภาพ 2.8 ระยะการจัดเฟอร์นิเจอร์ภายในห้องรับแขกแบบที่ 1



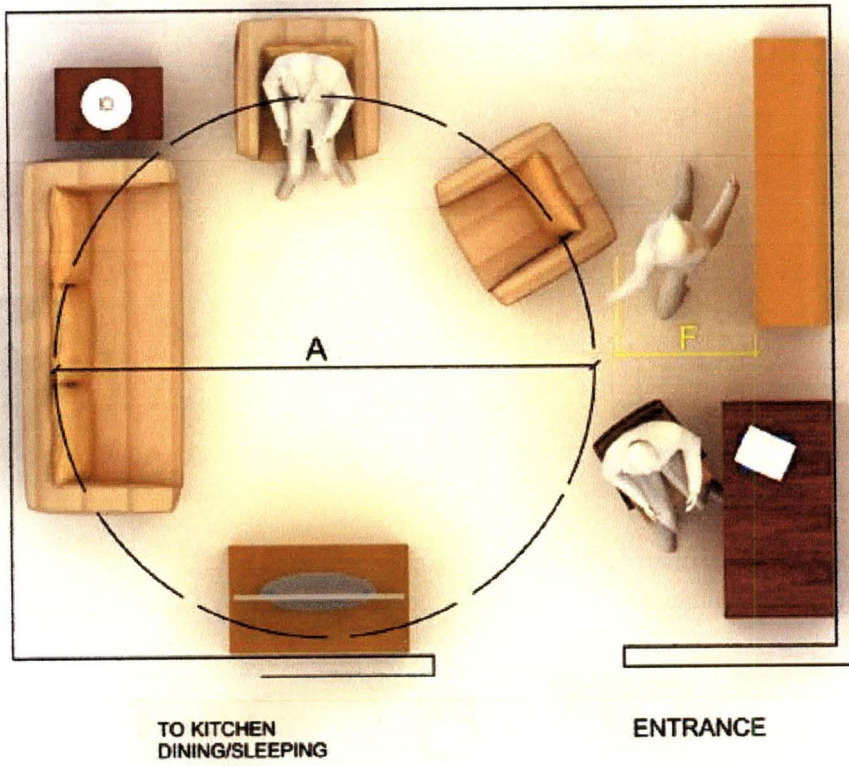
ภาพ 2.9 ระยะการจัดเฟอร์นิเจอร์ภายในห้องรับแขกแบบที่ 2



A ระยะพื้นที่มาตรฐานสำหรับการวางชุดรับแขก 300 เซนติเมตร

C ระยะพื้นที่ทางเข้า 90 เซนติเมตร

E ระยะพื้นที่ทางสัญจรระหว่างหลังเก้าอี้ทำงานถึงหลังโซฟา 90 เซนติเมตร

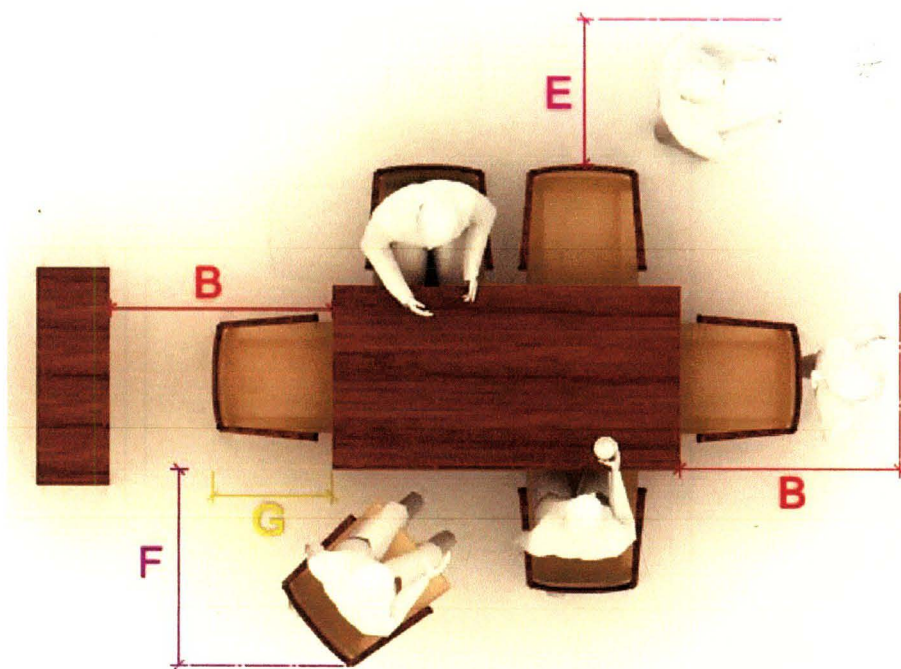


ภาพ 2.10 ระยะการจัดเฟอร์นิเจอร์ภายในห้องรับแขกแบบที่ 3



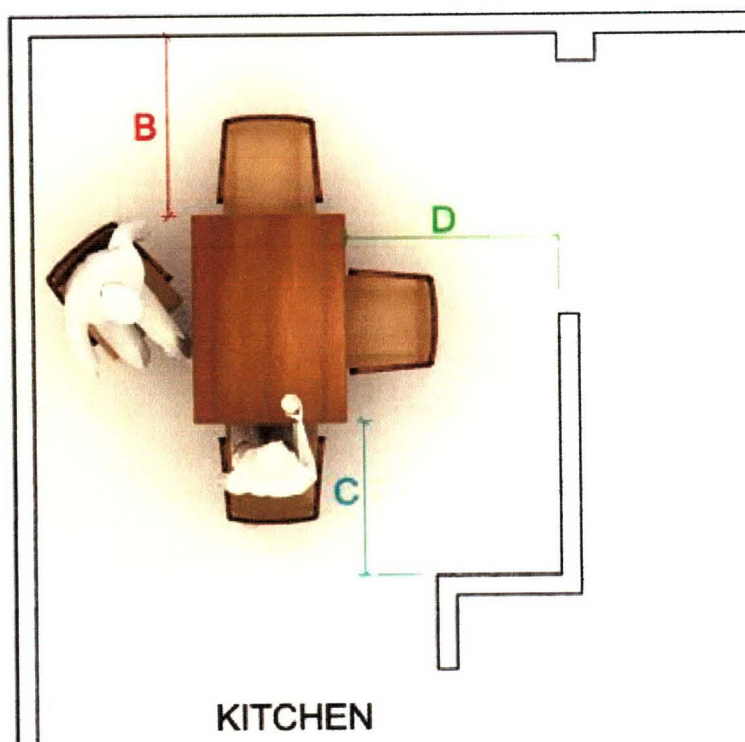
ระยะพื้นที่มาตรฐานสำหรับการวางชุดรับแขก 300 เซนติเมตร
ระยะพื้นที่ทางสัญจรระหว่างหลังโซฟาถึงตู้สูง 90 เซนติเมตร

2.7.3 ระยะมาตรฐานห้องรับประทานอาหารสำหรับผู้สูงอายุ



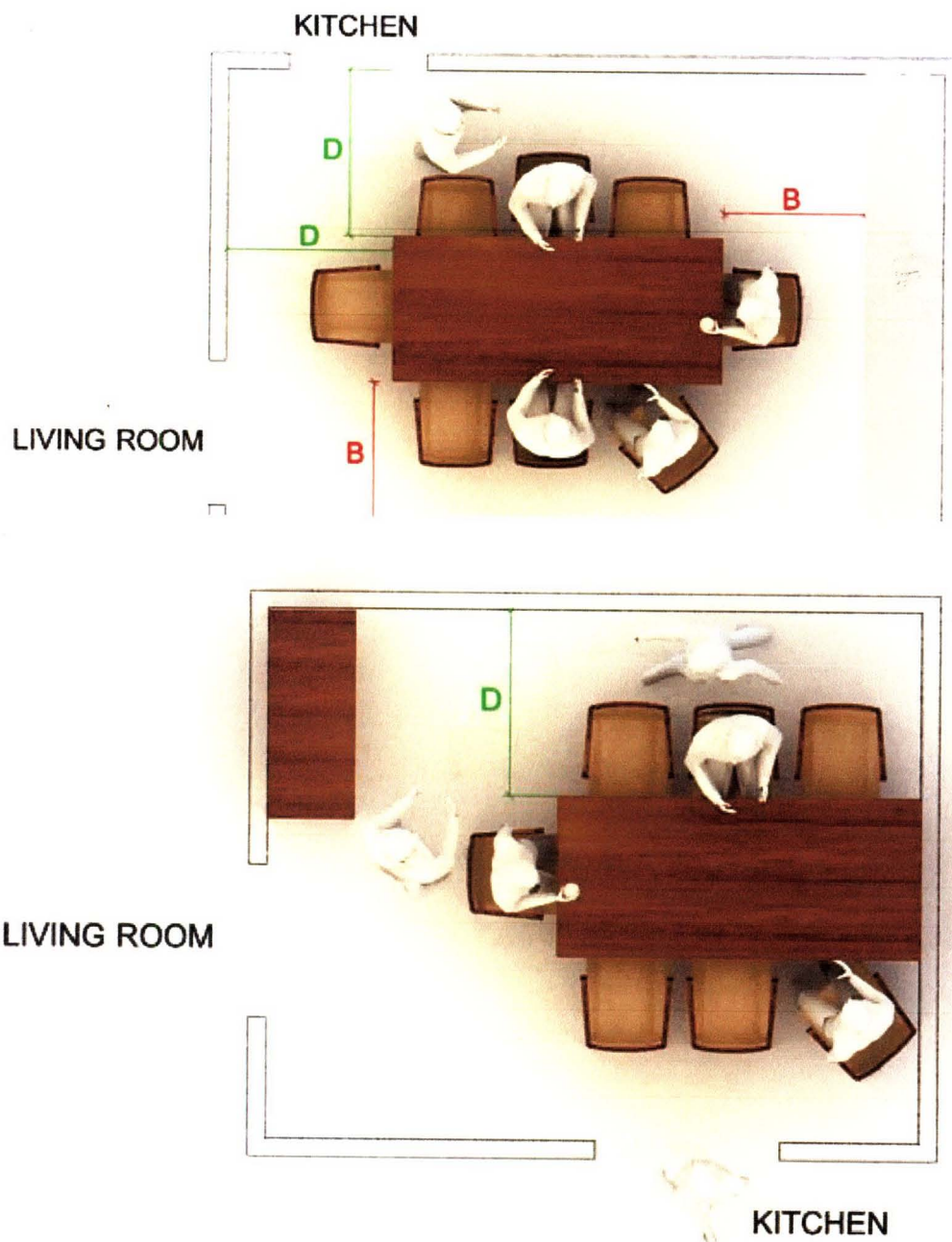
ภาพ 2.11 ระยะการจัดเฟอร์นิเจอร์ภายในห้องรับประทานอาหารแบบ 6 ที่นั่ง

B	ระยะพื้นที่ระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงผนังหรือตู้โชว์ 90 เซนติเมตร
E	ระยะพื้นที่ทางสัญจรระหว่างหลังเก้าอี้ถึงผนัง 60 เซนติเมตร
F	ระยะพื้นที่เลื่อนเก้าอี้ 80 เซนติเมตร
G	ระยะพื้นที่นั่งเก้าอี้รับประทานอาหาร 50 เซนติเมตร



ภาพ 2.12 ระยะการจัดเฟอร์นิเจอร์ภายในห้องรับประทานอาหารแบบ 4 ที่นั่ง

- B** ระยะพื้นที่ระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงผนังหรือตู้โชว์ 90 เซนติเมตร
- C** ระยะพื้นที่ระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงส่วนทางสัญจร 75 เซนติเมตร
- D** ระยะพื้นที่เสิร์ฟอาหารระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงผนัง 105 เซนติเมตร

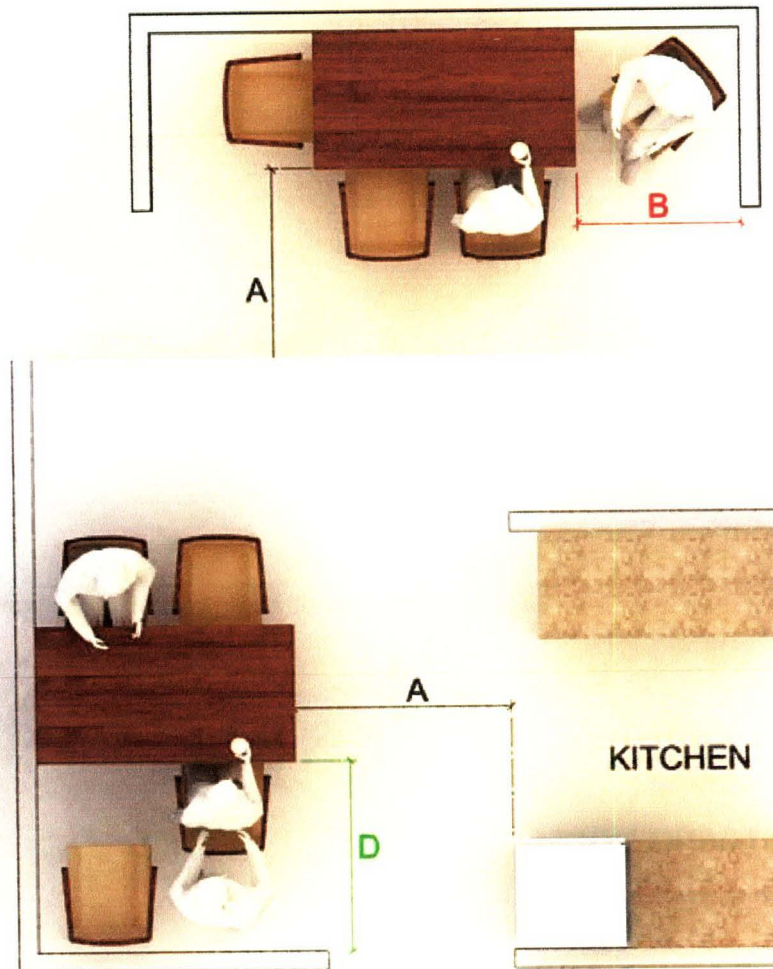


ภาพ 2.13 ระยะการจัดเฟอร์นิเจอร์ภายในห้องรับประทานอาหารสำหรับ 7-8 ที่นั่ง



ระยะพื้นที่ระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงผนังหรือตู้โชว์ 90 เซนติเมตร

ระยะพื้นที่เสิร์ฟอาหารระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงผนัง 105 เซนติเมตร

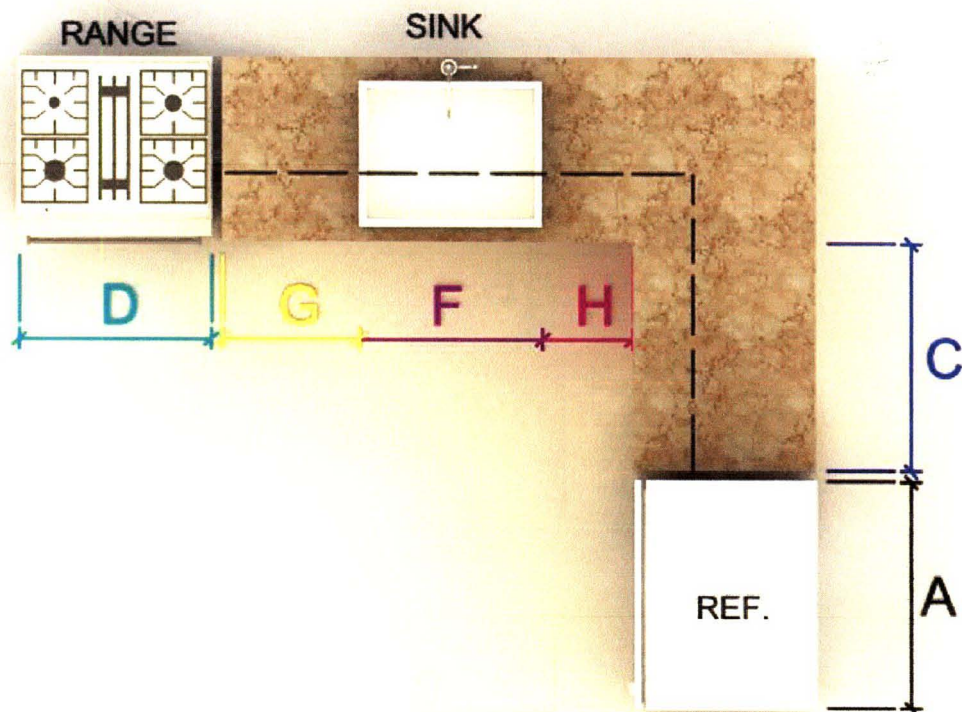


ภาพ 2.14 ระยะมาตรฐานส่วนรับประทานอาหารในห้องครัว

- A ระยะพื้นที่ระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงเคาน์เตอร์ครัว 120 เซนติเมตร
- B ระยะพื้นที่ระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงผนังหรือตู้โชว์ 90 เซนติเมตร
- D ระยะพื้นที่เสิร์ฟอาหารระหว่างขอบโต๊ะรับประทานอาหารถึงผนัง 105 เซนติเมตร

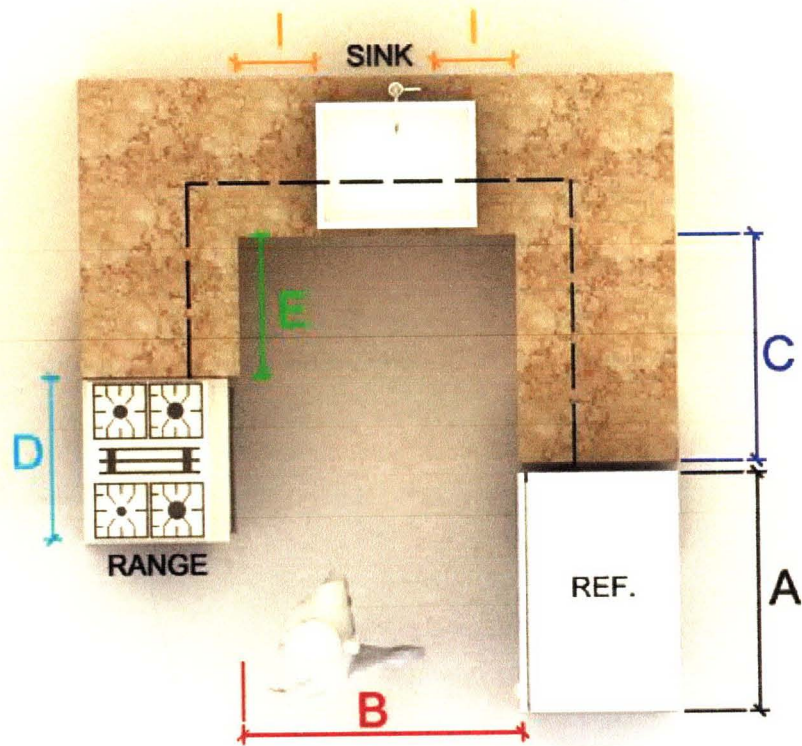
2.7.4 ระยะมาตรฐานครัว

ระยะพื้นที่การจัดครัวแบบตัว L



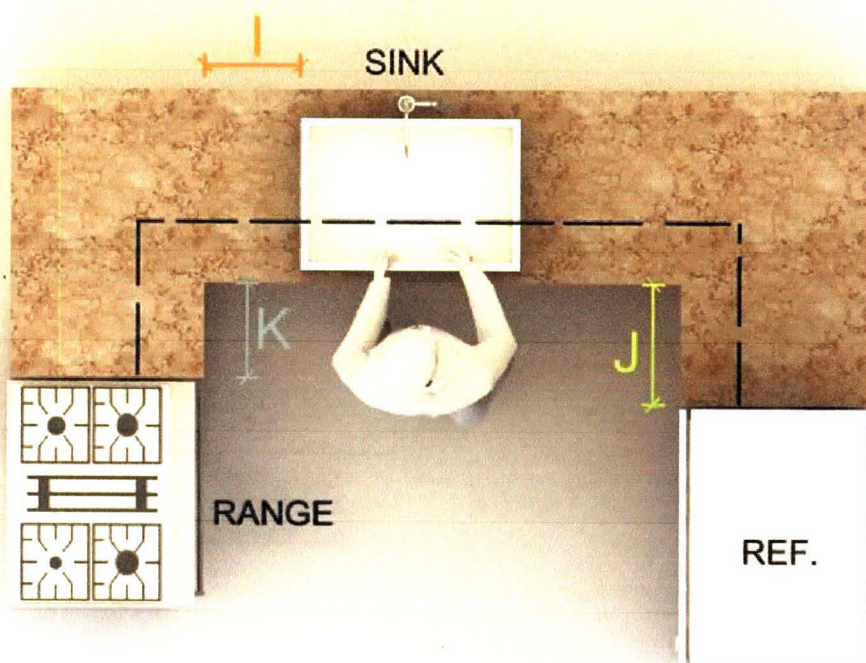
ภาพ 2.15 ระยะพื้นที่การจัดครัวแบบตัว L

A	ระยะพื้นที่สำหรับตู้เย็น 75 เซนติเมตร
C	ระยะพื้นที่ความยาวจากขอบตู้เย็นถึงเคาน์เตอร์ 75 เซนติเมตร
D	ระยะพื้นที่ความยาวเตาแก๊สแบบมาตรฐาน 60 เซนติเมตร
F	ระยะพื้นที่ความยาวอ่างล้างจานแบบมาตรฐาน 60 เซนติเมตร
G	ระยะพื้นที่จากขอบอ่างล้างจานถึงขอบเตาแก๊ส 45 เซนติเมตร
H	ระยะพื้นที่จากขอบอ่างถึงขอบเคาน์เตอร์ 30 เซนติเมตร



ภาพ 2.16 ระยะพื้นที่การจัดครัวแบบตัว U แบบที่ 1

A	ระยะพื้นที่สำหรับตู้เย็น 75 เซนติเมตร
B	ระยะพื้นที่ทางสัญจรภายในครัว 105 เซนติเมตร
C	ระยะพื้นที่ความยาวจากขอบตู้เย็นถึงเคาน์เตอร์ 75 เซนติเมตร
D	ระยะพื้นที่ความยาวเตาแก๊สแบบมาตรฐาน 60 เซนติเมตร
E	ระยะพื้นที่ความยาวจากขอบตู้เย็นถึงเคาน์เตอร์ 90 เซนติเมตร
I	ระยะพื้นที่จากขอบอ่างถึงขอบเคาน์เตอร์ 30 เซนติเมตร



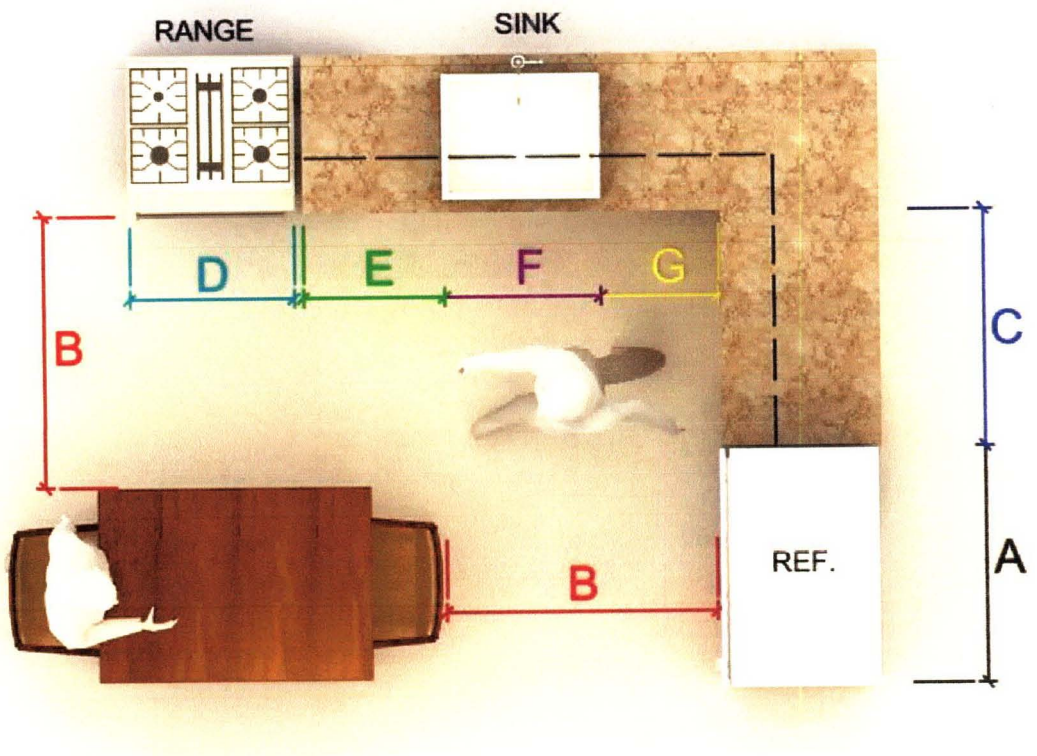
ภาพ 2.17 ระยะพื้นที่การจัดครัวแบบตัว U แบบที่ 2



ระยะพื้นที่จากขอบอ่างถึงขอบเคาน์เตอร์ 30 เซนติเมตร

ระยะพื้นที่ความยาวจากขอบตู้เย็นถึงเคาน์เตอร์ 38 เซนติเมตร

ระยะพื้นที่ความยาวจากขอบเตาแก๊สถึงเคาน์เตอร์ 30 เซนติเมตร

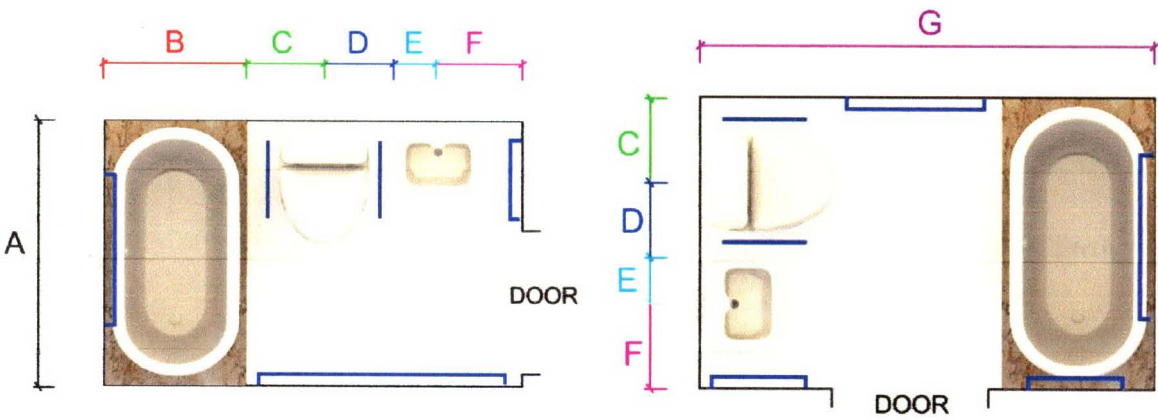


ภาพ 2.18 ระยะพื้นที่การจัดครัวแบบมีส่วนทางอาหาร 2 ที่นั่ง

A	ระยะพื้นที่สำหรับตู้เย็น 90 เซนติเมตร
B	ระยะพื้นที่ทางสัญจรภายในครัว 105 เซนติเมตร
C	ระยะพื้นที่ความยาวจากขอบตู้เย็นถึงเคาน์เตอร์ 90 เซนติเมตร
D	ระยะพื้นที่ความยาวเตาแก๊สแบบมาตรฐาน 60 เซนติเมตร
E	ระยะพื้นที่ความยาวจากขอบเตาแก๊สถึงเคาน์เตอร์ 53 เซนติเมตร
F	ระยะพื้นที่ความยาวอ่างล้างจานแบบมาตรฐาน 60 เซนติเมตร
G	ระยะพื้นที่จากขอบอ่างล้างจานถึงขอบเคาน์เตอร์ 45 เซนติเมตร

2.7.5 ระยะมาตรฐานห้องน้ำ

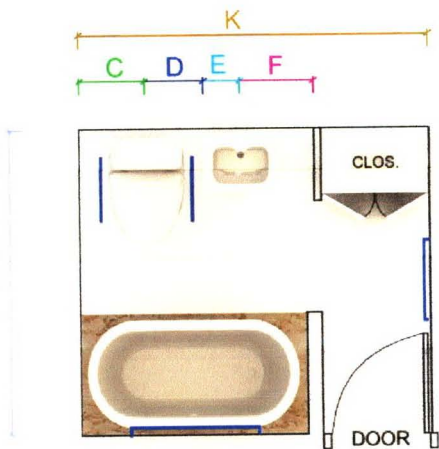
ระยะพื้นที่การจัดวางแบบมีอ่างอาบน้ำ



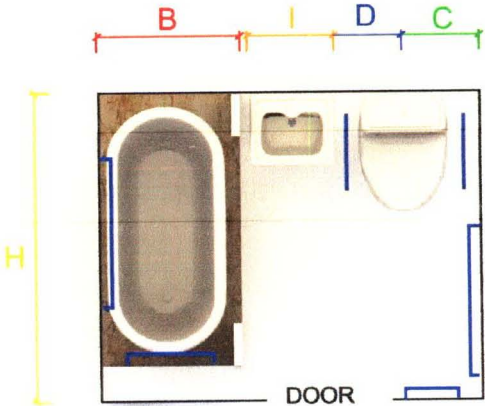
ภาพ 2.19 ระยะห้องน้ำแบบที่ 1

ภาพ 2.20 ระยะห้องน้ำแบบที่ 2

A	ระยะพื้นที่ความยาวมาตรฐานอ่างอาบน้ำ 155 เซนติเมตร
B	ระยะพื้นที่ความกว้างมาตรฐานอ่างอาบน้ำ 82 เซนติเมตร
C	ระยะพื้นที่จากผนังถึงกึ่งกลางโถอุจจาระ 45 เซนติเมตร
D	ระยะพื้นที่จากกึ่งกลางโถอุจจาระถึงขอบอ่างล้างหน้า 40 เซนติเมตร
E	ระยะพื้นที่จากขอบอ่างล้างหน้าถึงกึ่งกลางอ่างล้างหน้า 25 เซนติเมตร
F	ระยะพื้นที่จากกึ่งกลางอ่างล้างหน้าถึงผนัง 50 เซนติเมตร
G	ระยะพื้นที่ความยาวของห้องน้ำ แบบที่ 2 240 เซนติเมตร

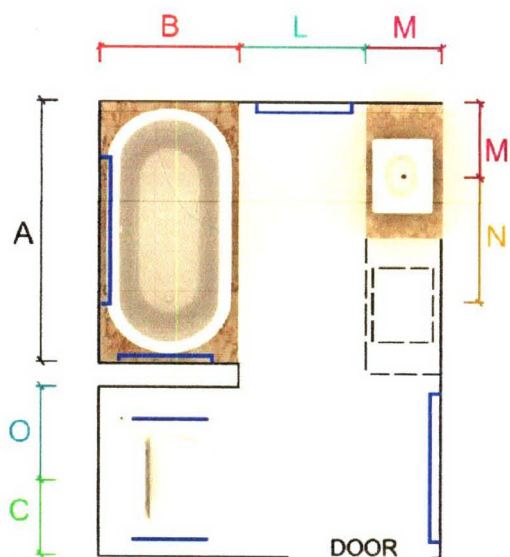


ภาพ 2.21 ระยะห้องน้ำแบบที่ 3

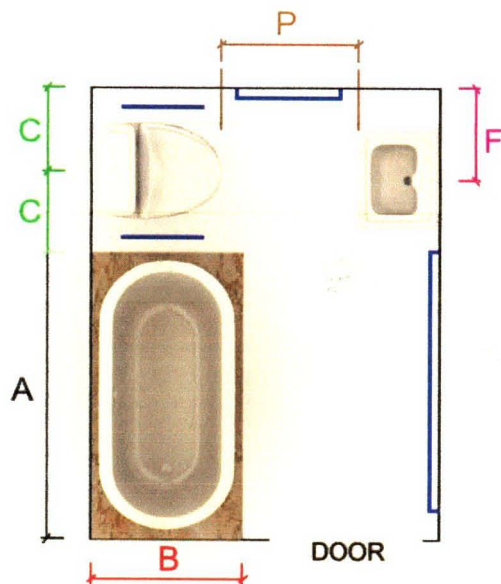


ภาพ 2.22 ระยะห้องน้ำแบบที่ 4

B	ระยะพื้นที่ความกว้างมาตรฐานอ่างอาบน้ำ 82 เซนติเมตร
C	ระยะพื้นที่จากผนังถึงกึ่งกลางโถอุจจาระ 45 เซนติเมตร
D	ระยะพื้นที่จากกึ่งกลางโถอุจจาระถึงขอบอ่างล้างหน้า 40 เซนติเมตร
E	ระยะพื้นที่จากขอบอ่างล้างหน้าถึงกึ่งกลางอ่างล้างหน้า 25 เซนติเมตร
F	ระยะพื้นที่จากกึ่งกลางอ่างล้างหน้าถึงผนัง 50 เซนติเมตร
H	ระยะพื้นที่ความกว้างของห้องน้ำ 180 เซนติเมตร
I	ระยะพื้นที่ความยาวมาตรฐานอ่างล้างหน้า 50 เซนติเมตร
J	ระยะพื้นที่ความกว้างของห้องน้ำแบบที่ 3 210 เซนติเมตร
K	ระยะพื้นที่ความยาวของห้องน้ำแบบที่ 3 240 เซนติเมตร



ภาพ 2.23 ระบายห้องน้ำแบบที่ 5

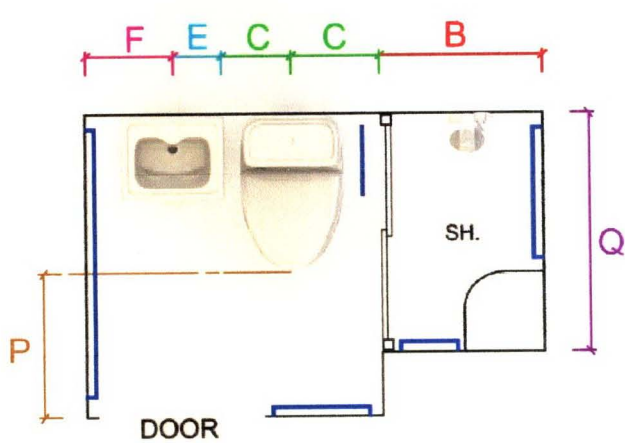


ภาพ 2.24 ระบายห้องน้ำแบบที่ 6

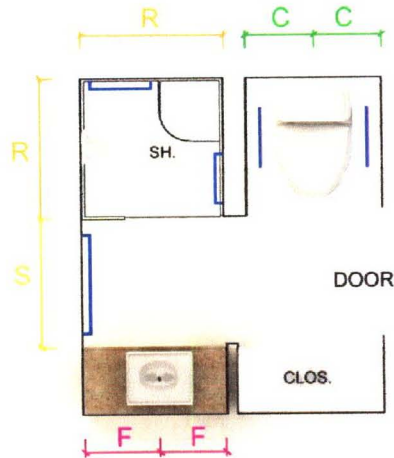
A	ระยะพื้นที่ความยาวมาตรฐานอ่างอาบน้ำ 155 เซนติเมตร
B	ระยะพื้นที่ความกว้างมาตรฐานอ่างอาบน้ำ 82 เซนติเมตร
C	ระยะพื้นที่จากผนังถึงกึ่งกลางโถอุจจาระ 45 เซนติเมตร
F	ระยะพื้นที่จากกึ่งกลางอ่างล้างหน้าถึงผนัง 50 เซนติเมตร
L	ระยะพื้นที่ที่สัญจรระหว่างขอบอ่างอาบน้ำถึงขอบอ่างล้างหน้า 75 เซนติเมตร
M	ระยะพื้นที่ความกว้างอ่างล้างหน้าอย่างน้อย 45 เซนติเมตร
N	ระยะพื้นที่ ระหว่างกึ่งกลางทั้งสองอ่าง 75 เซนติเมตร
O	ระยะพื้นที่จากกึ่งกลางโถอุจจาระถึงผนัง 55 เซนติเมตร
P	ระยะพื้นที่ที่สัญจรระหว่างขอบโถอุจจาระถึงขอบอ่างล้างหน้า 70 เซนติเมตร

ระยะมาตรฐานห้องน้ำ

ระยะพื้นที่การจัดวางแบบมีส่วนอาบน้ำ



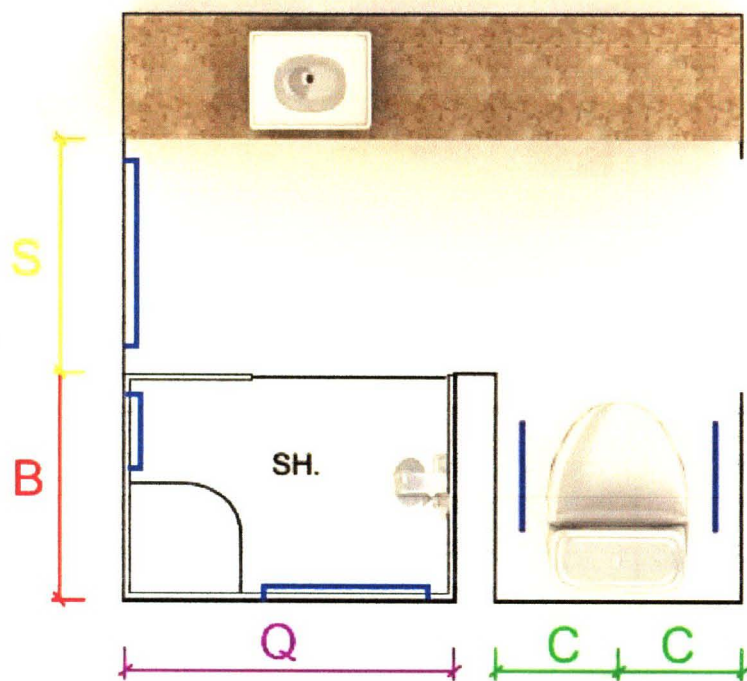
ภาพ 2.25 ระยะห้องน้ำแบบที่ 1



ภาพ 2.26 ระยะห้องน้ำแบบที่ 2

- B
- C
- E
- F
- P
- Q
- R
- S

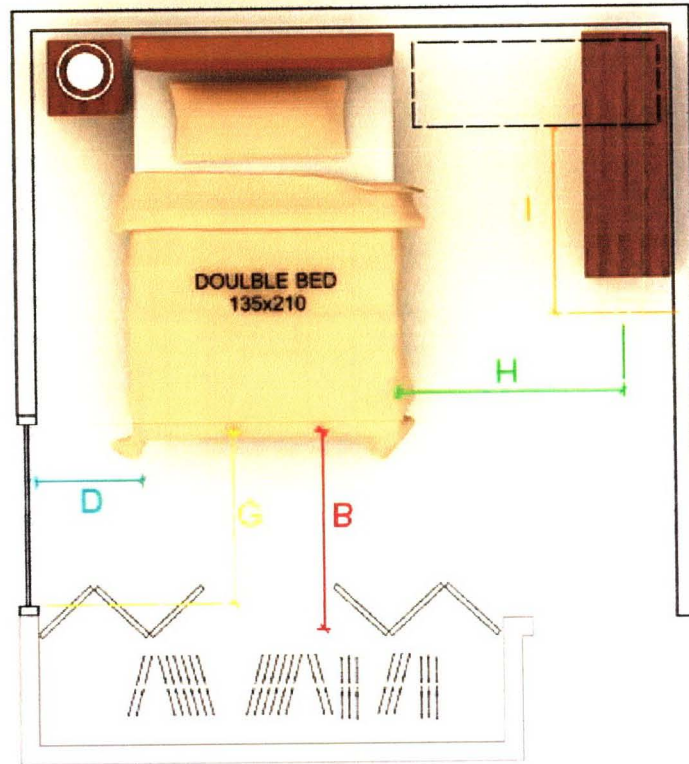
ระยะพื้นที่ความกว้างมาตรฐานอ่างอาบน้ำ 82 เซนติเมตร
ระยะพื้นที่จากผนังถึงกึ่งกลางโถชำระ 45 เซนติเมตร
ระยะพื้นที่จากขอบอ่างล้างหน้าถึงกึ่งกลางอ่างล้างหน้า 25 เซนติเมตร
ระยะพื้นที่จากกึ่งกลางอ่างล้างหน้าถึงผนัง 50 เซนติเมตร
ระยะพื้นที่สัญจรระหว่างขอบโถชำระถึงขอบอ่างล้างหน้า 70 เซนติเมตร
ระยะพื้นที่ความยาวส่วนอาบน้ำในห้องน้ำแบบที่1 120 เซนติเมตร
ระยะพื้นที่ส่วนอาบน้ำในห้องน้ำแบบที่2 90 เซนติเมตร
ระยะพื้นที่สัญจรระหว่างขอบอ่างล้างหน้าถึงส่วนอาบน้ำ 85 เซนติเมตร



ภาพ 2.27 ระบายห้องน้ำแบบที่ 3

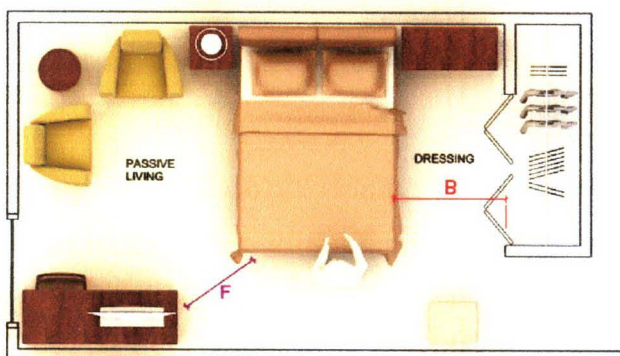
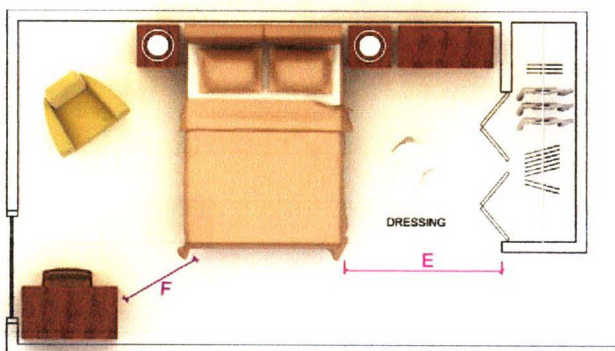
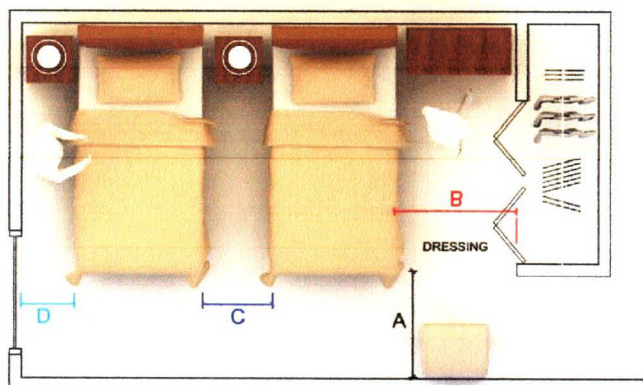
B	ระยะพื้นที่ความกว้างมาตรฐานอ่างอาบน้ำ 82 เซนติเมตร
C	ระยะพื้นที่จากผนังถึงกึ่งกลางโถอุจจาระ 45 เซนติเมตร
Q	ระยะพื้นที่ความยาวส่วนอาบน้ำในห้องน้ำแบบที่ 1 120 เซนติเมตร
S	ระยะพื้นที่สัณฐานระหว่างขอบอ่างล้างหน้าถึงส่วนอาบน้ำ 85 เซนติเมตร

2.7.6 ระยะเวลาฐานห้องนอน



ภาพ 2.28 ระยะเวลาฐานห้องนอน

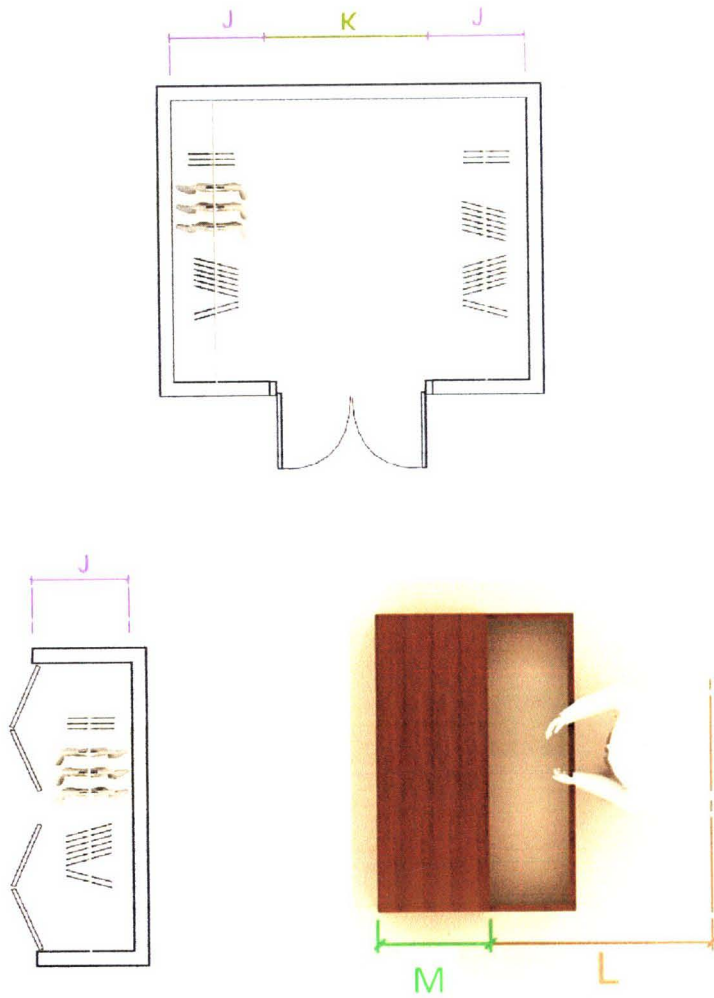
B	ระยะพื้นที่สัญจรระหว่างปลายเตียงนอนถึงตู้เสื้อผ้า 105 เซนติเมตร
D	ระยะพื้นที่สัญจรระหว่างเตียงนอนถึงผนัง 45 เซนติเมตร
G	ระยะพื้นที่ระหว่างปลายเตียงนอนถึงขอบหน้าต่าง 90 เซนติเมตร
H	ระยะพื้นที่สัญจรระหว่างเตียงนอนถึงกึ่งกลางตู้เตียง 120 เซนติเมตร
I	ระยะการใช้พื้นที่ตู้เตียง 100 เซนติเมตร



ภาพ 2.29 ระยะพื้นที่การจัดวางเฟอร์นิเจอร์ในห้องนอน

- | | |
|----------|--|
| A | ระยะพื้นที่สัจจระหว่างปลายเตียงถึงผนัง 90 เซนติเมตร |
| B | ระยะพื้นที่สัจจระหว่างเตียงถึงตู้เสื้อผ้า 105 เซนติเมตร |
| C | ระยะพื้นที่สัจจระหว่างเตียง 60 เซนติเมตร |
| F | ระยะพื้นที่สัจจระหว่างปลายโต๊ะทำงานถึงปลายเตียง 75 เซนติเมตร |

2.7.7 ระยะเวลาฐานห้องแต่งตัว



ภาพ 2.30 ระยะเวลาฐานห้องแต่งตัว

J	ระยะพื้นที่ภายในตู้เสื้อผ้าแบบมาตรฐาน 60 เซนติเมตร
K	ระยะพื้นที่สัณฐานระหว่างตู้เสื้อผ้า 120 เซนติเมตร
L	ระยะพื้นที่สำหรับคิงลินชัก 90 เซนติเมตร
M	ระยะขนาดตู้เสื้อผ้า 45 เซนติเมตร

(W. Russel Parker, "Housing For The Elderly", Time Saver Standard For Architects.)

จากการทบทวนวรรณกรรมในเรื่องของ การออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ได้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญและคุณสมบัติของการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้นจึงนำตัวแปรทั้งหมด 4 ตัวได้แก่ ทำเลที่ตั้ง ราคา ประโยชน์ใช้สอย และอุปกรณ์ความปลอดภัยในบ้าน นำมาศึกษาวิเคราะห์ เพื่อต้องการทราบว่าตัวแปรแต่ละตัวมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญ และหาเส้นทางความสัมพันธ์สู่คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป

2.8 คุณภาพชีวิต (quality of life): หมายถึง ระดับความพึงพอใจ ความเป็นอยู่ที่ดี มีสุขภาพกายดี มีสุขภาพจิตดี มีอาหารการกินดี มีสิ่งของหรือเงินใช้ตามความจำเป็น มีความหมาย เช่นเดียวกับความผาสุก (well being) ซึ่งเป็นการรับรู้ของบุคคลต่อการมีชีวิตอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ดี มีความสุขกายสบายใจ (Zhan, 1992; Orem, 2001; ศรีเมือง พลัทธิ, 2552) ซึ่งสอดคล้องกับ บรรลุ ศรีพานิช (2544) ได้กำหนดนิยามของความอยู่ดีมีสุขไว้ดังนี้ “ความอยู่ดีมีสุข หมายถึง การมีสุขภาพอนามัยที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ มีความรู้ มีงานทำอย่างทั่วถึง มีรายได้พอเพียงต่อการดำรงชีพ มีครอบครัวที่อบอุ่นมั่นคง อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี และอยู่ภายใต้ระบบการบริหารจัดการที่ดีของภาครัฐ”

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2545) กล่าวว่า การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทยในเรื่องความต้องการที่จะให้รัฐบาลจัดสวัสดิการต่างๆ เพิ่มจากที่มีอยู่พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มากกว่าร้อยละ 92.0 ต้องการให้รัฐบาลจัดสวัสดิการเพิ่มในเรื่องการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ

คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ (กผส.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สสส. (2551) กล่าวว่า โครงการศึกษามาตรฐานขั้นต่ำสำหรับที่พักอาศัย และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ โดยการสนับสนุนของมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย จึงเกิดขึ้นเพื่อศึกษาแนวทางพัฒนาสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมและปลอดภัยต่อการใช้ชีวิตประจำวันโดยไม่ก่อให้เกิดอันตรายกับผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับ ไตรรัตน์ จารุทัศน์ (2551) กล่าวว่า คำว่าสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุหมายถึงสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เหมาะสมกับการใช้ชีวิตประจำวันและไม่ก่อให้เกิดอันตรายกับผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตในช่วงสุดท้ายได้อย่างมีความสุข

การศึกษาครั้งนี้ได้ทำการวิเคราะห์ในภาพรวม ที่ครอบคลุมทุกมิติของคุณภาพชีวิต เพื่อนำมาหาความสัมพันธ์กับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าใน 3 มิติได้แก่ (1) มิติทางด้านสุขภาพกายและจิตใจ, (2) มิติทางด้านครอบครัว และ (3) มิติทางด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพของที่อยู่อาศัยและความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ปัจจัยเหล่านี้จะเป็นตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตที่ดี

2.8.1 สุขภาพ (health): การดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันที่มีความอยู่ดีมีสุขครบถ้วนทั้งสุขภาพทางกายและจิตใจ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บภายในบ้านที่อยู่อาศัย และในชุมชนของตนเอง ถือ

ว่ามีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่า (Devadasan, 2000; Robertson, 2006; Halvorsen, 2007) ซึ่งสอดคล้องกับ Shriberg (2002) กล่าวว่าความเป็นอยู่ของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับสถานภาพทางด้านสุขอนามัย ตามลักษณะสิ่งแวดล้อมทางชีวภาพและกายภาพ สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยถือมีความสำคัญอย่างยิ่ง

2.8.2 ครอบครัว (family): ผู้สูงอายุจำเป็นต้องมีความสัมพันธ์ที่ดียิ่งขึ้นกับสมาชิกในครอบครัวทุกคน ซึ่งอาจจะประกอบไปด้วย คู่สมรส ลูก หลาน ญาติ มิตร และผู้ดูแล เป็นต้น (บรรณ ศิริพานิช, 2544) ชีวิตที่มีความสัมพันธ์ในครอบครัวถือเป็นประเด็นสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อ “ความอยู่ดีมีสุข” โครงสร้างและขนาดของครอบครัวเป็นตัวกำหนดระดับความเป็นอยู่ ต้องรับรู้ความต้องการของสมาชิกแต่ละคน และดูแลทุกคนอย่างเท่าเทียมกันโดยไม่เลือกปฏิบัติ เป็นครอบครัวที่มีความรักความอบอุ่น

ประเสริฐ อัสสันตชัย (2553) ; Sullivan, Wells, & Leake (1992); Veenhoven (2007); Williams (2007); Black-Brown (2002); Paolicchi (2006) กล่าวว่า ผู้สูงอายุก็นำความต้องการการดูแลทางด้านจิตใจ และต้องการสังคม โดยต้องการการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ต้องการให้คนมาเยี่ยมเยียน พูดคุย ต้องการความเอื้ออาทร เพราะฉะนั้นผู้ที่เป็บุตรหลานก็ควรจะหันมาดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับ (Sullivan, Wells, & Leake (1992); Veenhoven (2007); Williams (2007); Netuveli & Blane (2006) กล่าวว่า ครอบครัวที่ดีควรมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมภายในครอบครัว ทำให้ผู้สูงอายุและครอบครัวมีความสัมพันธ์กันและใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ซึ่งการดูแลเอาใจใส่เรื่องการศึกษาด้านสุขภาพกายและจิตใจ จะทำให้สมาชิกทุกคนมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่า (Sullivan, Wells, & Leake, 1992; Veenhoven, 2007; Williams, 2007; Netuveli & Blane, 2006)

2.8.3 ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน (lifesafety): การดูแลรักษาทรัพยากร ธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมเป็นสิ่งจำเป็นต่อ “ความอยู่ดีมีสุข” เพื่อให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน องค์ประกอบนี้รวมถึงประเด็นสภาพแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัย การอนามัยสิ่งแวดล้อม ตลอดจนความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ปัญหาหนึ่งซึ่งมีความสำคัญยิ่งสำหรับกรุงเทพมหานครซึ่งเป็นเมืองที่มีความเคลื่อนไหวทางสังคมอยู่ตลอดเวลาได้แก่ปัญหาอาชญากรรม (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนา การเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2550; วิเชียร โชติ สุกโชติรัตน์, 2552)

ในขณะที่ บานิสเตอร์และโบว์ลิง Banister& Bowling (2004) ได้กล่าวถึง ปัจจัยในการวัดคุณภาพชีวิตที่ดี สำหรับผู้สูงอายุในด้านการเดินทาง ว่าเป็นตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย เป็นปัจจัยหนึ่งทางด้านสังคม ในสถานภาพการครองครองที่อยู่อาศัย โดยการเลือกทำเลที่ตั้งของที่อยู่อาศัยต้องพิจารณาถึงสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย ในขณะที่ แลนดี้โฮม (landy home) (2551) กล่าวว่า โดยเฉพาะเมื่อผู้สูงอายุที่ต้องอาศัยอยู่ภายในบ้านเพียงลำพัง ซึ่งนอกจากจะต้องคำนึงถึงความปลอดภัยสำหรับเรื่องของสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุแล้ว ยังต้องอาศัยระบบรักษาความปลอดภัย

ที่ดีและมีประสิทธิภาพในการช่วยป้องกันอาชญากรรม เดือนก่อนที่อันตรายจะเกิดขึ้น และช่วยให้การประสานงานต่างๆ สามารถสื่อสารกันอย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้นการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ต้องเป็นไปตามความเหมาะสมของผู้สูงอายุ ซึ่งมีลักษณะการใช้งานและการใช้พื้นที่ใช้สอยที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมและกิจกรรมที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นลักษณะรูปแบบที่เป็นทางการหรือผสมผสานกึ่งทางการ หรือสำหรับพักผ่อนสบาย ๆ ซึ่งการตกแต่งทุกลักษณะจะต้องมีความสัมพันธ์กันระหว่าง ผู้ใช้ (user) ความต้องการ (user requirement) กิจกรรม (activity) และการใช้พื้นที่ใช้สอย (function requirement) เพื่อให้เกิดการใช้พื้นที่อย่างเหมาะสมและมีประโยชน์สูงสุด (functional) ที่ตรงกับความต้องการของผู้ใช้ และกิจกรรมที่เกิดขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพ มีความสะดวกสบาย (comfortable) ในการทำงานที่เหมาะสมและลงตัวกับผู้ใช้ที่มีคุณค่าทางความงาม (aesthetics) ที่ลงตัวในรูปทรง สัดส่วน จุดเด่น ความกลมกลืนและตอบสนองความพึงพอใจ (satisfaction) ที่สอดคล้องกันอุปนิสัยของผู้สูงอายุ และสามารถบ่งบอกถึงบุคลิกลักษณะและรสนิยมได้เป็นอย่างดี

จากข้อสรุปของนักวิชาการ ต่างให้ความสำคัญและให้ความหมายที่มุ่งเน้นความสมดุลทางธรรมชาติในการเลือกทำเลที่ตั้งของที่อยู่อาศัย ซึ่งมีอิทธิพลต่อชีวิตและครอบครัว มีการศึกษาค้นคว้าจำนวนมากและมีความเกี่ยวข้องกับศาสตร์อื่นๆ มากมาย จึงควรนำมาบูรณาการเพื่อเป็นแนวทางในการตัดสินใจในการปลูกบ้าน ซ่อมบ้านและตกแต่งบ้านให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุในสังคมปัจจุบัน ภายใต้สถานะการตัดสินใจสร้างหรือซื้อที่อยู่อาศัยและการตกแต่งบ้าน ควรเข้าสู่กระบวนการที่ถูกต้องตามมาตรฐานการสร้างบ้านที่ดีเพื่อให้เป็นบ้านในฝันของครอบครัว โดยเริ่มจากการเลือกทำเลที่ตั้ง ระบบสาธารณูปโภคครบครัน มีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน สิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ ตลอดจนสังคมและการคมนาคมสะดวกสบาย เรื่องเหล่านี้เป็นความจำเป็นขั้นพื้นฐานของทุกคน เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยมองภาพรวมของสภาพแวดล้อมทางกายภาพและพฤติกรรม ที่มี ความสัมพันธ์กันในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ กับสมาชิกในครอบครัว และการยอมรับ การอยู่ร่วมกันในสังคมให้เป็นอย่างดีกลมกลืนไม่รู้สึกละแวกแยกจากความเป็นจริงของวิถีชีวิตสังคมปัจจุบัน

จากการทบทวนวรรณกรรมพบปัจจัยที่มีอิทธิพลและเป็นปัจจัยที่ได้ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญ และคุณสมบัติของการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอยู่หลายประการ ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจึงนำตัวแปรซึ่งประกอบด้วย (ก) ปัจจัยส่วนบุคคล (ข) ความเชื่อและทัศนคติ (ค) พฤติกรรม (ง) การออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย และ (จ) คุณภาพชีวิต มาใช้เป็นตัวแปรในการศึกษา ดังรายละเอียดในตาราง 2.1

ตาราง 2.1 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

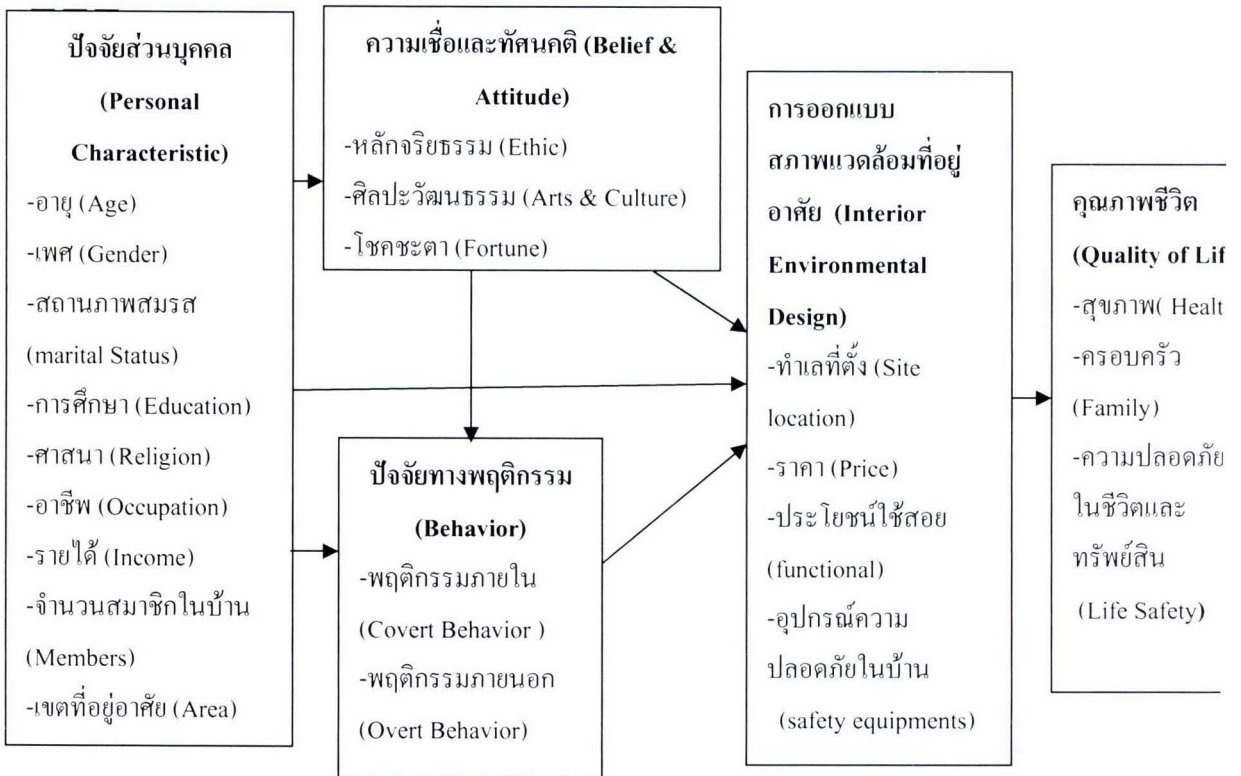
ตัวแปร	คำนิยามจริง
1. ปัจจัยส่วนบุคคล (personal characteristics [PERSONAL])	1. อายุ (AGE) 2. เพศ (GENDER) 3. สถานภาพสมรส (marital status, [MSTATUS]) 4. การศึกษา (education, [EDU]) 5. ศาสนา (RELIGION) 6. อาชีพ (occupation, [OCCUP]) 7. รายได้ (INCOME) 8. จำนวนสมาชิก (MEMBE
2.ปัจจัยความเชื่อและทัศนคติ (belief & attitude, [BELATT])	1.หลักจริยธรรม (ETHIC) 2. ศิลปะวัฒนธรรม (arts & culture, [ARTS]) 3. โชคชะตา (FORTUNE)
3.ปัจจัยทางพฤติกรรม (BEHAVIOR)	1. พฤติกรรมภายใน (covert behavior, [COVERT]) 2. พฤติกรรมภายนอก (overt behavior, [OVERT])

ตาราง 2.1 (ต่อ)

ตัวแปร	คำนิยามจริง
4. การออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย (interior environmental, [INTERIOR])	1.ทำเลที่ตั้ง (site location, [SITE]) 2. ราคา (PRICE) 3. ประโยชน์ใช้สอย (functional, [FUNCTION]) 4. อุปกรณ์ความปลอดภัยในบ้าน (safety equipments, [SAFETY])
5. คุณภาพชีวิต (Quality of life, [QOL])	1. สุขภาพ (HEALTH) 2. ครอบครัว (FAMILY) 3.ความปลอดภัยในชีวิตทรัพย์สิน (life safety, [LIFESAFE])

2.9 กรอบแนวคิดและสมมติฐานสำหรับการวิจัย

องค์ความรู้ที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรมครั้งนี้ เป็นทั้งเชิงทฤษฎีและงานวิจัยเชิงประจักษ์ที่ชี้ให้เห็นว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ส่งผลต่อความเชื่อและทัศนคติ ปัจจัยทางพฤติกรรม ส่งผลต่อการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิต ผู้วิจัยจึงได้เขียน โครงสร้างความสัมพันธ์ของตัวแปร ดังภาพ 2.31



ภาพ 2.31 โครงสร้างความสัมพันธ์ของตัวที่ใช้ในการศึกษา

จากกรอบแนวคิดดังกล่าวได้มีสมมติฐานของการวิจัย หรือแบบจำลองโครงสร้าง (structural model) มี ดังต่อไปนี้

สมมติฐานข้อที่ 1: คุณภาพชีวิต ขึ้นอยู่กับการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ปัจจัยทางพฤติกรรม ปัจจัยความเชื่อและทัศนคติ และปัจจัยส่วนบุคคล ซึ่งเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

$$QOL = f(INTERIOR, BEHAVIOR, BELATTI, PERSONAL).....(2.1)$$

สมมติฐานข้อที่ 2: การออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ขึ้นอยู่กับ ปัจจัยทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ความเชื่อและทัศนคติ และปัจจัยส่วนบุคคล เขียนสมการได้ดังนี้

$$INTERIOR = f(BEHAVIOR, BELATT, PERSONAL).....(2.2)$$

สมมติฐานข้อที่ 3: ปัจจัยทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับความเชื่อและทัศนคติ และปัจจัยส่วนบุคคล ซึ่งเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

$$BEHAVIOR = f(BELATT, PERSONAL).....(2.3)$$

สมมติฐานข้อที่ 4: ปัจจัยความเชื่อและทัศนคติของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคล ซึ่งเขียนเป็นสมการได้ดังนี้

$$BELATT = f(PERSONAL).....(2.4)$$

2.10 สรุป

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแนวคิดคุณภาพชีวิต และการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ซึ่งนำไปใช้เป็นกรอบในการกำหนดตัวแปรเพื่อใช้ในการศึกษาครั้งนี้ นอกจากนี้จากการทบทวนเอกสารยังพบตัวแปรที่สามารถนำไปใช้ในการวิจัย ซึ่งสรุปเป็นกรอบแนวความคิดดังที่ได้กล่าวเอาไว้แล้วในภาพ 2.31 และนำตัวแปรดังกล่าวไปใช้ในการกำหนดสมการเพื่อใช้ในการทดสอบสมมติฐานจำนวน 4 ข้อ โดยทั้ง 4 ข้อได้ชี้ให้เห็นว่า (ก) คุณภาพชีวิต ขึ้นอยู่กับการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ปัจจัยทางพฤติกรรม ปัจจัยความเชื่อและทัศนคติ และปัจจัยส่วนบุคคล (ข) การออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ขึ้นอยู่กับปัจจัยทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ความเชื่อและทัศนคติ และปัจจัยส่วนบุคคล (ค) ปัจจัยทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับความเชื่อและทัศนคติ และปัจจัยส่วนบุคคล (ง) ปัจจัยความเชื่อและทัศนคติของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคล

ดังนั้นเพื่อให้การค้นหาคำตอบของการวิจัยบรรลุวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งเอาไว้ และเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เหมาะสมสำหรับการทดสอบสมมติฐาน สำหรับในบทที่ 3 ผู้วิจัยจะได้นำเสนอระเบียบวิธีการวิจัย เพื่อให้มีความเหมาะสมกับประชากรเป้าหมาย กลุ่มตัวอย่างและพื้นที่ในการเก็บข้อมูลต่อไป