

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัย ในการศึกษาความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ มีขอบเขตเนื้อหาและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ผู้สูงอายุ
 - 1.1 ทฤษฎีและแนวคิดอื่นๆที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ
 - 1.2 บริบทของผู้สูงอายุในสังคมไทย
2. ความสุข
3. ความพึงพอใจในชีวิต
4. ทฤษฎีฐานราก
5. การวิจัยแบบอัตชาติพันธุ์วรรณา
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวกับความสุข หรือ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
 - 6.2 งานวิจัยที่ใช้แนวคิดทฤษฎีฐานรากเพื่อศึกษาผู้สูงอายุ
 - 6.3 งานวิจัยที่ใช้วิธีวิจัยแบบอัตชาติพันธุ์วรรณา

ผู้สูงอายุ

องค์การสหประชาชาติ ได้ให้ความหมายของคำว่าผู้สูงอายุไว้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปทั้งชายและหญิง ซึ่งในการศึกษารวบรวมข้อมูลประชากรผู้สูงอายุได้แบ่งผู้สูงอายุเป็น 2 กลุ่มคือ ผู้สูงอายุตอนต้น คือบุคคลที่มีอายุระหว่าง 60-70 ปี และผู้สูงอายุตอนปลาย คือบุคคลที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป

Kail & Cavanaugh (2007) ได้แบ่งกลุ่มผู้สูงอายุเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่ม Young-Old หรือผู้สูงอายุตอนต้น คือบุคคลที่มีอายุระหว่าง 60-80 ปี และ Old-Old หรือผู้สูงอายุตอนปลาย คือบุคคลที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไป

อย่างไรก็ตามในการนิยามผู้สูงอายุเช่นนี้ มีข้อจำกัดว่าแบ่งเกณฑ์ผู้สูงอายุจากอายุเพียงอย่างเดียว ซึ่งผู้วิจัยคิดว่าเป็นกรอบคิดที่จำกัดผู้สูงอายุไว้ที่ตัวเลข โดยละทิ้งความเป็นจริงที่ว่า ไม่ใช่ว่าผู้สูงอายุในวัยเดียวกัน จะมีลักษณะต่างๆเหมือนกัน ผู้วิจัยเห็นด้วยกับข้อเสนอของ Wheelwright (2003) ที่แบ่งลักษณะของผู้สูงอายุ โดยใช้เกณฑ์ทางศักยภาพของผู้สูงอายุ ออกเป็น 4 ชั้น คือ

1. ชั้นพึ่งพาตนเอง คือ ผู้สูงอายุสามารถจัดการกับชีวิตประจำวันได้เอง โดยไม่ต้องมีผู้ช่วยเหลือ

2. ชั้นเปราะบาง คือ ผู้สูงอายุอาจต้องการความช่วยเหลือในกิจกรรมบางอย่างเช่น การใช้โทรศัพท์ การเคลื่อนย้ายที่ การซื้อของ เตรียมอาหาร เป็นต้น ซึ่งผู้สูงอายุในชั้นนี้อาจจะยังคงอยู่ที่บ้าน โดยมีผู้คอยช่วยเหลือ

3. ชั้นพึ่งพาผู้อื่น คือ ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาผู้อื่นในการดูแลทางด้านกายภาพ อาจไม่สามารถจัดการกับชีวิตประจำวันของตนเอง เช่น อาบน้ำ แต่งตัว การเข้าห้องน้ำ ซึ่งผู้สูงอายุอาจจะยังอยู่ที่บ้านกับผู้ดูแล หรือ อยู่ในสถานพักพิง

4. ชั้นสุดท้ายของชีวิต มักจะเริ่มเกิดขึ้นเมื่อ ผู้สูงอายุได้รับการวินิจฉัยว่าป่วย หรือ ภาวะสุขภาพอยู่ในขั้นวิกฤติ เช่น กำลังป่วยในระยะสุดท้าย ประมาณ 6 เดือนสุดท้ายของชีวิต

ในการแบ่งเกณฑ์ของผู้สูงอายุเช่นนี้ ไม่จำเป็นว่าผู้สูงอายุจะต้องผ่านทุกชั้น โดยเริ่มจาก 1 ถึง 4 สำหรับบางท่านอาจเริ่มจากชั้นที่ 2 หรือ ชั้นอื่นๆ ได้ขึ้นอยู่กับศักยภาพของผู้สูงอายุแต่ละท่าน

ผู้วิจัยเห็นด้วยกับการแบ่งเกณฑ์ผู้สูงอายุเช่นนี้ เนื่องจากในปัจจุบัน ผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะมีสุขภาพแข็งแรงหลังจากการเกษียณอายุการทำงาน และยังคงดำเนินชีวิตต่อไปได้อีก 10 -20 ปี โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น การแบ่งเกณฑ์เช่นนี้ มีความเหมาะสมต่อการศึกษาผู้สูงอายุในปัจจุบัน ซึ่งมีความครอบคลุมและละเอียดอ่อนมากกว่าเกณฑ์ที่ใช้ช่วงอายุ ซึ่งผู้สูงอายุแต่ละท่านมีลักษณะทางกายภาพต่างกัน แม้จะอยู่ในวัยเดียวกัน ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกศึกษาผู้สูงอายุที่อยู่ในชั้นพึ่งพาตนเอง

ทฤษฎีและแนวคิดอื่นๆที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

การปรับตัวเป็นกระบวนการที่สำคัญอย่างยิ่งในชีวิต เพื่อให้บุคคลสามารถจัดระเบียบตัวตนให้เหมาะสมกับสถานการณ์ หรือ สิ่งแวดล้อม ที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวัน (Atchley, 1997: 158) สำหรับผู้สูงอายุที่ต้องเผชิญกับปัญหาในการปรับตัว ในการเปลี่ยนผ่านจากวัยกลางคนมาสู่วัยสูงอายุ นักคิดหลายๆท่านได้พยายามเสนอทฤษฎีที่อธิบายถึงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับบุคคลที่ก้าวสู่วัยสูงอายุ ในที่นี้ผู้วิจัยขอนำเสนอทฤษฎีจิตสังคมของ Erikson และแนวคิดอื่นๆในสาขาสังคมวิทยาที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

ทฤษฎีจิตสังคมของ Erikson

Erikson เป็นนักจิตวิทยาคนแรก ที่เสนอพัฒนาการของคนเป็นวงจรชีวิตตั้งแต่เกิดจนตาย เขาเชื่อเรื่องพัฒนาการของตัวตนในปัจจุบัน ที่เกิดอย่างเป็นลำดับขั้น ผ่านช่วงระยะวิกฤติในวัยต่างๆ หากสามารถแก้วิกฤติได้ก็จะทำให้ ตัวตนในปัจจุบันแข็งแรงขึ้นเรื่อยๆ แต่ในทางตรงกันข้ามตัวตนอาจอ่อนแอลงหากล้มเหลวในการแก้วิกฤติในขั้นหนึ่ง ส่งผลต่อโอกาสในการปรับตัวครั้งต่อไป

Erikson อธิบายพัฒนาการของตัวตน เป็น 8 ลำดับขั้น ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยสูงอายุ โดยขั้นที่ 8 เป็นช่วงอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป Erikson กล่าวว่า เมื่อถึงขั้นนี้แล้วบุคคลจะต้องพัฒนาความรู้สึกได้ว่าตนได้กระทำกิจต่าง ๆ ที่ควรทำเสร็จสิ้นตามหน้าที่ของตนแล้ว ยอมรับได้ทั้งความสำเร็จ สมองและผิดหวัง สามารถทำใจยอมรับความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นอย่างที่เขาเป็น และมีความพอใจในชีวิตของตน ตรงกันข้ามกับผู้สูงอายุที่จมอยู่กับความหลังอาลัยอาวรณ์ยอมรับอดีตไม่ได้ ก็คิดแต่เพียงว่ามีเวลาน้อยลงไปทุกที ไม่สามารถทำอะไรใหม่ ๆ เพื่อแก้ไขอดีตที่ผิดพลาดไปกลัวความตายที่กำลังคืบคลานเข้ามา กลุ่มนี้จะมีความรู้สึกเศร้าสร้อยสิ้นหวังและหลีกเลี่ยงชีวิต บางรายอาจคิดฆ่าตัวตาย ซึ่งความพอดิระหว่างความมั่นคงทางใจและความสิ้นหวัง ทำให้คนเกิดความเฉื่อยฉะลัด รู้เท่าทันโลกและชีวิตซึ่งเป็นสิ่งพึงปรารถนา

สรุปได้ว่าความฉลาดสุขุมรอบรู้ของผู้สูงอายุ มีความหมายต่อการแก่ชรา คือ มีความรู้สึกห่วงใยห่วงๆต่อชีวิตในขณะที่เผชิญความตาย ในขณะที่ประสบการณ์ ความรู้สมบูรณ์ขึ้น แต่สังขารเสื่อมลง จึงทำให้ผู้สูงอายุสามารถเห็นปัญหาชีวิตโดยรวมและสื่อให้คนรุ่นหลังรับรู้ ว่า คนเราสามารถมีชีวิตที่สร้างสรรค์ เพราะตัวผู้สูงอายุเองนั้น เป็นเหมือนตัวอย่างของบุคคลที่เป็นไม้ใกล้ฝั่ง แต่ได้ใช้ชีวิตในฐานะปัจเจกบุคคลมาด้วยความสมบูรณ์ (นพมาศ อึ้งพระ, 2546: 143)

Erikson ได้ศึกษาชีวิตมหารัชมะคานธีและเขาได้ยกคานธี เป็นบุคคลที่มีความสุขสำเร็จในชีวิตบั้นปลาย เขากล่าวว่า คานธีเป็นคนตรงแต่ไม่ใช่คนแข็งแกร่งดั่ง มีความอาย แต่ไม่ถอยห่างจากสังคม มีความกลัวแต่ยังบังคับได้ ฉลาดแต่มีใจอ่อนหนังสือ มีความตั้งใจจริง แต่ไม่ดันทุรัง อ่อนโยน

แต่ไม่อ่อนแอ ซึ่งทั้งหมดนี้คือ คุณสมบัติของความสำเร็จนั่นคงในชีวิต ซึ่งอธิบายได้ยากและหาคุณค่าใดๆมาเทียบมิได้ (พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุษย์ 2549: 102)

ทฤษฎีของ Erikson จัดได้ว่าเป็นทฤษฎีพัฒนาการบุคลิกภาพ ของทุกช่วงชีวิต ที่ให้ความสำคัญกับตัวตนในปัจจุบัน โดยในแต่ละขั้นของช่วงชีวิตต้องเผชิญกับช่วงวิกฤติ ที่เกิดจากสังคมและสิ่งแวดล้อม เรื่อยมาจนกระทั่งถึงวัยสูงอายุ ผู้สูงอายุคนหนึ่งๆจะสามารถใช้ชีวิตในบั้นปลายได้อย่างมีความสุข หรืออยู่อย่างโดดเดี่ยว โหยหาการกลับไปแก้ไขข้อผิดพลาดในอดีตของตน เป็นผลสืบเนื่องมาจากความสามารถในการแก้ปัญหาวิกฤติที่เกิดขึ้นได้หรือไม่ นอกจากทฤษฎีทางจิตวิทยาแล้ว ยังมีทฤษฎีทางสังคมวิทยาที่กล่าวถึงผู้สูงอายุ โดยเน้นที่แนวโน้ม บทบาท สัมพันธภาพ และการปรับตัวในสังคมของผู้สูงอายุ ซึ่งพยายามวิเคราะห์สาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุต้องมีการเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคมไป และพยายามที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งจะได้กล่าวถึงต่อไป

ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)

ทฤษฎีนี้พัฒนาขึ้นโดย Havighurst ในราวปี 1960 ได้อธิบายถึงสถานภาพทางสังคมของผู้สูงอายุ ซึ่งเน้นความสัมพันธ์ในทางบวก ระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ กล่าวคือเมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น สถานภาพ และบทบาททางสังคมจะลดลง แต่บุคคลยังมีความต้องการทางสังคมเหมือนบุคคลในวัยกลางคน ซึ่งทฤษฎีนี้เชื่อว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการที่จะเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อความสุขและการมีชีวิตที่ดีเช่นเดียวกับวัยผู้ใหญ่ และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่ตนเองสนใจได้ สำหรับคำว่ากิจกรรมตามแนวคิดนี้หมายถึง กิจกรรมต่าง ๆ นอกเหนือจากกิจกรรมที่บุคคลปฏิบัติต่อตนเอง นั่นคือกิจกรรมที่บุคคลปฏิบัติต่อผู้อื่น คู่สังคม หรือชุมชน ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุปฏิบัติจะทำให้รู้สึกว่าคุณค่าตนเองยังมีคุณค่า และเป็นประโยชน์ต่อสังคม สาระของทฤษฎีนี้อธิบายได้โดยสรุปว่า การมีกิจกรรมต่อสังคมของผู้สูงอายุจะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้นการมีกิจกรรมที่พอเหมาะกับวัยของผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและเป็น การจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับ ผู้สูงอายุควรคำนึงถึง ปัจจัยทางสภาพสังคมปัจจุบันที่ทันสมัย และเปลี่ยนแปลงไป อาจทำให้ผู้สูงอายุก้าวตามไปไม่ทัน การเชื่อมโยงบุคคลแต่ละวัยแต่ละยุค เป็นปัจจัยที่น่าสนใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงและประสบการณ์ชีวิตของคนเมื่ออายุมากขึ้น ซึ่งอาจมีความแตกต่างกันระหว่างคนในวัยเดียวกันแต่คนละยุคสมัย

ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Continuity Theory)

ทฤษฎีความต่อเนื่องนี้ จัดได้ว่าเป็นทฤษฎีทางสังคมที่กล่าวถึง การที่ผู้สูงอายุยังคงประกอบกิจกรรม หรือ ดำรงชีวิตเหมือนดังเช่นในอดีตที่ผ่านมา ซึ่งเกิดจากการกระทำสิ่งที่คุ้นเคยจากประสบการณ์ในอดีต เพื่อรักษาไว้ซึ่งโครงสร้างทั้งภายในและภายนอก การเปลี่ยนแปลงเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต เป็นการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ไม่ได้มีจุดเปลี่ยนที่แตกหักจากอดีต

ความต่อเนื่องแบ่งเป็น หลายระดับ ตั้งแต่ ระดับน้อยเกินไป มากเกินไป และระดับพอดี ระดับน้อยเกินไป ทำให้เกิดความรู้สึกว่าชีวิตพลิกผัน ไม่สามารถคาดเดาได้

ระดับมากเกินไป อาจก่อให้เกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย หรือ เกิดความจำเจในสิ่งเดิมๆ ซ้ำๆ ไม่เกิดความเปลี่ยนแปลงในระดับที่พอเหมาะที่ทำให้รู้สึกมีชีวิตชีวา

ระดับพอดี หมายถึง เกิดความเปลี่ยนแปลงในระดับพอดี ทำให้รู้สึกท้าทาย และสร้างความสนใจ แต่ก็ไม่มากเกินไปจนทำให้เหนื่อยล้า

ความต่อเนื่อง เกิดได้จากทั้งภายนอกและภายใน ความต่อเนื่องภายใน หมายถึง การจดจำความรู้สึกในอดีต เช่น อารมณ์ ประสบการณ์ ความรู้สึก และทักษะ ซึ่งก็คืออัตลักษณ์ของแต่ละบุคคล ความต่อเนื่องภายในนี้ทำให้เราสามารถเชื่อมต่ออดีต กับปัจจุบัน ตัวตนในอดีต และปัจจุบันว่ามีความต่อเนื่องกันอย่างไร แม้ว่าพฤติกรรมบางอย่างในปัจจุบันอาจแตกต่างจากอดีตก็ตาม

ความต่อเนื่องภายใน สร้างความรู้สึกถึง สมรรถนะของตน ความสามารถในการควบคุมตน ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของตัวตน และความภาคภูมิใจในตนเอง

ความต่อเนื่องภายนอก รวมถึง การจดจำทางด้านร่างกายและสิ่งแวดล้อมทางสังคม บทบาทความสัมพันธ์ และกิจกรรมต่างๆ บุคคลหนึ่งๆรู้สึกถึงความต่อเนื่องภายนอกจากการที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคย หรือ อยู่กับบุคคลที่คุ้นเคย

การรักษาไว้ซึ่งความต่อเนื่องทั้งภายในและภายนอกเป็นสิ่งสำคัญต่อการปรับตัวในวัยสูงอายุ ในผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์ ซึ่งขาดความต่อเนื่องภายใน ทำให้ขาดอัตลักษณ์ของตนเอง และหากผู้สูงอายุต้องอยู่ในสภาพแวดล้อมที่แปลกใหม่ ไม่คุ้นเคย อาจส่งผลต่อตัวตนของคนนั้นๆ เช่นกัน (Atchley อ้างใน Kail & Cavanaugh, 2007: 578 - 579)

ทฤษฎีการถอยห่าง (Disengagement Theory)

ทฤษฎีนี้กล่าวถึงผู้สูงอายุเกี่ยวกับการถอยห่างออกจากสังคม กล่าวคือทั้งผู้สูงอายุและสังคมจะลดบทบาทต่อกัน อย่างค่อยเป็นค่อยไปตามสมรรถนะของร่างกาย เนื่องจากยอมรับว่าตนเองมีความสามารถลดลง สุขภาพเสื่อมลงจึงถอยหนีจากสังคมเพื่อลดความเครียดและรักษาพลังงาน พอใจกับการไม่เกี่ยวข้องกับสังคมต่อไป เพื่อถอนสภาพและบทบาทของตนให้เกษียณหลัง ซึ่งระยะแรกอาจมีความวิตกกังวลอยู่บ้างในบทบาทที่เปลี่ยนแปลงไปและค่อยๆ ยอมรับการไม่

เกี่ยวข้องกับสังคมต่อไปได้ในที่สุด อย่างไรก็ตามทฤษฎีนี้อธิบายโดยกล่าวด้วยว่าโดยปกติแล้วบุคคลจะพยายามผสานอยู่กับสังคมให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อเป็นการรักษาสมดุลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ก่อนที่บทบาทของตนเองจะลดลงเมื่อมีอายุเพิ่มมากขึ้น

โดยสรุปกระบวนการถอยห่างเป็นกระบวนการที่มีลักษณะเฉพาะคือ เป็นกระบวนการพัฒนาอย่างค่อยเป็นค่อยไป เป็นสิ่งที่มีอาจหลีกเลี่ยงได้ เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่ผู้สูงอายุพึงพอใจ เป็นสากลของทุกสังคม เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เพื่อรักษาสมดุลของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการถอยห่างของผู้สูงอายุ ได้แก่ กระบวนการชราที่มีความแตกต่างกันของแต่ละบุคคล สภาพสังคมและความเชื่อมโยงของอายุที่เพิ่มขึ้น

การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ มีความสุข และมีกิจกรรม ร่วมกันนั้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพและแบบแผนชีวิตของแต่ละบุคคลที่ผ่านมา ผู้ที่มีบทบาทในสังคมชอบเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม ก็ต้องการที่จะร่วมกิจกรรมต่อไป ส่วนผู้ที่ชอบสันโดษไม่เคยมีบทบาทใดๆ ในสังคมมาก่อน ก็ย่อมที่จะแยกตัวเองออกจากสังคมเมื่ออายุมากขึ้น (เอกสารประกอบการสอน วิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ)

ทฤษฎีความผูกติด (Attachment Theory)

ทฤษฎีความผูกติด อธิบายถึงการที่มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของสังคม เป็นความผูกติดโดยที่บุคคลนั้นๆยังมีอิสรภาพกับชีวิตของตนเองอยู่ บทบาทหลักของการมีสายสัมพันธ์เชื่อมโยงจนรู้สึกถึงความผูกติดนั้นเพื่อให้ตนเองมีความรู้สึกมั่นคงและปลอดภัย โดยการที่มีสัญลักษณ์หรือตัวแทนของบุคคลที่แสดงถึงรากฐานของความมั่นคงในจิตใจ โดยเริ่มจากเด็กทารกที่มีความผูกติดกับมารดาหรือผู้เลี้ยงดู ทำให้ทารกกล้าที่จะเผชิญหน้า หรือ สำรวจโลกรอบตัว และจะกลับมาหาบุคคลนั้นเมื่อตนต้องการ (Bowlby อ้างใน Browne & Shlosberg, 2006: 134) ทารกจะรู้สึกขาดความมั่นคงปลอดภัยเมื่อผู้เลี้ยงดูคนนั้น (แม่) ไม่ได้อยู่กับตนเองในเวลาที่ตนต้องการ ภายหลังทฤษฎีนี้ได้ถูกพัฒนาขึ้นและขยายความครอบคลุมไปอธิบายถึงผู้ใหญ่ ลักษณะความสัมพันธ์การผูกติดกับคนรักและผู้สูงอายุที่มีความผูกติดกับคนในวัยเดียวกัน กับลูกหลาน และกับสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคย

ในวัยสูงอายุที่ร่างกายเจ็บป่วย และการต้องประสบกับการสูญเสีย ทำให้ผู้สูงอายุมีความเปราะบาง และมีความต้องการความผูกติด เมื่อขณะนั้นผู้ที่มีวัยใกล้เคียงกันเริ่มล้มเจ็บและตายจาก ทำให้ผู้สูงอายุต้องการความผูกติดกับคนรุ่นหลัง (Browne & Shlosberg, 2006: 135) ซึ่งก็คือลูกหลานนั่นเอง

ทฤษฎีที่ได้กล่าวมาข้างต้น เป็นเพียงบางส่วนของทฤษฎีที่กล่าวถึงประเด็นทางสังคมและจิตใจของผู้สูงอายุ ในการอธิบายปรากฏการณ์หนึ่ง การใช้ทฤษฎีเพียงทฤษฎีเดียวอาจไม่เพียงพอ จำเป็นต้องผสมผสาน บรูณาการองค์ความรู้ต่างๆ เข้าด้วยกัน เพื่อให้การอธิบายนั้นสอดคล้องกับหลักความเป็นจริงมากที่สุด

นอกจากนี้ยังมีแนวคิดอื่นๆ ที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความเป็นอยู่ที่ดี มีคุณภาพ ซึ่งแนวคิดเหล่านี้ ได้แก่ แนวคิดการเป็นผู้สูงอายุที่อยู่อย่างอิสระ (Independent Aging) การเป็นผู้สูงอายุที่กระฉับกระเฉง (Active Aging) หรือ การเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ (Successful Aging) โดยทั้งสามแนวคิด ที่มีชื่อต่างกันนี้ ล้วนมีสาระที่คล้ายคลึงกัน คือ เพื่อให้ประชากรสูงวัยสามารถรักษาสมรรถภาพของตน ดูแลรักษาสภาพร่างกาย ให้ดี เพื่อยืดอายุให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ได้ด้วยตนเอง

แนวคิดเหล่านี้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่าเป็นเหมือนอุดมคติที่สร้างไว้เลิศหรู หรือ สู้ด โด่งไป ในทางใดทางหนึ่ง ซึ่งในชีวิตจริงอาจไม่มีเพียงการอยู่อย่างอิสระ ที่มีลักษณะตรงกันข้ามกับอยู่อย่างพึ่งพาผู้อื่น แต่เป็นการผสมผสาน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน คือการอยู่อย่างโดดเดี่ยว แต่ไม่เดียวดาย เช่นเดียวกับแนวคิดอื่นๆ ที่เป็นเพียงกัมภีร์บอกแนวทางการดำเนินชีวิต ซึ่งในความเป็นจริง ชีวิตของแต่ละคน มีความซับซ้อนและแตกต่างกัน

องค์การสหประชาชาติได้กระตุ้นให้รัฐบาลของแต่ละประเทศให้ความร่วมมือที่จะปฏิบัติตามหลักการสำคัญเกี่ยวกับสิทธิขั้นพื้นฐานของผู้สูงอายุ ซึ่งผู้วิจัยคิดว่าเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีที่รัฐบาลจะสร้างโครงการ หรือ หลักประกันให้แก่ผู้สูงอายุ โดยคำนึงถึงปัจจัยพื้นฐานซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

หลักการจากองค์การสหประชาชาติ ว่าด้วยเรื่องของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

1. ความเป็นอิสระ คือ ผู้สูงอายุควรได้รับอาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย เสื้อผ้า และระบบดูแลสุขภาพอย่างพอเพียง โดยมีรายได้ ทั้งจากตนเอง ครอบครัว และการสนับสนุนจากชุมชน ผู้สูงอายุควรมีโอกาสได้ทำงาน หรือมีโอกาสมิรายได้จากทางอื่นๆ ผู้สูงอายุควรสามารถเข้าร่วมตัดสินใจว่าเมื่อไรที่จะถอนตัวออกจากการทำงาน ผู้สูงอายุควรจะสามารถได้รับการศึกษาและการฝึกอบรมที่เหมาะสม ผู้สูงอายุควรสามารถอยู่ในสถานที่ๆปลอดภัย และปรับให้เหมาะสมกับสมรรถภาพที่เปลี่ยนไป ผู้สูงอายุควรจะสามารถอยู่อาศัยในบ้านของตนเองให้นานที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้



2. การมีส่วนร่วม คือ ผู้สูงอายุควรรักษาความมีส่วนร่วมในชุมชน เข้าร่วมในการสร้างหรือใช้นโยบายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะและแบ่งปันความรู้และทักษะให้แก่รุ่นที่เด็กกว่า ผู้สูงอายุจะสามารถหาและพัฒนาโอกาสที่จะเป็นผู้ให้แก่ชุมชน และเป็นอาสาสมัครในตำแหน่งที่ตนสนใจและมีความรู้ความสามารถ และผู้สูงอายุควรจะสามารถก่อตั้งกลุ่มหรือหน่วยงานของผู้สูงอายุด้วยกัน

3. การดูแล คือ ผู้สูงอายุควรได้รับการดูแลจากครอบครัวและชุมชน และได้รับการคุ้มครองที่เหมาะสมกับแต่ละสังคมและวัฒนธรรม ผู้สูงอายุควรสามารถเข้าถึงระบบดูแลสุขภาพ เพื่อที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุรักษาหรือฟื้นฟูสุขภาพกาย สุขภาพจิต และอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่ดี เพื่อป้องกันหรือยืดระยะเวลา ที่จะเกิดการเจ็บป่วย ผู้สูงอายุควรเข้าถึงการให้บริการทางสังคมและกฎหมาย เพื่อเพิ่มความเป็นตัวของตัวเอง เพิ่มความคุ้มครองและการดูแล ผู้สูงอายุควรสามารถใช้บริการในสถานพยาบาล ที่ให้การดูแล คุ้มครอง อย่างเหมาะสม ในสภาพแวดล้อมที่ยืดหยุ่นมนุษยธรรมและมีความปลอดภัย และผู้สูงอายุควรสามารถได้รับสิทธิมนุษยชนอย่างเต็มที่ และได้รับอิสรภาพพื้นฐานเมื่ออยู่ในสถานสงเคราะห์ สถานพยาบาล รวมถึงได้รับการยอมรับในศักดิ์ศรี ความเชื่อ ความต้องการ และความเป็นส่วนตัว มีสิทธิในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลรักษาตนและคุณภาพชีวิตของตน

4. การเติมเต็มชีวิต คือ ผู้สูงอายุควรสามารถแสวงหาโอกาสที่จะพัฒนาศักยภาพของตนให้สูงที่สุด ผู้สูงอายุควรสามารถเข้าถึงทรัพยากรทางการศึกษา วัฒนธรรม ที่พึงทางจิตใจ และสันติภาพ

5. ศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุ คือ ผู้สูงอายุควรจะสามารถใช้ชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีและมีความปลอดภัย ไม่ถูกแสวงหาประโยชน์ และถูกทำทารุณกรรมทั้งทางร่างกายและจิตใจ และผู้สูงอายุควรได้รับการปฏิบัติอย่างเป็นธรรมไม่ขึ้นกับอายุ เพศ เชื้อชาติหรือชนชาติ ภูมิภาค ความพิการ หรือสถานะอื่นๆ และได้รับการเกียรติเป็นรายบุคคลจากการบริการทรัพย์สิน

นอกจากนี้ในการทำความเข้าใจกับปรากฏการณ์หนึ่ง บริบททางสังคมที่รายล้อมปรากฏการณ์มีความสำคัญมาก ซึ่งผู้วิจัยขอเสนอบริบทของผู้สูงอายุไทยต่อไป

บริบทของผู้สูงอายุในสังคมไทย

บริบท คือสภาพแวดล้อมของสถานการณ์ เหตุการณ์ ไคเหตุการณ์หนึ่ง คำว่าบริบทถูกนำมาใช้มาก เมื่อต้องการกล่าวถึงลักษณะแวดล้อมต่างๆของสิ่งที่ต้องการจะศึกษา ในการศึกษาเรื่องผู้สูงอายุในประเทศไทย จึงจำป็นต้องทำความรู้จักกับสภาวะแวดล้อมของสิ่งที่จะศึกษา ซึ่งในที่นี้จะกล่าวถึง สังคม วัฒนธรรมไทย นโยบายจากรัฐบาลที่มีต่อผู้สูงอายุ เพื่อให้เข้าใจถึงสิ่งที่ศึกษาได้อย่างลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น

สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ
ห้องสมุดฐานวิจัย 2555
วันที่.....
เลขทะเบียน..... 249058
เลขเรียกหนังสือ.....

วัฒนธรรม คือ สิ่งที่ทำให้ความเจริญงอกงามให้แก่หมู่คณะ เช่น วัฒนธรรมการแต่งกาย วัฒนธรรม พื้นบ้าน (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2542) วัฒนธรรมยังเป็นสิ่งที่แสดงออกถึง ขนบธรรมเนียม ประเพณี ที่ยึดถือ และปฏิบัติสืบต่อมาจากบรรพบุรุษ ประเทศไทยจัดได้ว่าเป็น ประเทศที่มีธรรมเนียมอันดีงามสืบต่อมาเป็นจำนวนมาก ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงค่านิยม ความเชื่อ วิถี ชีวิต สังคมไทยมีวัฒนธรรม และประเพณี ที่แสดงถึงความเคารพนับถือผู้สูงอายุ ดังที่สังเกตได้จาก ประเพณี รดน้ำคำหัว โดยผู้สูงอายุให้พรแก่ลูกหลานเพื่อขอความเป็นสิริมงคล ครอบครัวไทยยึดถือ ประเพณี วัฒนธรรมในการดูแลผู้สูงอายุไว้ในครอบครัวมีค่านิยมความกตัญญูตเวที การเคารพ อาวุโส โดยปฏิบัติต่อผู้สูงอายุด้วยความเคารพรัก (เล็ก สมบัติ 2549: 37) ถ้าใครไม่ดูแลพ่อแม่ สังคมจะลงโทษว่าเป็นผู้ที่มีความอกตัญญู ถือเป็นความชั่วที่ไม่มีใครอยากคบค้าด้วย เด็กจะถูก อบรมไม่ให้ล่วงเกินพ่อแม่ทั้งทางกาย วาจา และใจ นอกจากนี้ยังมีการปลูกฝังความเชื่อ เช่น ถ้าตีพ่อแม่ เกิดชาติหน้าจะมีมือใหญ่เท่าใบตาล และหากด่าพ่อแม่ เกิดชาติหน้าจะกลายเป็นเปรตที่มีปากเท่ารู เข็ม เป็นต้น (รัชนิกร เศรษฐ, 2536: 149)

ในอดีตสังคมไทย เป็นสังคมเกษตรกรรม ครอบครัวมีลักษณะเป็นครอบครัวขยาย เนื่องจากการเกษตรกรรม จำเป็นต้องใช้แรงงานจำนวนมาก สมาชิกครอบครัวทุกรุ่นจึงอยู่รวมกัน สถานภาพของผู้สูงอายุ เป็นผู้ที่มีความรู้ ความชำนาญการในการถ่ายทอดประสบการณ์ สั่งสอน บุตรหลาน และยังเป็นผู้นำในการปกครอง และลูกหลานมักเคารพเชื่อฟัง ภายในหมู่บ้าน ประกอบไปด้วยเครือญาติ หรือ เพื่อนฝูง วิถีชีวิตเป็นไปแบบถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกันและกัน

ในสังคมปัจจุบัน ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงทั้งทางเศรษฐกิจ และสังคม ส่งผลกระทบต่อ โครงสร้างครอบครัว และการดำเนินชีวิต เกิดปรากฏการณ์แรงงานหลังไหลเข้าสู่เมือง การอพยพ ย้ายถิ่น ผู้คนได้รับกระแสอิทธิพลสมัยใหม่ ผู้คนเลือกที่จะทำงานนอกบ้าน สังคมให้ความสำคัญกับ คุณค่าของปัจเจกมากกว่าครอบครัว (เพื่อนใจ รัตดากร 2549: 43)

เมื่อสังคมเคลื่อนเข้าสู่ยุคอุตสาหกรรม และระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยมเริ่มเข้ามามีบทบาท สำคัญในการขับเคลื่อนประเทศ เห็นได้จากหลักการสำคัญของทุนนิยม เช่น การเปิดให้เอกชนมี การแข่งขันอย่างเสรี การผลิตที่มองแรงงานเป็นปัจจัยหนึ่งในการผลิต บุคคลมีเสรีภาพในการ บริโภค และการตีค่าคนจากการทำงาน มีผลผลิต ส่งผลให้ในเขตเมือง ประชาชนมีการศึกษาที่ สูงขึ้น มีรายได้ และความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น คนรุ่นใหม่ ได้รับกระแสวัฒนธรรมตะวันตก เกิดการ เปลี่ยนแปลงทางด้านวิถีชีวิตและวิธีคิดของคน โดยผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้ หรือ เกษียณตัวจากการ ทำงาน มีคุณค่าลดน้อยลง เมื่อมองคุณค่าของคนจากผลผลิตตามกระแสนิยม

นอกจากประเด็นเรื่องที่สูงอายุถูกลดทอนอำนาจ หรือ คุณค่าของตนเองในสังคม ประเด็นเรื่องการเปลี่ยนแปลงด้านวิถีชีวิตของสังคมปัจจุบัน ส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้วยเช่นกัน กล่าวคือ คนรุ่นใหม่มีการเดินทางข้ามถิ่นเพื่อการศึกษา การประกอบอาชีพ หรือ เพื่อสร้างครอบครัว ทั้งในต่างจังหวัดและต่างประเทศ ทำให้สายสัมพันธ์กับคนในครอบครัวเจือจางลง ผลก็คือผู้สูงอายุอาจถูกทิ้งให้อยู่อย่างโดดเดี่ยว ในอีกกรณีที่พบเห็นได้มากในสังคมปัจจุบัน คือ หนุ่มสาว นิยมแต่งงานช้าลง รวมถึงอัตราการมีบุตรลดต่ำลง เมื่อมีบุตรเกิดใหม่ในครอบครัว ถือเป็นตัวเชื่อมสัมพันธ์ภาพระหว่างคน 3 รุ่น เข้าด้วยกัน ในกรณีเช่นนี้ ปู่ย่าตายายอาจมีบทบาทในการเลี้ยงดู ช่วยเหลือพ่อแม่ มือใหม่ในการเลี้ยงหลานได้ กลายเป็นสงครามการแย่งการเลี้ยงดูหลาน 1 คนต่อผู้ที่ยากจะเลี้ยงดูถึง 6 คนด้วยกัน ซึ่งประกอบไปด้วย พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา และยาย

ท่ามกลางยุคสมัยที่เปลี่ยนไป สภาพเศรษฐกิจและสังคมที่ดูเหมือนจะเจริญก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น ก่อให้เกิดปัญหาสังคมที่ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน ถึงแม้ว่าวัฒนธรรมอันดีงามของไทยจะมีอยู่นาน แต่จำต้องปรับเปลี่ยนไปให้สอดคล้องกับสถานการณ์ ผู้สูงอายุเองก็เช่นกัน ที่จำเป็นต้องปรับเปลี่ยนบทบาทและหน้าที่ของตนให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคม และของบุตรหลาน เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

ในส่วนของรัฐบาลเองได้ตระหนักถึงปัญหาของผู้สูงอายุและการก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย และได้พยายามสร้างหน่วยงานและองค์กรต่างๆ เพื่อทำหน้าที่ดูแลช่วยเหลือ ผู้สูงอายุ อาทิ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ มูลนิธิสถาบันพัฒนาและวิจัยผู้สูงอายุ ไทย สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กระทรวงสาธารณสุข เป็นต้น รวมถึง องค์กรภาคีที่ช่วยประสานการทำงานด้านผู้สูงอายุ ประกอบไปด้วยนักวิชาการจากมหาวิทยาลัยต่างๆ หน่วยงานราชการ และองค์กรที่เกี่ยวข้อง

ในประเทศไทย มีประชาชนเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ได้รับเงินบำนาญเมื่อเกษียณอายุการทำงาน ผู้สูงอายุอื่นๆ จำเป็นต้องวางแผนการเงินเป็นอย่างดี เพื่อให้มีเหลือพอใช้จ่ายในยามที่ไม่มีรายได้ ในปีพ.ศ. 2552 รัฐบาลได้ออกมาตรการให้ความช่วยเหลือด้านการเงินแก่ผู้สูงอายุ โดยมีการจ่ายเงินเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เป็นจำนวน 500 บาท ต่อเดือน เริ่มตั้งแต่เดือน เมษายน พ.ศ. 2552 นายอภิสิทธิ์ เวชชาชีวะ นายกรัฐมนตรี และประธานคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ ประกาศเจตนารมณ์มุ่งส่งเสริมและสร้างหลักประกันด้านรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีชีวิตที่มีคุณค่า มีเกียรติภูมิ คงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ มีวิถีชีวิตที่ไม่แปลกแยกจากชุมชน และอยู่กับครอบครัวได้อย่างปกติสุข (ศูนย์บริการข้อมูลภาครัฐเพื่อประชาชน, 2552)

นอกจากนี้ ภาครัฐยังพยายามสร้างสวัสดิการในการรักษาพยาบาลให้ประชาชน เช่น นโยบายหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า หรือ นโยบาย 30 บาทรักษาทุกโรค ซึ่งโครงการนี้เริ่มขึ้นตั้งแต่ในสมัยรัฐบาลทักษิณ อย่างไรก็ตาม ในความเป็นจริง ยังมีประชาชนอีกจำนวนมากที่ไม่สามารถเข้าถึงการบริการสุขภาพ เนื่องจากข้อจำกัดต่างๆ เช่น อาศัยอยู่ในถิ่นทุรกันดาน การกระจายตัวของทรัพยากรไม่ทั่วถึง ขาดความรู้ความเข้าใจต่อสิทธิที่ตนพึงมี เป็นต้น ผู้วิจัย คิดว่ารัฐบาลไทยมิได้นิ่งเฉยต่อการก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ แต่ด้วยข้อจำกัดของศักยภาพของประเทศหลายประการ ในด้านสุขอนามัย สาธารณูปโภค และภาระของภาครัฐ ทำให้การระบบสวัสดิการผู้สูงอายุ ยังไม่สามารถกระจายได้ทั่วถึง และครอบคลุมเท่าที่ควร ผู้สูงอายุในประเทศไทย จึงต้องเตรียมการวางแผนชีวิตของตนเอง ในด้านการเงินเป็นอย่างดี เพื่อที่จะสามารถมีระดับความเป็นอยู่ที่ดีได้ เมื่อก้าวสู่วัยสูงอายุ

ปัจจัยอีกประการที่ทำให้บริบทของสังคมไทยมีความเป็นเอกลักษณ์ที่เด่นชัด คือ อิทธิพลของศาสนาที่มีผลต่อชีวิตความเป็นอยู่คนในประเทศ โดยเฉพาะผู้สูงอายุ Atchley (1997: 294) กล่าวว่า ความเชื่อทางจิตวิญญาณ และศาสนา เป็นประเด็นสำคัญที่มีอิทธิพลต่อความคิดเห็น ความรู้ จุดมุ่งหมายของบุคคล พฤติกรรม และวิถีชีวิต สำหรับคนวัยกลางคนและผู้สูงอายุโดยส่วนมาก นอกจากนี้ศาสนาและความเชื่อทางจิตวิญญาณ ยังมีอิทธิพลต่อจิตใจและสุขภาพ ในระยะบั้นปลายของชีวิต

ในประเทศไทยมีศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติ มีจำนวนผู้นับถือประมาณร้อยละ 95 ของประชากรทั้งหมด รองลงมาคือศาสนาอิสลามและศาสนาคริสต์ ตามลำดับ ในที่นี้ผู้วิจัยจะกล่าวถึงศาสนาพุทธ ซึ่งเป็นศาสนาของผู้ให้ข้อมูล โดยศาสนาพุทธมีสาระและรากฐานของคำสอนจากสาเหตุหลัก คือ การมองเห็นว่าชีวิตเป็นที่รวมแห่งความทุกข์ทั้งหมด วิธีการดับทุกข์ที่ถาวร คือ การขจัดต้นตอของการเกิดทุกข์ ซึ่งหมายถึง การไม่ต้องเกิดอีกต่อไป ดังนั้น จุดหมายปลายทางของศาสนาพุทธ คือ การจัดการเวียน วาย ตาย เกิด ซึ่งผู้ที่สามารถประพฤติปฏิบัติธรรมจนถึงขั้นสูงสุดเรียกว่า บรรลุนิพพาน คือ บรรลุถึงความสุขที่แท้จริง หรือ อยู่ในภาวะที่เป็นสุขนิรันดร์ ไม่เกิดความทุกข์อีกต่อไป (สนิท สมักรการ, 2539: 18-19)

ความเชื่อในพุทธศาสนา เรื่อง การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นภาวะที่ต้องเกิดขึ้นกับทุกคน ไม่จำกัดสถานะทางสังคม และเชื่อว่าแม้ว่าคนจะเคยทำชั่ว หรือ มีอดีต อันเลวร้าย แต่สามารถกลับตัวกลับใจได้เสมอ ดังเช่น เรื่องขององคุลิมาล ซึ่งถึงแม้จะได้หลงผิด ชำคณมาแล้วนับไม่ถ้วน แต่ท้ายที่สุด ก็สามารถบรรลุมรรคผลนิพพานได้ และในสังคมไทย มีค่านิยมที่เชื่อว่า คนสูงอายุ คู่กับวัด เมื่อแก่แล้วต้องไปวัด เพื่อศึกษาปฏิบัติธรรมเพื่อสร้างความสงบสุขให้เกิดขึ้นกับจิตใจ เพื่อปลงให้

ตกและเตรียมตัวเข้าสู่จุดจบของชีวิตต่อไป ดังนั้น เมื่อกล่าวถึงผู้สูงอายุไทย แง่มุมทางศาสนาเหล่านี้จึงถือเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องตระหนักด้วย

แม้ว่าระบบค่านิยมทางคุณธรรมไทยจะส่งเสริมให้บุตรหลานเป็นผู้เลี้ยงดูผู้สูงอายุ แต่เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมทำให้มีผู้สูงอายุจำนวนมากจำเป็นต้องอยู่ตามลำพัง หากรัฐหรือ ภาคประชาชนให้ความรู้แก่ประชาชนถึงวิธีการดูแลตัวเอง หรือ จัดระบบสวัสดิการให้เอื้อให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ได้เอง เช่น มีเจ้าหน้าที่อาสาสมัคร ไปเยี่ยมบ้าน ในกรณีที่ต้องการความช่วยเหลือ ก็จะเป็นวิธีหนึ่งในการลดภาระของภาครัฐ ในการจัดหาที่อยู่สถานพักคนชราได้ อย่างน้อยก็เป็นการยื้ออายุให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองได้นานขึ้น ลดภาระความรับผิดชอบให้กับสังคมได้ในระดับหนึ่ง ส่วนในกรณีที่ผู้สูงอายุพักอาศัยกับบุตรหลาน การทำให้ผู้สูงอายุเป็นผู้มีศักยภาพ ก็จำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อช่วยส่งเสริมสุขภาพทางกายและจิตใจให้ผู้สูงอายุ ซึ่งการนำแนวคิดเรื่องการพึ่งพาตนเองของผู้สูงอายุ และการเป็นผู้มีสูงอายุที่มีศักยภาพ น่าจะเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุให้มีชีวิตที่ดียิ่งขึ้น

ความสุข

ความสุขเป็นคำที่มีความเป็นนามธรรมสูง และยังมีความหมายกว้าง แต่ละทฤษฎี แต่ละแนวความคิด ต่างก็มีการนิยามความสุขในหลากหลายรูปแบบ หลากหลายมิติ ขึ้นอยู่กับว่าเขาเหล่านั้นจะให้ความสำคัญ หรือ มุมมองโดยใช้อุทธานความคิดเช่นใด เช่น การใช้ฐานคิดในทางเศรษฐศาสตร์ ความสุขจะเป็นเรื่องของการบริโภค ซึ่งเมื่อบริโภคมาก ความสุขจึงเกิดขึ้นมากตามไปด้วย หรือ พิจารณาความสุขจากทรัพย์สิน เป็นต้น

ในอดีตมีตัวชี้วัดความเจริญของแต่ละประเทศ เป็นผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ หรือ GDP (Gross Domestic Product) ซึ่งเราเคยเชื่อกันว่าประเทศที่มีความร่ำรวยทางเศรษฐกิจ ประชาชนสามารถเข้าถึงทรัพยากรได้ทั่วถึง น่าจะเป็นประเทศที่มีความสุข แต่ในความเป็นจริงประเทศพัฒนาแล้วเหล่านั้น กำลังเข้าสู่ภาวะถดถอยทางศีลธรรม เกิดปัญหาอาชญากรรม ปัญหายาเสพติด ซึ่งแสดงถึงความเสื่อมโทรมทางสังคม เงินจึงไม่ใช่ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความสุข ดังจะเห็นได้จากตารางข้างล่าง ซึ่งแสดงถึง ดัชนีความสุขของโลก ลำดับที่ของรายได้ต่อหัว และรายได้เฉลี่ยต่อหัว จำแนกตามประเทศ การแปลงความสุขเป็นดัชนี GNH (Gross National Happiness) นี้ พัฒนาจากมูลนิธิเศรษฐศาสตร์แนวใหม่ (New Economics Foundation / NEF) ซึ่งมีองค์ประกอบในการวัดหลัก 3 องค์ประกอบ คือ ความพึงพอใจในการมีชีวิต ความคาดหวังในชีวิต และการรักษาระบบนิเวศน์ตามแบบฉบับเดิม (นภาพรณ พิพัฒน์, 2550: 89)

ตาราง 1 ลำดับที่ของดัชนีความสุขของโลก ลำดับที่ของผลิตภัณฑ์มวลรวมภายในประเทศ และ รายได้เฉลี่ยต่อหัว จำแนกตามประเทศ (วรชัย ทองไทย, 2550: 5)

ประเทศ	ลำดับที่ GNH	ดัชนีความสุข	ลำดับที่ GDP	รายได้เฉลี่ยต่อหัว (เหรียญสหรัฐ)
วานูอาตู	1	68.2	112	1,737
โคลัมเบีย	2	67.2	94	2,888
คอ스타ริกา	3	66.0	73	4,858
เวียดนาม	12	61.2	136	723
ภูฏาน	13	61.1	119	1,254
ฟิลิปปินส์	17	59.2	118	1,345
อินโดนีเซีย	23	57.9	114	1,640
ไทย	32	55.4	87	3,136
มาเลเซีย	44	52.7	62	5,718
สหราชอาณาจักร	108	40.3	12	39,213
สิงคโปร์	131	36.1	24	29,917
ออสเตรเลีย	139	34.1	16	36,553
สหรัฐอเมริกา	150	28.8	8	44,190

จากตาราง พบว่าเหล่าประเทศพัฒนาแล้ว มีดัชนีความสุขมวลรวมของประชาชนในชาติอยู่ในระดับต่ำกว่าประเทศที่มีรายได้ต่อน้อยกว่า การนำเสนอข้อมูลเช่นนี้ออกสู่สายตาประชากรโลก ถือเป็นการส่งสาส์นให้คนเริ่มตระหนักถึงเรื่องภายในจิตใจ ว่ามีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าความเจริญทางวัตถุ หรือตัวเลขรายได้เท่านั้น แล้วอะไรกันแน่ที่ทำให้คนมีความสุข แน่่อนว่าการนิยามความสุขของแต่ละคนมีความแตกต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยได้สรุปแต่ละประเด็นการนิยามได้ดังต่อไปนี้

การนิยามความหมายกว้างๆ มีลักษณะเป็นนามธรรม เช่น พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542) ได้ให้ความหมายของความสุข ว่าหมายถึง ความสบายกายสบายใจ ส่วนทางเศรษฐศาสตร์กระแสหลัก นิยามว่า ความสุขคือการได้บริโภคสินค้า หรือ บริการในยามพักผ่อน ยิ่งบริโภคมากก็มีความสุขมาก ถ้าบริโภคน้อยก็มีความสุขน้อย แต่ถ้าเป็นการบริโภคสินค้าหรือบริการในเวลาทำงานแล้ว จะไม่นับว่าเป็นความสุข กลับเป็นความทุกข์ (วรชัย ทองไทย, 2550: 1-7) ในทางกลุ่มนักคิดแนวสุขนิยม ที่เกิดขึ้นแต่โบราณได้ให้คำจำกัดความความสุขว่า เป็นสิ่งที่ดีที่สุดใน

มนุษย์ควรแสวงหา ไม่มีอะไรอีกแล้วนอกจากความสุขสบายของชีวิตที่มนุษย์ต้องการ กระกระทำทุกอย่างในชีวิตประจำวันก็เพื่อความสุขสบาย (นภากาศ พิพัฒน์, 2550: 41)

ในทางวิทยาศาสตร์เชื่อว่าสมองมีส่วนเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของความรู้สึกที่ดี ดังที่ Davidson ได้เสนอผลงานทดลองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของสมอง ที่เขาได้ศึกษาการทำงานในส่วนต่างๆของสมอง โดยใช้กระแสไฟฟ้าผ่านหนังศีรษะและสังเกตความรู้สึกที่ปรากฏออกมา พบว่า เมื่อคนมีความรู้สึกดี จะมีการทำงานของกระแสไฟฟ้าในสมองส่วนหน้าซีกซ้าย แต่เมื่อมีความรู้สึกด้านลบ จะมีการทำงานในสมองส่วนหน้าซีกขวา และเมื่อนำเสนอภาพสนุก น่ารัก หรือ ภาพน่ากลัว ตื่นเต้น สมองจะมีการทำงานตอบสนองแตกต่างกัน ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกที่เกิดขึ้นในระยะเวลาหนึ่งกับการทำงานของสมอง มีการวิจัยเปรียบเทียบสมองซีกซ้ายและสมองซีกขวาทพบว่า คนที่สมองด้านซ้ายทำงานได้ดีจะรายงานความรู้สึกที่ดี ความทรงจำที่ดี เพื่อนฝูงประเมินว่า คนกลุ่มนี้มีความสุขมากกว่า ในทางตรงข้ามคนที่สมองด้านขวาทำงานได้ดี จะมีความคิดและความทรงจำด้านลบมากกว่า ยึดแน่นน้อยกว่าและถูกประเมินว่ามีความสุขน้อยกว่า (Davidson อ้างใน กานดา พุฒ, 2550-2551: 11)

ในทางพระพุทธศาสนา พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงความสุขว่า “คนในปัจจุบันนี้มีลักษณะหนึ่งคือเป็นคนที่สุขได้ยาก และยิ่งอยู่นานไปๆ ก็ยิ่งสุขได้ยากขึ้น แต่ก่อนนี่ตอนเป็นเด็กยังสุขง่ายกว่า ตอนนั้นมีอะไรนิดหน่อยก็สุขแล้ว แต่อยู่ไปๆในโลกกลับยิ่งหมดความสามารถที่จะมีความสุข เพราะสุขยากขึ้นทุกที แสดงว่าเราพัฒนาผิดทาง ถ้าเราเก่งจริง เราอยู่ในโลกนานเข้า เราก็ยิ่งต้องเป็นคนที่สุขได้ง่ายขึ้น” (พระพรหมคุณาภรณ์, 2548: 78) ดังนั้นการพัฒนาความสุขต้องทำให้เกิดทั้ง 2 ด้านคือ ความสุขข้างใน คือ การรักษาความสามารถที่จะมีความสุขไว้ได้ หรือ พัฒนาตนเองให้เป็นคนที่สุขได้ง่ายยิ่งขึ้น และ ความสุขจากข้างนอก คือ การพัฒนาความสามารถที่จะหาสิ่งเสพบริโภคที่จะบำรุงความสุขได้เก่งยิ่งขึ้น (พระพรหมคุณาภรณ์, 2548: 76-79)

ความสุขอยู่ที่ความพอใจ เมื่อเรามีความพอใจ แม้มีวัตถุไม่มาก เราก็มีความสุข การมีความสุขจากวัตถุสิ่งเสพบำเรอได้ง่าย โดยไม่ต้องมีมากนัก เรียกว่าความสันโดษ สันโดษ คือ ความพอใจ ความสุขอยู่ที่ความพอใจ แม้มีวัตถุไม่มาก ก็มีความสุขและมีความสุขได้ (พระพรหมคุณาภรณ์, 2548: หน้า 111) พระพุทธเจ้าตรัสว่า ให้สันโดษในสิ่งเสพ คือ เป็นคนมีความสุขง่ายด้วยวัตถุน้อย ไม่ให้สันโดษในกุศลธรรม คือ ไม่ให้อึดไม่ให้อ่อนในการทำสิ่งที่ดีงาม (พระพรหมคุณาภรณ์, 2548: 116)

ความสุขในนิยามของศาสนาพุทธนั้นสอดคล้องกับ วรชัย ทองไทย (2550) ที่ได้สรุปว่าความสุขที่พึงปรารถนานั้นควรเป็นความสุขที่สูงกว่าขั้นต้น นั่นคือความสุขที่เกิดจากภายในจิตใจ ใช้การบริโภคจากสิ่งที่ได้จากภายนอก เช่นเดียวกับข้อค้นพบของ รศรินทร์ เกรย์ และคณะ (2550) ที่ว่าผู้ที่มีความรู้สึกพอเพียง สมถะ หรือที่เรียกกันว่า เป็นผู้สันโดษ ตามหลักศาสนาพุทธ ซึ่งเป็นค่านิยมที่มีในสังคมไทยมาช้านาน เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนไทยมีความสุขมากขึ้น

สรุปอย่างกว้างว่าความสุข คือ ความรู้สึกทางอารมณ์ที่เป็นเชิงบวก ซึ่งแตกต่างกันออกไปแล้วแต่ความคิด ความเชื่อ ค่านิยมที่บุคคลนั้นยึดถือในชีวิต

ความพึงพอใจในชีวิต

สำหรับความพึงพอใจในชีวิต มีรากฐานมาจากทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow (เรณา และ ประสิทธิ์ พงษ์เรืองพันธ์, 2540: 14) ซึ่งแบ่งลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์เป็น 5 ขั้น ซึ่งเริ่มจากขั้นที่ 1 คือ ความต้องการขั้นพื้นฐาน ซึ่งเป็นความต้องการทางกาย เช่น ความหิว กระหาย ความต้องการทางเพศ ซึ่งเมื่อความต้องการพื้นฐานในขั้นนี้ ได้รับการตอบสนองแล้ว จึงเลื่อนไปในขั้นที่ 2 คือ ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย เช่น การมีหลักประกันและความอบอุ่นใจให้กับตนเอง ทั้งในเรื่องทรัพย์สิน ครอบครัว ฐานะ การงาน เป็นต้น บุคคลที่มีความต้องการในด้านนี้ แสดงออกเป็นพฤติกรรมการทำงานเก็บเงิน ต่อไปคือขั้นที่ 3 เป็นความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ คือ ความต้องการที่จะเป็นที่รักของบุคคลอื่น และมีคนที่รัก รวมไปถึงการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสังคมในระดับต่างๆ ตั้งแต่ครอบครัว จนถึง สถานที่ทำงาน เป็นต้น ขั้นนี้ เป็นการแสวงหาและสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ขั้นที่ 4 คือ ความต้องการได้รับการยกย่องจากผู้อื่น คือ ความต้องการที่จะมีความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ได้รับการยกย่องจากผู้อื่น ว่าตนมีความรู้ ความสามารถ และมีคุณประโยชน์ ซึ่งบุคคลแสดงออกถึงความต้องการขั้นนี้ โดยการแสวงหาตำแหน่ง ชื่อเสียง และอำนาจให้ตนเอง และขั้นต่อมาเป็นขั้นสุดท้าย คือ ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองและความตระหนักรู้ในตนเอง หรือ ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ถึงตอนนี้นั้นมนุษย์ก็จะเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจในชีวิต

ชวลีพร ศรีไชยวาน (2542: 17) สรุปความพึงพอใจในชีวิตว่า หมายถึง การรับรู้ระดับความพอใจในชีวิตปัจจุบัน มีความสนใจคาดหวังต่อกิจกรรมต่างๆ ที่ทำในปัจจุบันและอนาคต ยอมรับตนเอง มีความสอดคล้องระหว่างความต้องการและสัมฤทธิ์ผล มีทัศนคติที่ดีต่อการต่อสู้และอดทนในชีวิตตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ สุนิตรา จตุพรพิพัฒน์ (2543: 31) ซึ่งได้สรุปว่า ความพึงพอใจ คือ ความรู้สึกที่ดี ความรู้สึกชื่นชอบ ความพอใจในการดำเนินชีวิตทั่วไป ซึ่งเป็นผลมาจากการรับรู้ต่อ

สภาวะการณ์ที่ปรารถนาอยากให้เป็น เปรียบเทียบกับสภาวะการณ์ที่เป็นอยู่ซึ่งบุคคลประเมินความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง โดยการมองภาพรวมทั้งหมดตามการรับรู้เป้าหมายและการให้คุณค่า

ความพึงพอใจในชีวิต มีความเป็นนามธรรม จึงมีนักคิดที่พยายามเสนอรูปแบบของความพึงพอใจในชีวิตที่เป็นรูปธรรม อย่างไรก็ตาม ความพึงพอใจมีความเป็นอัตวิสัย เช่นเดียวกับความสุข ดังนั้นผู้วิจัยจึงของสรุปความพึงพอใจในชีวิตไว้อย่างกว้างๆ ว่าเป็น ความรู้สึกเชิงบวกที่บุคคลมีต่อวิถีในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน

ทฤษฎีฐานราก

ทฤษฎีฐานราก (Grounded Theory) เป็นระเบียบวิธีวิจัยในการทำวิจัยเชิงคุณภาพ มีเป้าหมายที่จะศึกษาสิ่งที่ไม่สามารถจะวัดได้ คือ ไม่สามารถลดทอนลงเป็นตัวเลขได้ เช่น ความรู้สึก ความคิด ประสบการณ์ เป็นต้น (ณรงค์ศักดิ์ บุญขมาลิก, 2550)

ทฤษฎีฐานรากนั้น พบมากในการทำวิจัยทางสังคมศาสตร์ การแพทย์ การพยาบาล รวมทั้งงานวิจัยทางจิตวิทยา หรือ การให้คำปรึกษา ทฤษฎีฐานรากมีกำเนิดมาจาก Glaser และ Strauss ในช่วงประมาณปี ค.ศ 1967 ลักษณะเด่นของทฤษฎีฐานรากคือ เป็นการรวบรวมข้อมูลเพื่อสรุปและสร้างเป็นทฤษฎีเล็กขึ้นหนึ่งทฤษฎี เพื่ออธิบายปรากฏการณ์และตีความ สิ่งที่ได้ศึกษา ซึ่งเป็นการวิเคราะห์ข้อมูล และตีความหมายแบบอุปนัย (Inductive) โดยผู้วิจัยต้องพยายามเก็บข้อมูลด้วยทัศนคติที่เปิดกว้างมากที่สุด (McLead, 2005: 94)

เป้าหมายของระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ทฤษฎีฐานรากนั้นเพื่อให้สามารถแปลปรากฏการณ์ มีผู้กล่าวว่า ทฤษฎีฐานราก เกิดจากการที่ Glaser และ Strauss พยายามประยุกต์ส่วนที่ดีของแนวคิดปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) และ ศาสตร์แห่งการตีความ (Hermeneutics) เพื่อให้ง่ายต่อการใช้งาน เหมาะสมกับยุคสมัย เนื่องจากมีขั้นตอนการวิจัยที่ชัดเจน และสามารถเห็นภาพของผลงานว่าจะออกมาในรูปแบบใด (Mc Lead, J. 2005: 75)

McLeod (2005: 72-74) ได้สรุปขั้นตอนการทำวิจัยโดยใช้ทฤษฎีฐานราก ไว้ดังนี้

1. ผู้วิจัย สร้างคำถามของงานวิจัยอย่างกว้างๆ ไม่มีข้อสรุป และมีแนวโน้มที่ต้องกระทำการบางอย่างเพื่อหาคำตอบ เนื่องจากวัตถุประสงค์ของทฤษฎีฐานราก คือ เพื่อค้นหาคะบวนการพื้นฐานทางสังคม จากพฤติกรรม
2. การหากลุ่มตัวอย่าง โดยการเลือกแบบเจาะจง ประมาณ 8-20 คน และจัดหาคนที่มีความแตกต่างกันเฉพาะทาง

3. ผู้วิจัยไม่พยายามที่จะทบทวนวรรณกรรมให้มากนักก่อนการเก็บข้อมูล เพื่อให้การเข้าหาข้อมูล เป็นไปอย่างเปิดกว้างที่สุด และให้รูปแบบ หรือ ขอบเขตของข้อมูลเกิดขึ้นเองจากการเก็บข้อมูล

4. วิเคราะห์ และเชื่อมโยงข้อมูล ทันทีหลังการสัมภาษณ์ หรือ การสังเกตแต่ละครั้ง เพื่อใช้ข้อมูล หรือ กรอบคิดที่อาจได้รับจากการได้ข้อมูลในครั้งก่อน ในการเก็บข้อมูลครั้งต่อไป

5. เลือกกลุ่มตัวอย่าง ตามความสนใจ หรือ ความเกี่ยวข้องในทางทฤษฎี ว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถให้ข้อมูลนั้นๆ ได้ ไม่นิยมสุ่มหากกลุ่มตัวอย่าง ตามหลักการทางสถิติ และ โดยมากกลุ่มตัวอย่างของ ทฤษฎีฐานราก จะไม่มากพอที่จะใช้วิธีสุ่มได้

6. หยุดเก็บข้อมูลเมื่อสามารถสร้างทฤษฎีขึ้นได้ หรือ เมื่อผู้วิจัยไม่พบข้อมูล หรือ ความคิดใหม่ๆจากการเก็บข้อมูล

7. ผู้วิจัยอ่านเอกสารต่างๆ และใช้กระบวนการถอดความของคำพูด ทั้งด้วยวิธีการพิจารณาเปรียบเทียบ จัดกระบวนการรหัส และ จัดกลุ่มข้อมูล

8. Strauss and Corbin (1990 อ้างใน McLeod, J: 73) แนะนำให้จัดกลุ่มประเด็นตามกิจกรรม และกระบวนการ มากกว่าสถิติ เน้นข้อมูลที่เป็นคำพูด ประโยค เรื่องเล่าต่างๆ

9. จัดกลุ่มและตั้งชื่อประเด็นที่เกิดขึ้น

10. พิจารณาประเด็นย่อยในกลุ่มต่างๆ แบบองค์รวม เพื่อมุ่งหาประเด็นที่ใหญ่ขึ้น

11. สำรวจหาความเชื่อมโยงของแต่ละกลุ่มประเด็น ด้วยการหาเหตุและผลที่ตามมาเมื่อแสดงพฤติกรรมหนึ่งๆ

12. ใช้กระบวนการเปรียบเทียบตลอดเวลา เพื่อหาความแตกต่าง

13. ทุกขั้นของการเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ ผู้วิจัยควรจดบันทึก และวาดผังแสดงความสัมพันธ์ เพื่อให้แจ่มชัด หรือ ข้อคิดที่ได้ค้นพบ ได้รับการจดบันทึก ทำให้สามารถนำมาใช้อ้างอิงได้

14. เมื่อกลุ่มข้อมูลหลักปรากฏขึ้น ซึ่งเป็นข้อมูลที่แสดงความหมายของปรากฏการณ์ในองค์รวม ผู้วิจัยควรจะอธิบายชุดความหมายนั้นๆ และบ่งชี้ถึงรูปแบบตรงกับความหมายหลักของปรากฏการณ์ที่ศึกษา

15. เขียนบรรยายการวิเคราะห์ โดยทั่วไป การวิเคราะห์ทฤษฎีฐานรากแสดงให้เห็นถึงตัวแทนของสิ่งที่ค้นพบ และแยกย่อยออกเป็นประเด็นย่อยๆ

Strauss และ Corbin (อ้างใน McLeod, 2005: 75) เสนอแนะการจัดกลุ่มข้อมูลว่าสามารถทำได้ 3 ลักษณะ คือ สร้างจากสามัญสำนึกของผู้วิเคราะห์ สร้างจากศัพท์เฉพาะทางที่ปรากฏในทฤษฎีหรือวรรณกรรม และ สร้างจากภาษาที่ผู้ให้ข้อมูลใช้

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้เลือกใช้แนวคิดของปรากฏการณ์วิทยา ในการตีความข้อมูลเพื่อสร้างทฤษฎีฐานราก ดังนั้นจึงขอสรุปสาระสำคัญของปรากฏการณ์วิทยา โดยคร่าวๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจในกระบวนการสร้างทฤษฎีฐานรากมากยิ่งขึ้น ปรากฏการณ์วิทยา เป็นวิธีการหาความจริงโดยศึกษาประสบการณ์ การที่บุคคลหนึ่งๆ ได้ประสบเรื่องราว สถานการณ์หนึ่งๆ และมีความรับรู้ ความรู้สึกในเรื่องนั้นๆ อย่างไร เช่น ประสบการณ์ด้านอารมณ์ ความรู้สึกดีใจ เสียใจเศร้า โกรธเกลียดแค้น ประสบการณ์ที่เกี่ยวกับสัมพันธภาพ การแต่งงาน การเป็นผู้ป่วยในโรงพยาบาล ทั้งนี้ประสบการณ์อาจเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจริง หรือไม่จริง เช่น ความฝัน จินตนาการก็ได้ (Stanford Encyclopedia of Philosophy, 2008)

ประเด็นสำคัญของการศึกษาตามแนวทฤษฎีปรากฏการณ์วิทยา (Clark อ้างใน กิตติพัฒน์ นนทปัทมคุลย์ 2546: 72) คือ เน้นตามคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูล ให้ความสำคัญกับองค์รวม เป็นการค้นหาความหมาย หรือการทำความเข้าใจประสบการณ์ แนวคิด และความเข้าใจของบุคคลผ่านการหยั่งรู้ และสะท้อนคิด พิจารณาย่างมีสติ โดยผู้วิจัยต้องใช้คำถามที่เหมาะสม เพื่อค้นหาความหมายของประสบการณ์ ควรใช้ข้อมูลจากหลายแหล่ง และบันทึกสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน และจะเกิดต่อไปในอนาคต นอกจากนี้ในการศึกษาต้องศึกษาให้ครอบคลุมทุกๆ ประเด็น ควรมีระบบวิธีเก็บผลการศึกษาที่ได้จากบุคคล ตามหลักการทางวิทยาศาสตร์ และในการศึกษานั้นควรศึกษาผ่านกระบวนการมองเห็น สะท้อนคิด จนเกิดความรู้และความเข้าใจทั้งในระดับต้นและระดับลึก

กิตติพัฒน์ นนทปัทมคุลย์ (2546: 72-73) ได้เสนอองค์ประกอบของวิธีการวิจัยแนวปรากฏการณ์วิทยาไว้ดังนี้

1. การค้นหาประเด็นปัญหาและคำถามการวิจัยที่เป็นประสบการณ์ตรงและการให้ความหมายของบุคคลผู้ให้ข้อมูล ซึ่งเป็นเรื่องเกี่ยวกับสภาวะแวดล้อมของบุคคล คำถามในการวิจัยมักเป็นประเด็นที่เกี่ยวกับความรู้สึก ประสบการณ์ส่วนบุคคล และเป็นการค้นหาสิ่งที่ยังไม่มีใครเคยตอบมาก่อน
2. การรวบรวมความรู้เกี่ยวกับเรื่องที่ศึกษา เพื่อนำไปกำหนดกรอบแนวคิด และเป็นการศึกษาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องเพื่อให้การสัมภาษณ์ครอบคลุมกับประเด็นต่างๆ
3. การสร้างคำถามเพื่อเป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ ควรเป็นคำถามที่เปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลสามารถอธิบายประสบการณ์ การรับรู้ หรือความรู้สึกนึกคิดอย่างชัดเจน
4. ผู้วิจัยควรบันทึกเทปข้อมูลจากการสัมภาษณ์ เพราะต้องนำมาทดสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล และในการบันทึกเทป ควรได้รับการยินยอมจากผู้ถูกสัมภาษณ์
5. การวิเคราะห์และการจัดหมวดหมู่ของข้อมูล เพื่อหาความหมายของสิ่งที่ค้นพบ อันจะนำมาซึ่งคำตอบของเรื่องที่จะศึกษา

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้วิธีวิจัยแบบทฤษฎีฐานราก และแนวคิดของปรากฏการณ์วิทยา เพื่อศึกษาปรากฏการณ์ที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจและความสุขของผู้สูงอายุ เมื่อสามารถสร้างเป็นทฤษฎีฐานรากได้แล้ว ผู้วิจัยจะนำข้อมูลเหล่านั้น และประสบการณ์ที่ผู้วิจัยได้รับจากการศึกษาผู้ให้ข้อมูลมาสะท้อนกับชีวิตของผู้วิจัยเอง เพื่อพรรณาประสบการณ์เหล่านั้นในฐานะที่วันหนึ่งผู้วิจัยจะต้องทำหน้าที่เลี้ยงดูผู้สูงอายุ และในที่สุดผู้วิจัยจะต้องกลายเป็นผู้สูงอายุเอง ซึ่งกระบวนการสะท้อนคิดเช่นนี้ ถือเป็นรูปแบบหนึ่งของการวิจัย ที่เรียกว่า อัตชาติพันธุ์วรรณา ที่ผู้วิจัยจะนำเสนอต่อไป

การวิจัยแบบอัตชาติพันธุ์วรรณา

การวิจัยแบบอัตชาติพันธุ์วรรณา (Autoethnography) เป็นรูปแบบหนึ่งของวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ ทางสังคมศาสตร์ ที่อธิบายปรากฏการณ์หนึ่งๆ จากการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม ผู้วิจัยเป็นผู้มีส่วนร่วมหรือเป็นผู้กระทำ และใช้วิธีการพรรณาเล่าเรื่องที่ประสบการณ์ที่ผู้วิจัยได้รับตีความ วิเคราะห์ข้อมูล โดยการสร้างภาพตัวตนของตนขึ้นมา เพื่ออธิบายให้ผู้อ่านรับรู้ การใช้รูปแบบการวิจัยเช่นนี้ เป็นการสะท้อนความคิด ความรู้สึก จากประสบการณ์ที่ผู้วิจัยได้พบท่ามกลางวัฒนธรรมหนึ่งๆ ผู้วิจัย รวบรวม ร้อยเรียง ความคิด ความรู้สึก เรื่องราว และ การสังเกตการณ์ เพื่อทำความเข้าใจบริบททางสังคมที่ผู้วิจัยกำลังศึกษา รวมถึงการเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์กับบริบทนั้น และกลั่นกรอง ความรู้สึก อารมณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น ออกเป็นงานเขียน (Wikipedia, 2010)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขและความพึงพอใจของผู้สูงอายุ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องของความสุข และความพึงพอใจนั้น มิได้จำกัดอยู่ที่คำ 2 คำนี้เท่านั้น แต่ยังมีคำที่ให้ความหมายคล้ายคลึงกับคำว่าความสุข และ ความพึงพอใจ อีก เช่น คำว่า คุณภาพชีวิตที่ดี ความผาสุกทางใจ ความเป็นอยู่ที่ดี เป็นต้น ซึ่งผู้วิจัยได้ค้นหางานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่อยู่ในขอบเขต ของความรู้สึกในเชิงบวกเหล่านี้ รวมถึงแนวคิดที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุที่มีภาวะความเป็นอยู่ที่ดี ได้มีผู้ที่สนใจและทำการศึกษาวิจัย ทั้งในและต่างประเทศเป็นจำนวนมาก ในที่นี้ผู้วิจัยได้คัดงานที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุมาเท่านั้น

งานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวกับความสุขและความพึงพอใจรวมถึงความรู้สึกเชิงบวกอื่นๆ มีมากมายทั้งในประเทศแถบตะวันตกและตะวันออก ซึ่งจากงานวิจัยเหล่านี้ แสดงออกถึงลักษณะของประชากรที่มีความแตกต่างกันในแต่ละวัฒนธรรม ในการกล่าวถึงความสุข หรือ ความพึงพอใจในชีวิต กล่าวคือ Bishop, et al. (2006) ได้ศึกษาเรื่อง ความสุขและความผาสุกของตัวตนของ



ผู้สูงอายุ ตัวแบบทางโครงสร้างของความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งพวกเขาได้แบ่งว่าสุขภาพ สถานะทางสังคมและเศรษฐกิจ และการได้รับความช่วยเหลือจากสังคม เป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ หรือ ในกรณีของ Jones, et al (2003) ได้ศึกษาความผาสุกของผู้สูงอายุ โดยมีองค์ประกอบ คือ ความพึงพอใจในชีวิต และการถ่วงดุลทางอารมณ์ (ความสุข) Fonseca, et al. (2008) ศึกษาความพึงพอใจในชีวิตและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุชาวโปรตุเกสที่อาศัยในชุมชนพบว่ากลุ่มปัจเจกที่มีระดับการศึกษาต่ำและมีรายต่ำ ดูเหมือนว่าจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีแต่ไม่มีความพึงพอใจในมิติทางจิตวิทยา ซึ่งเป็นตัวแปรที่มีความเกี่ยวข้องกับลักษณะบุคลิกภาพและไม่ค่อยเกี่ยวข้องกับปัจจัยภายนอก ทั้งทางร่างกาย สังคม หรือสภาพแวดล้อม

การทำวิจัยข้างต้น เกิดขึ้นในสังคมตะวันตก ในขณะที่ Po-Wen Ku, et al. (2007) ได้ศึกษาการประเมินสุขภาวะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุในจีน กลับพบว่า การที่ผู้สูงอายุประเมินภาวะอยู่ดีมีสุขของตน พวกเขาจะมุ่งสำรวจที่มุ่งไปที่ความอยู่ดีกินดีของครอบครัว ซึ่งตรงกันข้ามกับข้อค้นพบของ Fonseca, et al. (2008) Bishop, et al. (2006) และ Jones, et al. (2003) ที่การชี้วัดความพึงพอใจในชีวิตเน้นที่ตัวปัจเจก ทั้งนี้ Po-Wen Ku (2007) ได้กล่าวว่าความแตกต่างเช่นนี้ เกิดขึ้นเนื่องจากสังคมอเมริกันและยุโรป คนในสังคมที่เน้นความเป็นปัจเจก ที่มุ่งให้ความสำคัญกับสภาพความเป็นอยู่ของชีวิตของตน แต่ในสังคมที่เน้นส่วนรวม เช่นในจีน ฮองกง ไต้หวัน เกาหลีใต้ และไทย เน้นที่ครอบครัว

อย่างไรก็ตามงานวิจัยทั้งหลาย ต่างเห็นด้วยกับเรื่องการเกื้อหนุนทางสังคม จากญาติมิตร (Becker et al. 2003; Bishop, et al., 2005) ซึ่งมีความสัมพันธ์ที่สำคัญมากกับความรู้สึกในเชิงบวกของผู้สูงอายุ ร่วมกับปัจจัยด้านสุขภาพ สุขภาพใจ การเงิน เป็นต้น

สำหรับในประเทศไทยในช่วงระยะเวลากว่า 10 ปีที่ผ่านมา เราได้เริ่มต้นให้ความสำคัญกับความสุขของประชากร ดังจะเห็นได้จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) ซึ่งเป็นแผนพัฒนาฯ ฉบับแรกที่ความถึงความสุข โดยมุ่งหมายให้ประชาชนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา และใช้เศรษฐกิจเป็นเครื่องมือช่วยพัฒนาให้คนมีความสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น (วรชัย ทองไทย, 2550 หน้า 1) ดังนั้นงานวิจัยที่เน้นในด้านนี้จึงเกิดขึ้นมากขึ้น

มีงานวิจัยจากพยาบาลผู้สูงอายุ ที่ศึกษาเรื่องความสุขและความพึงพอใจในชีวิต โดยศึกษากับผู้สูงอายุที่เป็นผู้ป่วย หรือ ศึกษาประเด็นอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุในเรื่องสุขภาพกายและใจ ยกตัวอย่างงานวิจัยจากสาขาพยาบาลศาสตร์ เช่น สุนิตรา จตุพรพิพัฒน์ (2543) ศึกษาเรื่อง การพึงพาอัตโนมัติ และความพึงพอใจในชีวิต ของผู้ป่วยสูงอายุโรคหลอดเลือดสมอง จิตตวดี เจริญทอง (2542) ศึกษาเรื่องผลของการพยาบาลตามทฤษฎีสำเร็จตามจุดมุ่งหมายต่อการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน และความพึงพอใจในชีวิต ของผู้ป่วยสูงอายุโรคกล้ามเนื้อหัวใจตาย และมีงานวิจัยเรื่อง

กิจกรรมทางกายกับความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุ ซึ่ง พนิตนันท์ โชติกเจริญสุข (2545) ได้ศึกษา เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางกายกับความผาสุกทางใจ และพบว่า ผู้สูงอายุกว่าครึ่งหนึ่ง มีกิจกรรมทางกาย อยู่ในระดับต่ำและความผาสุกทางใจ อยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าความ ผาสุกทางใจกับความผาสุกทางกายมีความสัมพันธ์ต่อกันในระดับต่ำ ดังนั้นการประกอบกิจกรรม ทางกายเพียงอย่างเดียวจึงไม่สามารถส่งผลต่อความผาสุกทางใจต่อผู้สูงอายุได้ น่าจะมององค์ประกอบ อื่นๆอีกด้วย

นอกจากการศึกษาผู้สูงอายุในฐานะที่เป็นผู้ป่วยแล้ว ทางสาขาพยาบาล ยังสนใจศึกษาเรื่อง ความสุขของผู้สูงอายุ เช่นกัน เช่น ชูพิน อังสุโรจน์ และคณะ (2544) ศึกษาความผาสุกทางใจของ ผู้สูงอายุไทย 477 คน และเปรียบเทียบกับลักษณะของปัจจัยทางประชากร คือ เพศ สถานภาพการ สมรส และการประกอบอาชีพ สภาวะเศรษฐกิจและสังคม คือ สภาวะเศรษฐกิจ จำนวนบุตรที่อยู่ ด้วยกันและภาวะสุขภาพ ผลการวิจัยพบว่า ความผาสุกทางใจอยู่ในระดับสูงในทุกมิติ คือ ความ สามีคีปรองดอง ความสงบสุขและการยอมรับ การพึ่งพาอาศัยกัน ความเคารพนับถือ และความ เบิกบาน เพศชายมีความผาสุกทางใจมากกว่าเพศหญิง ผู้สูงอายุที่มีคู่สมรสอยู่ด้วย มีความผาสุก มากกว่าผู้ที่ไม่มีคู่สมรส ผู้ที่มีสุขภาพดีและไม่ดี มีความผาสุกทางใจต่างกันเช่นกัน แต่ปัจจัยด้านการ ประกอบอาชีพ ไม่ส่งผลให้ความผาสุกทางใจแตกต่างกัน และผู้ที่มีเงินพอใช้มีความผาสุกทางใจ มากกว่าผู้ที่มีเงินไม่พอใช้

ชุตติไกร ตันดิชัยวนิช และคณะ (2552) ศึกษาระดับความสุขในชีวิต และปัจจัยที่มีอิทธิพล และสามารถร่วมทำนายความสุขในชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดระยอง พบว่าผู้สูงอายุร้อยละ 48 มี ความสุขระดับปานกลาง ร้อยละ 27.8 มีความสุขระดับสูง และร้อยละ 24.2 มีความสุขระดับน้อย โดยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา ภาวะสุขภาพ บุคลิกภาพ ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง สัมพันธภาพในครอบครัว รายได้ของครอบครัวต่อเดือน และการสนับสนุนทางสังคม การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม และการรับรู้สถานะแวดล้อมทาง สังคม ส่วนปัจจัยที่มีอิทธิพลและสามารถคาดทำนายความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความรู้สึก มีคุณค่าในตัวเอง แรงสนับสนุนทางสังคม สัมพันธภาพในครอบครัว การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทาง สังคม และการรับรู้สถานะแวดล้อมทางสังคม ซึ่งสามารถร่วมทำนายได้สูงสุด

สรุปว่าสาขาพยาบาล และสาขาวิชาทางสาธารณสุข ต่างก็มีความสนใจศึกษาผู้สูงอายุ โดย ในที่นี้เน้นเรื่องความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อตอบโจทย์ว่าปัจจัยใดที่มี ความสัมพันธ์กับความสุข แต่งานศึกษาส่วนใหญ่ไม่ได้เข้าถึงข้อมูลในเชิงลึก

ในสาขาสังคมศาสตร์ แนวโน้มการวิจัย จะให้ความสำคัญกับเรื่องความสัมพันธ์ กลไกทางสังคม ภาวะการดูแลจากครอบครัว ภาวะการอยู่ลำพังของผู้สูงอายุ เนื่องจากความเปลี่ยนแปลงทางสังคม โครงสร้างจำนวนประชากรที่เปลี่ยนแปลงไป โดยมีงานวิจัยจากสาขาประชากรศาสตร์ ที่เกี่ยวข้องกับความสุขและความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

รศรินทร์ เกรย์ และคณะ (2550) ได้วิจัย เรื่อง ความสุขของผู้สูงอายุไทยในจังหวัดชัยนาท พบว่าผู้สูงอายุมีระดับความสุขเฉลี่ยในระดับปานกลาง โดยปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายใน ล้วนเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดชัยนาท และพบว่าความรู้สึกพอใจเพียง มีอิทธิพลต่อระดับความสุขมากกว่าปัจจัยภายนอก อันได้แก่ การไม่เป็นหนี้ การมีสุขภาพดี การอยู่ในสภาพแวดล้อมของชุมชนที่ดี มีความไว้วางใจกัน เกื้อกูลช่วยเหลือกัน ไม่รู้สึกกังวลต่อความปลอดภัยและอาชญากรรม

สาสินี เทพสุวรรณ และรศรินทร์ เกรย์ (2550) ได้วิจัยเรื่องดัชนีความอยู่ดีมีสุขมวลรวมของคนไทย ความสำคัญระดับภาคประชาชน กรณีศึกษาจังหวัดชัยนาท พบว่า กลุ่มวัยสูงอายุ มีปัจจัยที่ก่อให้เกิดความทุกข์สูงกว่ากลุ่มอายุอื่น ได้แก่ ปัญหาการอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีต้นทุนทางสังคมต่ำ ปัญหาการอยู่คนเดียว และปัญหาความเจ็บป่วย ในภาพรวมพบว่า องค์ประกอบที่สำคัญที่สุดที่มีผลต่อความอยู่ดีมีสุข คือ เรื่องเศรษฐกิจ รองลงมาคือ ครอบครัว ซึ่งมีสัดส่วนใกล้เคียงกัน แต่เพศหญิงให้ความสำคัญกับครอบครัวมากกว่าเศรษฐกิจ และนอกจากนี้ยังพบว่า การวัดความอยู่ดีมีสุขจากภายใน หรือ ความสุข มีความสัมพันธ์ไปในทิศทางเดียวกันกับความอยู่ดีมีสุขจากภายนอก

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่ได้กล่าวมาแล้ว พอจะสรุปได้ว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความรู้สึกของผู้สูงอายุ มีทั้งปัจจัยภายในและภายนอก โดยผู้สูงอายุในประเทศแถบตะวันออกจะมีลักษณะที่แตกต่างจากผู้สูงอายุในตะวันตกตรงที่เน้นความสุขในระดับครอบครัว ส่วนผู้สูงอายุในประเทศไทย ผลการวิจัยพบว่าตัวแปรที่ส่งผลต่อความสุขและความพึงพอใจในชีวิตมีหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็น เพศ ฐานะ สภาพเศรษฐกิจ สภาพทางจิตใจ สุขภาพ สภาพแวดล้อม สถานะการสมรส การอยู่ลำพัง ล้วนมีผลต่อความรู้สึกของผู้สูงอายุ แต่งานวิจัยเหล่านี้ส่วนใหญ่ใช้การสำรวจ และตอบแบบสอบถาม ซึ่งลักษณะนิสัยของคนไทย ชอบประนีประนอม ดังนั้นในการตอบแบบสอบถามอาจเลือกข้อที่เป็นความรู้สึกกลางๆ จึงอาจทำให้ผลการสำรวจไม่ชี้ชัดว่าปัจจัยใดกันแน่ที่มีผลต่อสิ่งที่ศึกษา นอกจากนี้ยังพบลักษณะของความรู้สึกพอใจ ซึ่งเป็นความรู้สึกจากภายในที่ส่งผลต่อความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้วิจัยเห็นสมควรใช้วิธีการเก็บข้อมูลในเชิงลึก เพื่อศึกษาหาปัจจัยเหล่านี้ เพื่อให้ได้ความเข้าใจในความรู้สึกของผู้สูงอายุได้มากยิ่งขึ้น

งานวิจัยที่ใช้ทฤษฎีฐานราก

งานวิจัยที่ใช้ทฤษฎีฐานราก จัดทำเพื่อสร้างทฤษฎีจากข้อค้นพบ มักเห็นได้บ่อยในการทำวิจัยสายสังคมศาสตร์ สาขาการพยาบาล การแพทย์ เช่น ลัดดาวัลย์ สิงห์คำฟู (2545) ศึกษาการจัดการชีวิตของชายไทยที่เป็นอัมพาตท่อนล่าง ด้วยการศึกษาทฤษฎีจากข้อมูล หรือ ทฤษฎีฐานราก เพื่อศึกษาการรับรู้ การจัดการกับชีวิตประจำวัน และพัฒนาทฤษฎีเนื้อหาที่ระบุเนื้อหาและการจัดการกับปัญหา โดยใช้การเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และจดหมายของผู้ให้ข้อมูล มีผู้ให้ข้อมูลหลัก 15 คน และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีเปรียบอย่างคงที่

สำหรับงานวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่ใช้ทฤษฎีฐานราก ผู้วิจัยไม่พบข้อมูลว่าในประเทศไทยมีการทำวิจัยเช่นนี้ แต่ในต่างประเทศมีข้อมูลของการทำวิจัยเช่นนี้อยู่พอสมควร เช่น Lee (2001) ศึกษาการรับรู้ของผู้สูงอายุจีนฮ่องกง เรื่องการปรับตัวเมื่อเข้าไปอยู่ในบ้านพักคนชรา โดยใช้ทฤษฎีฐานราก เพื่อสำรวจกระบวนการที่ผู้สูงอายุ จำนวน 18 คน ได้เข้ามาอยู่ในบ้านพัก ในช่วง 1 สัปดาห์แรก และทุกๆเดือนหลังจากนั้น จนกระทั่งไม่พบข้อมูลใหม่จากการเก็บข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยเปรียบเทียบข้อมูลของผู้สูงอายุที่เข้ามาใหม่เปิดเผยต่อการที่เขาต้องปรับตัวผ่านกระบวนการ 4 ขั้นตอน คือ หาทิศทาง ทำให้เป็นปกติ ใช้เหตุผล และระยะคงที่ เมื่อพวกเขาต้องต่อสู้ให้ได้รับความรู้สึกเป็นปกติสุขของชีวิต ให้ใกล้เคียงกับชีวิตก่อนเข้ามาที่บ้านพักนี้ให้ได้มากที่สุด

งานวิจัยอีกชิ้นที่ใช้ทฤษฎีฐานราก เพื่อศึกษาเรื่องการจัดการความมั่นคงทางจิตใจของผู้สูงอายุ ในกระบวนการเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาล เพื่อแสดงประสบการณ์และพฤติกรรมของผู้สูงอายุที่เข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาล การค้นพบความหมายของประสบการณ์ของพวกเขา และพัฒนาทฤษฎีที่ยั่งยืนที่สามารถอธิบายกระบวนการสังคมที่ผู้สูงอายุเกี่ยวข้อง ในขณะที่อยู่โรงพยาบาล เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์และการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม 2 ชั่วโมง ตลอดการพักรักษาตัว ซึ่งใช้เวลาตั้งแต่ 36 ชั่วโมง ถึง 26 วัน โดยมีเกณฑ์ว่าผู้ให้ข้อมูลต้องมีอายุ 75 ปีขึ้นไป พูดอังกฤษได้ และเข้ามารับการรักษาทางการแพทย์ ไม่ใช่คนไข้ผ่าตัด และยินยอมให้ข้อมูล ข้อค้นพบที่ได้รับ คือ เมื่อเข้ารับรักษาตัวที่โรงพยาบาล ผู้สูงอายุเริ่มตระหนักว่าตนมีปัญหาสุขภาพ และต้องมีการปรับตัวเพื่อเตรียมตัวกลับบ้าน ผลการศึกษา พบว่า ความมั่นคงทางจิตใจเป็นคุณสมบัติที่เป็นพลวัตของตัวตน ซึ่งประกอบด้วย สุขภาพ ความสง่า และ ความเป็นอิสระ ระหว่างอยู่ที่โรงพยาบาล ผู้สูงอายุใช้ยุทธวิธีเพื่อจัดการกับความมั่นคงทางใจ โดยเริ่มแรก ตั้งมั่นที่ยุทธวิธีเกี่ยวกับสุขภาพ และต่อจากนั้นต่อจากนั้นที่ ความสง่า และความเป็นอิสระตามลำดับ (Jacelon, 2004)

งานวิจัยทั้ง 2 นี้ศึกษาขึ้นโดยมีผู้สูงอายุเป็นผู้ให้ข้อมูล เพื่อสร้างเป็นทฤษฎีจากข้อมูลที่ค้นพบ โดยมีประเด็นเรื่องการปรับตัวเมื่อผู้สูงอายุต้องเปลี่ยนสภาพแวดล้อม ซึ่งก็คือ เมื่อเข้าพักรักษาตัวที่บ้านพักคนชราและเมื่อเข้ารับรักษาตัวที่โรงพยาบาล ผลปรากฏว่าผู้สูงอายุต่างพัฒนากระบวนการ

รับมือกับความเปลี่ยนแปลง เพื่อให้ตัวตนยังคงดำรงอยู่ได้โดยไม่ถูกกระทบกระเทือนมากนัก นอกจากนี้ ในต่างประเทศยังมีการใช้ทฤษฎีฐานราก เพื่อศึกษาเรื่องเกี่ยวกับผู้สูงอายุ แต่ในตัวอย่างต่อไปนี ผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้ใกล้ชิด เครือญาติ หรือ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ กล่าวคือ Lau, et al., (2008) สำรวจกระบวนการพัฒนาของการร่วมมือกันโดยใช้สัมพันธภาพระหว่างครอบครัวของผู้สูงอายุและพนักงานที่ทำงานในบ้านพักคนชราในไต้หวัน เก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และการสังเกต ญาติผู้ดูแล 11 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เปรียบเทียบ ผลการศึกษาพบว่า กระบวนการที่ญาติใช้มากที่สุด คือ การเข้าไปมีบทบาททางสังคมกับทางบ้านพัก เพื่อให้เกิดการร่วมมือกันอย่างสมานกลมเกลียว กับพนักงาน โดยกระบวนการนี้แบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ คือ การเปิดเผยตนเอง การประเมินการดูแล และ การใช้วิธีตีสนิท

ตัวอย่างงานวิจัยอีกเรื่องที่เป็นการศึกษาการตัดสินใจของญาติผู้ป่วยที่เป็นโรคสมองเสื่อม ในการส่งตัวผู้สูงอายุเข้าพักยังสถานพักคนชรา เนื่องจากการตัดสินใจเช่นนี้ เป็นการตัดสินใจที่ทำได้ยาก มีปัจจัยทางจิตสังคมที่ซับซ้อน ดังนั้นจึงใช้การวิจัยที่สร้างทฤษฎีฐานรากเพื่อ สำรวจกระบวนการตัดสินใจนี้ จากมุมมองของครอบครัวที่มีหน้าที่ดูแลผู้ป่วย ใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกเป็นเวลา 1 ชั่วโมง กับญาติที่นำผู้ป่วยมาเข้าพักที่สถานพักคนชรา จำนวน 14 คน วิเคราะห์ข้อมูล โดยการวิเคราะห์เปรียบเทียบ และวิเคราะห์ประโยคต่อประโยค เพื่อพัฒนาตัวแบบที่อธิบายกระบวนการตัดสินใจ จากข้อมูล สามารถสรุปปัจจัย 3 ประการของตัวแบบที่เป็นกระบวนการหลัก คือ 1. การที่ผู้ดูแลรับรู้ความสามารถของตนในการดูแล 2. การที่ผู้ดูแลประเมินความสามารถของผู้ป่วยในการตัดสินใจเรื่องการดูแล และ 3. อิทธิพลจากปัจจัยแวดล้อมและการได้พูดคุยกับผู้มีความรู้ (Caron, et al., 2006)

จากตัวอย่างงานวิจัยที่ใช้ทฤษฎีฐานราก เพื่อศึกษาปรากฏการณ์หนึ่งจากข้อมูลแวดล้อม ผู้วิจัยเห็นว่าการวิจัยเช่นนี้เหมาะสมกับการทำความเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นใหม่ภายใต้บริบททางสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงไป ทำให้ได้ผลการศึกษาที่สะท้อนกับความเป็นจริงมากที่สุด

งานวิจัยที่ใช้รูปแบบอัตชาติพันธุ์วรรณนา

ในประเทศไทย ผู้วิจัยไม่พบว่ามีงานวิจัยที่ใช้รูปแบบการวิจัยเช่นนี้ ในการศึกษาผู้สูงอายุ แต่จะพบเห็นได้ในงานวิจัยของสาขาสตรีศึกษา หรือ สังคมศาสตร์อื่นๆ และอาจใช้ชื่อที่ต่างกันบ้าง เช่น การวิเคราะห์จากทัศนะส่วนบุคคล การบรรยาย การพรรณนา เรื่องการเขียนอัตชีวประวัติ เป็นต้น ลักษณะการเขียนงานวิจัยเช่นนี้ อาจเป็นที่รู้จักกว่าเป็นการสะท้อนคิด (Reflection) ก็ได้

ในที่นี้ ผู้วิจัยจะนำเสนองานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ โดยผู้ที่ทำวิจัยเป็นผู้สะท้อนทัศนะส่วนบุคคล ร่วมกับกับการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งมีหลากหลายประเภท เช่น Butters (2002) ศึกษาเรื่องความชราและความตายในประเทศแคนาดา ศตวรรษที่ 21 ด้วยการใชทัศนะส่วนบุคคล

บุคคลในการวิเคราะห์ และพรรณาเรื่องราว งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจหาแง่มุมต่างๆที่เกิดขึ้นในวงจรของความแก่ชราและความตาย นำเสนอด้วยทัศนะส่วนบุคคล โดยมีเอกสารเชิงประจักษ์ เช่น ข้อมูลเชิงประจักษ์ที่นำมาวิเคราะห์ ประกอบด้วย แบบสำรวจ ผู้สูงอายุจำนวน 39 คน วรรณกรรม ข้อความ วารสาร และนิตยสาร มาสนับสนุน รวมถึงการสังเกตด้วยตนเอง จากประสบการณ์ที่มีเมื่อต้องดูแลผู้สูงอายุในช่วงสุดท้ายของชีวิต งานวิจัยพยายามหาคำตอบต่อคำถามหลักๆมากมาย เช่น ทำไมคนถึงรับรู้ว่าคุณเองแก่กว่าเพื่อนๆ และ คนรับมือกับความตายอย่างไร Butters นำประสบการณ์ส่วนตัวในฐานะที่เป็นผู้ดูแลผู้สูงอายุ ทำให้มองเห็นการเจ็บป่วย แก่ชรา และเสียชีวิต และมองเห็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในการดูแลผู้สูงอายุ การเตรียมตัวตาย และความตาย รวมทั้งการก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุของตนเอง และบุคคลใกล้ชิด

นอกจากนี้ยังมีอีกงานวิจัยที่น่าสนใจ คือ การบรรยายความซับซ้อนของการเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ งานวิจัยนี้ Andrews พรรณานำข้อมูลจากประสบการณ์ของตนที่ได้ทำวิจัย และสอนหนังสือเรื่องผู้สูงอายุ โดยเขาได้ยกงานวิจัย เอกสาร อ้างคำพูดจากบุคคลต่างๆ และจากการสัมภาษณ์ เพื่อบรรยายเรื่องราวของความซับซ้อนของแนวคิด การเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ

เขาได้อ้างถึงแนวคิดที่มีการแบ่งสรรพสิ่งเป็นสองขั้ว Bipolar จากการมองเช่นนี้ ทำให้การเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ ย่อมมีคู่ตรงข้ามเป็นผู้สูงอายุที่ล้มเหลว เขายังให้ความสำคัญกับความสำคัญของการที่คนทุกคนควรตระหนักถึงการแก่ชรา หนุ่มสาวมักมีภาพลักษณ์ทางลบเกี่ยวกับการแก่ชรา ซึ่งเป็นการถูกรอบงำด้วยวาทกรรมชุดหนึ่ง ซึ่งก็คือวาทกรรมต่อต้านความชรา เขาเชื่อว่าหากคนเราตระหนักว่าการแก่ชราไม่ใช่เป็นเรื่องของคนอื่นๆ แต่เป็นเรื่องของตัวเอง ของชีวิต พวกเขาจะเริ่มยอมคิดว่าเมื่อตนแก่แล้วจะเป็นเช่นไร เมื่อเกิดกระบวนการเช่นนี้ ภาพลักษณ์ของการแก่ชราน่าจะเปลี่ยนเป็นเชิงบวกมากยิ่งขึ้น (Andrews, 2009)

จากงานทั้งสองชิ้นข้างต้น ได้ให้แง่คิดกับผู้วิจัยในเรื่องการใช้ข้อมูล ร่วมกับประสบการณ์ เพื่อบรรยาย ถ่ายทอดให้ผู้อ่านได้เข้าใจเรื่องที่น่าสนใจจากมุมมองส่วนบุคคล โดยเฉพาะที่ Andrews ได้กล่าวไว้ว่าต้องทำให้เรื่องการแก่ชราเป็นสิ่งที่ใกล้ตัว เพื่อให้สามารถวางแผนชีวิต และมีทัศนคติต่อการแก่ชราในเชิงบวกมากขึ้น

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยมองเห็นช่องว่างในการทำวิจัย 2 ประเด็น คือ การศึกษาจากข้อมูลเชิงลึก เพื่อทำความเข้าใจกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งผู้วิจัยได้เลือกใช้ทฤษฎีฐานราก ในการเข้าถึง และวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อนำเสนอข้อสรุปที่ได้ค้นพบ ซึ่งจะทำให้ข้อมูลที่ได้นั้นมีความละเอียด และลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น ส่วนประเด็นที่สอง คือ การนำสิ่งที่ได้ค้นพบมาสะท้อนกับตัวผู้วิจัยเอง เพื่อนำเสนอสิ่งที่ได้รับ จากการวิจัยครั้งนี้ ในฐานะที่ผู้วิจัยก็เป็นคนๆหนึ่งในสังคม ที่ซึ่งทุกคนล้วนต้องมิปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน รวมถึงการ

ปฏิสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นกรณีที่มีญาติสูงอายุ มีพ่อแม่ที่ต้องดูแล หรือ แม้แต่การพบเจอผู้สูงอายุในชีวิตประจำวัน การเข้าใจซึ่งกันและกันจะช่วยให้สังคมดำเนินได้อย่างสงบสุข และทุกฝ่ายต่างเป็นฝ่ายได้รับประโยชน์ การเข้าใจผู้อื่นเพื่อมองตัวเองนั้น เป็นกระบวนการที่สำคัญในสังคม เพราะหากทุกคนมีความเข้าใจกันและกันแล้ว การดำรงอยู่ร่วมกันในสังคมจะมีความสมานกลมเกลียวกันมากขึ้น