

รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกัน ภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4

Management Model of Elderly Schools in Nakhon Sawan Province to
Prevent Depression according to Ariyasacca 4

จาไอยดาภาข์ ฉัตรไพศาลกุล¹ พระครูศรีสุธรรมนิวิฐ² และวรภักดิ์ เกื้อนช่าง³
Jaaiyadapar Chatpaisankun, Phrakhru Sri Suthumniwit and Worrakrit Thuanchang

Received: June 27, 2022

Revised: September 30, 2023

Accepted: October 07, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพการบริหารจัดการ 2) สร้างรูปแบบการบริหารจัดการ และ 3) ประเมินรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์ เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4 การวิจัยนี้เป็นแบบผสมวิธี โดยขั้นตอนที่ 1 เป็นวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 19 คน ใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และใช้การวิเคราะห์เนื้อหา ขั้นตอนที่ 2 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 9 รูป/คน โดยการจัดสนทนากลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบบันทึกการสนทนากลุ่มและใช้การวิเคราะห์เนื้อหา ขั้นตอนที่ 3 เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคือผู้บริหารโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์จำนวน 27 คน เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ แบบประเมินรูปแบบ 4 ด้าน ประกอบด้วย ความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ในการปฏิบัติและประโยชน์ สถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัย พบว่า 1) สภาพการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์ มีสภาพด้านการป้องกันและบำบัดภาวะซึมเศร้า สภาพด้านข้อมูลข่าวสารและความรู้ทั้งในระบบโรงเรียน นอกกระบบ

¹ นักธุรกิจอิสระ; Independent Scholar

²⁻³ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย; Mahachulalongkornrajavidyalaya University

โรงเรียน 2) รูปแบบการบริหารจัดการ พบว่า 2.1) ด้านการป้องกันความคิดอยากตายหรือพยายามฆ่าตัวตาย มีวิธีป้องกัน 11 กิจกรรม 2.2) ด้านการป้องกันการไม่มีสมาธิ ไม่มั่นใจในตนเอง ขี้หลงขี้ลืม มีวิธีป้องกัน 10 กิจกรรม 2.3) ด้านการป้องกันการกระสับกระส่าย หงุดหงิด มีวิธีป้องกัน 10 กิจกรรม 2.4) ด้านการป้องกันความเบื่อหน่ายไม่ยอมทำอะไรที่เคยชอบ ความรู้สึกแข็งและเศร้า มีวิธีป้องกัน 10 กิจกรรม และ 3) ผลการประเมินรูปแบบการบริหารจัดการ พบว่า ทั้ง 4 ด้าน ทั้ง 4 รูปแบบ ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุดทุกรูปแบบ

คำสำคัญ: รูปแบบ, การบริหารจัดการ, โรงเรียนผู้สูงอายุ, ภาวะซึมเศร้า, หลักอริยสัจ 4

Abstract

The purposes of this research article were 1) to study the management conditions; 2) to create a management model; and 3) to evaluate the management model of elderly schools in Nakhon Sawan Province to prevent depression according to Ariyasacca 4. This was a mixed methods research. The first step was qualitative research consisting of 19 key informants using semi-structured interviews and content analysis. Step 2 was qualitative research including 9 key informants by organizing group discussions. The tools used were focus group recordings and content analysis. Step 3 was quantitative research consisting of 27 key informants of elderly school administrators in Nakhon Sawan Province. The tools used were 4-sided format assessment form consisting of 4 aspects: accuracy, appropriateness, feasibility for practice, and usefulness. Statistics used were mean and standard deviation. The results of the research found that 1) management conditions of the elderly schools in Nakhon Sawan Province had conditions for prevention and treatment of depression, conditions of information and knowledge in formal education and non-formal education; 2) management model found that 2.1) aspect of preventing thoughts of death or suicide attempts had 11 ways to prevent this; 2.2) aspect of preventing inattention, lack of self-confidence, forgetfulness had 10 ways to prevent this; 2.3) aspect of preventing restlessness and irritability had 10 activities to prevent it; 2.4) aspect of preventing boredom from wanting to do things you used to like,

feeling bored and sad had had 10 activities to prevent it; and 3) the results of the evaluation of the management model found that all 4 aspects, all 4 styles, overall were at the highest level in all forms.

Keywords: Model, Management, Elderly School, Depression, Ariyasacca 4

บทนำ

ประชาชนทุกช่วงอายุย่อมเป็นพลเมืองที่จะช่วยในการพัฒนาประเทศ เมื่อประชาชนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ ย่อมทำให้ประเทศชาติเจริญรุ่งเรืองมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นรัฐบาลต้องให้ความสำคัญของผู้สูงอายุในการดูแล พัฒนาส่งเสริมสุขภาพความเป็นอยู่ทุก ๆ ด้าน ตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560 มาตรา 71 ที่กล่าวไว้ว่ารัฐพึงเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวอันเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของสังคม จัดให้ประชาชนมีที่อยู่อาศัยอย่างเหมาะสม ส่งเสริมและพัฒนาก่อสร้างเสริมสุขภาพเพื่อให้ ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงและมีจิตใจเข้มแข็ง รวมตลอดทั้งส่งเสริมและพัฒนาก่อสร้างให้ไปสู่ความเป็นเลิศ และเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชนรัฐพึงส่งเสริมและพัฒนาศูนย์สุขภาพชุมชนให้ เป็นพลเมืองที่ดี มีคุณภาพและความสามารถสูงขึ้นรัฐพึงให้ความช่วยเหลือเด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ ผู้ยากไร้ และผู้ด้อยโอกาสให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ และคุ้มครองป้องกันมิให้บุคคลดังกล่าวถูกใช้ความรุนแรงหรือปฏิบัติอย่างไม่เป็นธรรม (ราชกิจจานุเบกษา, 2560) รวมตลอดทั้งให้การบำบัด พิ้นฟูและเยียวยาผู้ถูกระทำการดังกล่าว การดูแลสุขภาพ และการอนามัยที่ดีจึงทำให้มีการเพิ่มของประชากรโลก ทำให้ผู้สูงอายุเพิ่มมาก เมื่อการเพิ่มประชากรโลกนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2503 จนถึงปัจจุบันปี พ.ศ.2564 ระยะเวลา 60 กว่าปีมีจำนวนประชากรโลกเพิ่มขึ้นจากจำนวน 3,032 ล้านคนในปี พ.ศ. 2503 เป็นจำนวน 7,703 ล้านคนในปี พ.ศ. 2564 (World Meters, 2565)

จากข้อมูลสถิติขององค์การสหประชาชาติได้เทียบอัตราความเร็วของการเพิ่มขึ้นของประชากรโลกในระยะเวลา 10 ปีระหว่างปี พ.ศ. 2550 ถึง 2560 ประชากรโลกได้เพิ่มขึ้นจาก 6,609 ล้านคน เป็น 7,550 ล้านคน เท่ากับอัตราเฉลี่ยร้อยละ 1.4 ต่อปี แต่ประชากรสูงอายุกลับเพิ่มขึ้นในอัตราที่สูงมากอย่างรวดเร็ว ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปได้เพิ่มขึ้นจาก 611 ล้านคนในปี พ.ศ. 2550 เป็น 962 ล้านคนในปี พ.ศ.2560 เท่ากับเพิ่มขึ้นในอัตราร้อยละ 5.8 ต่อปี ดังนั้น อัตราการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรสูงอายุของโลกสูงกว่าอัตราเฉลี่ยของประชากรรวมถึง 4 เท่าตัว (สุรพงศ์ มาลี, 2561) อัตราการเพิ่มขึ้นของประชากรสูงอายุอย่างรวดเร็วอันเนื่องมาจากการลดลงของภาวะ

เจริญพันธุ์อย่างรวดเร็ว ทำให้ครอบครัวมีบุตรน้อยลง ประกอบกับความเจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์และสาธารณสุขทำให้คนไทยอายุยืนยาวขึ้น จึงส่งผลให้ก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมสูงอายุอย่างรวดเร็ว (กุศล สุนทรธาดา, 2553) กล่าวว่าการประชากรโลกในปี พ.ศ.2560 รวมทั้งหมดประมาณ 7,550 ล้านคน ในจำนวนนี้ประกอบด้วยประชากร 60 ปีขึ้นไปจำนวน 962 ล้านคน หรือคิดเป็น 12.7% ดังนั้นเมื่อประชากรโลกมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเกินกว่าร้อยละ 10 จึงเรียกได้ว่าโลกของเราได้กลายเป็น “สังคมผู้สูงอายุ” ไปแล้ว ซึ่งในจำนวน 962 ล้านคนนี้เมื่อแยกตามภูมิภาคต่าง ๆ มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุที่แตกต่างกันมาก อัตราผู้สูงอายุสูงสุดคือ ยุโรป 24.7% รองลงมาคือ ทวีปอเมริกาเหนือ 21.7% ภาคพื้นมหาสมุทร 17.0% ลาตินอเมริกาและแคริบเบียน 13.8% เอเชีย 12.2% และแอฟริกามีอัตราผู้สูงอายุที่น้อยที่สุด 5.5% เรียกได้ว่ายุโรปและอเมริกาเหนือเป็น “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” ภาคพื้นมหาสมุทร ลาตินอเมริกาและแคริบเบียน และเอเชียเข้าสู่สังคมสูงอายุแล้ว เมื่อศึกษาในระดับประชากรของกลุ่มประเทศอาเซียน มีจำนวนทั้งสิ้น 647.5 ล้านคน ประเทศที่เข้าสู่สังคมสูงอายุ คือ ประเทศสิงคโปร์ 19.5% ไทย 17.1% และเวียดนาม 11.1% และเมื่อศึกษาลงระดับประชากรของไทย มีประชากรทั้งหมดประมาณ 65.5 ล้านคน เป็นประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป 11.3 ล้านคน คิดเป็น 17.1% ถือเป็นประเทศสังคมสูงอายุไปแล้วเช่นกัน (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2561)

อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุในจังหวัดนครสวรรค์ จากการศึกษา พบว่า เป็นผู้ที่มีความเปราะบางทางจิตใจ และมีสาเหตุมาจากปัญหาการเจ็บป่วยเรื้อรังความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองลดลง และค่านิยมต่อผู้สูงอายุ ในสังคมไทยเปลี่ยนแปลง ทำให้ต้องมีการดูแลระยะยาว รวมทั้งวัยสูงอายุเป็นวัยที่พบกับความสูญเสียคนใกล้ชิด เศรษฐกิจ และสถานะทางสังคม การเกษียณจากงานหรือเกิดความพิการ ทำให้ประสบกับภาวะโดดเดี่ยวและเกิดความทุกข์ทรวงใจที่ต้องได้รับการป้องกันและแก้ไขโดยการบังคับใช้กฎหมายที่เข้มงวดและจัดการกับปัญหาอื่น ๆ ที่เชื่อมโยงต่อเนื่องให้เบ็ดเสร็จลดระดับความรุนแรงของปัญหา โรคซึมเศร้าให้หมดสิ้นไปจากประเทศไทย และรัฐบาลได้กำหนดรูปแบบการบริหารจัดการในการป้องกันและแก้ไขปัญหาโรคซึมเศร้าในสถานศึกษา โดยมอบให้สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิตกำหนดแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตในผู้สูงอายุโดยให้โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นจุดสำคัญ ที่ผู้บริหารโรงเรียนผู้สูงอายุจะต้องร่วมนำรูปแบบการบริหารจัดการสู่การปฏิบัติเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาโรคซึมเศร้าในสถานศึกษา ให้บรรลุตามวัตถุประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อไป (กรมสุขภาพจิต , 2564)

ผู้วิจัยเห็นว่าสังคมผู้สูงอายุของประเทศไทยเพิ่มขึ้น ผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้นจะเป็นสังคมผู้สูงอายุในอีกไม่กี่ปีข้างหน้า ผู้สูงอายุจะต้องมีสังคมการเรียนรู้แบบผู้สูงวัยขาดคนดูแลที่ใกล้ชิด เกิดความรู้สึกลึกซึ้งถึงบุตรหลานเป็นห่วง กลัว ไม่มีคนดูแลตนเอง และเป็นสังคมวัฒนธรรมเชิงพุทธ จึงมีกรอบแนวคิดในการแก้ไขปัญหาภาวะซึมเศร้า ในสังคมไทยยุคปัจจุบันนี้เป็นอีกทางเลือกหนึ่งในการแก้ปัญหา สาเหตุสำคัญของปัญหาต่าง ๆ ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจในการศึกษาความรู้ที่จะศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการบริหารจัดการและวิธีการต่าง ๆ ที่จะสามารถนำมาใช้ในการป้องกันปัญหาภาวะซึมเศร้าในโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยใช้หลักทฤษฎี 4 และเพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปเป็นแนวทางในการจัดทำแผนงาน/โครงการ ในการป้องกันปัญหาภาวะซึมเศร้า ในโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์ ต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสภาพการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์
2. เพื่อสร้างรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักทฤษฎี 4
3. เพื่อประเมินรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักทฤษฎี 4

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่องนี้เป็นการศึกษาเชิงผสมวิธี ข้อมูลที่ได้มาจากการศึกษาทบทวนแนวคิด ทฤษฎี เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์ เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักทฤษฎี 4 โดยมีการใช้เครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ผู้บริหารโรงเรียนผู้สูงอายุหรือ รองผู้บริหารโรงเรียนผู้สูงอายุ รวมทั้งหมดจำนวน 19 คน เป็นการเก็บข้อมูลโดยวิธีการสัมภาษณ์ (Interview) แบบมีโครงสร้าง และสนทนากลุ่ม (Focus Group) โดยใช้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 9 รูป/คน นำมาวิเคราะห์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามลำดับขั้นตอนดังนี้ การสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง การวิเคราะห์ข้อมูลโดยข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ การจัดข้อมูลจากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง ใช้วิธีสังเคราะห์เนื้อหา รวบรวมรูปแบบการบริหารจัดการ ผู้เชี่ยวชาญประเมินรูปแบบจำนวน 27 คน โดยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาสภาพการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้า

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร ตำราวิชาการ บทความ หนังสือ วารสาร เกี่ยวกับการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้า

2. สร้างแบบสัมภาษณ์สำหรับรวบรวมแนวคิดเกี่ยวกับการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้า

3. สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) คือ ผู้บริหาร ครู และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) จำนวน 19 คน

4. วิเคราะห์ข้อมูล เพื่อหาสภาพการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้า

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4

1. ยกร่างสร้างรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4

2. การสนทนากลุ่ม (Focus Group) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 9 รูป/คน และปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อให้ได้รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4 ฉบับสมบูรณ์

ขั้นตอนที่ 3 การประเมินรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4

1. ประเมินรูปแบบ ด้วยเครื่องมือการวิจัยคือแบบประเมิน 4 ด้านความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และความเป็นประโยชน์ โดยผู้เชี่ยวชาญที่เป็นผู้บริหารสถานศึกษา จำนวน 27 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. จัดทำรายงานการวิจัย

สรุปผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอผลการวิจัยโดยตอบคำถามการวิจัยและวัตถุประสงค์ของการวิจัย 3 ข้อ โดยผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. สภาพการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์พบว่า มีสภาพการบริหารจัดการด้านการป้องกันและบำบัดภาวะซึมเศร้า โดยเริ่มจากสถาบันครอบครัวในการดูแลให้การความอบอุ่น ให้ข้อมูลข่าวสาร และความรู้ ทั้งในระบบโรงเรียน นอกโรงเรียน และการศึกษาตามอัธยาศัยแก่กลุ่มเป้าหมายอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันแก่บุคคลให้มี

ความสามารถที่จะเผชิญหน้ากับปัญหา อุปสรรค และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในช่วงชีวิต ตลอดถึงภาครัฐในการบำบัดรักษาภาวะซึมเศร้าและสนับสนุนหน่วยงานต่าง ๆ ด้วยการส่งเสริมให้บุคคลใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขการพัฒนาสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน ควรเริ่มจากสิ่งแวดล้อมภายในบ้าน ชุมชน และโรงเรียน งานป้องกันสารเสพติดในโรงเรียน เน้นการรณรงค์ป้องกันขั้นพื้นฐาน จึงต้องคำนึงถึงสิ่งแวดล้อมทางจิตวิทยาด้วย เพื่อสร้างบรรยากาศในการทำงานที่ให้ความรู้สึกในทางบวก เพื่อส่งเสริมให้เยาวชนสามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้ เผชิญปัญหาและแก้ปัญหาได้ โดยไม่ต้องพึ่งพาสารเสพติด

2. รูปแบบการป้องกันปัญหาภาวะซึมเศร้าในโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์ตามหลักอริยสัจ 4 พบว่า 1) ผู้บริหารส่งเสริมการจัดกิจกรรมให้การยอมรับเป็นผู้นำ เป็นหัวหน้าชั้นกับผู้สูงอายุ 2) ผู้บริหารสนับสนุนการจัดกิจกรรมการพบปะพูดคุย ทำกิจกรรมร่วมกันไม่รู้สึกริษยาให้กับผู้สูงอายุ 3) ผู้บริหารส่งเสริมการจัดกิจกรรมให้โอกาสผู้สูงอายุเป็นวิทยากร 4) ผู้บริหารจัดกิจกรรมเยี่ยมบ้าน ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ 5) ผู้บริหารจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุประเมินตนเอง 6) ผู้บริหารส่งเสริมกิจกรรมรับประทานอาหารร่วมกันของผู้สูงอายุ 7) ผู้บริหารสนับสนุนการจัดกิจกรรมเล่นดนตรีไทยให้กับผู้สูงอายุ 8) ผู้บริหารส่งเสริมการจัดกิจกรรมบริหารจิต ด้วยฟังธรรม ฟีกสมาธิ สวดมนต์ให้กับผู้สูงอายุ 9) ผู้บริหารจัดกิจกรรมนันทนาการให้กับผู้สูงอายุ และ 10) ผู้บริหารส่งเสริมกิจกรรมใส่ใจคุณภาพการกิน อยู่ ดี พัง เป็นให้ผู้สูงอายุ

3. ผลการประเมินรูปแบบการป้องกันปัญหาภาวะซึมเศร้า ในโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์ตามหลักอริยสัจ 4 ทั้ง 4 ด้าน ทั้ง 4 รูปแบบ ในภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุดทุกรูปแบบ เมื่อจำแนกตามรายชื่อ พบว่า ผลการประเมินรายด้านดังนี้ 1) ด้านการป้องกันความคิดอยากตาย หรือพยายามฆ่าตัวตาย ความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ และประโยชน์ ค่าเฉลี่ย อยู่ในระดับมากที่สุด 2) ด้านการป้องกันการไม่มีสมาธิ ไม่นั่นใจในตนเอง ซึ่หลงซึ่ลืม ความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ และประโยชน์ ค่าเฉลี่ย อยู่ในระดับมากที่สุด 3) ด้านการป้องกันการกระสับกระส่าย หงุดหงิดความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ และประโยชน์ ค่าเฉลี่ย อยู่ในระดับมากที่สุด และ 4) ด้านการป้องกันความเบื่อหน่ายไม่ยอมทำอะไรที่เคยชอบ ความรู้สึกเชิงและเศร้าความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ในการปฏิบัติ และประโยชน์ ค่าเฉลี่ย อยู่ในระดับมากที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยเรื่อง รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4 ผู้วิจัยได้นำมาอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1. สภาพการการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้า พบว่า แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาภาวะซึมเศร้า มีหลากหลายรูปแบบการบริหารจัดการและวิธีการ โดยมุ่งเป้าหมายให้เกิดการสร้างภูมิคุ้มกันต่อการป่วยเป็นภาวะซึมเศร้า จนถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ส่งเสริมการป่วยเป็นภาวะซึมเศร้าของบุคคล เป็นการเสริมแรงพฤติกรรมทางบวกในบุคคลนำไปสู่การปฏิเสธการป่วยเป็นโรคซึมเศร้าในที่สุด และแผนงานวิธีการป้องกันภาวะซึมเศร้า คือ การไม่ยอมรับให้มีการเกิดโรค การผลิต การค้า การเป็นภาวะซึมเศร้าในวงกว้างของภาวะซึมเศร้า การทำให้ถูกกฎหมาย การใช้ทางเลือกอื่นในสำนักงานส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต หรือการใช้มาตรการให้ผู้กระทำผิดทำกิจกรรมอื่นที่อยู่ภายใต้เงื่อนไขและกระบวนการที่กำหนดเพื่อให้เลิกพฤติกรรมแทนการจำคุก การกำหนดพื้นที่เป้าหมายโรงเรียนควรมีการกำหนดที่ชัดเจน การสำรวจและจำแนกนักเรียนผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง กลุ่มเสพ การจัดระเบียบสังคมรอบโรงเรียนเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงหรือปัจจัยที่ก่อให้เกิดการเกิดโรค ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ผู้สูงอายุได้รับการดูแลจากลูกหลาน การเอาใจใส่ของครอบครัว สังคม วัฒนธรรมที่ดี มีชุมชนที่อบอุ่น กลุ่มเพื่อนที่ดี ระบบเศรษฐกิจที่เอื้ออำนวย การได้รับการพัฒนาสภาพจิตใจ การปรับบุคลิกภาพ การแสดงออกเพื่อเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันแก่บุคคลให้มีความสามารถที่จะเผชิญหน้ากับปัญหา อุปสรรค และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในช่วงชีวิต การจัดระเบียบสังคมรอบโรงเรียนเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงหรือปัจจัยที่ก่อให้เกิดการเกิดโรค การรู้จักป้องกันตนเอง ครอบครัว และชุมชนให้รอดพ้นจากสารเสพติดด้วยวิธีการต่าง ๆ เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันแก่บุคคลให้มีความสามารถที่จะเผชิญหน้ากับปัญหา อุปสรรค และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในช่วงชีวิตลักษณะบุคลิกภาพส่วนบุคคล มีความรู้ความเข้าใจเรื่องโรคซึมเศร้า ความเชื่อ บรรทัดฐาน เจตคติเกี่ยวกับโรคซึมเศร้า รู้ถึงปัจจัยครอบครัว ประกอบด้วยลักษณะความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว สถานภาพของครอบครัว ระดับการมีส่วนร่วมของสมาชิกในครอบครัว ระดับความคาดหวังต่อสมาชิกในครอบครัว สภาพเศรษฐกิจของครอบครัว สอดคล้องกับงานวิจัยของมิ่งขวัญ คงเจริญ และกัมปนาท บริบูรณ์ (2564) พบว่า สภาพลักษณะโรงเรียนผู้สูงอายุในประเทศไทยส่วนใหญ่ก่อตั้งขึ้นโดยหน่วยงานในพื้นที่และมีการดูแลในรูปแบบที่แตกต่างกัน สภาพลักษณะของโรงเรียนมีการปรับพื้นที่ให้เหมาะสมกับการใช้งานและความปลอดภัยของผู้สูงอายุ มีองค์ประกอบส่วนท้องถิ่นให้การสนับสนุน มีผู้นำ/ผู้บริหารโรงเรียนที่มีวิสัยทัศน์ และมีหน่วยงานสนับสนุนบุคลากรมาเป็นวิทยากรให้กับโรงเรียน องค์ประกอบ

ของโรงเรียนผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ พบว่า เมืองค์ประกอบดังนี้ 1) มีความเข้มแข็งของกลุ่มแกนนำ สมาชิก 2) มีส่วนร่วมของภาคีเครือข่าย 3) มีเป้าหมายร่วมกัน 4) มีกิจกรรมอย่างต่อเนื่องหลากหลาย 5) มีกองทุนงบประมาณ 6) มีการบริหารจัดการที่ดี มีการจัดการตนเอง 7) มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ 8) มีความเกื้อกูลสามัคคี ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน 9) มีคุณค่า ได้รับการยกย่อง มีส่วนร่วมทำ ประโยชน์ต่อชุมชน และ 10) มีการถ่ายทอดประสบการณ์ สืบสาน ภูมิปัญญาท้องถิ่น สำหรับรูปแบบของโรงเรียนมี 3 รูปแบบ 1) ชุมชนจัดการตนเอง 2) พึ่งพาหน่วยงานภาครัฐในพื้นที่ และ 3) แบบบูรณาการ แนวทางการพัฒนาโรงเรียนผู้สูงอายุในประเทศไทย มีความสอดคล้องกับรูปแบบการพัฒนา 4 ด้าน คือ 1) การพัฒนาอัตลักษณ์ของโรงเรียน 2) การพัฒนาโรงเรียนในฐานะของการเป็นพื้นที่แห่งการเรียนรู้ 3) การเผยแพร่องค์ความรู้ของสมาชิกในโรงเรียน และ 4) การมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างโรงเรียนและคนในสังคม

2. รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4 พบว่า 2.1 ด้านการป้องกันความคิดอยากตายหรือพยายามฆ่าตัวตาย มีกิจกรรมป้องกันดังนี้ กิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมเข้าจังหวะ กิจกรรมการพบปะพูดคุย ทำกิจกรรมร่วมกัน ไม่ให้รู้สึกโดดเดี่ยว กิจกรรมให้โอกาสเป็นวิทยากรแนะนำเพื่อนในห้องเรียน กิจกรรมให้เป็นผู้นำ เป็นหัวหน้าชั้น กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมประเมินตนเอง กิจกรรมบริหารจัดการ ด้วยฟังธรรม ฟีกสมาธิ สวดมนต์ กิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ให้ความสำคัญ กิจกรรมใส่ใจสุขภาพ การกิน อยู่ ดู ฟัง กิจกรรมรับประทานอาหารเช้าเพื่อสุขภาพ กิจกรรมเล่นดนตรีไทย 2.2 ด้านการป้องกันการไม่มีสมาธิ ไม่มั่นใจในตนเอง ซ้ำหลังซ้ำลิ้ม กิจกรรมให้คำแนะนำ สร้างความเข้าใจตนเอง กิจกรรมปฏิบัติธรรม ฟีกสมาธิ กิจกรรมเล่าประสบการณ์ตนเอง กล้าแสดงออก กิจกรรมเล่าเรื่องความสามารถของตนเอง นำเสนอหน้าชั้น กิจกรรมให้การยกย่องชมเชยให้กำลังใจ กิจกรรมเล่นเกม เล่นกีฬาผู้สูงอายุที่ฝึกสมองกระตุ้นความคิด โดมิโน ไพ่นกกระจอก กิจกรรมฝึกอาชีพ เย็บปัก ถักร้อย ร้อยลูกปัด กิจกรรมออกกำลังกาย ปรบมือตามจังหวะ กิจกรรมตอบคำถาม นับเลข กิจกรรมจัดทำบัญชีครัวเรือน ให้จดจำ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะได้มีการวางแผนที่ดีในการจัดทำกิจกรรม มีวางแผนระบบการป้องกันภาวะซึมเศร้า มีการจัดบุคลากรที่พร้อมจะร่วมกิจกรรมสนทนา การเล่นเกม กิจกรรมทำขนม ทำอาหาร กิจกรรมปลูกผักสวนครัว จัดหาหนังสือเรียนหนังสืออ่านประกอบที่เพียงพอสำหรับผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้มีความเข้มแข็งและได้ขอความร่วมมือทางวิชาการกับองค์กรหน่วยงานอื่น มีความรับผิดชอบด้าน การพัฒนาบุคลากรให้ได้รับความรู้ความสามารถ การฝึกอบรม การฝึกปฏิบัติ สรุปผลการดำเนินงาน มีการบริหารจัดการ กิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมเข้าจังหวะ กิจกรรมการพบปะพูดคุย ทำกิจกรรมร่วมกัน ไม่ให้รู้สึกโดดเดี่ยว กิจกรรมให้

โอกาสเป็นวิทยากรแนะนำเพื่อนในห้องเรียน กิจกรรมให้เป็นผู้นำ เป็นหัวหน้าชั้น กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมประเมินตนเอง กิจกรรมบริหารจัดการ ด้วยฟังธรรม ฟีกสมาธิ สวดมนต์ กิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ให้ความสำคัญ กิจกรรมใส่ใจสุขภาพ การกิน อยู่ ดู ฟัง กิจกรรมรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ กิจกรรมเล่นดนตรีไทย มีกิจกรรมให้คำแนะนำ สร้างความเข้าใจตนเอง จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม ฟีกสมาธิ มีกิจกรรมเล่าประสบการณ์ตนเอง กล้าแสดงออก กิจกรรมเล่าเรื่องความสามารถของตนเอง นำเสนอหน้าชั้น สอดคล้องกับงานวิจัยของอรุณพล บาลยอ (2546) พบว่ากลุ่มนักเรียนผู้สูงอายุที่ไม่เคยใช้โรคซึมเศร้า ส่วนใหญ่ครูสอนตามเนื้อหาสาระที่หลักสูตรกำหนดไว้ให้ศึกษาในให้ค้นคว้าในห้องสมุด ดูวีดิทัศน์ ทำรายงาน เรียงความ หรือเขียนคำขวัญในวันสำคัญต่าง ๆ มีการจัดนิทรรศการและเดินรณรงค์ต่อต้านโรคซึมเศร้า จัดการแข่งขันกีฬาภายในโรงเรียน และจัดให้มีการตรวจสุขภาพนักเรียนผู้สูงอายุนำนักเรียนผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมในวันสำคัญทางศาสนา และจัดกิจกรรมอบรมจริยธรรม สอนทักษะด้านงานอาชีพ จัดให้มีกิจกรรมเข้าค่ายพักแรมลูกเสือและเนตรนารี และให้นักเรียนผู้สูงอายุแสดงบทบาทสมมติเกี่ยวกับโรคซึมเศร้า ให้เพื่อนในห้องเรียนคอยสอดส่องดูแล แนะนำ ตักเตือนและสังเกตพฤติกรรมขอเสนอแนะ คือ โรงเรียนควรสอนเรื่องโรคซึมเศร้าที่ปรากฏในปัจจุบัน นำนักเรียนผู้สูงอายุ ไปทัศนศึกษาฉายวีดิทัศน์ และซีดีเรื่องโรคซึมเศร้า จัดมุมเรื่องโรคซึมเศร้า จัดกิจกรรมทางศาสนา ส่งเสริมให้ชุมชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน และมีการจัดตั้งชมรมต่าง ๆ ให้นักเรียนผู้สูงอายุ กลุ่มนักเรียนผู้สูงอายุที่มีประสบการณ์ในการป่วยเป็นโรคซึมเศร้า พบว่า ส่วนใหญ่ครูคอยให้ความรู้ตักเตือน และควบคุมดูแลพฤติกรรมนักเรียนผู้สูงอายุอย่างใกล้ชิดทั้งในและนอกโรงเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของดุสิต แสงรัมย์ (2554) พบว่า การป้องกันปัญหาโรคซึมเศร้าในโรงเรียน ได้แก่ 1) โรงเรียนควรมีการจัดสถานที่พักผ่อนหย่อนใจในโรงเรียนแก่นักเรียนผู้สูงอายุอย่างเพียงพอ การจัดสถานที่พักผ่อนที่เหมาะสม สะอาด ร่มรื่นปลอดภัย ทำให้จิตใจสบายเมื่อจิตใจสบาย ทำให้นักเรียนผู้สูงอายุมีสติไตร่ตรอง มีเหตุผล ไม่สนใจอบายมุขช่วยลดปัญหาการหนีเรียนและลดปัญหาโรคซึมเศร้าได้ 2) โรงเรียนควรประสานงานกับโรงพยาบาล ตำรวจ หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการป้องกันปัญหาโรคซึมเศร้าเป็นระยะ 3) ควรมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการป้องกันยาเสพติดระหว่างโรงเรียนกับผู้ปกครอง โดยการให้มีการประชุมระหว่างผู้ปกครองและบุคลากรในโรงเรียน เกี่ยวกับแนวทางการป้องกันปัญหาโรคซึมเศร้าอย่างเป็นทางการและไม่เป็นทางการ และควรมีการประเมินผลหลังเสร็จสิ้นแต่ละโครงการเพื่อทราบความคืบหน้าในแต่ละโครงการและ 4) โรงเรียนควรสนับสนุนให้มีการสร้างเครือข่ายระหว่างบ้าน วัด โรงเรียน ในการเฝ้าระวังนักเรียนผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคซึมเศร้าทุกรูปแบบการบริหารจัดการ และภูษิต วงศ์หล่อสายชล (2555) พบว่า รูปแบบการบริหาร

จัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองที่จำเป็นประกอบด้วย 4 รูปแบบการบริหารจัดการ ได้แก่ 1) รูปแบบการบริหารจัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองด้านพุทธิปัญญา 2) รูปแบบการบริหารจัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองด้านพฤติกรรมการณ์เรียน 3) รูปแบบการบริหารจัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองด้านบริหารการเรียนออนไลน์ 4) รูปแบบการบริหารจัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองด้านแรงจูงใจโดยผู้เรียนใช้รูปแบบการบริหารจัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองทุกด้านในระดับมาก ด้านรูปแบบการบริหารจัดการการส่งเสริมรูปแบบการบริหารจัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองของผู้เรียนประกอบด้วยรูปแบบการบริหารจัดการการเรียนการสอนที่แตกต่างกัน ได้แก่ วิดีโอ เอกสารประกอบการเรียน เสียง การมอบหมายงาน กระดานสนทนา การสนทนาออนไลน์ การทดสอบก่อนหลังเรียนและบริบทเครือข่ายสังคมออนไลน์ ด้านรูปแบบการบริหารจัดการการส่งเสริมรูปแบบการบริหารจัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองส่งผลให้ผู้เรียนมีระดับรูปแบบการบริหารจัดการการเรียนรู้แบบกำกับตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และโรซาตี (Rosati, M.M, 2000) พบว่า การป้องกันปัญหาโรคซึมเศร้าในโรงเรียน เป็นต้นว่าควรให้ความรู้แก่นักเรียนผู้สูงอายุโดยการเชิญวิทยากรมาบรรยายให้ความรู้ เพื่อให้ให้นักเรียนผู้สูงอายุสามารถซักถามข้อสงสัยต่าง ๆ เกี่ยวกับยา เสพติดกับวิทยากรโดยตรง เพราะวิทยากรที่ได้รับเชิญมาบรรยายมักจะเป็นบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับโรคซึมเศร้าโดยตรง ได้แก่ แพทย์ ตำรวจ และนักสังคมสงเคราะห์

3. ผลการประเมินรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4 มีความถูกต้อง มีความเหมาะสม มีความเป็นไปได้ในการปฏิบัติและมีประโยชน์ ค่าเฉลี่ย และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน อยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ผลการจัดทำรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4 โดยที่ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการบริหารจัดการ เอกสารพระไตรปิฎก และขณะเดียวกัน ผู้วิจัยได้ไปสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 19 คน ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิล้วนแล้วแต่เป็นผู้มีความรู้ความสามารถมีประสบการณ์หลายสาขาทั้งในรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้า ผู้วิจัยได้สังเคราะห์สรุป เอกสารและจากการสัมภาษณ์ นำแนวคิดจากการสนทนากลุ่มมาสังเคราะห์รวมเป็นรูปแบบ และหลังจากนั้นผู้วิจัยจึงได้ส่งไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 9 รูป/คน ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นผู้มีความรู้ ความสามารถในด้านรูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4 ได้ทำการประเมินรูปแบบ ผลการประเมินจึงออกมาอยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน สอดคล้องกับงานวิจัยของเบญจมาศ เมืองเกษม (2562) พบว่า การพัฒนารูปแบบการ

บริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุในการพัฒนาคุณภาพชีวิตจังหวัดเชียงรายในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X} = 3.95$, S.D. = 0.58) สำหรับการพัฒนารูปแบบ มีกระบวนการจัดการโดยใช้หลัก 5 ก ได้แก่ กลุ่ม กรรมการ กติกา กิจกรรม และกองทุนมาเป็นฐานการบริหารจัดการ โดยมุ่งเน้นให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและเศรษฐกิจ นำทุนทางสังคมในชุมชนและการมีส่วนร่วมมาเป็นพลังขับเคลื่อนในการดำเนินงานให้บรรลุเป้าหมายสำคัญ คือ สูงวัยอย่างทรงคุณค่า ชราอย่างภาคภูมิใจ

องค์ความรู้ใหม่

ผู้วิจัยสรุป รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าตามหลักอริยสัจ 4 ในสี่ด้านซึ่งสรุปเป็นองค์ความรู้ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ใหม่

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. กิจกรรมการดูแลการบริหารจัดการเพื่อป้องกันปัญหาภาวะซึมเศร้าในโรงเรียนผู้สูงอายุ ควรมีการกำหนดนโยบายการพัฒนาเพื่อปรับปรุงกิจกรรมให้ได้อยู่เสมอ ตามหลักพุทธธรรมที่นำมาปฏิบัติ

2. ควรนำผลการวิจัยไปกำหนดนโยบายที่จะส่งเสริมการพัฒนาความสามารถของ
ผู้บริหารในการดูแลภาวะซึมเศร้า โดยนำพุทธธรรมมาบูรณาการอย่างเป็นรูปธรรม

3. ควรนำผลการศึกษารูปแบบการบริหารจัดการเพื่อป้องกันปัญหาภาวะซึมเศร้า
ไปเสนอเป็นนโยบายหรือแผนเชิงปฏิบัติการในโรงเรียนหรือในหน่วยงานทางการศึกษาอื่น

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

จากการวิจัยได้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับประเด็นการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ดังต่อไปนี้

1. ควรสร้างหลักสูตรกระบวนการกิจกรรมเพื่อพัฒนาการปฏิบัติกิจกรรมดูแล
ผู้สูงอายุในมหาวิทยาลัย ที่เหมาะสมกับสภาพท้องถิ่น โดยทำกิจกรรมเชิงบูรณาการพุทธธรรม

2. รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะ
ซึมเศร้า คือ มุ่งให้ผู้บริหารได้พัฒนาบุคลากร เพื่อบริหารจัดการที่เป็นประโยชน์

3. รูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดนครสวรรค์เพื่อป้องกันภาวะ
ซึมเศร้า ควรนำการพัฒนามาดำเนินการบริหารงานดูแลภาวะซึมเศร้า ทั้งหมด

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2564). *แผนยุทธศาสตร์กรมสุขภาพจิต ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม
แห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560-2564)*. เข้าถึงได้จาก [https:// dmh.go.th/intranet/
p2554/แผนยุทธ_2560-2564.pdf](https://dmh.go.th/intranet/p2554/แผนยุทธ_2560-2564.pdf)

กุศล สุนทรธาดา. (2553). *คุณค่าผู้สูงอายุในสายตาสังคมไทย*. นครปฐม : สำนักพิมพ์ประชากรและ
สังคม สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.

ดุสิต แสงรัมย์. (2545). *การศึกษาสภาพการใช้และแนวทางป้องกันการใช้สารเสพติดของนักเรียนใน
โรงเรียนนาร่องจัดการศึกษา 9 ปี สังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัด
นครราชสีมา*. (รายงานการวิจัย). นครราชสีมา : สถาบันราชภัฏนครราชสีมา.

เบญจมาศ เมืองเกษม. (2562). *การพัฒนารูปแบบการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุในการพัฒนา
คุณภาพชีวิต จังหวัดเชียงราย*. *วารสารวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา*
, 11(1), 49-58.

ภูษิต วงศ์หล่อสายชล. (2555). *การวิจัยและพัฒนาคู่มือรูปแบบการส่งเสริมรูปแบบการเรียนรู้แบบ
กำกับตนเองในบริบทการเรียนออนไลน์ของนักศึกษามหาวิทยาลัยด้วยการออกแบบการ
เก็บรวบรวมข้อมูลผ่านระบบออนไลน์*. (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิธี
วิทยาการวิจัยการศึกษา). คณะครุศาสตร์ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- มิ่งขวัญ คงเจริญ และกัมปนาท บริบูรณ์. (2564). การพัฒนารูปแบบโรงเรียนผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน. *วารสารวิชาการศึกษาศาสตร์*, 22(1), 134-149.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2561). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2560*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เดือนตุลา.
- รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560. (2560, 6 เมษายน). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่ม 134 ตอนที่ 40 ก, หน้า 1.
- ศุภชัย ศรีสุภาพ. (2555). *โครงการส่งเสริมการมีรายได้และการมีงานทำของผู้สูงอายุ ตามนโยบายประชารัฐเพื่อสังคม*. (รายงานการวิจัย). สถาบันเสริมศึกษาและทรัพยากรมนุษย์ : สำนักงานศูนย์วิจัยและให้คำปรึกษาแห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุรพงษ์ มาลี. (2561). เตรียมความพร้อมกำลังคนภาครัฐสู่สังคมสูงอายุอย่างไร? *เกษรรอยยุทธศาสตร์ชาติและแผนการปฏิรูปประเทศ. วารสารข้าราชการ*, 60(4), 9-11.
- อรรถพล บาลยอ. (2546). *แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาโรคซึมเศร้าในโรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่*. (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- Rosati, M.M. (2000). Free School Project. Lawrence Public School Massachusetts : Education Development Center.
- World Meters. (2565). *ข้อมูลสถิติขององค์การสหประชาชาติ*. เข้าถึงได้จาก <https://www.worldometers.info/th>