

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพวิธีปรากฏการณ์วิทยาที่มุ่งศึกษาความทุกข์และความสุขในการดูแลหลานของผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งในเขตจังหวัดสุโขทัย โดยการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ค้นคว้าจากตำรา เอกสาร หนังสือ วารสาร บทความและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ การวิจัย โดยกำหนดเป็นหัวข้อและนำเสนอตามลำดับดังนี้

1. ความทุกข์
2. ความสุข
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการ
4. ปัญหาของผู้สูงอายุ
  - 4.1 ปัญหาของผู้สูงอายุ
  - 4.2 ปัญหาของผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้ง
5. ครอบครัวผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลหลาน
  - 5.1 ความหมายของคำว่าครอบครัว
  - 5.2 ภารกิจของครอบครัว
  - 5.3 สัมพันธภาพของครอบครัว
  - 5.4 ผู้สูงอายุที่ต้องดูแลหลาน
6. การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา ( Phenomenological Research )
  - 6.1 แนวคิดของปรากฏการณ์วิทยา
  - 6.2 ลำดับขั้นในการศึกษาวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา
  - 6.3 การวิเคราะห์ข้อมูล
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
8. สรุปการทบทวนวรรณกรรม

## ความทุกข์

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2525, หน้า 403) ให้ความหมายของ"ทุกข์" ไว้ดังนี้  
**ทุกข์** หมายถึง ความยากลำบาก ความไม่สบายกายไม่สบายใจ

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2551)ได้กล่าวไว้ว่า **ทุกข์** หมายถึงความไม่สบายกายไม่สบายใจ มาจากภาษาบาลีสันสกฤตเป็นแก่นความคิดในทางพุทธศาสนา รวมถึงความรู้สึกเสียใจ เศร้า บาดเจ็บ ไม่พอใจ โกรธ เครียด **ทุกข์**เป็นหนึ่งในอริยสัจสี่ซึ่งได้แก่ **ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค** **ทุกข์** ยังอาจกล่าวได้ในหลายความหมาย เช่น

1. สภาพที่ทนอยู่ได้ยาก สภาพที่คงอยู่ไม่ได้ เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้นและความดับสลาย เนื่องจากต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยที่ไม่ขึ้นต่อตัวมันเอง
2. อาการแห่งทุกข์ที่ปรากฏขึ้นหรืออาจปรากฏขึ้นได้แก่ คน
3. สภาพที่ทนได้ยาก ความรู้สึกไม่สบาย ได้แก่ทุกขเวทนาถ้ามาคู่กับโทมนัส (ในเวทนา 5) **ทุกข์**หมายถึงความไม่สบายกายคือ**ทุกข์** (โทมนัสคือไม่สบายใจ) แต่ถ้ามาลำพัง (ในเวทนา 3) **ทุกข์**หมายถึงความไม่สบายกายไม่สบายใจคือมีทั้ง**ทุกข์**กายและ**ทุกข์**ใจ
4. สิ่งเหล่านี้เป็น**ทุกข์**ในอริยสัจ ได้แก่ ชาติ ชรา มรณะ โสกา (ความโศก) ความคร่ำครวญ ความ**ทุกข์**โทมนัส ความคับแค้น ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น

**ทุกข์**ในอริยสัจจ์ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2551) ได้กล่าวไว้ว่า

**ทุกข์**เป็นความจริงอันประเสริฐข้อที่ 1 ในอริยสัจจ์ 4 **ทุกข์**อริยสัจจ์ ได้แก่

1. ชาติ หมายถึง ความเกิด ความบังเกิด ความหยั่งลงเกิด ความจำเพาะ ความปรากฏแห่งขันธ ความได้อายาตนะครบ ในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ
2. ชรา หมายถึง ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หนึ่งย่นเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ
3. มรณะ หมายถึง ความเคลื่อน ภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย ความหายไป มฤตยู ความตาย ความทำกาละ ความทำลายแห่งขันธ ความทอดทิ้งซากศพ ความขาดแห่งชีวิตอินทรีย์ จากหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ
4. โสกะ หมายถึง ความแฉงใจ กิริยาที่แฉงใจ ภาวะแห่งบุคคลผู้แฉงใจ ความผากภายใน ความแฉงผากของบุคคล ภายในประกอบไปด้วย ความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกรังแก คือ **ทุกข์**อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว

5. ปริทเวะ หมายถึง ความคร่ำครวญ ความร่ำไรร่ำพัน กิริยาที่ร่ำไรร่ำพัน กิริยาที่คร่ำครวญ ภาวะของบุคคลผู้คร่ำครวญ ภาวะของบุคคลผู้ร่ำไรร่ำพัน ของบุคคลผู้ประกอบไปด้วย ความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกรวมคือ ทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว

6. ทุกข์ (กาย) หมายถึง ความลำบากกาย ความไม่สำราญทางกาย ความเสวยอารมณ์อันไม่ดีที่เป็นทุกข์ เกิดแต่กายสัมผัส

7. โทมนัส หมายถึง ความทุกข์ทางจิต ความไม่สำราญทางจิต ความเสวยอารมณ์อันไม่ดีที่เป็นทุกข์เกิดแต่ในสัมผัส (สัมผัสทางใจ นึกคิดขึ้นมา)

8. อุปายาส หมายถึง ความแค้น ความคับแค้น ภาวะของบุคคลผู้แค้น ภาวะของบุคคลผู้คับแค้น ของบุคคลผู้ประกอบไปด้วยพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกรวมคือ ทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว

9. ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก หมายถึง ความประสบ ความพรั่งพร้อม ความร่วม ความระคน ด้วยรูป เสียง รส โณภูริัพพะ (ความรู้สึกลึกทางกาย) อันไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ หรือด้วยบุคคลผู้ปรารถนาสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่ไม่เกื้อกูล ปรารถนาสิ่งที่ไม่ผาสุก ปรารถนาความไม่เกษมจากโยคะ (กิเลส) ซึ่งมีแก่ผู้นั้น

10. ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก หมายถึง ความไม่ประสบ ความไม่พรั่งพร้อม ความไม่ร่วม ความไม่ระคน ด้วยรูป รส เสียง โณภูริัพพะ (ความรู้สึกลึกทางกาย) อันน่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ หรือด้วยบุคคลผู้ปรารถนาประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่ไม่เกื้อกูล ปรารถนาความผาสุก ปรารถนาความเกษมจากโยคะ (กิเลส) ซึ่งมีแก่ผู้นั้น คือ มารดา บิดา พี่ชาย น้องชาย พี่หญิง น้องหญิง มิตร อมาตย์ หรือญาติสายโลหิตซึ่งมีแก่ผู้นั้น

11. ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น หมายถึง ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มี ความเกิดเป็นธรรมดา สัตว์ผู้มีความแก่เป็นธรรมดา

นอกจากนี้ยังอาจแบ่งทุกข์ในอริยสัจสี่ ได้เป็น 2 กลุ่ม คือ

1. สภาวะทุกข์ คือทุกข์ประจำ ทุกข์ที่มีอยู่ทั่วด้วยกันทุกคน ไม่มียกเว้น ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความตาย

2. ปกิณณกทุกข์ คือทุกข์จรมาเป็นครั้งคราว ได้แก่ ความเศร้าโศก ความพรั่ำร่ำพัน ความไม่สบาย ความน้อยใจ ความคับแค้นใจ ความประสบกับสิ่งที่ไม่ชอบ ความพลัดพรากจากสิ่งที่ชอบ ความผิดหวังไม่ได้ตามต้องการ

Buddha Vipassana (2551) ได้กล่าวไว้ว่าทุกข์ มี 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ ทุกข์ทางกาย กับทุกข์ทางใจ

**ทุกข์ทางกาย** หมายถึง ทุกข์ที่มีกายเป็นเหตุ ได้แก่ ทุกข์ที่เกิดจากความหนาว ความร้อน ความป่วยไข้ ความบาดเจ็บ ความหิวกระหาย ความเสื่อมสภาพของร่างกาย ทุกข์ที่เกิดจากการที่ต้องคอย ดูแลบำรุงรักษาทำความสะอาดร่างกาย และความทุกข์อื่น ๆ อันมีกายเป็นต้นเหตุ ทุกข์ทางกายเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดมาคู่กับร่างกาย เป็นสิ่งที่เลี่ยงได้ยาก

**ทุกข์ทางใจ** หมายถึง ทุกข์ที่เกิดจากการปรุงแต่งของใจ ทุกข์ทางใจนี้ส่วนหนึ่งมีทุกข์ทางกายเป็นสิ่งเร้าให้เกิด เช่น เมื่อได้รับบาดเจ็บหรือป่วยไข้ขึ้นมาทำให้เกิดทุกข์ทางกายขึ้น ต่อมาก็เกิดความกังวลใจ ความหวาดกลัวขึ้นมาอีกว่าอาจจะรักษาไม่หาย อาจจะต้องสูญเสียอวัยวะไป หรืออาจจะต้องถึงตาย ซึ่งความกังวลความหวาดกลัวเหล่านี้จะก่อให้เกิดทุกข์ทางใจขึ้นมา ทุกข์ทางใจอีกส่วนหนึ่งเกิดขึ้นโดยไม่มีทุกข์ทางกายเป็นต้นเหตุ เช่น ความทุกข์จากการประสบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักที่พอใจ ความทุกข์จากการพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักที่พอใจ ทุกข์จากการไม่ได้ในสิ่งที่ปรารถนา ทุกข์จากความโกรธความขัดเคืองใจ ทุกข์จากความกลัว ทุกข์จากความกังวลใจ ความคับแค้นใจ ทุกข์จากความกลัวว่าความสุขที่มีอยู่จะต้องหมดไป ทุกข์จากความกลัวความทุกข์ยากลำบากที่อาจจะมีขึ้นในอนาคต ทุกข์จากการกลัวความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ เสื่อมสรรเสริญ

สรุปได้ว่าความทุกข์ คือสภาวะที่ร่างกายเกิดความรู้สึกในลักษณะที่ไม่พร้อมทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ ความเจ็บป่วย ความห่วงกังวลในสิ่งต่าง ๆ บางครั้งเกิดความทุกข์จากการพลัดพรากในสิ่งอันเป็นที่รัก ซึ่งความทุกข์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นมีทั้งสองด้านคือความทุกข์ทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ

### **ความสุข**

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2525, หน้า 843) ให้ความหมายของ"สุข" ไว้ดังนี้  
**สุข** หมายถึง ความสบาย ความสำราญ ความปราศจากโรค

**ความสุข** ที่เป็นผลมาจากปัจจัยภายนอก หรือทั่ว ๆ ไปใช้คำว่า "ความอยู่ดีมีสุข" หรือ "คุณภาพชีวิต" ซึ่งเป็นรูปธรรม และวัดเชิงภาวะวิสัย (Objective) ดัชนีที่ใช้ในปัจจุบันเป็นการวัดองค์ประกอบความสุขจากปัจจัยภายนอก เช่น สุขภาพ ระดับการศึกษา การทำงาน สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สภาพครอบครัวความเป็นอยู่ สภาพความเป็นอยู่ในชุมชน (สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ, 2548)

**ความสุข** ในทางจิตวิทยา เป็นความรู้สึกรวมทางอารมณ์ ที่แต่ละบุคคลตัดสินว่ามีความสุขมากหรือน้อย ซึ่งขึ้นอยู่กับวิถีชีวิตที่กำลังดำเนินอยู่ ประสบการณ์ที่ผ่านมาในอดีต และทัศนคติที่มีต่อการดำเนินชีวิต หลักการ วิธีคิด ประสบการณ์ชีวิตอาจมีทั้งที่ก่อให้เกิดความสุข และความทุกข์ และระดับของความสุขและความทุกข์ขึ้นอยู่กับว่าเราจะจดจำ

ประสบการณ์ชีวิตนั้นได้มากหรือน้อย (Alexandrova, 2005 อ้างอิงใน รศรินทร์ เกรย์ และคณะ, 2550) ทฤษฎีทางจิตวิทยา เชื่อว่าระดับของความสุขของแต่ละบุคคลเป็นลักษณะที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรมและเป็นคุณลักษณะที่เปลี่ยนไม่ได้ตลอดชีวิต ดังนั้นเหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นในช่วงต่าง ๆ ก็จะไปเพิ่มหรือลดระดับความสุขที่คงที่อยู่แล้ว อยู่ชั่วระยะหนึ่ง เมื่อระยะเวลาผ่านไป ระดับความสุขก็จะกลับไปเท่าเดิม (Kahneman 199; Csikszentmihalyi and Jeremy, 2003 อ้างอิงใน รศรินทร์ เกรย์ และคณะ, 2550)

สมหวัง วิทยาปัญญาานนท์ (2544) ได้กล่าวถึงความสุขไว้ว่า

1. ความสุขคือ ความรู้สึกสะดวกสบาย (เป็นความรู้สึกที่ไม่ยุ่งยาก หรือไม่ต้องอดทน)
2. ความสุขคือ ความทุกข์ที่ลดลง (เป็นจิตสัมพันธ เมื่อทุกข์เริ่มทุเลาเบาบาง)
3. ความสุขคือ ความรู้สึกพึงพอใจ เมื่อความต้องการหรือความอยากของเราได้รับการตอบสนอง (กิเลสได้รับการตอบสนอง)
4. ความสุขคือ ความรู้สึกใจสงบ ไม่วุ่นวาย
5. ความสุขคือ ความรู้สึกดีขึ้น เมื่อความไม่อยากเป็นความน่ารังเกียจได้พ้นไป
6. ความสุขคือ ภาวะความรู้สึกสบายที่ สารสุขในร่างกายได้ถูกกระตุ้นให้หลั่งออกมาจนเกิดอาการปิติยินดี (บางคนฉีดสารเสพติดกระตุ้นให้ร่างกายเกิดสุขจากสารเคมี)

ในขณะที่ แจ็ค มินท์ อิงค์เนส (2551) ได้ให้นิยามของความสุขว่าในช่วงแรกของชีวิตจนถึงช่วงวัยรุ่นจะมีความสุขมากกว่าทุกข์เพราะเป็นช่วงเรียนรู้ไม่ต้องกังวลอะไรมาก ตรงกันข้ามกับวัยเริ่มทำงานที่มักจะมีทุกข์มากกว่าสุขเพราะยังหาตัวเองไม่เจอช่วงรุ่งโรจน์ เมื่อชีวิตเริ่มลงตัวก็ดูจะมีความสุขมากขึ้น เพราะมีประสบการณ์มาก หน้าที่การงานก็มั่นคง จบจนช่วงวัยกลางคนของชีวิตที่ทั้งพลังในการทำงานและสุขภาพเริ่มถดถอย ก็จะเริ่มกลับมาทุกข์ใจอีกครั้งและมีความสุขในช่วงบั้นปลาย คือหลังอายุ 60 ปีขึ้นไป เพราะตัวเองไม่มีภาระที่ต้องเป็นเสาหลัก แต่เป็นหน้าที่ของลูกหลานที่เติบโตมีครอบครัว จึงไม่ต้องกังวลเรื่องต่าง ๆ เหมือนในวัยอื่น ๆ ที่ต้องรับผิดชอบชีวิตคนอื่นมากมาย นักจิตวิทยาจึงพยายามศึกษาเรื่องนี้กันมาก ซึ่งเราจะเห็นได้จากการออกสินค้าใหม่ต้องมีจิตวิทยามาช่วยเพื่อหาพฤติกรรมของคน นิสัยของคน โดยเฉพาะทุกวันนี้ที่คิดกันไปไกลกว่าเดิม เป็น Positive Psychology คือจิตวิทยาเชิงบวก ที่ต้องคิดเรื่องนี้ขึ้นมากก็เพราะคนจำนวนไม่น้อย ไม่เข้าใจว่าความสุขคืออะไร และมักเข้าใจว่าความสุข คือการบริโภค และในการบริโภคก็มักเกิดความสุขไม่พอดี จึงเกิดความสุขไม่พอใจ ทำให้เกิดปัญหาตามมามากมาย แต่ความจริงแล้วความสุขที่แท้จริง เกิดจากการมุ่งมั่นในการทำเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่ตัวเองหวังอยู่

และทำได้ในที่สุด จึงเกิดความภูมิใจในตัวเอง และทำให้ชีวิตของเรามีค่า มีความพอใจ และกลายเป็นความสุข ในที่สุดความสุขจึงมีหลายรูปแบบชีวิตคนเปรียบได้กับอาหาร 4 แบบ คือ

1. อาหารประเภทที่ 1 คืออาหารที่ดูดีมีสีสันสวย แต่กินแล้วไม่ดีต่อสุขภาพ อร่อย สะดวก แต่มีผลต่อเนื่อง กับสุขภาพของเราในระยะยาว เป็นชีวิตประเภทที่ 1 ของคนส่วนใหญ่ ในสังคม คืออวยโอกาสมีความสุขในชีวิตของตนเองโดยไม่ได้คำนึงถึงโลกความเป็นจริง

2. อาหารประเภทที่ 2 คือการกินอาหารเจ กินเพื่อสุขภาพที่ดี แต่อาหารเจไม่มีรสชาติ จึงเป็นการกินเพื่อต่อชีวิตเท่านั้น ซึ่งชีวิตของบางคนเป็นเช่นนี้ คือทำงานเพราะต้องทำงานเพื่อเลี้ยงชีพ แต่ไม่รู้ว่าจะทำงานเพื่ออะไร

3. อาหารประเภทที่ 3 คืออาหารที่ไม่อร่อย กินแล้วสุขภาพก็ไม่ดีแต่อยากกิน ซึ่งบางคนใช้ชีวิตเช่นนี้ คือเพื่อฝันไม่ทุ่มเทไม่ทำงานสุดท้ายไม่มีอะไรเกิดขึ้นในชีวิต

4. อาหารประเภทที่ 4 คืออาหารที่อร่อยและดีต่อสุขภาพ ซึ่งคนประเภทนี้จะเป็นคนที่สมบูรณ์ และความสุขจะตามมาในชีวิต คือต้องทุ่มเทกับเรื่องต่าง ๆ และถ้าเรื่องที่ทำตรงกับสิ่งที่ตัวเองชอบ ความสำเร็จจะตามมา บ่อยครั้งที่เรารู้สึกว่าถ้าเราบรรลุเป้าหมายก็จะมีความสุข เช่น เมื่อเรียนจบมหาวิทยาลัย เมื่อมีงานทำ เมื่อมีครอบครัว ก็จะมีความสุข แต่ความจริงแล้ว เมื่อเรียนจบแล้วก็ยังไม่มีความสุข มีครอบครัวแล้วก็ยังไม่มีความสุขก็มี ฯลฯ

ดังนั้นสมมติฐานต่าง ๆ ที่บอกว่าเมื่อได้รับสิ่งนั้นแล้วจะมีความสุขก็ไม่จริง เพราะเมื่อเราสำเร็จในสิ่งที่หวังไว้กลับเป็นได้แค่ความสุขชั่วคราว เพราะจะเกิดเรื่องต่อเนื้อที่ที่ต้องทำต่อ ทำให้เกิดการกังวล เช่น เมื่อได้งาน ถ้าไม่ทุ่มเทก็ไม่สำเร็จ ความกังวลก็กลับมา ความสำเร็จจึงเป็นตัวกลางเพื่อนำเราไปสู่ความสุข แต่เราก็ต้องเรียนรู้และพัฒนาตัวเองอย่างต่อเนื่องเพื่อสร้างความสุขในชีวิต คือต้องรักสิ่งที่ตัวเองมีอยู่ รักสิ่งที่ปัจจุบันเราเป็นเจ้าของ อย่าหลงกับอดีตหรืออนาคต แต่ทำวันนี้ให้ดีที่สุดก็น่าจะเพียงพอ

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2551) ได้กล่าวไว้ว่าความสุขของมนุษย์เรามีทั้งหมด 5 ชั้นคือ

ชั้นที่ 1 คือความสุขจากการเสพวัตถุ หรือสิ่งบำรุงบำเรอภายนอกที่นำมาปรนเปรอ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ของเรา เป็นความสุขสามัญที่ทุกคนในโลกปรารถนาอันมาก ความสุขประเภทนี้ขึ้นต่อสิ่งภายนอก เพราะว่าเป็นวัตถุและอามิสสินจ้าง เป็นสิ่งภายนอกที่อยู่นอกตัว

ชั้นที่ 2 ความสุขเมื่อเจริญคุณธรรม เช่น มีเมตตากรุณา มีศรัทธา เราก็มีความสุขเพิ่มขึ้น ไม่มีวัตถุก็มีความสุขได้ การมีคุณธรรมทำให้ใจเราเปลี่ยน เหมือนพ่อแม่ที่มีความสุขเมื่อให้แก่ลูก เพราะรักลูก ความรักคือความเมตตา ทำให้อยากให้ลูกมีความสุขทำให้มีความสุขไปด้วย

เมื่อพัฒนาเมตตากฎนาขยายออกไปถึงใคร ให้แก่คนนั้น ก็ทำให้ตนเองมีความสุข ศรัทธาในพระศาสนาทำความดี และในการบำเพ็ญประโยชน์เป็นต้น จึงทำให้เรามีความสุขในการให้การให้กลายเป็นความสุข

ขั้นที่ 3 ความสุขเกิดจากการดำเนินชีวิตถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ ไม่หลงอยู่ในโลกของสมมุติ คนที่ปรับชีวิตได้ เข้าถึงความจริงของธรรมชาติจึงสามารถหาความสุขจากการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามความเป็นจริงของธรรมชาติได้เสมอ พอปัญญามาบรรจบให้วางใจถูก ชีวิตและความสุขก็สมบูรณ์

ขั้นที่ 4 ความสุขจากการสามารถปรุงแต่ง คนเรานี้มีความสามารถในการปรุงแต่ง ซึ่งเป็นลักษณะพิเศษของมนุษย์ ปรุงแต่งทุกข์ก็ได้ ปรุงแต่งสุขก็ได้ โดยเฉพาะที่เห็นได้ชัดคือปรุงแต่งความคิดมาสร้างสิ่งประดิษฐ์ จนเทคโนโลยีต่าง ๆ มากมาย ที่สำคัญคือในใจเราเอง เรามักจะใช้ความสามารถในทางที่เป็นผลร้ายแก่ตนเอง แทนที่จะปรุงแต่งความสุข เรามักจะปรุงแต่งความทุกข์ คือเก็บเอาอารมณ์ที่ไม่ดี ที่ขัดใจ ขัดหู ขัดตา เอามาครุ่นคิดให้ไม่สบายใจ ชุนมัว เศร้าหมอง โดยเฉพาะในคนสูงอายุ ต้องระวังให้มากเพราะใจคอยจะเก็บแต่อารมณ์ที่กระทบกระเทือน ไม่สบายแล้วก็นำมาปรุงแต่ง ให้เกิดความกุ่มใจ ว่าเหว เหงา

ขั้นที่ 5 ความสุขเหนือการปรุงแต่ง คือไม่ต้องปรุงแต่ง แต่อยู่ด้วยปัญญา ที่รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต การเข้าถึงความจริงด้วยปัญญาแจ้ง ทำให้วางจิตวางใจลงตัวสนิทสบายกับทุกสิ่งทุกอย่าง อยู่อย่างผู้เจนจบชีวิต

ความสุข ในทางพระพุทธศาสนา เกิดจากความสุขที่สัมพันธ์กับปัจจัยภายนอกและความสุขจากปัจจัยภายใน ความสุขจากปัจจัยภายนอก คือ ความสุขจากวัตถุที่สามารถเป็นเจ้าของได้ เช่น อาหาร เสื้อผ้า ยารักษาโรค รถยนต์ ความสุขจากปัจจัยภายในหรือจิตวิญญาณเกิดจากการปรุงแต่ง การฝึกจิต การนั่งสมาธิ ซึ่งจิตที่มีการฝึกฝนดีแล้ว จะสามารถมีภูมิต้านทานต่อความทุกข์จากปัจจัยภายนอก

กลุ่มเผยแพร่หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา (2550) ได้กล่าวถึงความสุขไว้ว่า

ความสุข คือความสบาย หรือความสำราญ แยกออกได้เป็นสองฝ่าย คือ ความสุขทางกายและความสุขทางใจ

ความสุขทางกาย ได้แก่ความสุขที่สัมผัสได้จากประสาททั้ง 5 คือ รูป รส กลิ่น เสียง และผิวหนัง เรียกว่ากามคุณ 5 จัดว่าเป็นฝ่ายรูป หรือความสุขที่เกิดจากเนื้อหนัง มังสา อันเป็นสิ่งสกปรก

**ความสุขทางใจ** ได้แก่ **ความสุขที่สัมผัสได้จากจิต** คือความสบายใจ ความสุขใจ ความอิมใจ ความพอใจ อันเกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น จัดว่าเป็นฝ่ายนาม อันเป็นความสุขที่สะอาด

ความสุขทั้งทางกายและทางใจ ย่อมมีส่วนที่สัมพันธ์กัน ไม่อาจที่จะแยกให้ขาดจากกันได้ เพราะต่างก็ต้องพึ่งพาอาศัยกันและกัน จะขาดเสียอย่างใดอย่างหนึ่งหาได้ไม่ การปฏิบัติได้ “ความพอดี” ไม่มากและไม่น้อยเกินไป ไม่ว่าในส่วนของกายและส่วนใจก็ตาม ก็ย่อมจะเกิดความสุขโดยปราศจากความทุกข์ ที่แอบแฝงตามมา ในความสุขทั้งสองฝ่ายนี้ ความสุขทางใจนับว่าเป็น “ยอดแห่งความสุข” ทั้งหมดถ้าเรา ทำสิ่งใดแล้วจิตใจไม่มีความสุข แม้ว่าเราจะมีวัตถุมากมาย ครบถ้วน คอยอำนวยความสะดวกทุกรูปแบบ ก็หาได้ก่อให้เกิดความสมบูรณ์หรือแท้จริงไม่ แต่ในทางตรงกันข้าม แม้ว่าทางร่างกายขาดแคลนวัตถุที่จะอำนวยความสะดวก แต่ถ้าจิตใจมีปิติหล่อเลี้ยง มีความพอใจ มีความสงบใจ คนก็ย่อมจะประสบความสุขได้ ในการมีเครื่องอำนวยความสะดวกมากมายเสียอีกกลับจะเป็นมารหรืออุปสรรคคอยขัดขวางหรือบั่นทอนไม่ให้ผู้นั้นได้พบกับความสุขที่แท้จริงเสียด้วยซ้ำไป หลัก “มัชฌิมาปฏิปทา” คือทางสายกลาง ไม่ถึงไม่หย่อนจึงเป็นแนวทางหลักที่ควรนำมาดำเนินชีวิต เพื่อให้เกิดความสุขในชีวิตประจำวันได้อย่างดีเยี่ยม ถ้าใช้เป็น และใช้ให้ถูกต้องกับกาลเทศะ บุคคลและอัตภาพของตน

รวมความว่าความสุขคือความสบายกาย และสบายใจ ในสองอย่างนี้ความสุขใจนับว่าเป็นยอดแห่งความสุขในโลก และทุกคนก็สามารถที่จะพบความสุขได้

พระไพศาล วิสาโล (2551) กล่าวไว้ว่า บ่อเกิดแห่งความสุขมีอยู่กับเราทุกคน ในขณะที่นี้อยู่แล้ว เพียงแต่เรามองข้ามไปหรือไม่รู้จักเท่านั้น เมื่อใดที่เรามีความทุกข์แทนที่จะมองหาสิ่งนอกตัว ลองพิจารณาสิ่งที่มีอยู่และเป็นอยู่ ไม่ว่าจะมิตรภาพ ครอบครัว สุขภาพ ทรัพย์สิน รวมทั้งจิตใจของเรา ล้วนสามารถบันดาลความสุขให้แก่เราทั้งนั้น ขอเพียงเรารู้จักชื่นชม รู้จักมอง และจัดการอย่างถูกต้องเท่านั้นแทนที่จะแสวงหาแต่ความสุขจากการได้ ลองหันมาแสวงหาความสุขจากการมี หรือจากสิ่งที่มี ขึ้นต่อไปคือการแสวงหาความสุขจากการให้ กล่าวคือยิ่งให้ความสุข ก็ยิ่งได้รับความสุข สุขเพราะเห็นน้ำตาของผู้อื่นเปลี่ยนเป็นรอยยิ้ม และสุขเพราะภาคภูมิใจที่ได้ทำความดีและทำให้ชีวิตมีความหมาย จากจุดนั้นแหละก็ไม่ยากที่เราจะค้นพบความสุขจากการไม่มี นั่นคือความสุขจากการปล่อยวาง ไม่ยึดถือในสิ่งที่มี และเพราะเหตุนี้ แม้ไม่มีหรือสูญเสียไปก็ยังเป็นสุขอยู่ได้ เกิดมาทั้งที น่าจะมีโอกาสได้สัมผัสกับความสุขจากการให้ และการไม่มีเพราะนั่นคือความสุขที่สงบเย็นและยั่งยืนอย่างแท้จริง



สันติชัย อินทรอ่อน (2551) ได้กล่าวไว้ว่าตามแนวคิดของตะวันตกแล้วแบ่งความสุข ออกได้เป็น 4 ระดับ คือ

ความสุขระดับที่ 1 เป็นความสุขขั้นพื้นฐานที่มาจากสิ่งที่อยู่ภายนอกตัวเรา ความสุขระดับนี้ คือ ความพอใจที่เราได้รับการตอบสนองด้วยวัตถุในทันที หรือได้รับโดยตรง ซึ่งเมื่อเราได้ ในสิ่งที่ต้องการแล้ว ความรู้สึกเป็นสุขก็จะตามมา ความรู้สึกพอใจดังกล่าวเป็นความรู้สึกระยะสั้น ๆ และดูจะบางเบา เพราะเมื่อได้รับการ ตอบสนองตามต้องการแล้ว ความสุขก็จะค่อย ๆ ลดลง

ความสุขระดับที่ 2 เป็นความสุขที่เกี่ยวข้องกับตัวเรา ความรู้สึกส่วนนี้จะมีก็ต่อเมื่อเรา ได้รับความสนใจ ได้รับการสรรเสริญ ชื่นชมยินดี หรือเมื่อเราเห็นว่า ตัวเองมีความหมายเหนือสิ่งอื่น เช่น เมื่อเราชนะ มีอำนาจ ได้รับการชื่นชม หรือมีชื่อเสียงโด่งดัง เราก็จะมีความสุข และเกิด ความพึงพอใจในตนเอง ความสุขในระดับนี้เป็นเหมือนสภาวะภายในใจ (ego) จนเกิดความรู้สึก เหมือนกับว่า สิ่งที่เราได้รับ เป็นสิ่งสำคัญที่สุดในโลก

ความสุขระดับที่ 3 เนื่องจากมนุษย์ยังต้องการความรักความจริง ความดีงาม ความยุติธรรม ความสวยงาม และการมีชีวิตที่ดี ความต้องการดังกล่าวแสดงออกในรูปแบบ การบำบัดเยียวยาเพื่อสร้างสิ่งดีงาม (charity-seeking cures) รู้สึกถึงความสัมพันธ์กัน รู้จัก ที่จะเสียสละ รู้จักให้อภัย รู้จักการ ให้ความยุติธรรมกับคนอื่น เราต้องการให้โลกเป็นผืนแผ่นดิน ที่สงบสุข และนั่นจะส่งผลดีต่อชีวิต ต่อกาลเวลา ต่อพลังงาน และต่อความเฉลียวฉลาด จากการสงเคราะห์คนอื่นความสุขจึงไม่ได้ถูกแบ่งแยก (Separate) จากความสุขอื่น ๆ แต่เหมือน เป็นองค์รวม จากทุก ๆ สิ่งทีประสานรวมเข้าด้วยกัน ความดีงามในใจ (Common good) จึงเป็น การผสมผสานของความสุขจากส่วนต่าง ๆ ประกอบรวมกัน

ความสุขระดับที่ 4 เป็นความสุขขั้นสูงสุด ความสุขที่แท้จริงก็คือ การได้ทบทวน ความปรารถนาของตัวเองว่า เราต้องการความรัก ความดีงาม ความจริง ความสวยงาม และยังต้องการการกระทำเหมือนที่ผ่านมาหรือไม่ อย่างไรก็ตาม เรายังต้องการความสมบูรณ์แบบ และความดีงามที่ไม่สิ้นสุดอยู่ดีความสุขในขั้นสูงสุดนี้ จึงเป็นความสุขในความศรัทธาที่พร้อมจะ กระทำสิ่งต่าง ๆ โดยไม่มีเงื่อนไข เช่น ความศรัทธาต่อพระเจ้า ความเชื่อมั่นว่าการทำดีคือความสุข (ไม่ใช่การทำดีแล้วต้องได้ดี) ความสุขในระดับนี้จึงคล้ายกับหลักธรรมของพุทธศาสนาที่เชื่อว่า ความสุขที่ไม่ต้องมีอามิสสินจ้าง

สรุปได้ว่าความสุข คือภาวะที่ร่างกายเกิดความสบาย ความสำราญ ซึ่งความสุข ของคนเรามีทั้งความสุขทั้งด้านร่างกายและจิตใจและมีความสุขที่เกิดจากการให้ ลักษณะหนึ่ง ที่แสดงให้เห็นถึง ความอยู่ดีกินดี (well-being) โดยระดับของความรู้สึกเริ่มจากความพอใจจนถึง

ความปิติยินดีอย่างมาก - ความสุข เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับผลรวมของหลายสิ่งหลายอย่างของความพอใจหรือความต้องการ ความสมดุลที่ซับซ้อน เกี่ยวเนื่องกับความดีงาม (virtue) ความพอใจ (pleasure) ความสำเร็จ (achievement) และความโชคดี (good fortune)

ความสุขและความทุกข์ เกิดจากปัจจัยหลายประการ ที่ก่อให้เกิดบุคคลดำรงอยู่ภายใต้สภาวะของความสุขและความทุกข์ บางครั้งจึงอยู่ที่การเผชิญเป็นสำคัญถ้ารู้เท่าทันสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างมีสติซึ่งทุกข์อาจกลายเป็นสุขได้ ชีวิตของคนเรามีทั้งความสุขและความทุกข์ที่เกิดขึ้นควบคู่กันไป และสิ่งหนึ่งที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในชีวิตคือความต้องการที่กล่าวกันว่าเป็นสิ่งที่มีอยู่อย่างต่อเนื่องตั้งแต่เกิดจนตายซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่มีผลต่อความสุขและความทุกข์ในชีวิตของเราดังทฤษฎีต่อไปนี้

#### แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความต้องการ

มาสโลว์ (1970) กล่าวถึงทฤษฎีลำดับความต้องการ (Hierarchy of needs theory) ของมนุษย์ว่าเป็นความต้องการที่มีอยู่อย่างต่อเนื่องในมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตายโดยเรียงลำดับจากระดับพื้นฐานที่ต่ำสุดไปยังระดับสูงสุด มาสโลว์ เห็นว่าความต้องการของบุคคลมี 5 กลุ่มจัดแบ่งได้เป็น 5 ระดับจากระดับต่ำไปสูงซึ่งแบ่งออกได้เป็น

ความต้องการทางร่างกาย (Physiological needs) เป็นความต้องการลำดับต่ำสุด และเป็นความต้องการพื้นฐานของชีวิต เป็นแรงผลักดันทางชีวภาพ เช่น ความต้องการอาหาร น้ำ อากาศ ที่อยู่อาศัย หากบุคคลได้รับการตอบสนองที่เหมาะสมก็ยังคงมีกำลังใจและสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้

ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs) เป็นความต้องการที่เกิดขึ้นหลังจากความต้องการทางร่างกายได้รับการตอบสนองแล้วอย่างไม่ขาดแคลน หมายถึงความต้องการสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยจากอันตรายทั้งทางกายและจิตใจ ความมั่นคงในชีวิตและสุขภาพ

ความต้องการทางสังคม (Social needs) เมื่อมีความปลอดภัยในชีวิตและมั่นคงในการประกอบอาชีพแล้ว คนเราต้องการความรัก มิตรภาพ ความใกล้ชิด ความผูกพัน ต้องการเพื่อน การมีโอกาสเข้าสมาคมสังสรรค์กับผู้อื่น

ความต้องการเป็นที่เคารพยกย่องนับถือ (Esteem needs) เมื่อคนเราได้รับการตอบสนองแล้วจะรู้สึกมีความภาคภูมิใจในตนเอง และเป็นที่ยกย่องนับถือจากสังคมแวดล้อม เป็นความต้องการเมื่อบุคคลเปลี่ยนบทบาทเป็นความต้องการที่เกี่ยวข้องกับความรับผิดชอบและสัมพันธภาพที่เปลี่ยนไป

ความต้องการเติมความสมบูรณ์ให้ชีวิต (Self – actualization Needs) เป็นความต้องการระดับสูงสุดคือต้องการเติมศักยภาพของตนเอง ต้องการความสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนาสูงสุด ความเจริญก้าวหน้า มีการพัฒนาทักษะความสามารถให้ถึงขีดสุด มีความอิสระในการตัดสินใจ และการคิดสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ การก้าวเข้าสู่จุดสูงสุดของชีวิต

มาสโลว์แบ่งความต้องการเหล่านี้ออกเป็นสองกลุ่ม คือ ความต้องการที่เกิดจากความขาดแคลน (deficiency needs) เป็นความต้องการระดับต่ำ ได้แก่ความต้องการทางกาย และความต้องการความปลอดภัย อีกกลุ่มเป็นความต้องการการก้าวหน้าและพัฒนาตนเอง (growth needs) ได้แก่ความต้องการทางสังคม เกียรติยศ ชื่อเสียงและความต้องการเติมความสมบูรณ์ให้ชีวิต จัดเป็นความต้องการระดับสูง และอธิบายว่า ความต้องการระดับต่ำจะได้รับการตอบสนองจากปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ส่วนความต้องการระดับระดับสูงจะได้รับการตอบสนองจากปัจจัยภายในตัวบุคคลเอง

จากทฤษฎีดังกล่าวจะเห็นว่ามนุษย์เรามีความต้องการตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย ถ้าบุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการเหล่านั้นก็สามารถที่จะใช้ชีวิตได้อย่างปกติและมีความสุข แต่สำหรับผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลหลานนั้นถูกละเลยและขาดการตอบสนองแก่ความต้องการขั้นพื้นฐานที่สมควรจะได้รับ ซึ่งเมื่อความต้องการต่าง ๆ เหล่านั้นไม่ได้รับการตอบสนอง ผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลหลานจึงอาจเกิดความทุกข์ เกิดความไม่สมบูรณ์ในชีวิตและนำมาซึ่งปัญหาที่อาจเกิดขึ้นทั้งต่อตนเอง บุตรหลานและสังคมต่อไป

## ปัญหาของผู้สูงอายุ

### 1. ปัญหาของผู้สูงอายุ

จำนวนผู้สูงอายุ ที่เพิ่มมากขึ้นซึ่งถือเป็นกลุ่มประชากรที่มีอัตราเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะเกิดการเสื่อมสภาพของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย (ถนัด ไพศานมาศ, 2551) การเข้าสู่วัยสูงอายุเป็นเรื่องธรรมชาติที่ทุกคนไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ โดยทั่วไปเรา ถือว่าผู้สูงอายุ คือผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป แต่ในทางปฏิบัติจะนับตั้งแต่อายุ 65 ปี วัยนี้เป็นระยะสุดท้ายของการมีพัฒนาการแห่งชีวิต และการเปลี่ยนแปลงที่เกิดมักเป็นไปในทางเสื่อมดังนั้นปัญหาที่พบบ่อยในผู้สูงอายุจึงแบ่งออกได้เป็น 3 ด้านคือ

#### 1.1 ด้านร่างกาย ได้แก่

1.1.1 ผิวหนังเหี่ยวย่น สิวมักเกิดจุดต่าง-ขาว หรือตกกระ คันตามผิวหนัง เนื่องจากผิวแห้ง เส้นเลือดฝอยแตกง่าย ทำให้มีรอยฟกช้ำตามตัวได้ง่าย

1.1.2 ผมและขนเปลี่ยนเป็นสีขาว มักหลุดร่วงได้ง่าย

1.1.3 กล้ามเนื้อและกระดูกไม่มีแรง ทำให้เคลื่อนไหวได้ช้า เมื่อเกิดอุบัติเหตุ เล็ก ๆ น้อยๆ กระดูกมักหักได้ง่ายบางรายที่กระดูกหลังเสื่อมมากจะเห็นมีลักษณะหลังโก่ง

1.1.4 การทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายลดลง ส่วนหนึ่งเกิดจากการไหลเวียนเลือด ไปเลี้ยงยังอวัยวะต่าง ๆ ดังกล่าวน้อยลง

1.1.5 สมองสังการช้า จำเรื่องใหม่ได้น้อยลง คิดช้าลง

1.1.6 การรับรู้ทางตา หู จมูก ลิ้น และสัมผัสต่าง ๆ ทางผิวหนังน้อยลง

1.1.7 ระบบย่อยอาหาร การขับถ่ายลดลง การรับรู้รสของลิ้นน้อยลง มีผลให้ เบื่ออาหาร ท้องอืด ท้องผูก

1.1.8 เลือดข้นมากขึ้น ทำให้การไหลเวียนของเลือดลดลง หลอดเลือดแข็งตัวมากขึ้นทำให้หัวใจต้องสูบฉีดเลือดแรงขึ้น ในขณะที่ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหัวใจลดลง มีผลทำให้เกิดอาการหัวใจล้มเหลว หรือโรคของเส้นเลือด เช่น ความดันโลหิตสูงได้ง่ายขึ้น

1.1.9 ตับและไต ขับถ่ายของเสียออกจากร่างกายได้ช้า

1.1.10 ต่อมผลิตฮอร์โมนต่าง ๆ เสื่อมไป มีผลให้ปริมาณฮอร์โมนที่สำคัญต่อร่างกายลดลงก่อให้เกิดโรคหลายอย่างตามมา เช่น โรคเบาหวาน โรคขาดธาตุรอยด์ฮอร์โมน โรคเสื่อมสมรรถภาพทางเพศ เป็นต้น (อรรรรณ อุทัยเสน, 2540)

## 1.2 ด้านจิตใจและอารมณ์

การเปลี่ยนแปลงส่วนหนึ่งของผู้สูงอายุ เป็นผลจากสภาพร่างกายที่เสื่อมลง บางรายอาจพบกับความสูญเสียบุคคลใกล้ชิดในช่วงนี้ อีกส่วนเป็นผลจากสภาวะทางสังคมที่เปลี่ยนไป เพราะความสูงอายุ ชนิดของอารมณ์ที่ผู้สูงอายุมักแสดงออกที่ผิดปกติและพบได้บ่อยคือ อารมณ์ซึมเศร้า เบื่อหน่าย ท้อแท้ เหงา ร้องไห้ง่าย น้อยใจบ่อย ๆ ซึม แยกตัว อารมณ์วิตกกังวล ก็พบได้บ้าง มักแสดงออกโดยหงุดหงิดลูกหลานมากขึ้น บางครั้งจะมีอาการเครียด หงุดหงิดง่าย บ่นมากขึ้น อาการทางจิตที่รุนแรง เช่น หูแว่ว ประสาทหลอน หรือหลงผิด หวาดระแวงต่าง ๆ พบได้บ้างบางครั้งจะมีอาการสับสนเรื่องวันเวลา สถานที่ และบุคคล กลางคืนนอนไม่หลับ เดินร่อนวาย หรือมีอาการขับถ่ายเลอะเทอะ พฤติกรรมเป็นเด็กทารก หรือมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมก็ได้ในกรณีที่สมองเสื่อมมาก ๆ (จันทนา รณฤทธิชัย และวิไลวรรณ ทองเจริญ, 2545)

## 1.3 ด้านสังคม

บทบาทและความสำคัญของผู้สูงอายุในสังคมมักถูกจำกัดให้ลดลง ทั้งนี้เนื่องจากถูกมองว่าสุขภาพไม่แข็งแรง เกิดภาวะเจ็บป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย การสื่อสารกับคนทั่วไปทำได้ลำบาก มีผลทำให้ผู้สูงอายุมักต้องอยู่ในบ้านและมีความรู้สึกที่ตนเองไม่มี

ประโยชน์ หมดคุณค่าเป็นภาระให้ลูกหลาน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่เคยพึ่งตนเอง หรือเป็นที่พึ่งให้สมาชิกในครอบครัว ต้องเปลี่ยนบทบาทเป็นผู้รับความช่วยเหลือ และถ้าผู้ใกล้ชิดไม่ให้ความสนใจ จะส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดอาการซึมเศร้าอย่างรุนแรง ถึงขั้นทำร้ายตนเองได้ (กรมสุขภาพจิต, 2550)

## 2 ปัญหาของผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้ง

ปัญหาผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้ง/ทารุณกรรม/ทำให้เกิดความเสียหายจากการศึกษาของ (Malone, et al., 1999, pp. 435-436; Fulmer, 1999, pp. 670-673; Cowen, 2001, pp. 101-102 อ้างอิงใน ลิขวรรณ อุณาภิรักษ์ ) มีดังนี้

### 2.1 การถูกทำร้ายร่างกายด้านร่างกาย เช่น

#### 2.1.1 รอยขีดและรอยถูกตีที่หาสาเหตุไม่ได้

2.1.2 แผลไฟไหม้โดยไม่ทราบสาเหตุ ผ่าเท้า สะโพก รอยไหม้จากไฟฟ้า เตารีดที่แขน ขา คอหรือหลัง รอยไหม้จากการถูกรัดที่ข้อมือ

#### 2.1.3 กระดูกหักโดยไม่ทราบสาเหตุ ที่กะโหลก ศีรษะ จมูก หรือใบหน้า

#### 2.1.4 รอยแผลแตกหรือถลอกที่ไม่ทราบสาเหตุหกล้มซ้ำบ่อยครั้ง

#### 2.1.5 ได้รับพิษ เช่น พิษจากยา ได้รับยาเกินขนาด

### 2.2 การถูกละเลยการดูแล ซึ่งข้อบ่งชี้ที่พบได้ในผู้สูงอายุได้แก่

#### 2.2.1 มีอาการอ่อนเปลี้ยตลอดเวลา

#### 2.2.2 สุขอนามัยส่วนบุคคลไม่ดี

#### 2.2.3 มีภาวะทุพโภชนาการและขาดน้ำ

#### 2.2.4 ใส่เสื้อผ้าไม่เหมาะสมกับอากาศ เช่น ใส่เสื้อหนาวในอากาศร้อน

#### 2.2.5 มีแผลกดทับหรือแผลจากการหมักหมมของปัสสาวะ

#### 2.2.6 ขาดการดูแล โดยเฉพาะเมื่อทำกิจกรรมที่เป็นอันตราย

#### 2.2.7 ไม่ได้พบแพทย์ตามนัด หรือไม่ได้รับการรักษาโรค/ปัญหาสุขภาพ

#### 2.2.8 ไข้ยาไม่ถูกต้อง

#### 2.2.8 ถูกทอดทิ้งไว้ในโรงพยาบาลหรือในบ้านโดยไม่มีคนสนใจดูแล

ขาดการติดต่อกับสังคม

2.2.9 ขาดการใช้อุปกรณ์ช่วยการเคลื่อนไหว หรือการรับรู้ความรู้สึก เช่น ไม้เท้า Walker แวนตา เครื่องช่วยฟัง ฟันปลอม

2.2.10 ถูกจำกัดการเคลื่อนไหว หรือไม่ได้รับการช่วยเหลือให้มีการเคลื่อนไหวอย่างเพียงพอหรือไม่ได้รับการเปลี่ยนท่านอนจนเกิดแผลกดทับหรือข้อติดแข็ง

### 2.3 การถูกขวยโอกาส โดยใช้ผู้สูงอายุเพื่อหาประโยชน์ ข้อบ่งชี้ได้แก่

- 2.3.1 เงินบำนาญ หรือประกันสังคมหายโดยไม่ทราบสาเหตุ
- 2.3.2 มีหลักฐานแสดงว่าทรัพย์สินถูกแลกเปลี่ยนกับการบริการดูแล
- 2.3.3 มีหลักฐานแสดงว่าทรัพย์สินของผู้สูงอายุ เช่น บ้าน เครื่องประดับ

รถยนต์ ถูกผู้อื่น เอาไปโดยไม่มีกรยินยอม

#### 2.4 การลวงละเมิดทางเพศ ซ้ำบ่งชี้ได้แก่

- 2.4.1 มีรอยชำหรือเลือดออกในอวัยวะสืบพันธุ์
- 2.4.2 ปวดหรือคันบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์
- 2.4.3 มีโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือการติดเชื้อที่ไม่พบบ่อยในอวัยวะ

สืบพันธุ์

#### 2.5 การดูดำดูร้าย ทำร้ายด้านจิตใจ ซ้ำบ่งชี้ได้แก่ ผู้สูงอายุมีปัญหาดังต่อไปนี้

- 2.5.1 อารมณ์แปรปรวนมาก ต่อต้านสังคม มีพฤติกรรมทำลาย
- 2.5.2 มีภาวะซึมเศร้า
- 2.5.3 มีการนอนผิดปกติ นอนไม่หลับ
- 2.5.4 มีการพูดผิดปกติ
- 2.5.5 มีอาการย้ำคิดย้ำทำ
- 2.5.6 มีอารมณ์ตื่นกลัว กระสับกระส่าย หน้าเครียด มือสั่น
- 2.5.7 หวาดระแวงซึ่งปัญหาของผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้ง บางครั้งมีการซ่อนเร้น

ปัญหา เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอยู่ในบ้าน ไม่ได้ไปไหน จึงไม่มีใครสังเกตความผิดปกติที่เกิดขึ้น

ซึ่งสอดคล้องการศึกษาของ Carmel (2005) ซึ่งกล่าวว่า การถูกทอดทิ้งเป็นรูปแบบหนึ่งของผู้สูงอายุที่ถูกปฏิบัติอย่างเลวร้าย ซึ่งเป็นในลักษณะ การทารุณกรรมทางกาย การทารุณกรรมทางเพศ การทอดทิ้งผู้สูงอายุและการใช้ประโยชน์กับผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งลักษณะที่บ่งบอกถึงการถูกทอดทิ้งได้แก่

1. แผลที่เกิดขึ้นตามร่างกาย บางแห่งเป็นแผลลึกและไม่ได้ได้รับการรักษา
2. ภาวะทุพโภชนาการ ซึ่งผู้สูงอายุ 40 เปอร์เซ็นต์มีน้ำหนักลดลงซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นเสียชีวิต
3. การขาดน้ำ (dehydrate)
4. เกิดภาวะสมองเสื่อม
5. เกิดภาวะซึมเศร้า

6. การถูกละเลยเรื่องความสะอาดส่วนบุคคล เช่น มีกลิ่นเหม็นปัสสาวะและอุจจาระหรือมีรอยกัดของยุง ตัวหมัด หรือเห็บ ผดที่สกปรก

ปัญหาของผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งที่มีหลากหลายปัญหา บุคคลสำคัญที่ควรให้การดูแลและเอาใจใส่คือครอบครัวซึ่งเป็นหน่วยพื้นฐานแรกของชีวิต การดูแลและประคับประคอง จากบุคคลในครอบครัวจึงเป็นสิ่งที่ไม่ควรละเลย

### ครอบครัวผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลบุตรหลาน

#### 1. ความหมายของคำว่าครอบครัว

พจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 ได้ให้ความหมายของคำว่าครอบครัวว่า หมายถึง สถาบันครอบครัวที่ประกอบไปด้วยสามีภรรยาและบุตรเป็นต้น (ราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525, หน้า 167)

พูนสุข ช่วยทอง (2548) ได้ให้ความหมายของคำว่าครอบครัวว่า มีสองลักษณะในเชิงโครงสร้างและในเชิงคุณภาพ คือ

ครอบครัวในความหมายเชิงโครงสร้าง หมายถึง สถาบันทางสังคมที่เป็นพื้นฐานที่เล็กที่สุดในสังคม ที่คนตัดสินใจมาใช้ชีวิตร่วมกัน ภายในกฎระเบียบเดียวกัน ที่สมาชิกในครอบครัวร่วมกันกำหนด โดยสมาชิกในครอบครัว ที่ประกอบด้วยบุคคลที่ตัดสินใจมาใช้ชีวิตร่วมกันนั้น มีพันธะกรณีต่อกันทั้งทางนิตินัย พุทธินัยครอบครัวในที่นี้มี 2 ประเภทคือ ครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยาย

ครอบครัวเดี่ยว หมายถึง ครอบครัวที่มีโครงสร้างครอบครัวประกอบด้วย พ่อ แม่ ลูก ที่ใช้ชีวิตร่วมกันทั้งด้านสังคม และเศรษฐกิจ มีปฏิสัมพันธ์ดูแลซึ่งกันและกัน

ครอบครัวขยาย หมายถึง ครอบครัวที่มีโครงสร้างของครอบครัวที่ประกอบด้วย ปู่ ย่า ตา ยาย พ่อ แม่ และลูก โดยบุคคลดังกล่าวใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน มีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างบุคคลในครอบครัว มีการดูแลช่วยเหลือเกื้อกูลกันและในด้านสังคม และเศรษฐกิจ

ครอบครัวเข้มแข็ง ความหมายในเชิงคุณภาพ หมายถึง ครอบครัวที่สมาชิกในครอบครัวปรับตัวกันได้เหมาะสมสามารถให้ความรัก ความเอื้ออาทรต่อกัน เป็นที่พึ่งพิงที่อบอุ่นทั้งทางร่างกายและจิตใจของสมาชิกในครอบครัว สามารถขัดเกลาสร้างเสริมคุณธรรม จริยธรรมให้แก่สมาชิกในครอบครัว ปลูกฝังค่านิยมที่ดีของการพึ่งพาตนเองด้วยหลักเศรษฐกิจพอเพียงควบคู่ ไปกับการรู้จักดูแลสร้างเสริมสุขภาพตนเองและการมีหลักศาสนาเป็นที่พึ่ง หรือเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางด้านจิตใจ

ลิวรรณ อุณาภิรักษ์ (2547) ได้ให้ความหมายของคำว่าครอบครัวว่า หมายถึง การที่ทุกคนในบ้านที่มีความเกี่ยวข้องและช่วยกันเสริมบทบาทหน้าที่ในครอบครัว ทั้งที่มีความสัมพันธ์ทางเครือญาติและไม่มีความสัมพันธ์ ได้แก่ คู่สมรส บิดา มารดา บุตร พี่น้อง ญาติ อื่น ๆ เพื่อน เป็นต้น

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2540) ได้ให้ความหมายของคำว่าครอบครัวว่า หมายถึง หน่วยพื้นฐานของชีวิต เป็นสถาบันที่จำเป็นอย่างยิ่งในการพัฒนาบุคคลให้ก้าวไปสู่การเป็นมนุษย์ ที่สมบูรณ์โดยผ่านประสบการณ์แห่งการอยู่ร่วมกัน แบ่งปันกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ทั้งระหว่างบุคคลภายในครอบครัว และระหว่างบุคคลกับสังคมภายนอก

คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ (2537) ได้ให้ความหมายของคำว่า ครอบครัว หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความผูกพันกันทางอารมณ์และจิตใจ มีการดำเนินชีวิตร่วมกัน รวมทั้งมีการพึ่งพิงกันทางสังคมและทางเศรษฐกิจ มีความสัมพันธ์กันทางกฎหมาย หรือทางสายโลหิต และบางครอบครัวอาจมีลักษณะเป็นช้อยกเว้นบางประการจากที่กล่าวมา

## 2. ภารกิจของครอบครัว

ภารกิจของครอบครัวเกิดขึ้นเพื่อตอบสนองวัตถุประสงค์หลัก 4 ประการ คือ

2.1 เพื่อการดำรงเผ่าพันธุ์มนุษย์ หญิงและชายมาอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว ด้วยวัตถุประสงค์สำคัญคือการให้กำเนิดลูกหลานเพื่อสืบต่อวงศ์ตระกูล นอกจากนี้ครอบครัวยังเป็นที่ยังหญิงและชายสามารถใช้ชีวิตทางเพศที่เหมาะสม และพัฒนาไปสู่วุฒิภาวะทางเพศด้วย

2.2 เพื่อความอยู่รอดของบุคคล ครอบครัวมีหน้าที่ตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานในการดำรงชีวิต อันได้แก่ ที่อยู่อาศัย เสื้อผ้า การดูแลรักษาพยาบาล และจัดหาสิ่งสิ่งอื่น ๆ ที่จำเป็น รวมไปถึงการปกป้องบุคคลให้พ้นจากภัยอันตรายภายนอก

2.3 เพื่อการพัฒนาบุคคลในด้านต่าง ๆ ครอบครัวมีหน้าที่ในการให้การศึกษอบรมแก่สมาชิก ถ่านทอดวัฒนธรรมประเพณีและค่านิยมของสังคม รวมทั้งช่วยให้สมาชิกพัฒนาไปได้อย่างเหมาะสมในด้านต่าง ๆ เช่น มีการสร้างเอกลักษณ์ที่มั่นคง การสร้างความผูกพันกับผู้อื่น รวมทั้งความสามารถในการปรับตัวและดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างปกติสุข

2.4 เพื่อวัตถุประสงค์ทางเศรษฐกิจ ครอบครัวเป็นหน่วยทางเศรษฐกิจ (economic unit) ทำหน้าที่ในด้านการผลิตหรือให้ได้มาซึ่งรายได้เพื่อใช้ในการแลกเปลี่ยน และจัดหาสิ่งสิ่งจำเป็นต่าง ๆ (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2540, หน้า 3)

## 3. สัมพันธภาพในครอบครัว

พูนสุข ช่วยทอง (2548) กล่าวว่าภารกิจที่สัมพันธภาพในครอบครัวจะดำเนินไปด้วยดี นั้นต้องอาศัยลักษณะสำคัญ 10 ประการ คือ



3.1 ต้องเอาใจใส่ดูแลและเอื้ออาทรกัน คนในครอบครัวที่รักกันต้องมีการดูแลเอาใจใส่ ทั้งชีวิตความเป็นอยู่และในทุก ๆ ด้านของบุคคล เช่น สุขภาพ อากาศ ชีวิตประจำวัน เป็นต้น

3.2 ต้อง “รู้จัก” คนที่เรารัก สมาชิกในครอบครัวต้องมีการปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงและปรับเปลี่ยนตามบทบาทของสมาชิกในครอบครัวแต่ละช่วงวัย เพื่อจะได้นำมาซึ่งประโยชน์กับการทำความรู้จักกับบุคคลที่รักอย่างเหมาะสม

3.3 ต้องเคารพซึ่งกันและกัน ต้องมีการเคารพและให้เกียรติกัน ซึ่งแสดงออกอย่างจริงใจอาจจะมาจากคำพูดและการกระทำ

3.4 ต้องมีความรับผิดชอบ สมาชิกในครอบครัวต้องอยู่ร่วมกันและปฏิบัติหน้าที่ของแต่ละคนอย่างสมบูรณ์ ถือเป็นพันธกิจที่ทุกคนในครอบครัวต้องร่วมกันรับผิดชอบ

3.5 ต้องมีความไว้วางใจกัน ความไว้วางใจกันถือเป็นเรื่องสำคัญที่จะเพิ่มความรักรักความอบอุ่นในครอบครัวได้มากขึ้น ครอบครัวที่มีความรักจะต้องมีบรรยากาศที่เป็นที่พึ่งพาของบุคคล ในครอบครัวได้ตลอดเวลา

3.6 ต้องให้กำลังใจกันและกัน การให้กำลังใจกันเปรียบเสมือนเป็นการให้พลังใจต่อกันเพื่อให้บุคคลในครอบครัวสามารถฝ่าฟันอุปสรรคต่าง ๆ ในการดำรงชีวิตและอยู่อย่างมีความสุขและสามารถเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างไม่หวั่นเกรง

3.7 ต้องให้อภัยกันและกัน สมาชิกในครอบครัวต้องยึดหลักการให้อภัย เรียนรู้ที่จะยอมรับความจริงพร้อมให้อภัยและเริ่มต้นใหม่และที่สำคัญต้องไม่เอาสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วมาพูดซ้ำ ๆ

3.8 ต้องรู้จักสื่อสารในครอบครัว การสื่อสารในครอบครัวต้องเป็นการสื่อสารที่สร้างสรรค์และเป็นการให้กำลังใจไม่บั่นทอนจิตใจกันและกันและถนอมน้ำใจไม่ให้เกิดการทำลายน้ำใจกันเลือกใช้คำพูดหรือการกระทำที่รู้สึกดีต่อกัน

3.9 ต้องใช้เวลาด้วยกันอย่างมีคุณค่า และมีคุณภาพ การใช้เวลากับครอบครัวแม้เวลาเพียงน้อยนิดแต่เป็นช่วงเวลาที่คุณทุกคนในครอบครัวสามารถแสดงทัศนคติ ความคิดเห็นหรือกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันในเวลาที่อยู่กันพร้อมหน้าเป็นการทำให้ช่วงเวลาของครอบครัวเต็มด้วยคุณค่ามากมาย

3.10 ต้องมีการปรับตัวตามภาวะที่เปลี่ยนแปลงของบุคคลในครอบครัวสมาชิกในครอบครัวทุกคนต่างมีหน้าที่ บทบาท ที่พึงกระทำต่อกันและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสมาชิกในครอบครัวในแต่ละช่วงวัย อันเป็นผลมาจากพัฒนาการทุกด้าน ปรับตัวใน

เรื่องบทบาทหน้าที่ ทั้งต่อตนเองและสมาชิกในครอบครัวโดยลดความคาดหวังลงมาให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงในปัจจุบัน เรียนรู้จากประสบการณ์จริงและทำสิ่งนั้นให้ดีที่สุด

ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Stinnett และ Saur 1977 อ้างอิงใน อุมพร ตรงค์สมบัติ (2540) ที่กล่าวว่าคุณสมบัติที่จะช่วยให้ครอบครัวทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถจัดการไม่ให้เกิดความเครียดจนกลายเป็นวิกฤติการณ์รุนแรง มีดังนี้

1. มีการจัดองค์กรภายในครอบครัว (Family organization) อย่างเหมาะสม
2. มีความสมดุลระหว่างความเป็นอิสระและการพึ่งพากัน
3. มีขอบเขตระหว่างรุ่น (generational boundary) ที่ชัดเจน
4. สมาชิกในครอบครัวมีความรู้สึกมั่นคง มีความภาคภูมิใจในครอบครัวของตน
5. มีการส่งเสริมให้สมาชิกพึ่งตนเองได้และนับถือตนเอง
6. รู้จักมองสิ่งต่าง ๆ ในแง่ดี
7. มีความยืดหยุ่นในบทบาท
8. สมาชิกสามารถประนีประนอมในข้อขัดแย้งและความต้องการของแต่ละฝ่าย
9. สื่อสารกันอย่างมีประสิทธิภาพ
10. อุทิศตนและให้การประคับประคองทางอารมณ์ต่อกันได้ดี
11. เคารพนับถือซึ่งกันและกัน และตระหนักถึงคุณค่าของกันอย่างแท้จริง
12. มีการนับถือศาสนาอย่างแน่นแฟ้น
13. มีความสัมพันธ์ที่ดีกับระบบอื่น ๆ นอกครอบครัว

#### 4. ผู้สูงอายุที่ดูแลบุตรหลาน

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับความเจ็บป่วยของตน ทั้งไม่แน่ใจว่า ถ้าตนเสียชีวิตไปแล้วใครจะเป็นผู้ดูแลบุตรหลานต่อไป ดังนั้นการเลี้ยงดูเด็กอาจเต็มไปด้วยความวิตกกังวลสูง ไม่คงเส้นคงวาหรือตามใจมากเกินไป อายุที่แตกต่างกันมากอาจทำให้ ปู่ ย่า ตา ยาย ไม่เข้าใจความรู้สึกนึกคิดและความต้องการได้ดีเท่ากับพ่อและแม่ นอกจากนี้การที่พ่อแม่ ไม่ได้เป็นคนเลี้ยงดู อาจทำให้ลูกเกิดความไม่มั่นคงทางใจสงสัยในคุณค่าของตน เด็กที่เติบโตขึ้นมา โดยมีปู่ย่าเลี้ยงดูจึงประสบปัญหาทางอารมณ์ได้มาก (อุมพร ตรงค์สมบัติ, 2540, หน้า 81)

ในอดีตผู้สูงอายุในประเทศไทย ส่วนใหญ่มักจะได้รับดูแลจากบุตรหลาน โดยอยู่กันเป็นครอบครัวใหญ่ผู้สูงอายุมีบทบาท ในการดูแลบุตรหลานที่อายุน้อยอยู่กับบ้านอบรมให้เด็กเหล่านี้เป็นคนดีแต่ปัจจุบันสังคมเปลี่ยนแปลงไป บุตรหลานทอดทิ้งให้ผู้สูงอายุอยู่เพียงลำพังกับหลานที่อายุน้อย ปล่อยให้ต้องเผชิญชีวิตกันตามลำพังและจากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการช่วยเหลือเกื้อกูลในครอบครัวกับความสุขใจของผู้สูงอายุไทยของ

จันทร์เพ็ญ แสงเทียนฉายและคณะ(2544) พบว่าการเลี้ยงหลานเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในครอบครัวซึ่งเป็นการช่วยเหลือเกื้อหนุนของครอบครัวที่ผู้สูงอายุมักจะปฏิบัติในฐานะผู้ให้เมื่ออยู่ในบ้านเดียวกับลูกหลาน หลานที่ต้องเลี้ยงส่วนมากเป็นหลานที่อยู่ในวัยเด็กเล็กและวัยเรียน ซึ่งการเลี้ยงหลานเป็นกิจกรรมที่มีบทบาทต่อความสุขทางใจของผู้สูงอายุทั้งที่ก่อให้เกิดความสนุกสนานชื่นและอาการหงุดหงิด จิตใจชุ่มมัวได้เมื่อหลานคือรักไม่เชื่อฟัง การเลี้ยงหลานก่อให้เกิดความสุขทางใจโดยตรงกับผู้สูงอายุ ภารกิจที่ต้องปฏิบัติต่อหลานเป็นกิจวัตรประจำวันทำให้ผู้สูงอายุไม่มีความรู้สึกว่างเปล่าในชีวิตและยังนำมาซึ่งความรู้สึกสดชื่นในจิตใจ แต่การเลี้ยงหลานก็ไม่จำเป็นต้องก่อให้เกิดความสุขแก่ผู้สูงอายุเสมอไปประมาณครึ่งหนึ่งของผู้สูงอายุที่อยู่ในกลุ่มผู้ให้ข้อมูลมองการเลี้ยงหลานในทางลบ บางครั้งการเลี้ยงหลานอาจทำให้ผู้สูงอายุเกิดความไม่สบายใจ จิตใจชุ่มมัวได้เมื่อหลานไม่เชื่อฟัง

การศึกษาปัญหาของผู้สูงอายุพบว่าผู้สูงอายุมีปัญหาเกิดขึ้นมากมายทั้งทางด้านถูกทำร้ายร่างกาย ถูกละเลยทอดทิ้งหรือแม้กระทั่งการทำร้ายทางด้านจิตใจ ถ้าครอบครัวผู้สูงอายุไม่ดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุ ช่วยเหลือเกื้อกูลกันอย่างที่ควรจะเป็นและผู้สูงอายุฟังจะได้รับ ผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลหลานเหล่านั้นก็จะต้องประสบกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งปัญหาทางด้านร่างกายและจิตใจ

#### การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological research)

##### 1. แนวคิดเกี่ยวกับปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology)

เป็นการศึกษาที่เน้นบรรยายหรือพรรณนาความหมายของประสบการณ์ชีวิตสำหรับบุคคลจำนวนหลายคนเกี่ยวกับมโนทัศน์อันเป็นแก่นสาระ (essence) ของปรากฏการณ์ใด ๆ ที่สนใจ การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาได้รับความนิยมนำมาใช้ในการแสวงหาความรู้ความจริงเป็นเวลาช้านานจากนักวิจัยทางสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มีจุดมุ่งเน้นที่แตกต่างกับการศึกษาชีวิตประวัติตรงที่เป็นการสำรวจเพื่อทำความเข้าใจแก่นสาระเชิงโครงสร้างที่ไม่แปรเปลี่ยน (แต่จิตรับรู้ได้) และเป็นรากเหง้ารองรับความหมายของมโนทัศน์หรือประสบการณ์ชีวิต ทั้งที่ปรากฏเห็นภายนอกและดำรงอยู่ภายใต้ความรู้สึกภายในตัวบุคคลหลาย ๆ คน (องอาจ นัยพัฒน์, 2549, หน้า 52)

ปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) นี้ใช้กันอย่างแพร่หลายและในความหมายทั้งปรัชญาแนวคิดมุมมองบางครั้งก็อาจใช้แทนความหมายของระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพหรือเชิงธรรมชาติ สาระสำคัญของกรวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา คือมุมมองในประเด็น "อะไรคือรูปแบบและประสบการณ์สำคัญในชีวิตบุคคลนั้น ๆ" (นิตา ชูโต, 2540, หน้า 22)



ปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) ประกอบด้วยปรากฏการณ์ (Phenomena) และหลักการสืบสวน (Investigation) ปรากฏการณ์นั้น หลักการศึกษาปรากฏการณ์ก็คือการศึกษาเรื่องราวหรือความคิดตามวิถีทางที่มันเกิด อย่างที่มันเป็นอยู่และที่ตัวของมันเอง ดังที่ Husserl (1965) กล่าวว่า "Turn to thing themselves" หมายความว่า การจะศึกษาปรากฏการณ์นั้น ๆ แนวคิดหลักที่สำคัญ คือ การค้นหาความเป็นจริงที่ปรากฏอยู่ ไม่มีการคิดล่วงหน้า หรือถ้ามีผู้ศึกษา จะต้องแยกออกจากสิ่งที่กำลังศึกษา

การวิจัยแบบปรากฏการณ์นิยมเชื่อว่าการที่คนเราจะเข้าใจผู้อื่นไม่ว่าจะเป็นการแปลข้อความที่สื่อสารถึงกัน การเข้าใจความหมาย (meaning) แรงจูงใจ ความคิดและพฤติกรรมของผู้อื่นนั้นขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่สั่งสมมา (stock of knowledge) อย่างไรก็ตามการเข้าใจความหมายของสิ่งต่าง ๆ ของคน ๆ หนึ่งสามารถสื่อผ่านทางกรบอกเล่า (narrative) โดยที่นักวิจัยต้องพยายามกักเก็บ (bracket) ความรู้ ประสบการณ์ ความคิดเห็นต่าง ๆ ของตนที่สั่งสมมาออกจากสิ่งที่ตนเองกำลังศึกษา ประสบการณ์ที่สั่งสมมานั้นเพียงแต่ช่วยให้นักวิจัยได้เข้าใจและเกิดการหยั่งรู้ (intuition) ในเรื่องราวต่าง ๆ ดังนั้นการที่นักวิจัยพยายามที่จะเข้าใจในประสบการณ์ของผู้อื่นอย่างถ่องแท้โดยผ่านการบอกเล่าเปรียบดั่งการที่นักวิจัยพยายามวางภาพต่อที่ละชิ้นเพื่อให้ได้ภาพรวมของสิ่งนั้น ๆ โดยไม่มีการดัดแปลงใด ๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งโลกแห่งความจริงของผู้ร่วมวิจัยที่สมบูรณ์ที่สุด (วิจิตร ศรีสุพรรณ, 2544, หน้า 88)

## 2. ลำดับขั้นในการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา

วิจิตร ศรีสุพรรณ (2544) กล่าวว่าในการทำวิจัยเชิงปรากฏการณ์นิยม สิ่งแรกที่นักวิจัยต้องกระทำ คือ การกำหนดปรากฏการณ์ที่ต้องศึกษาขึ้นมาก่อนว่าต้องการสิ่งใด โดยส่วนใหญ่จะมุ่งเน้นไปที่การทำความเข้าใจในปรากฏการณ์ ประสบการณ์ ความรู้สึกของกลุ่มตัวอย่างที่สนใจเพื่อที่จะทำการค้นหาผู้ให้ข้อมูล (Key information) เพื่อให้ตรงกับปรากฏการณ์ที่ผู้วิจัยต้องการ จากนั้นทำการรวบรวมข้อมูลโดยสัมภาษณ์เชิงลึก โดยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง หรือแบบไม่มีโครงสร้าง หรือใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและมีการจดรายละเอียดลงด้วย จากนั้นก็ตามด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลหลังจากที่ได้สัมภาษณ์และบทสัมภาษณ์นั้นได้รับการถอดเทปแล้ว ซึ่งมีวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลหลายแบบแล้วแต่จะเลือกใช้จากนั้นเข้าสู่ขั้นตอนการเขียนรายงานผลการวิจัยซึ่งสามารถทำได้หลายรูปแบบ นักวิจัยบางท่านอาจรายงานผลการวิจัยด้วยเรื่องราวทั้งหมดของผู้ร่วมวิจัยที่อธิบายถึงความหมายของปรากฏการณ์นั้น ๆ ได้อย่างชัดเจน (paradigm case) บางท่านอาจรายงานเรื่องราวของผู้ร่วมวิจัยหลากหลายกรณี (case exemplars) ท่านสามารถอธิบายความหมายของปรากฏการณ์ในแง่มุมที่เหมือนและแตกต่างกัน แต่ส่วนใหญ่

นักวิจัยจะรายงานผลการวิจัยในรูปของการวิเคราะห์กระบวนการที่มาจากหน่วยข้อมูลที่ได้ทั้งหมด Spiegelberg (1965) ได้จัดลำดับชั้นของปรากฏการณ์วิทยาไว้ 6 ลำดับชั้นได้แก่

2.1 Descriptive Phenomenology เป็นลำดับชั้นของการสืบสวนปรากฏการณ์เฉพาะนั้น ๆ โดยพรรณนาปรากฏการณ์นั้นอย่างถึงแก่น ผู้วิจัยจะต้องเปิดประสาทสัมผัสทั้ง 5 ในการที่จะแสวงหาความจริงและคำตอบในปรากฏการณ์นั้น ๆ

2.2 Phenomenology of Essences เป็นลำดับชั้นการสืบสวนหาองค์ประกอบสำคัญของปรากฏการณ์วิทยา นำสิ่งที่ศึกษามาจัดลำดับการเกิดของเหตุการณ์ รวมเอาสิ่งที่คล้ายกันไว้ด้วยกัน และหลอมรวมเอาสิ่งที่เรียกว่าแก่น สาระ หรือองค์ประกอบสำคัญ (Theme) ของเหตุการณ์ที่ศึกษา แล้วจัดกลุ่มหาความสัมพันธ์ พิจารณาความสัมพันธ์ขององค์ประกอบสำคัญ ๆ ภายในกลุ่มแต่ละกลุ่ม ซึ่งเรียกว่าเป็นความสัมพันธ์ภายใน ส่วนความสัมพันธ์ที่มีระหว่างกลุ่มนั้นเรียกว่า ความสัมพันธ์ภายนอก

2.3 Phenomenology of Appearances เป็นการสังเกตความสัมพันธ์ในรูปแบบที่ปรากฏ ซึ่งสามารถมองเห็นแก่นของปรากฏการณ์นั้น ๆ ชัดเจนยิ่งขึ้น

2.4 Constitutive Phenomenology เป็นการมองปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นด้วยจิตสำนึก ตั้งแต่การเริ่มของปรากฏการณ์ที่ศึกษาจนถึงรูปแบบของความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้น

2.5 Reductive Phenomenology เป็นการตั้งข้อสังเกตข้อสงสัยที่เกิดขึ้นหรือมีอยู่ หรือการตัดทอนปรากฏการณ์

2.6 Hermeneutic Phenomenology เป็นการสืบค้นเพื่ออธิบายความหมายที่เกิดขึ้นในปรากฏการณ์นั้น ๆ และตีความหมาย (Interpreting) ว่ามีความหมายต่อบุคคลนั้นอย่างไร

### 3. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลแบบแปลความหมายตามขั้นตอน (Leonard, 1989 อ้างอิงใน พันตำรวจตรีหญิงเจริญพร ตรีเนตร, 2543) กล่าวไว้ว่าประกอบด้วยทั้งหมด 3 ขั้นตอน

3.1 Thematic analysis หมายถึงกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในสนามทั้งหมด ทั้งจากการสัมภาษณ์ การบันทึก สังเกต โดยทุกข้อมูลที่ได้มาจะถูกอ่านหลายครั้ง โดยเมื่ออ่านจนครบทุกข้อมูลที่เราได้จากสนามก็จะสามารถเห็นประเด็นย่อย (Categories) ซึ่งจะปรากฏประเด็นที่น่าสนใจออกมาซึ่งจะเป็นแนวทางในการแยกประเด็นข้อมูล แล้วนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาอ่านด้วยมุมมองของการแปลความหมาย ซึ่งประเด็นย่อย ๆ เหล่านี้จะเป็นพื้นฐานในการศึกษาค้นพบจากการศึกษาและปรากฏออกมาเป็นประเด็นหลัก

3.2 Analysis of exemplars คือการวิเคราะห์บทบาทเฉพาะอุบัติการณ์หรือเหตุการณ์ทุกการกระทำของสถานการณ์ต่าง ๆ รวมถึงการตอบสนองแต่ละเหตุการณ์เป็นการวิเคราะห์บริบท (context) ห้อมล้อมของแต่ละเหตุการณ์ของแต่ละบุคคล สิ่งที่เกี่ยวข้อง ปฏิบัติการและการปฏิบัติ โดยไม่รวมความคิดของผู้วิเคราะห์ จากกรณีนี้จะได้อธิบายเรื่องหรือเรื่องสั้นที่อธิบายความหมายของแต่ละสถานการณ์ ซึ่งจะมีความหมายแตกต่างกันไปตามกรณีแวดล้อมหรือบริบท (context)

3.3 Identification of paradigm คือ เป็นการแยกรูปแบบของความหมาย รูปแบบนี้จะอธิบายข้อมูลอย่างสมบูรณ์ซึ่งจะทำให้เข้าใจถึงปรากฏการณ์ การกระทำของแต่ละบุคคล และเข้าใจถึงปรากฏการณ์จากบริบทของแต่ละสถานการณ์ เข้าใจถึงความเกี่ยวข้องของเหตุการณ์และความหมายของแต่ละสถานการณ์ และสามารถบรรยายออกเป็นโครงสร้างและรูปแบบของประสบการณ์

ดังนั้นการแปลความหมาย (Interpretive or Hermeneutics) ของงานวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) มีข้อตกลงเบื้องต้น ซึ่งเป็นข้อสันนิษฐานบนพื้นฐานของเรื่องที่ตนเองเคยมีประสบการณ์มาก่อน โดยการให้ความหมายตามวัฒนธรรม และภาษา ซึ่งผู้วิจัยจะต้องมีความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับการศึกษาเรื่องการดำเนินชีวิตของมนุษย์ การทำความเข้าใจมนุษย์จึงเป็นเรื่องของการวิเคราะห์วัฒนธรรมนั่นเอง เป็นความพยายามที่จะแปลพฤติกรรมของมนุษย์เพื่อหาความหมายของวัฒนธรรมนั้นด้วย ดังนั้น ผู้วิจัยจะตีความข้อมูลได้จะต้องประกอบด้วย การมีข้อมูลที่มีคุณภาพ และผู้วิจัยข้อมูลมีภูมิหลัง หรือข้อมูลพื้นฐานที่เป็นบริบท (context) ของพฤติกรรมที่จะแปลความหมาย

#### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กาญจน์ สิทธิวงศ์ และคณะ (2539) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการดูแลของครอบครัวกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 203 คน ผลการศึกษาพบว่า สุขภาพจิตของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครขึ้นอยู่กับองค์ประกอบทั้งหมด คือ การดูแลของบุคคลในครอบครัว การทำงานอดิเรก รายได้ของผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุที่มีสุขภาพแข็งแรงจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่เจ็บป่วย

เกษม เล่งเวหาสถิตย์ และคณะ (2539) ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความซึมเศร้าของผู้สูงอายุ เขตอำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร จำนวน 398 คน พบว่า

จากผลการวิจัยความซึ่มเศร้าของผู้สูงอายุมีปัจจัยหลายประการโดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และสัมพันธภาพภายในครอบครัว

มลทิรา เขียวยิ่ง และคณะ (2537) ได้ทำการศึกษาความคาดหวังความเป็นจริงในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุจากครอบครัว จากจำนวนผู้สูงอายุในจังหวัดขอนแก่น จำนวน 145 คน ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุมีความคาดหวังที่จะได้รับการดูแลจากครอบครัวถึง ร้อยละ 77.67 ในขณะที่ความเป็นจริงผู้สูงอายุได้รับการดูแลเพียงร้อยละ 72.39 เท่านั้น

องอาจ สิทธิเจริญชัย, ชรินทร์ เจริญกุล และปัญญาวัฒน์ สันติเวส (2540) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไทย พบว่าผู้สูงอายุไทยในระยะต้น ๆ ยังสามารถช่วยเหลือดูแลตนเองได้ แต่เมื่ออายุเริ่มเข้า 70 ผู้สูงอายุเหล่านี้จำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือและดูแลจากบุตรหลาน ในส่วนหนึ่ง เนื่องจากสุขภาพที่เสื่อมถอยลง ครอบครัวและลูกหลานมีบทบาทสำคัญในการดูแลผู้สูงอายุโดยเฉพาะในลักษณะสังคมปัจจุบันที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงจากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้นทำให้การดูแลผู้สูงอายุน้อยลง การใช้เวลาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุจะใช้เวลาในการพักผ่อนดูแลบ้านและส่วนใหญ่มักต้องอาศัยพึ่งพาผู้อื่น ในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันทั้งในส่วนที่เป็นดูแลตนเอง และการดูแลครอบครัว ในขณะที่สังคมเริ่มเปลี่ยนแปลง การเป็นครอบครัวเดี่ยวเพิ่มมากขึ้น การสนับสนุนดูแลผู้สูงอายุลดลง

อัสรา อวาร์ (2540) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว การสนับสนุนทางสังคมกับปัจจัยทางชีวสังคมกับความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ โดยกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มาร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ จำนวน 235 คนทั้งหญิงและชายโดยเครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม แบบวัดสัมพันธภาพในครอบครัว แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และแบบวัดความสามารถในการดูแลตนเอง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าทดสอบทางสถิติ ซึ่งผลการศึกษาพบว่าสัมพันธภาพในครอบครัว การสนับสนุนทางสังคม และระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสามารถในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลสังกัดสำนักงานแพทย์ กรุงเทพมหานคร

วันทนา กลิ่นงาม และนิวัติ กลิ่นงาม (2540) ได้ศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการเป้าหมายชีวิตและการเตรียมตัวของผู้สูงอายุโดยกลุ่มตัวอย่างได้แก่ผู้สูงอายุในจังหวัดเพชรบุรี โดยทำการศึกษาโดยวิธีการสัมภาษณ์ โดยแบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองเพชรบุรี กลุ่มที่อาศัยอยู่ในเขตอำเภอและกลุ่มที่อาศัยอยู่ในเขตชนบท ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้สูงอายุยังประสบปัญหาต่าง ๆ มากมายทั้งทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม เศรษฐกิจ สภาพที่อยู่อาศัย และปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัย เมื่อพิจารณาความต้องการและเป้าหมายในชีวิตของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการที่จะให้ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ผ่อนคลายหรือได้รับการแก้ไข ซึ่งทำให้กลายเป็นเป้าหมายชีวิตที่สำคัญของผู้สูงอายุ
2. ระดับการพัฒนาของชุมชนที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ไม่มีผลต่อสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ

ชลลดา ภักดีประพฤทธิ (2541) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางครอบครัวกับการได้รับการตอบสนองจากครอบครัวตามความต้องการขั้นพื้นฐานของผู้สูงอายุ โดยประชากรกลุ่มตัวอย่างได้แก่ผู้สูงอายุตั้งแต่อายุ 70 ปีขึ้นไปจำนวน 168 คน และศึกษากรณีตัวอย่างในผู้สูงอายุจำนวน 9 คน ในเขตเมือง กรุงเทพมหานคร โดยทำการศึกษาทั้งในเชิงคุณภาพและปริมาณ ผลการวิจัยพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองจากครอบครัวตามความต้องการพื้นฐานของผู้สูงอายุในระดับปานกลาง การได้รับการตอบสนองจากครอบครัวตามความต้องการด้านร่างกาย และด้านความสำเร็จสมหวังในชีวิต อยู่ในระดับมาก และระดับน้อยใกล้เคียงกัน ด้านความมั่นคงและปลอดภัยอยู่ในระดับปานกลาง และด้านความยอมรับนับถืออยู่ในระดับน้อย ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการได้รับการตอบสนองจากครอบครัวตามความต้องการขั้นพื้นฐานของผู้สูงอายุ ด้านปัจจัยส่วนบุคคล คือ รายได้ผู้สูงอายุ ความเพียงพอของรายได้ผู้สูงอายุ และภาวะสุขภาพ ด้านปัจจัยทางครอบครัว คือ ความเพียงพอของรายได้ครอบครัว และสัมพันธภาพในครอบครัว ในการศึกษาข้อมูลคุณภาพ พบปัจจัยที่อาจมีความสัมพันธ์กับการได้รับการตอบสนองจากครอบครัวตามความต้องการขั้นพื้นฐานของผู้สูงอายุ คือ การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ อุปนิสัยของผู้สูงอายุ และรูปแบบการเลี้ยงดูบุตรของผู้สูงอายุ

ปรีชา อุบโยคิน (2541) ได้ศึกษาไม่ใกล้ฝั่ง: สถานภาพและบทบาทผู้สูงอายุไทยโดยได้ศึกษาสถานการณ์ของผู้สูงอายุไทยในประเด็นด้านสุขภาพและบทบาทของผู้สูงอายุในสังคม กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อยู่ในพื้นที่จังหวัดสุพรรณบุรี สระบุรี สิงห์บุรี จำนวน 88 คน การเลือกสุ่มแบบหลายขั้น (Multistage sampling) โดยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ โดยผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุยอมรับในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในด้านการกำหนดว่าตนเองเป็นผู้สูงอายุ คนแก่ และคนชรา มีความภูมิใจในสถานภาพและบทบาทการเป็นผู้สูงอายุแต่บางครั้งมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นภาระต่อครอบครัว ชุมชน และสังคม ความสัมพันธ์ระหว่างบุตรหลานและผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงไป ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งมากขึ้นเนื่องจากสภาพการเปลี่ยนแปลง



ในยุคโลกาภิวัตน์ หนุ่มสาววัยทำงานต้องทำงานเพื่อหาเลี้ยงครอบครัว บางครั้งทำให้ผู้สูงอายุคิดว่าตนเองเป็นปัญหาและภาระของบุตรหลาน

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร และคณะ (2540) ได้ทำการศึกษากារเกื้อหนุนทางสังคมแก่ผู้สูงอายุพื้นที่ศึกษาภาคกลาง โดยทำการศึกษากลุ่มผู้สูงอายุในเขตจังหวัดสุพรรณบุรีโดยศึกษาในกลุ่มผู้สูงอายุจำนวน 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ทุกอย่าง กลุ่มที่สามารถดูแลช่วยเหลือตนเองและครอบครัวได้เป็นบางเรื่อง และกลุ่มที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองและครอบครัวได้เลย และพบว่าลักษณะเกื้อหนุนทางสังคมที่ผู้สูงอายุได้รับมี 3 ประเภทคือ

1. การเกื้อหนุนทางอารมณ์ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต่างได้รับการเกื้อหนุนทางอารมณ์ทั้งจากบุคคลในครอบครัว เพื่อนบ้าน บุคคลในชุมชน และจากกลุ่มผู้สูงอายุด้วยกันแต่การเกื้อหนุนที่สำคัญคือ การเกื้อหนุนทางอารมณ์ของผู้สูงอายุเอง กล่าวคือ ผู้สูงอายุจะเป็นที่พึ่งทางจิตใจของตนเอง การยอมรับความเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายด้านจิตใจ ซึ่งจะทำให้สุขภาพจิตของผู้สูงอายุดี ผู้สูงอายุบางรายจึงถือว่าตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ขณะที่บุคคลในกลุ่มเพื่อนบ้าน บุคคลในชุมชนจะเป็นผู้เกื้อหนุนทางอารมณ์ และกลุ่มบุคคลที่มีความสำคัญมากสำหรับผู้สูงอายุคือ บุตรของผู้สูงอายุเอง ถึงแม้ว่าบุคคลเหล่านั้นจะมีได้อาศัยอยู่กับผู้สูงอายุก็ตาม แต่ทุกครั้งที่บุตรมาเยี่ยมหรือทำอะไรให้กับผู้สูงอายุ จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกยินดีและมีความสุข

2. การเกื้อหนุนด้านสิ่งของและบริการ ลักษณะการสนับสนุนด้านสิ่งของและบริการต่าง ๆ นั้นพบว่า ส่วนใหญ่เป็นการสนับสนุนด้านการเงิน เสื้อผ้าและของใช้ในชีวิตประจำวัน การสนับสนุนด้านการเงินเป็นสิ่งที่คุณสูงอายุต้องการมากกว่าการสนับสนุนอย่างอื่นและบุคคลที่มีส่วนเกื้อหนุนด้านการเงินและสิ่งของที่สำคัญได้แก่บุตรของผู้สูงอายุเอง

ปัญหาความต้องการและความคาดหวัง ในเรื่องของปัญหาความต้องการและความคาดหวัง ของผู้สูงอายุต่อบริการสวัสดิการสังคมต่าง ๆ นั้น ผลจากการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุมีปัญหาด้านสุขภาพมากที่สุด ปัญหาที่สำคัญตามมา คือ ปัญหาด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีฐานะยากจน และมีความต้องการด้านการเงินมากที่สุด ปัญหาที่สำคัญอีกประการ คือ ปัญหาสัมพันธภาพในครอบครัวของผู้สูงอายุกับบุตรหลานไม่ราบรื่นนัก ก่อให้เกิดความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจในผู้สูงอายุ และความต้องการสุดท้ายคือความต้องการเกี่ยวกับสาธารณูปโภคต่าง ๆ ซึ่งความต้องการของผู้สูงอายุส่วนมากจะเป็นความต้องการในข้อข่ายความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ เป็นปัญหาที่กระทบต่อการดำเนินชีวิตประจำวันโดยทั่วไป จึงน่าจะพิจารณาได้ว่าสภาวะความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุยังอยู่ในระดับที่ไม่ดีนัก

การศึกษาของ รศรินทร์ เกรย์ และคณะ (2550) พบว่า ความสุขเป็นสิ่งที่วัดได้ในเชิงปริมาณ และระดับของความสุขขึ้นอยู่กับปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก ซึ่งไม่ใช่ตัวเงินอย่างเดียว ประกอบด้วย การไม่มีหนี้สิน/มีหนี้สิน แต่ไม่เป็นภาระการมีทรัพย์สินไว้ในครอบครอง การมีครอบครัวอบอุ่น ได้อยู่กับลูก การมีสุขภาพดี การอยู่ในชุมชนที่มีความไว้เนื้อเชื่อใจกัน ช่วยเหลือกัน และมีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน เห็นได้ชัดถึงมิติด้านจริยธรรมของการอยู่ร่วมกันและเอื้ออาทรซึ่งกันและกัน ถึงแม้ว่าการศึกษานี้จะเป็นการวิเคราะห์ระดับบุคคล แต่ผลลัพธ์ได้สะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญในระดับครอบครัว เพื่อนบ้านและชุมชนด้วย ซึ่งปัจจัยภายนอกนี้อาจทำให้เกิดขึ้นได้ง่ายกว่าความสุขที่มาจากภายในจิตใจของตนเอง หรือความสามารถในการ “ทำใจ” ให้เกิดความรู้สึกพอใจเพียงพอใจในสิ่งที่ตนเองมี พบว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขมากหรือน้อย ในการศึกษาครั้งนี้ นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุมีมุมมอง หรือทัศนคติในทางบวกต่อชีวิตในอนาคตในทุกอายุ ดังเห็นได้จากค่าเฉลี่ยความสุขในอนาคตที่สูงกว่าค่าเฉลี่ยความสุขในปัจจุบัน และมี ความมั่นใจมาก (ร้อยละ 38) มั่นใจปานกลาง (ร้อยละ 45) และจากการศึกษาของ อุไรวรรณ ชัยชนะวิโรจน์ (2543) ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวภาวะสุขภาพการปฏิบัติธรรมกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุพบว่าสัมพันธภาพในครอบครัว ภาวะสุขภาพการปฏิบัติธรรมกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุซึ่งกลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 - 70 คน จำนวน 382 คน สุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่บ้าน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปและสถิติที่ใช้คือแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุที่ศึกษามีความผาสุกทางจิตวิญญาณอยู่ในระดับสูง เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ โดยวิธีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันพบว่าสัมพันธภาพในครอบครัว ภาวะสุขภาพ การปฏิบัติธรรมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกทางจิตวิญญาณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 และสามารถทำนายระดับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุได้ตามลำดับคือ สัมพันธภาพในครอบครัว ภาวะสุขภาพและการปฏิบัติธรรมโดยปัจจัย 3 ด้าน สามารถร่วมกันทำนายความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติร้อยละ 58

Ryff, C. (1989) ศึกษาในเรื่องความสุขที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นการศึกษาในกลุ่มของประชากรชาวอเมริกา พบว่าความสุขที่เกิดขึ้น เกิดจากปัจจัยหลายอย่างทั้งตัวบุคคล สังคมและสิ่งแวดล้อม และการรับรู้ด้านสุขภาพ

Annermane. (2002) ศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งพบว่า ข้อวินิจฉัยทางการแพทย์พยาบาล ในการที่จะจำแนกและมีการจัดการ เกี่ยวกับผู้สูงอายุที่ถูกทำร้าย ซึ่งเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นมาก ความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัวส่งผลกระทบต่อที่สำคัญ ในประเทศอังกฤษพบว่าประชากรที่ถูกทำร้าย ส่วนมากจะเป็นเด็กและผู้สูงอายุ โดยมีเด็กที่ถูกทารุณเกือบ 3 ล้านคน และพบว่ามีเด็กที่ เสียชีวิตเนื่องจากถูกทารุณมากกว่า 3 คนต่อวัน และพบว่าผู้สูงอายุที่ถูกทุบตี ทำร้ายร่างกาย ประมาณ 2 ล้าน – 4 ล้านคน ต่อปี โดยมีทั้งคู่สามีภรรยา และที่หย่าร้างส่วนผู้สูงอายุที่ถูกทำร้ายมี จำนวน 7 แสนถึง 1.1 ล้านคน ต่อปี และจากผลการวิจัยระดับชาติคาดการณ์ว่าจะมีจำนวนเพิ่ม มากขึ้น ผู้สูงอายุที่ถูกทำร้ายจะถูกทำร้ายในลักษณะ ถูกทำร้ายร่างกาย ถูกทอดทิ้ง การหา ประโยชน์จากผู้สูงอายุซึ่งส่วนมากเกิดจากการกระทำของบุคคลภายในครอบครัว พยาบาลจึงเป็น กุญแจสำคัญในการที่จะตรวจคัดกรอง วิเคราะห์ และสอบถามผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งเหล่านั้น ซึ่ง สามารถแบ่งประเภทผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งได้ 3 ประเภท คือ การถูกทำร้ายในบ้านของผู้สูงอายุเอง การถูกทำร้ายที่เกิดขึ้นที่อื่น และการทอดทิ้งผู้สูงอายุในลักษณะที่ขาดการดูแลเอาใจใส่ ไม่เข้าใจ ความรู้สึกของผู้สูงอายุและขาดการดูแลด้านความปลอดภัย

Ingersoll, et al. (2004) ศึกษาในเรื่อง การวัดความสุขด้านจิตใจ กรณีศึกษาจาก ผู้สูงอายุไทย ซึ่งกลุ่มผู้ให้ข้อมูลคือผู้สูงอายุในประเทศไทย โดยใช้วิธีการเชิงคุณภาพและปริมาณ โดยให้การสัมภาษณ์เจาะลึกรายบุคคลและรายกลุ่ม พบว่าความสุขด้านจิตใจเป็นสิ่งที่มีความสำคัญสำหรับผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก และพบว่าความสุขที่เกิดขึ้นเกิดจากปัจจัย 2 ด้าน คือ ปัจจัยภายในตัวบุคคลและปัจจัยภายนอก

Fulmer, T., et al. (2005) ศึกษาเรื่องความเสี่ยงของผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้ง ทำการศึกษาใน ผู้สูงอายุตอนปลาย ระหว่างปี 2001 – 2003 พบว่าปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบที่มีส่วนเกี่ยวข้องและมี นัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ การถูกทำร้ายในวัยเด็ก บุคลิกภาพ การรับรู้ สถานะหน้าที่ ความซึมเศร้า และการสนับสนุนทางสังคม

### กรอบแนวคิด

จากแนวคิดและการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความทุกข์และความสุขของผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลหลานโดยใช้การวิจัย เชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) กรอบแนวคิดการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยาการ แปลข้อมูล (Hermeneutic phenomenology) ซึ่งเป็นรูปแบบงานวิจัยที่นำมาซึ่งความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิด ความคิดเห็นและความหมาย จากการถ่ายทอดจากบุคคลหรือกลุ่มบุคคล ที่มีประสบการณ์โดยตรงในภาวะผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลหลาน ซึ่งผู้สูงอายุในวัยที่มีการเสื่อม

ลงในทุกด้านแต่ต้องมารับภาระในการเลี้ยงดูหลานโดยบุคคลในครอบครัวไม่ให้การดูแลเท่าที่ควรจะเป็น จากการศึกษางานวิจัยพบว่าผู้สูงอายุส่วนมากมีความสุขเมื่อมีบุตรหลานคอยดูแลและอยู่ใกล้ซิด การถ่ายทอดปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลหลานในงานวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) กรอบแนวคิดการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยาการแปลข้อมูล (Hermeneutic phenomenology) จึงเป็นการสะท้อนภาพของผู้สูงอายุอีกแง่มุมในเชิงลึกให้ความสำคัญแก่คุณค่าของข้อมูลที่เป็นความรู้สึกนึกคิด ศึกษารายละเอียดของสถานการณ์นั้นตามความเป็นจริงในทุกมิติอย่างเป็นระบบ สะท้อนปัญหาและความต้องการที่ผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้ดูแลหลานให้สังคมได้รับรู้ และเพื่อให้งานวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้ที่สนใจในเรื่องราวของแง่มุมชีวิตของผู้สูงอายุได้ศึกษาอย่างเจาะลึก และครอบคลุมในประเด็นที่ศึกษาดังกล่าว

