

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570) โดยใช้เทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) การวิจัยเชิงอนาคตแบบ EDFR วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์ โปรแกรมสำเร็จรูป คำนวณค่ามัธยฐาน ฐานนิยม และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Inter Quartile Range) ในบทนี้จะนำเสนอผลการวิเคราะห์เป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ผลวิเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนารอบแนวคิดอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570

ตอนที่ 2 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 ด้วยกระบวนการวิจัยเชิงอนาคตแบบ EDFR (Ethnographic Delphi Futures Research)

ตอนที่ 3 การนำเสนออนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570

ตอนที่ 1 ผลวิเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนารอบแนวคิดอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570

ขั้นที่ 1 ผลการวิเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ

จากการสังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 ปรากฏผล ดังนี้

คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มี 8 ด้าน ประกอบด้วย

1.ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี

- 1.1 มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต
- 1.2 มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวลปราศจากความเครียด
- 1.3 รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่าของตนเองรวมถึงการควบคุมอารมณ์

ของตนเอง

- 1.4 รู้สึกแจ่มใส เบิกบานมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง
- 1.5 สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้

2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 - 2.1 มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว่าคุณอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย
 - 2.2 มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา
 - 2.3 ยังได้รับความสำคัญในการปรึกษาเรื่องต่าง ๆ จากสมาชิกในครอบครัว
 - 2.4 สมาชิกภายในครอบครัวเอาใจใส่ท่านเป็นอย่างดี
 - 2.5 มีการวางแผนในการไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ
3. ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี
 - 3.1 มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ มีสภาพการเงินที่ดี
 - 3.2 ได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต
 - 3.3 มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี
 - 3.4 ยังมีความต้องการได้รับการอบรมอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้
 - 3.5 เมื่อเจ็บป่วยจะต้องเสียค่ารักษาพยาบาลด้วยตนเอง
4. ด้านการพัฒนาตนเอง
 - 4.1 มีการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตน
 - 4.2 มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ปรารถนา
 - 4.3 ได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง
 - 4.4 ได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม และศาสนา
 - 4.5 สามารถแก้ไขปัญหา หรือดับทุกข์ด้วยตนเอง
5. ด้านสภาพร่างกายที่ดี
 - 5.1 มีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความปลอดภัยการมีสุขภาพที่ดี
 - 5.2 มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน
 - 5.3 มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหาร โภชนาการ ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย และการดูแลสุขภาพ
 - 5.4 มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอที่เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้มีสุขภาพที่ดี
 - 5.5 สามารถทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพตามวัย
6. ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง
 - 6.1 มีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง
 - 6.2 มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ
 - 6.3 สามารถกำหนดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง
 - 6.4 สามารถเลือกทำในสิ่งที่ท่านปรารถนาหรือต้องการ

6.5 กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนในครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท

7. ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม

7.1 ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม

7.2 มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคมตลอดจนการได้รับการยอมรับทางสังคม

7.3 มีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป

7.4 มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะ สังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงานเลี้ยง งานศพ

7.5 ได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่อาศัยอยู่

8. ด้านสิทธิตามกฎหมาย

8.1 มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และสนับสนุนด้านการแพทย์ และสาธารณสุข

8.2 ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

8.3 ได้รับข้อมูลทางอาชีพและตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะ

8.4 ได้รับการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะอื่น

8.5 ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ

ขั้นที่ 2 สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ จำนวน 5 คน

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ 5 คน เกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะ และนำมาประยุกต์ใช้ให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรี มีคุณค่า ดูแลตนเองได้ และเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีใน 8 ด้าน คือ 1) สภาพอารมณ์ที่ดี 2) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 3) สภาพความเป็นอยู่ที่ดี 4) การพัฒนาตนเอง 5) สภาพทางร่างกายที่ดี 6) การตัดสินใจด้วยตนเอง 7) การรวมกลุ่มทางสังคมและ 8) สิทธิตามกฎหมายนำแนวคิดของหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเข้ามามีส่วนร่วมสำคัญเพื่อกำหนดแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 ผลการสัมภาษณ์ มีประเด็นที่น่าสนใจ ดังนี้

ด้านที่ 1 สภาพอารมณ์ที่ดี

ดังกล่าวบางตอนในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

“...ผู้สูงอายุต้องมีสภาวะจิตใจที่สมบูรณ์ร่าเริงแจ่มใส ไม่วิตกกังวล มีความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตตนเอง ครอบครัวและสังคมสิ่งแวดล้อม รู้สึกว่าตนเองมีความปลอดภัยในชีวิต...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรมีความเป็นอยู่ที่ดี มีความพึงพอใจต่อชีวิต ยอมรับสภาพทางกาย จิตใจที่ดี มีเจตคติที่ดีต่อประสบการณ์ชีวิตของตนเอง การรับรู้สภาพต่อการเป็นอยู่ การดำรงชีวิต รวมทั้งสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิต และมีความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในกลุ่มสังคมของตนเอง มีความพึงพอใจในการทำงานอาชีพ มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความเครียด และอยากมีความสุขในการดำเนินชีวิตกับลูกหลาน และผู้สูงอายุสามารถควบคุมอารมณ์โกรธของตนเองได้...”

“...ผู้สูงอายุควรได้รับการส่งเสริมให้มึ้งงานทำและมีรายได้ของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุต้องการการดูแลเอาใจใส่ การพูดคุยอย่างสม่ำเสมอ ให้ความรัก การยอมรับนับถือ ให้ความเคารพ ยกย่อง การให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ การเห็นอกเห็นใจและการให้อภัย การแสดงออกถึงความเข้าใจ และเอื้ออาทรกับผู้สูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรมีความพึงพอใจและความสุขในการดำเนินชีวิต มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวล ปราศจากความเครียด รู้จักยอมรับตนเอง เห็นคุณค่าของตนเอง รวมถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพอารมณ์ที่ดีของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 ควรมีแนวทางการดำเนินการอย่างไร สรุปได้ดังนี้

ด้านที่ 1 สภาพอารมณ์ที่ดี

1. ผู้สูงอายุมีความรู้สึกแจ่มใส เบิกบานมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง
2. สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้
3. ผู้สูงอายุควรมีความพึงพอใจและความสุขในการดำเนินชีวิต
4. ผู้สูงอายุต้องการการดูแลเอาใจใส่
5. มีความสุขในการดำเนินชีวิตกับลูกหลาน
6. มีความพึงพอใจต่อชีวิต
7. ยอมรับสภาพทางกาย จิตใจที่ดี
8. มีเจตคติที่ดีต่อประสบการณ์ชีวิตของตนเอง

ด้านที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ดังคำกล่าวบางตอนในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

“...ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคลในสถานที่ทำงานหรือในครอบครัว มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตร และคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว่าตนเองอยู่อย่างโดดเดี่ยว มีการติดต่อพบปะสังสรรค์รวมถึงการมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตร และคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว พึงพอใจกับการดูแลเอาใจใส่ของสมาชิกในครอบครัว มีความรู้สึกพอใจกับการผูกมิตรของเพื่อนบ้าน สามารถเข้าร่วมกิจกรรมในสังคมได้ ผู้สูงอายุและเพื่อนบ้านสามารถช่วยเหลือเกื้อกูลกันได้ และสามารถใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...การมีคุณค่าในตนเอง มีปฏิสัมพันธ์กับครอบครัวและบุตรหลาน ควรพบปะสังสรรค์กับเพื่อน เพื่อนบ้านหรือเข้าสังคมกับบุคคลอื่น มีกิจกรรมในสังคมและชุมชน การได้มีโอกาสสนับสนุนและช่วยเหลือผู้อื่น มีการสนทนาการและมีส่วนร่วมในสังคม...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุพึงพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อมหรือบรรยากาศในชุมชน มีความรู้สึกว่าชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต มีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดในสภาพแวดล้อมที่ดี มีความพึงพอใจกับการช่วยเหลือจากเพื่อน ๆ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรได้เข้าร่วมกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมเป็นประจำ ผู้สูงอายุควรพึงพอใจในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับผู้อื่นได้ มีการรับรู้ถึงความรักความเข้าใจของบุคคลในครอบครัวโดยการพูดคุยและการกระทำของบุคคลนั้น ๆ และควรมีความสัมพันธ์ภาพกับญาติพี่น้อง หรือเพื่อนบ้าน...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 สรุปได้ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างบุคคลในสถานที่ทำงานหรือในครอบครัว
2. มีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตร และคนรอบข้าง
3. มีความพึงพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อมหรือบรรยากาศในชุมชน
4. ควรได้เข้าร่วมกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ
5. มีการรับรู้ถึงความรักความเข้าใจของบุคคลในครอบครัวโดยการพูดคุยและการกระทำของบุคคลนั้น ๆ
6. มีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดในสภาพแวดล้อมที่ดี

ด้านที่ 3 สภาพความเป็นอยู่ที่ดี

ดังกล่าวมาในตอนในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

“...ผู้สูงอายุควรได้รับ อาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และการดูแลสุขภาพอนามัยอย่างเพียงพอ โดยการมีสภาพเป็นอยู่ที่ดี อาชีพการงาน สภาพทางการเงิน ความปลอดภัย สถานภาพทางเศรษฐกิจ ลักษณะที่อยู่อาศัย และการเป็นเจ้าของอสังหาริมทรัพย์ และอสังหาริมทรัพย์...”

“...ควรมีการปรับสภาพแวดล้อมของชุมชน และบ้านเรือนให้มีความปลอดภัยกับผู้สูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุต้องการการดูแลเอาใจใส่ ช่วยเหลือในด้านการเงินอย่างเพียงพอ และสม่ำเสมอ ท่านควรมีอาชีพการงานและรายได้ มีสภาพทางการเงินที่ดี ได้รับความปลอดภัยในชีวิต ท่านควรมีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ท่านพอใจในสภาพแวดล้อมที่ทำอาชีพอยู่ รู้สึกมั่นคงและปลอดภัยในชีวิต ท่านมีความรู้สึกสะดวกสบายในการเดินทางไปในสถานที่ต่าง ๆ พึงพอใจในการบริการสาธารณะของหน่วยงานต่าง ๆ ในเขตพื้นที่ที่อาศัย มีโอกาสได้รับข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ที่ท่านต้องการ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรได้รับ อาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และการดูแลสุขภาพพอนามัยอย่างเพียงพอ ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการทำงานหรือสามารถได้รับรายได้อื่น ๆ ผู้สูงอายุควรได้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่สงบปลอดภัย มีความพึงพอใจตามกำลังความสามารถ ผู้สูงอายุควรที่จะได้อยู่ในบ้านของตนเองตลอดระยะเวลาอันนานเท่าที่เป็นไปได้...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยมีความมั่นคงของชีวิต ควรมีสถานบริการสุขภาพอนามัยชุมชนที่สะอาดไปมาสะดวก ผู้สูงอายุมีความรู้สึกที่ชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดีในแต่ละวัน ควรมีความพึงพอใจในสถานที่ที่เป็นอาคารบ้านเรือนที่ท่านอยู่อาศัยในปัจจุบัน และควรได้รับรู้ข่าวสารที่มีประโยชน์ต่อตัวท่านและสังคมในหลากหลายทางเลือกสำหรับผู้สูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 สรุปได้ดังนี้

1. ควรได้รับ อาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และการดูแลสุขภาพพอนามัยอย่างเพียงพอ
2. มีอาชีพการงานและรายได้ มีสภาพทางการเงินที่ดี
3. ควรที่จะได้อยู่ในบ้านของตนเองตลอดระยะเวลาอันนานเท่าที่เป็นไปได้
4. อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยมีความมั่นคงของชีวิต
5. มีความพึงพอใจในสถานที่ที่เป็นอาคารบ้านเรือนที่ท่านอยู่อาศัยในปัจจุบัน
6. ควรได้รับโอกาสในการทำงานหรือสามารถได้รับรายได้อื่น ๆ

ด้านที่ 4 การพัฒนาตนเอง

ดังกล่าวข้างต้นในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

“...ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสพัฒนาศักยภาพตนเองอย่างเต็มความสามารถ ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการศึกษา วัฒนธรรม จิตใจ และกิจกรรมนันทนาการของสังคม เช่น การจัดกิจกรรมเพื่อความบันเทิง การร้องรำทำเพลง...”

“...การสร้างความรู้ทางด้านอาชีพเพิ่มเติมเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ในการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุจะเกี่ยวข้องกับการศึกษาและทักษะ ในการปฏิบัติตน ความสามารถส่วนตัวของผู้สูงอายุ ความก้าวหน้าและการพัฒนาตนเองในด้าน ต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ...”

“...การให้โอกาสในการเรียนรู้ได้ตลอดเวลาไม่จำกัดอายุของผู้สูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุมีการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตนเอง มีการพัฒนาตนเอง เพื่อบรรลุสิ่งที่ปรารถนา ควรได้รับโอกาสในการศึกษา วัฒนธรรม จิตใจและกิจกรรมนันทนาการ ทางสังคม ท่านควรได้รับโอกาสพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างเต็มความสามารถ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรมีการพัฒนาบุคลิกภาพ มีการพัฒนาทางสติปัญญา การเรียนรู้ สนใจการเรียนรู้ และเข้าใจตนเอง รู้จุดบกพร่องของตนเอง มีงานที่น่าสนใจทำ สามารถปรับตัวที่ดี ต่อครอบครัวต่อเพื่อนตลอดจนในชุมชน และควรมีการแสดงออกในทางสร้างสรรค์...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน ควรเป็นกรรมการต่าง ๆ ของ ชุมชน เป็นที่ปรึกษาให้กับชุมชนที่อาศัยอยู่ สามารถถ่ายทอดภูมิปัญญาให้กับลูกหลาน ควรได้รับ บริการด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต และเข้า ร่วมในกิจกรรมการศึกษาของชุมชน...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต
ของผู้สูงอายุด้านการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-
2570 สรุปได้ดังนี้

1. ควรได้รับโอกาสพัฒนาศักยภาพตนเองอย่างเต็มความสามารถ
2. สามารถพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ มีทักษะในการปฏิบัติตน
3. มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ปรารถนา ควรได้รับโอกาสในการศึกษา
วัฒนธรรม จิตใจและกิจกรรมนันทนาการทางสังคม
4. สามารถถ่ายทอดภูมิปัญญาให้กับลูกหลาน
5. ควรมีการพัฒนาบุคลิกภาพ มีการพัฒนาทางสติปัญญา การเรียนรู้สนใจ
การเรียนรู้ และเข้าใจตนเอง
6. สามารถปรับตัวที่ดีต่อครอบครัวต่อเพื่อนตลอดจนในชุมชน
7. ควรมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน

ด้านที่ 5 สภาพทางร่างกายที่ดี

ดังกล่าวบางตอนในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

“...สุขภาพก็เป็นปัจจัยที่แสดงถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพราะถ้าผู้สูงอายุ
มีสุขภาพดีร่างกายแข็งแรง มีโอกาสทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความสำเร็จสูง ทำให้สามารถ
ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข...”

“...การมีระบบสุขภาพที่รองรับสังคมผู้สูงอายุโดยเฉพาะ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุต้องการสภาพร่างกายที่แข็งแรง สมบูรณ์ ต้องการมีผู้ช่วยเหลือ
ดูแลอย่างใกล้ชิด มีที่อยู่อาศัยที่สะอาด อากาศดี สิ่งแวดล้อมที่ดี มีอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะ
และการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหารและโภชนาการ
ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกายและการดูแลสุขภาพ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุต้องการได้รับการบริการรักษาพยาบาลที่สะดวก รวดเร็ว ต้องการ
มีผู้ดูแลช่วยเหลืออย่างใกล้ชิดเมื่อยามเจ็บป่วยผู้สูงอายุควรมีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับ
ความปลอดภัยการมีสุขภาพดี มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ มีกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ...”

“...ผู้สูงอายุควรได้รับการคุ้มครองและมีระบบสวัสดิการให้กับผู้สูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความต้องการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง สมบูรณ์
มีผู้ช่วยเหลือดูแลอย่างใกล้ชิด ต้องการที่อยู่อาศัยที่สะอาด อากาศดี สิ่งแวดล้อมที่ดี มีอาหารที่ถูก

สุขภาพตามวัย อีกทั้งยังต้องการมีผู้ดูแลช่วยเหลือให้การพยาบาลอย่างใกล้ชิดเมื่อยามเจ็บป่วย นอกจากนี้ ยังต้องการได้รับการตรวจสุขภาพและการรักษาพยาบาลที่สะดวก รวดเร็ว ทันที และได้รับการบริการรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐ ผู้สูงอายุยังมีความต้องการบำรุงรักษาร่างกายและการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุทำให้ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงเสื่อมโทรมลง ทำให้ผู้สูงอายุให้ความสำคัญเกี่ยวกับอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายให้ใช้งานได้ปกติมากที่สุด ผู้สูงอายุยังมีความต้องการเครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัยและยารักษาโรค แต่ความต้องการสูงสุดของผู้สูงอายุ คือ ความมั่นคงในชีวิตให้ลูกหลานดูแล สนใจ เอาใจใส่เป็นพิเศษ อีกทั้งยังต้องการให้ร่างกายใช้งานได้ใกล้เคียงปกติ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านสภาพทางร่างกายที่ดีของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 สรุปได้ดังนี้

1. มีสุขภาพดีร่างกายแข็งแรง มีโอกาสทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. มีอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะและการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
3. มีผู้ดูแลช่วยเหลือให้การพยาบาลอย่างใกล้ชิดเมื่อยามเจ็บป่วย
4. ต้องการที่อยู่อาศัยที่สะอาด อากาศดี สิ่งแวดล้อมที่ดี มีอาหารที่ถูก

สุขภาพตามวัย

5. ได้รับการบริการรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐ
6. ควรได้รับความมั่นคงในชีวิตให้ลูกหลานดูแล สนใจ เอาใจใส่เป็นพิเศษ

ด้านที่ 6 การตัดสินใจด้วยตนเอง

ดังกล่าวมาในตอนในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

“...ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือทางด้านสิทธิมนุษยชนและสิทธิเบื้องต้นในเรื่องที่อยู่อาศัย การเข้าร่วมการดูแลรักษาต่าง ๆ รวมถึงผู้สูงอายุควรได้รับความเคารพที่สมเกียรติได้รับการยอมรับในเรื่องความศรัทธา ความเป็นส่วนตัว และผู้สูงอายุควรมีสิทธิเสรีภาพในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลเอาใจใส่และคุณภาพชีวิตของตนเอง...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุมีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ สามารถแก้ปัญหาหรือดับทุกข์ด้วยตนเองได้ สามารถควบคุมตนเอง ได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือด้วยคำพูดและการแก้ต่างด้วยตนเอง...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรมีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง กล่าวที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนในครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท ควรมีทักษะในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลตนเอง สามารถที่จะใช้เหตุและผลเพื่อตัดสินใจในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุสามารถกำหนดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ มีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง สามารถเลือกทำในสิ่งที่ท่านปรารถนาหรือต้องการ นอกจากนี้ผู้สูงอายุร่วมกันพัฒนาสังคมและบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม เช่น การส่งเสริมวัฒนธรรมและกิจกรรมอื่น ๆ ซึ่งผู้สูงอายุมีความสามารถและความถนัดที่เหมาะสมกับกิจกรรมนั้น ๆ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรคิดว่าชีวิตนี้ ท่านได้รับในสิ่งที่ตนเองตนการหรือเป้าหมายสมกับที่ตั้งใจไว้ สามารถทำใจยอมรับความผิดหวังที่จะเกิดขึ้น สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง พึ่งพอใจกับกิจกรรมที่ท่านทำได้ในปัจจุบัน ยอมรับฟังความคิดเห็น การตัดสินใจของผู้อื่น หากเกิดปัญหาขึ้น ผู้สูงอายุควรพิจารณาเหตุผลของผู้ที่เกี่ยวข้องโดยไม่ใช้ความคิดของตนเองเป็นใหญ่...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านการตัดสินใจด้วยตนเองของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 สรุปได้ดังนี้

1. ควรได้รับการช่วยเหลือทางด้านสิทธิมนุษยชนและสิทธิเบื้องต้นในเรื่องที่อยู่อาศัย
2. มีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง
3. สามารถแก้ปัญหาหรือดับทุกข์ด้วยตนเองได้ สามารถควบคุมตนเอง

4. ได้รับในสิ่งที่ตนเองตนการหรือเป้าหมายสมกับที่ตั้งใจไว้
5. สามารถเลือกทำในสิ่งที่ท่านปรารถนาหรือต้องการ
6. มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ
7. มีความพอเพียง พอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น
8. ดำรงชีวิตอยู่อย่างมั่นคงและมีศักดิ์ศรี และประพฤตินอยู่ในความซื่อสัตย์สุจริต

ด้านที่ 7 การรวมกลุ่มทางสังคม

ดังกล่าวบางตอนในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

“...การมีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคมสภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัย บทบาทในการดำเนินชีวิต การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมวิธีการดำเนินชีวิตตามความเหมาะสม การช่วยเหลือสนับสนุนในการบริการทางสังคม การยอมรับทางสังคม และสถานภาพทางสังคม...”

“...มีการยกระดับความร่วมมือ เสริมสร้างพลังสังคมของผู้สูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ทางด้านสังคม การพาผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมทางสังคม ให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมร่วมในครอบครัวตามกำลังความสามารถและความสนใจของผู้สูงอายุ รวมถึงการได้รับการช่วยเหลือส่งเสริมจากครอบครัวและชุมชนของตนเองตามคุณค่าทางวัฒนธรรมในสังคม...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่ มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคม การได้รับการยอมรับทางสังคม และควรมีสถานภาพทางสังคมที่เป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพหรือกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ที่จัดโดยบุคลากรทางสาธารณสุข เข้าร่วมงานบุญตามประเพณีต่าง ๆ ทางสังคม เข้าร่วมงานสังสรรค์กับเพื่อนหรือคนที่ท่านรู้จัก เข้าร่วมในงานพิธีมงคลต่าง ๆ เช่น งานบวช งานแต่งงาน งานทำบุญขึ้นบ้านใหม่ ท่านบำเพ็ญประโยชน์ให้กับชุมชน เข้าร่วมแสดงความคิดเห็นในการประชุมกลุ่มต่าง ๆ ในสังคม...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัว การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในสังคม และมีการช่วยเหลือผู้อื่นได้ตามสภาพที่เหมาะสม ผู้สูงอายุควรได้มีส่วนร่วมในการดำเนินงานตามนโยบายต่าง ๆ ที่จะส่งผลโดยตรงต่อความเป็นอยู่ที่ดีของตนเองและสามารถถ่ายทอดความรู้และทักษะชีวิตให้กับรุ่นหลังได้...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านการรวมกลุ่มทางสังคมของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 ควรมีแนวทางการดำเนินการอย่างไร สรุปได้ดังนี้

1. มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคมสภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัย
2. การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัว การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในสังคม
3. มีส่วนร่วมในการดำเนินงานตามนโยบายต่าง ๆ ที่จะส่งผลโดยตรงต่อความเป็นอยู่ที่ดีของตนเอง
4. มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคม
5. การได้รับการช่วยเหลือส่งเสริมจากครอบครัวและชุมชนของตนเองตามคุณค่าทางวัฒนธรรมในสังคม
6. สามารถถ่ายทอดความรู้และทักษะชีวิตให้กับรุ่นหลังได้

ด้านที่ 8 สิทธิตามกฎหมาย

ดังกล่าวบางตอนในการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

“...ด้านสิทธิตามกฎหมาย สิทธิเสรีภาพในส่วนบุคคล ได้รับการยอมรับในความเป็นพลเมืองในกิจกรรมของชุมชนหรือของรัฐบาล ได้รับความเป็นประชาชน สิทธิกระบวนการตามกฎหมาย...”

“...ควรมีการปรับเปลี่ยนกฎหมาย ระเบียบข้อบังคับที่เอื้อต่อการทำงานของสูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 1 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรที่จะดำรงชีวิตอยู่ด้วยศักดิ์ศรีและความปลอดภัยโดยปราศจากการถูกแสวงหาผลประโยชน์ ถูกทำร้ายร่างกายและจิตใจ ผู้สูงอายุควรได้รับการปฏิบัติอย่างเหมาะสมตามสถานภาพ ควรได้รับการบริการด้านกฎหมาย การให้ความช่วยเหลือในเรื่องการจัดการด้านการเงิน การบริการทางสังคม...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 2 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และสนับสนุนด้าน การแพทย์และสาธารณสุข ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพตามความเหมาะสมที่กฎหมาย กำหนด ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ได้รับการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะ อื่น ควรได้รับสิทธิด้านการลดหย่อนค่าอุปโภค บริโภค...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 3 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสาร เกี่ยวกับผู้สูงอายุ ควรได้รับการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะอื่น ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 4 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

“...ผู้สูงอายุควรได้รับการสนับสนุนให้มีการผลิตและพัฒนาบุคลากรสำหรับ ดูแลรักษาและให้บริการแก่ผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ จัดให้มีบริการพื้นฐานและสวัสดิการทางสังคม และการสงเคราะห์ให้แก่ผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยและไม่มีผู้อุปการะ ส่งเสริมสนับสนุนให้ชุมชนและภาคเอกชนเข้าร่วมจัดบริการและสวัสดิการสังคมให้แก่ผู้สูงอายุ...”

(ผู้เชี่ยวชาญคนที่ 5 สัมภาษณ์. 15 กันยายน 2561)

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุด้านสิทธิตามกฎหมายของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561- 2570 สรุปได้ดังนี้

1. สิทธิเสรีภาพในส่วนบุคคล
2. ได้รับการสนับสนุนให้มีการผลิตและพัฒนาบุคลากรสำหรับดูแลรักษา และให้บริการแก่ผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ
3. ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ
4. ได้รับการปฏิบัติอย่างเหมาะสมตามสถานภาพ
5. ได้รับความเป็นประชาชน สิทธิ กระบวนการตามกฎหมาย
6. ได้รับการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะอื่น
7. มีบริการพื้นฐานและสวัสดิการทางสังคมและการสงเคราะห์ให้แก่ผู้สูงอายุ

จากการสังเคราะห์ผลที่ได้จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และผลจากการ สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ ด้ข้อสรุปเกี่ยวกับแนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 สรุปได้ดังนี้

1. ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี
 - 1.1 มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต
 - 1.2 มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวลปราศจากความเครียด
 - 1.3 รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่าของตนเองรวมถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเอง
 - 1.4 มีรู้สึกแจ่มใส เบิกบานมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง
 - 1.5 สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้
2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 - 2.1 มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตรและคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว้าวนั่งอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย
 - 2.2 มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา
 - 2.3 ยังได้รับความสำคัญในการปรึกษาเรื่องต่าง ๆ จากสมาชิกในครอบครัว
 - 2.4 สมาชิกภายในครอบครัวเอาใจใส่เป็นอย่างดี
 - 2.5 มีการวางแผนในการไปเที่ยวกับเพื่อนๆ
3. ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี
 - 3.1 มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ มีสภาพการเงินที่ดี
 - 3.2 ได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต
 - 3.3 มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี
 - 3.4 ยังมีความต้องการได้รับการอบรมอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้
 - 3.5 เมื่อเจ็บป่วยท่านจะต้องเสียค่ารักษาพยาบาลด้วยตนเอง
4. ด้านการพัฒนาตนเอง
 - 4.1 มีการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตน
 - 4.2 มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ปรารถนา
 - 4.3 ได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง
 - 4.4 ได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม และศาสนา
 - 4.5 สามารถแก้ไขปัญหา หรือดับทุกข์ด้วยตนเอง
5. ด้านสภาพร่างกายที่ดี
 - 5.1 มีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความปลอดภัยการมีสุขภาพที่ดี
 - 5.2 มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน
 - 5.3 มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหาร โภชนาการ ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย และการดูแลสุขภาพ

- ที่ดี
- 5.4 มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอที่เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้มีสุขภาพ
 - 5.5 สามารถทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพตามวัย
- 6 ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง
- 6.1 มีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง
 - 6.2 มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ
 - 6.3 สามารถกำหนดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง
 - 6.4 สามารถเลือกทำในสิ่งที่ท่านปรารถนาหรือต้องการ
 - 6.5 กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนในครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท
7. ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม
- 7.1 ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม
 - 7.2 มีบทบาทในสังคมที่ท่านอาศัยอยู่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคมตลอดจนการได้รับการยอมรับทางสังคม
 - 7.3 มีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป
 - 7.4 มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะ สังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงานเลี้ยง งานศพ
 - 7.5 ได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่
8. ด้านสิทธิตามกฎหมาย
- 8.1 มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และสนับสนุนด้านการแพทย์และสาธารณสุข
 - 8.2 ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
 - 8.3 ได้รับข้อมูลทางอาชีพและตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะ
 - 8.4 ได้รับการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะอื่น
 - 8.5 ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ

นอกจากนี้ ผู้เชี่ยวชาญได้ให้เสนอแนะว่าควรนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งได้แก่ หลักความพอประมาณ หลักการให้เหตุผลและหลักการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี มาสอดแทรกในปัจจุบันที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ดังนี้

หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง 3 ด้าน ประกอบด้วย

1. ด้านความพอประมาณ
 - 1.1 มีการพัฒนาตนเองให้สามารถอยู่ได้อย่างพอเพียง คือ ดำเนินชีวิตโดยยึดหลัก พออยู่ พอกิน พอใช้
 - 1.2 มีดำเนินชีวิตโดยยึดหลักพึ่งตนเองเป็นหลักและไม่เบียดเบียนผู้อื่น
 - 1.3 มีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่
 - 1.4 เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด
 - 1.5 ได้ดำเนินชีวิตโดยคำนึงถึงรายได้ที่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย
2. ด้านความมีเหตุผล
 - 2.1 มีการวิเคราะห์ตนเองหรือค้นหาตนเองซึ่งจะทำให้รู้จักวางแผนการดำเนินชีวิต
 - 2.2 มีการใช้สติปัญญา คติวิเคราะห์ สังเคราะห์ และตัดสินใจอย่างรอบคอบบนพื้นฐานของความมีเหตุผล
 - 2.3 มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความมีเหตุผลโดยยึดความประหยัดลดความฟุ่มเฟือยและความถูกต้องสุจริต ยุติธรรม
 - 2.4 ดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผลตามศักยภาพและความสามารถของตนเอง
 - 2.5 มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ภายในครอบครัว
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี
 - 3.1 มีการใช้ข้อมูลจากปัญหาในอดีตมาเป็นข้อมูลในการแก้ปัญหาและป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต
 - 3.2 มีการวางแผนล่วงหน้าเพื่อเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในกระแสเศรษฐกิจและสังคม
 - 3.3 ทำงานทุกอย่างด้วยความตั้งใจและเพียรพยายามอย่างเข้มแข็ง
 - 3.4 นำความรู้ ความสามารถที่มีไปร่วมพัฒนาและขับเคลื่อนชุมชนให้มีความเข้มแข็ง
 - 3.5 กล้าแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึงผลดีและผลเสียในกิจกรรมต่าง ๆ

ผู้วิจัยได้ประเมินความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์กับกรอบแนวคิดการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 ค่าดัชนีความสอดคล้องของนิยามปฏิบัติการกับประเด็นการสัมภาษณ์จากผู้เชี่ยวชาญ
จำนวน 5 คน

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า	คะแนนความสอดคล้อง ของผู้เชี่ยวชาญ(คนที่)					Σx	IOC	สรุป
	1	2	3	4	5			
คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ								
1. สภาพอารมณ์ที่ดี								
1.1 มีความสุขและพึงพอใจในการ ดำเนินชีวิต	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
1.2 มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตก กังวลปราศจากความเครียด	0	1	1	1	0	3	0.60	ใช้ได้
1.3 รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่าของ ตนเองรวมถึงการควบคุมอารมณ์ ของตนเอง	1	1	1	0	1	4	0.80	ใช้ได้
1.4 รู้สึกแจ่มใส เบิกบานมีความสุข กับสิ่งรอบข้าง	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
1.5 สามารถควบคุมความรู้สึก ของตนเองได้	1	0	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
2. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล								
2.1 มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพ กับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติ มิตรและคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว่า ตนเองอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
2.2 มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับ คนในครอบครัว เพื่อนญาติมิตร และคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา	0	1	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
2.3 ได้รับความสำคัญในการปรึกษา เรื่องต่าง ๆ จากสมาชิกใน ครอบครัว	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้

ตาราง 4 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า	คะแนนความสอดคล้อง ของผู้เชี่ยวชาญ(คนที่)					Σx	IOC	สรุป
	1	2	3	4	5			
2.4 สมาชิกภายในครอบครัวเอาใจใส่ เป็นอย่างดี	0	1	1	1	0	3	0.60	ใช้ได้
2.5 มีการวางแผนในการไปเที่ยว กับเพื่อน ๆ	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
3. สภาพความเป็นอยู่ที่ดี								
3.1 มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอต่อ การดำรงชีพ มีสภาพการเงินที่ดี	1	0	1	0	1	3	0.60	ใช้ได้
3.2 ได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
3.3 มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไป ตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี	1	0	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
3.4 ท่านยังมีความต้องการได้รับการ อบรมอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้	1	1	1	0	1	4	0.80	ใช้ได้
3.5 เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านจะต้องเสีย ค่ารักษาพยาบาลด้วยตนเอง	1	1	1	1	0	4	0.80	ใช้ได้
4. การพัฒนาตนเอง								
4.1 ท่านมีการศึกษาและทักษะในการ ปฏิบัติตน	0	1	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
4.2 มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ ปรารถนา	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
4.3 ได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพ ของตนเอง	0	1	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
4.4 ได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่ง ทางการศึกษาวัฒนธรรม และ ศาสนา	1	1	0	1	1	4	0.80	ใช้ได้

ตาราง 4 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า	คะแนนความสอดคล้อง ของผู้เชี่ยวชาญ(คนที่)					Σx	IOC	สรุป
	1	2	3	4	5			
4.5 สามารถแก้ไขปัญหา หรือดับทุกข์ ด้วยตนเอง	1	0	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
5. สภาพร่างกายที่ดี								
5.1 มีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะ เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยการมี สุขภาพที่ดี	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
5.2 มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรม ในชีวิตประจำวัน	1	1	1	0	1	4	0.80	ใช้ได้
5.3 มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหาร โภชนาการ ความสามารถ ในการเคลื่อนไหวของร่างกาย และ การดูแลสุขภาพ	0	1	1	1	0	3	0.60	ใช้ได้
5.4 มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ ที่เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้มี สุขภาพที่ดี	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
5.5 สามารถทำงานได้อย่างเต็ม ประสิทธิภาพตามวัย	0	1	1	1	0	3	0.60	ใช้ได้
6. การตัดสินใจด้วยตนเอง								
6.1 มีอิสรภาพในการกำหนดทิศ ทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
6.2 มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ	0	1	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
6.3 สามารถกำหนดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
6.4 สามารถเลือกทำในสิ่งที่ท่าน ปรารถนาหรือต้องการ	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
6.5 กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่อง ต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนใน ครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท	0	1	1	1	0	3	0.60	ใช้ได้

ตาราง 4 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า	คะแนนความสอดคล้อง ของผู้เชี่ยวชาญ(คนที่)					Σx	IOC	สรุป
	1	2	3	4	5			
7. การรวมกลุ่มทางสังคม								
7.1 มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ของกลุ่มทางสังคม มีส่วนร่วม ในกลุ่มทางสังคม	1	1	0	1	1	4	0.80	ใช้ได้
7.2 มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่ มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรม ของสังคมตลอดจนการได้รับการ ยอมรับทางสังคม	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
7.3 มีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับ ของบุคคลทั่วไป	0	1	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
7.4 มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไป พบปะ สังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงานเลี้ยง งานศพ	1	1	0	1	1	4	0.80	ใช้ได้
7.5 ได้รับการยอมรับจากคนในชุมชน ที่ท่านอาศัยอยู่	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
8. สิทธิตามกฎหมาย								
8.1 มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การ ส่งเสริม และสนับสนุนด้าน การแพทย์และสาธารณสุข	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
8.2 ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสาร เกี่ยวกับผู้สูงอายุ	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
8.3 ได้รับข้อมูลทางอาชีพและ ตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุเป็น การเฉพาะ	0	1	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
8.4 ได้รับการอำนวยความสะดวกและ ความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะ อื่น	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้

ตาราง 4 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า	คะแนนความสอดคล้อง ของผู้เชี่ยวชาญ(คนที่)					Σx	IOC	สรุป
	1	2	3	4	5			
8.5 ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ	1	0	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง								
1. ด้านความพอประมาณ								
1.1 มีการพัฒนาตนเองให้สามารถ อยู่ได้อย่างพอเพียง คือ ดำเนินชีวิต โดยยึดหลัก พออยู่ พอกิน พอใช้	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
1.2 มีดำเนินชีวิตโดยยึดหลักพึ่งตนเอง เป็นหลักและไม่เบียดเบียนผู้อื่น	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
1.3 มีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
1.4 เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่า และเกิดประโยชน์สูงสุด	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
1.5 ได้ดำเนินชีวิตโดยคำนึงถึงรายได้ ที่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
2. ด้านความมีเหตุผล								
2.1 มีการวิเคราะห์ตนเองหรือค้นหา ตนเอง จะทำให้รู้จักวางแผน การดำเนินชีวิต	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
2.2 มีการใช้สติปัญญา คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ และตัดสินใจได้อย่าง รอบคอบบนพื้นฐานของความมี เหตุผล	0	1	1	1	1	4	0.80	ใช้ได้
2.3 มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐาน ของความมีเหตุผลโดยยึดความ ประหยัด ลดความฟุ่มเฟือยและ ความถูกต้องสุจริต ยุติธรรม	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
2.4 ดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล ตามศักยภาพและความสามารถ ของตนเอง	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้

ตาราง 4 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า	คะแนนความสอดคล้อง ของผู้เชี่ยวชาญ(คนที่)					Σx	IOC	สรุป
	1	2	3	4	5			
2.5 มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่อง ต่างๆ ภายในครอบครัว	1	0	1	0	1	3	0.60	ใช้ได้
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี								
3.1 มีการใช้ข้อมูลจากปัญหาในอดีต มาเป็นข้อมูลในการแก้ปัญหา และ ป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นใน อนาคต	1	1	0	1	1	4	0.80	ใช้ได้
3.2 มีการวางแผนล่วงหน้าเพื่อเตรียม ความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ในกระแสเศรษฐกิจและสังคม	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้
3.3 ทำงานทุกอย่างด้วยความตั้งใจ และเพียรพยายามอย่างเข้มแข็ง	1	1	0	1	0	3	0.60	ใช้ได้
3.4 นำความรู้ ความสามารถที่มีร่วม พัฒนาและขับเคลื่อนชุมชนให้มี ความเข้มแข็ง	1	1	0	1	1	4	0.80	ใช้ได้
3.5 กล้าแสดงความคิดเห็นได้อย่างมี เหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึง ผลดีและผลเสียในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องการ	1	1	1	1	1	5	1.00	ใช้ได้

จากตาราง 4 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์
ตามกรอบแนวคิดของเครื่องมือการวิจัยมีดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่าง 0.60-1.00

ตอนที่ 2 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม
ในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 โดยใช้เทคนิคการวิจัยอนาคตแบบ EDFR

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลรายด้านโดยใช้เทคนิคเดลฟาย รอบ 3 สรุปได้ดังตาราง 4-12

ตาราง 5 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปได้ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับอนาคต
ภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
(พ.ศ. 2561-2570) ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570)	เฉลี่ย (Mean)	มัธย ฐาน Md. ≥ 3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q_3-Q_1 ≤ 1.5	โอกาส ความ เป็นไปได้	ความ สอดคล้อง ของ ความคิดเห็น
1.ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี						
1.1 มีความสุขและพึงพอใจในการ ดำเนินชีวิต	4.89	5	5	0.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
1.2 มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มี วิตกกังวลปราศจาก ความเครียด	3.89	4	4	0.00	มาก	สอดคล้อง
1.3 รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่า ของตนเองรวมถึงการควบคุม อารมณ์ของตนเอง	3.89	4	4	1.25	มาก	สอดคล้อง
1.4 รู้สึกแจ่มใส เบิกบานมี ความสุขกับสิ่งรอบข้าง	3.72	4	3	1.00	มาก	สอดคล้อง
1.5 สามารถควบคุมความรู้สึกของ ตนเองได้	4.22	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง

จากตาราง 5 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญตอบแบบสอบถามรอบที่ 2 มีความเห็นว่าแนวโน้ม
โอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม
ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570) ด้านสภาพอารมณ์ที่ดีอยู่ในระดับ “มากที่สุด” และระดับ
“มาก” ($Md \geq 3.50$) และมีความคิดเห็นสอดคล้องกันทุกข้อ ($Q_3-Q_1 \leq 1.5$) โดยมีแนวโน้ม
โอกาสที่เป็นไปได้มากที่สุด คือมีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต ($Md = 5$, $Mo = 5$, IR
 $= 0.00$)

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับอนาคต
ภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
(พ.ศ. 2561–2570) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570)	เฉลี่ย (Mean)	มัธย ฐาน Md. ≥ 3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q_3-Q_1 ≤ 1.5	โอกาส ความ เป็นไปได้	ความ สอดคล้อง ของความ คิดเห็น
2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล						
2.1 มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีมิตรภาพกับสมาชิกใน ครอบครัว เพื่อน ญาติมิตร และคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึ กว่าตนเองอยู่โดดเดี่ยว เดียวดาย	4.50	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
2.2 มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตรและคนรอบข้าง อยู่ตลอดเวลา	4.33	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
2.3 ยังได้รับความสำคัญในการ ปรึกษาเรื่องต่าง ๆ จาก สมาชิกในครอบครัว	4.39	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
2.4 สมาชิกภายในครอบครัว เอาใจใส่เป็นอย่างดี	4.28	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
2.5 มีการวางแผนในการไปเที่ยว กับเพื่อน ๆ	4.11	4	4	0.25	มาก	สอดคล้อง

จากตาราง 6 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับ
อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.
2561–2570)ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอยู่ในระดับ “มากที่สุด” และระดับ “มาก” (Md
 ≥ 3.50) และมีความคิดเห็นสอดคล้องกันทุกข้อ ($Q_3-Q_1 \leq 1.5$) โดยมีแนวโน้มโอกาสที่เป็นไป
ได้มากที่สุด คือ มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตรและคน
รอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว่าตนเองอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย (Md = 5 , Mo = 5 , IR = 1.00)

ตาราง 7 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
 (พ.ศ. 2561–2570) ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570)	เฉลี่ย (Mean)	มัธย ฐาน Md. ≥ 3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q_3-Q_1 ≤ 1.5	โอกาส ความ เป็นไปได้	ความ สอดคล้อง ของ ความคิดเห็น
3. ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี						
3.1 มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอ ต่อการดำรงชีพ มีสภาพ การเงินที่ดี	4.33	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
3.2 ได้รับความปลอดภัยในการใช้ ชีวิต	4.28	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
3.3 มีที่พักอาศัยที่เหมาะสม เป็นไปตามมาตรฐานของ การมีชีวิตที่ดี	4.39	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
3.4 มีความต้องการได้รับการ อบรมอาชีพเสริมเพื่อสร้าง รายได้	4.33	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
3.5 เมื่อเจ็บป่วยจะต้องเสียค่า รักษาพยาบาลด้วยตนเอง	4.17	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง

จากตาราง 7 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.
 2561–2570)ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีอยู่ในระดับ “มาก”ทุกข้อ ($Md \geq 3.50$) และมีความ
 คิดเห็นสอดคล้องกันทุกข้อ ($Q_3-Q_1 \leq 1.5$) โดยมีแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้มาก คือ มีที่พักอาศัย
 ที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี ($Md = 4$, $Mo = 4$, $IR = 1.00$)

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
 (พ.ศ. 2561–2570) ด้านการพัฒนาตนเอง

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570)	เฉลี่ย (Mean)	มัธยฐาน Md. ≥ 3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q_3-Q_1 ≤ 1.5	โอกาส ความเป็นไป ได้	ความ สอดคล้อง ของความคิดเห็น
4. ด้านการพัฒนาตนเอง						
4.1 มีการศึกษาและทักษะในการ ปฏิบัติตน	4.00	4	4	0.00	มาก	สอดคล้อง
4.2 มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุ สิ่งที่ปรารถนา	4.17	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
4.3 ได้รับโอกาสในการพัฒนา ศักยภาพของตนเอง	3.89	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
4.4 ได้รับโอกาสในการเข้าถึง แหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม และศาสนา	4.33	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
4.5 สามารถแก้ไขปัญหา หรือ ดับทุกข์ด้วยตนเอง	4.39	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง

จากตาราง 8 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.
 2561–2570)ด้านการพัฒนาตนเองอยู่ในระดับ “มาก”ทุกข้อ (Md ≥ 3.50) และมีความคิดเห็น
 สอดคล้องกันทุกข้อ ($Q_3-Q_1 \leq 1.5$) โดยมีแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้มาก คือ สามารถแก้ไขปัญหา
 หรือดับทุกข์ด้วยตนเอง (Md = 4 , Mo = 4 , IR = 0.00-1.00)

ตาราง 9 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
 (พ.ศ. 2561–2570) ด้านสภาพร่างกายที่ดี

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570)	เฉลี่ย (Mean)	มัธย ฐาน Md. ≥ 3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q_3-Q_1 ≤ 1.5	โอกาส ความ เป็นไปได้	ความ สอดคล้อง ของ ความคิดเห็น
5. ด้านสภาพร่างกายที่ดี						
5.1 มีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะ เกี่ยวข้องกับความปลอดภัย การมีสุขภาพที่ดี	4.17	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
5.2 มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน	4.33	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
5.3 มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหาร โภชนาการ ความสามารถในการ เคลื่อนไหวของร่างกาย และ การดูแลสุขภาพ	4.33	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
5.4 มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ ที่เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้ มีสุขภาพที่ดี	4.44	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
5.5 สามารถทำงานได้อย่างเต็ม ประสิทธิภาพตามวัย	4.89	5	5	0.00	มากที่สุด	สอดคล้อง

จากตาราง 9 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.
 2561–2570)ด้านสภาพร่างกายที่ดีอยู่ในระดับ “มากที่สุด” และระดับ “มาก” ($Md \geq 3.50$)
 และมีความคิดเห็นสอดคล้องกันทุกข้อ ($Q_3-Q_1 \leq 1.5$) โดยมีแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้มากที่สุด
 คือ สามารถทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพตามวัย ($Md = 5$, $Mo = 5$, $IR = 0.00$)

ตาราง 10 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
 (พ.ศ. 2561–2570) ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570)	เฉลี่ย (Mean)	มัธย ฐาน Md. ≥ 3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q_3-Q_1 ≤ 1.5	โอกาส ความ เป็นไปได้	ความ สอดคล้อง ของ ความคิดเห็น
6. ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง						
6.1 มีอิสรภาพในการกำหนดทิศ ทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง	4.11	4	4	1.25	มาก	สอดคล้อง
6.2 มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรม ต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ	3.89	4	4	0.00	มาก	สอดคล้อง
6.3 สามารถกำหนดสิ่งต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง	4.22	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
6.4 สามารถเลือกทำในสิ่งที่ ปรารถนาหรือต้องการ	4.33	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
6.5 ถ้าที่จะแสดงความคิดเห็น ในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนในครอบครัว ญาติ มิตร เพื่อนสนิท	4.11	4	4	0.00	มาก	สอดคล้อง

จากตาราง 10 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.
 2561–2570) ด้านการตัดสินใจด้วยตนเองอยู่ในระดับ “มาก” ทุกข้อ ($Md \geq 3.50$) และมีความ
 คิดเห็นสอดคล้องกันทุกข้อ ($Q_3-Q_1 \leq 1.5$) โดยมีแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้ดีมาก คือ สามารถเลือก
 ทำในสิ่งที่ปรารถนาหรือต้องการ ($Md = 4$, $Mo = 4$, $IR = 0.00-1.25$)

ตาราง 11 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
 (พ.ศ. 2561–2570) ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570)	เฉลี่ย (Mean)	มัธย ฐาน Md. ≥ 3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q_3-Q_1 ≤ 1.5	โอกาส ความ เป็นไปได้	ความ สอดคล้อง ของ ความคิดเห็น
7. ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม						
7.1 ความเป็นอันหนึ่งอัน เดียวกันของกลุ่มทางสังคม มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม	4.17	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
7.2 มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัย อยู่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุน กิจกรรมของสังคมตลอดจน การได้รับการยอมรับทาง สังคม	4.56	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
7.3 มีสภาพทางสังคมเป็นที่ ยอมรับของบุคคลทั่วไป	4.44	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
7.4 มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะ สังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วม ประชุมกลุ่มงานเลี้ยง งานศพ	4.44	4.50	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
7.5 ได้รับการยอมรับจากคน ในชุมชนที่อาศัยอยู่	4.17	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง

จากตาราง 11 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.
 2561–2570) ด้านการรวมกลุ่มทางสังคมอยู่ในระดับ “มากที่สุด” และระดับ “มาก” ($Md \geq$
 3.50) และมีความคิดเห็นสอดคล้องกันทุกข้อ ($Q_3-Q_1 \leq 1.5$) โดยมีแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้มาก
 ที่สุด 2 ข้อ คือ มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคม
 ตลอดจนการได้รับการยอมรับทางสังคม ($Md = 5$, $Mo = 5$, $IR = 1.00$) และมีกิจกรรมร่วมกับ
 บุคคลอื่น เช่น ไปพบปะ สังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงานเลี้ยง งานศพ ($Md =$
 4.50 , $Mo = 5$, $IR = 1.00$)

ตาราง 12 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
 (พ.ศ. 2561–2570) ด้านสิทธิตามกฎหมาย

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570)	เฉลี่ย (Mean)	มัธยฐาน Md. ≥ 3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q ₃ -Q ₁ ≤ 1.5	โอกาส ความ เป็นไปได้	ความ สอดคล้อง ของ ความคิดเห็น
8. ด้านสิทธิตามกฎหมาย						
8.1 มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และสนับสนุนด้าน การแพทย์และสาธารณสุข	4.39	4.5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
8.2 ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสาร เกี่ยวกับผู้สูงอายุ	4.61	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
8.3 ได้รับข้อมูลทางอาชีพและ ตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุ เป็นการเฉพาะ	4.39	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
8.4 ได้รับการอำนวยความสะดวก และความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการ สาธารณะอื่น	4.33	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง
8.5 ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ	4.61	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง

จากตาราง 12 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ.
 2561–2570) ด้านสิทธิตามกฎหมายอยู่ในระดับ “มากที่สุด” และระดับ “มาก” (Md ≥ 3.50)
 และมีความคิดเห็นสอดคล้องกันทุกข้อ ($Q_3-Q_1 \leq 1.5$) โดยมีแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้มากที่สุด
 3 ข้อ คือ ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ (Md
 = 5 , Mo = 5 , IR = 1.00) ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ (Md = 5 , Mo = 5 , IR = 1.00)
 และมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และสนับสนุนด้านการแพทย์และสาธารณสุข (Md =
 4.50 , Mo = 5 , IR = 1.00)

นอกจากนี้ผู้เชี่ยวชาญยังแสดงทัศนะเกี่ยวกับการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
 มาใช้เป็นแนวทางในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
 (พ.ศ. 2561–2570) ดังตาราง 13

ตาราง 13 ผลการวิเคราะห์แนวโน้มความเป็นไปตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับ
 อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า
 (พ.ศ. 2561–2570) โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570) โดยหลักปรัชญาของเศรษฐกิจ พอเพียง	เฉลี่ย (Mean)	มัธย ฐาน Md. ≥3.5	ฐาน นิยม (Mo)	IR= Q ₃ -Q ₁ ≤1.5	โอกาส ความ เป็นไปได้	ความ สอดคล้อง ของ ความ คิด เห็น
1. ด้านความพอประมาณ						
1.1 มีการพัฒนาตนเองให้สามารถ อยู่ได้อย่างพอเพียง คือ ดำเนินชีวิตโดยยึดหลัก พออยู่ พอกิน พอใช้	4.50	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
1.2 มีดำเนินชีวิตโดยยึดหลัก พึ่งตนเองเป็นหลักและไม่ เบียดเบียนผู้อื่น	4.83	5	5	0.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
1.3 มีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเอง มีอยู่	4.72	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
1.4 เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ อย่างรู้ค่าและเกิดประโยชน์ สูงสุด	4.72	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
1.5 ได้ดำเนินชีวิตโดยคำนึงถึง รายได้ที่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย	4.61	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
2. ด้านความมีเหตุผล						
2.1 มีการวิเคราะห์ตนเองหรือ ค้นหาตนเอง จะทำให้รู้จักวาง แผนการดำเนินชีวิต	4.72	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
2.2 มีการใช้สติปัญญา คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ และ ตัดสินใจได้อย่างรอบคอบ บนพื้นฐานของความมีเหตุผล	4.61	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
2.3 มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐาน ของความมีเหตุผลโดยยึด ความประหยัด ลดความ ฟุ่มเฟือยและความถูกต้อง สุจริต ยุติธรรม	4.39	4	4	1.00	มาก	สอดคล้อง

ตาราง 13 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570) โดยหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	เฉลี่ย (Mean)	มัธยฐาน Md. ≥ 3.5	ฐานนิยม (Mo)	IR= $Q_3-Q_1 \leq 1.5$	โอกาสเป็นไปได้	ความสอดคล้องของความคิดเห็น
2.4 ดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผลตามศักยภาพและความสามารถของตนเอง	4.78	5	5	0.25	มากที่สุด	สอดคล้อง
2.5 มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ภายในครอบครัว	4.78	5	5	0.25	มากที่สุด	สอดคล้อง
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี						
3.1 มีการใช้ข้อมูลจากปัญหาในอดีตมาเป็นข้อมูลในการแก้ปัญหา และป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต	4.61	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
3.2 มีการวางแผนล่วงหน้าเพื่อเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในกระแสเศรษฐกิจและสังคม	4.67	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
3.3 ทำงานทุกอย่างด้วยความตั้งใจและเพียรพยายามอย่างเข้มแข็ง	4.78	5	5	0.25	มากที่สุด	สอดคล้อง
3.4 นำความรู้ ความสามารถที่มีร่วมพัฒนาและขับเคลื่อนชุมชนให้มีความเข้มแข็ง	4.72	5	5	1.00	มากที่สุด	สอดคล้อง
3.5 ถ้าแสดงความคิดเห็นได้อย่างมีเหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึงผลดีและผลเสียในกิจกรรมต่างๆ ที่ต้องการ	4.78	5	5	0.25	มากที่สุด	สอดคล้อง

จากตาราง 13 พบว่า ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแนวโน้มโอกาสที่เป็นไปได้เกี่ยวกับอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570)ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับ “มากที่สุด” เป็นส่วนใหญ่ และระดับ “มาก” มีเพียง 1 ข้อ ในด้านความมีเหตุผล ($Md \geq 3.50$) และมีความคิดเห็นสอดคล้อง

กันทุกข้อ ($Q_3 - Q_1 \leq 1.5$) คือ มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความเป็นเหตุเป็นผลโดยยึดความประหยัดลดความฟุ่มเฟือยและความถูกต้องสุจริต ยุติธรรม ($Md = 4$, $Mo = 4$, $IR = 1.00$)

สรุปผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นของกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ เรื่องอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570) ผู้วิจัยใช้เทคนิคการวิจัยอนาคตแบบ EDFR ใช้กลุ่มผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 18 คน ดังนี้

ด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

1. ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ 1.1) มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต

ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ 1.5) สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้ 1.2) มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวลปราศจากความเครียด 1.3) รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่าของตนเองรวมถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเอง และ 1.4) รู้สึกแจ่มใสเบิกบานมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง

2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตรและคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว้าเหวอยู่โดดเดี่ยวตาย

ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ 1) ยังได้รับความสำคัญในการปรึกษาเรื่องต่าง ๆ จากสมาชิกในครอบครัว 2) มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา 3) สมาชิกภายในครอบครัวเอาใจใส่เป็นอย่างดี และ 4) มีการวางแผนในการไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ

3. ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุดทุกข้อ ได้แก่ 1) มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี 2) มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ มีสภาพการเงินที่ดี 3) ยังมีความต้องการได้รับการอบรมอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้ 4) ได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต และ 5) เมื่อเจ็บป่วยจะต้องเสียค่ารักษาพยาบาลด้วยตนเอง

4. ด้านการพัฒนาตนเอง

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุดทุกข้อ ได้แก่ 1) สามารถแก้ไขปัญหา หรือดับทุกข์ด้วยตนเอง 2) ได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม และศาสนา 3) มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ปรารถนา 4) มีการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตน และ 5) ได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง

5. ด้านสภาพร่างกายที่ดี

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ สามารถทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพตามวัย

ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ 1) มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอที่เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้มีสุขภาพที่ดี 2) มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน 3) มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหาร โภชนาการ ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย และการดูแลสุขภาพ และ4) มีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความปลอดภัยการมีสุขภาพที่ดี

6. ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ 1) สามารถเลือกทำในสิ่งที่ปรารถนาหรือต้องการ 2) สามารถกำหนดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง 3) มีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง 4) กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนในครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท และ5) มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ

7. ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ 1) มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคมตลอดจนได้รับการยอมรับทางสังคม 2) มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะสังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงานเลี้ยง งานศพ

ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ 1) มีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป 2) ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม และ3) ได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่อาศัยอยู่

8. ด้านสิทธิตามกฎหมาย

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ 1) ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ 2) ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ และ3) มีสิทธิได้รับการคุ้มครองการส่งเสริม และสนับสนุนด้านการแพทย์และสาธารณสุข

ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ 1) ได้รับข้อมูลทางอาชีพและตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะ 2) ได้รับการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะอื่น

ในส่วนการใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเป็นแนวทางในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570) สรุปได้ดังนี้

1. ด้านความพอประมาณ

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุดทุกข้อ ได้แก่ 1) มีดำเนินชีวิตโดยยึดหลักพึ่งตนเองเป็นหลักและไม่เบียดเบียนผู้อื่น 2) มีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ 3) เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด 4) ได้ดำเนินชีวิตโดยคำนึงถึงรายได้ที่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายและ 5) มีการพัฒนาตนเองให้สามารถ อยู่ได้อย่างพอเพียง คือ ดำเนินชีวิตโดยยึดหลัก พออยู่ พอกิน พอใช้

2. ด้านความมีเหตุผล

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ 1) ดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล ตามศักยภาพและความสามารถของตนเอง 2) มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ภายในครอบครัว 3) มีการวิเคราะห์ตนเองหรือค้นหาตนเอง จะทำให้รู้จักวางแผนการดำเนินชีวิต และ 4) มีการใช้สติปัญญา คติวิเคราะห์ สังเคราะห์ และตัดสินใจได้อย่างรอบคอบบนพื้นฐานของความมีเหตุผล

ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ 1) มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความมีเหตุผลโดยยึดความประหยัด ลดความฟุ่มเฟือยและความถูกต้องสุจริต ยุติธรรม

3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี

กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องกัน และมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุดทุกข้อ ได้แก่ 1) กล้าแสดงความคิดเห็นได้อย่างมีเหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึงผลดีและผลเสียในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องการ 2) ทำงานทุกอย่างด้วยความตั้งใจและเพียรพยายามอย่างเข้มแข็ง 3) นำความรู้ ความสามารถที่มีร่วมพัฒนาและขับเคลื่อนชุมชนให้มีความเข้มแข็ง 4) มีการวางแผนล่วงหน้าเพื่อเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในกระแสเศรษฐกิจและสังคม และ 5) มีการใช้ข้อมูลจากปัญหาในอดีตมาเป็นข้อมูลในการแก้ปัญหา และป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต

ตอนที่ 3 การนำเสนออนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570)

ความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 42 คน ในด้านความเหมาะสมหรือโอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570) แสดงดังตาราง 14

ตาราง 14 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561–2570 จำแนกเป็นรายด้านและรายข้อ

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า	ค่าสถิติ(n=42)		ระดับความเหมาะสม/ โอกาสที่เป็นไปได้
	\bar{X}	S.D.	
1. ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี			
1.1 มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต	4.57	0.55	มากที่สุด
1.2 มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวลปราศ จากความเครียด	4.76	0.48	มากที่สุด
1.3 รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่าของตนเอง รวมถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเอง	4.67	0.53	มากที่สุด
1.4 รู้สึกแจ่มใส เบิกบานมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง	4.79	0.47	มากที่สุด
1.5 สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้	4.69	0.52	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.70	0.25	มากที่สุด
2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล			
2.1 มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิก ในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้าง ทำให้ไม่รู้สึกว่าตนเองอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย	4.76	0.48	มากที่สุด
2.2 มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมี กิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตรและคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา	4.83	0.44	มากที่สุด
2.3 ได้รับความสำคัญในการปรึกษาเรื่องต่าง ๆ จากสมาชิกในครอบครัว	4.76	0.48	มากที่สุด
2.4 สมาชิกภายในครอบครัวเอาใจใส่เป็นอย่างดี	4.71	0.51	มากที่สุด
2.5 มีการวางแผนในการไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ	4.74	0.50	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.76	0.25	มากที่สุด
3. ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดี			
3.1 มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ มีสภาพการเงินที่ดี	4.74	0.50	มากที่สุด

ตาราง 14 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า	ค่าสถิติ(n=42)		ระดับความเหมาะสม/ โอกาสที่เป็นไปได้
	\bar{X}	S.D.	
3.2 ได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต	4.79	0.47	มากที่สุด
3.3 มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตาม มาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี	4.74	0.50	มากที่สุด
3.4 มีความต้องการได้รับการอบรมอาชีพ เสริมเพื่อสร้างรายได้	4.83	0.44	มากที่สุด
3.5 เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านจะต้องเสียค่า รักษาพยาบาลด้วยตนเอง	4.71	0.51	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.76	0.19	มากที่สุด
4. ด้านการพัฒนาตนเอง			
4.1 ท่านมีการศึกษาและทักษะในการ ปฏิบัติตน	4.67	0.53	มากที่สุด
4.2 มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ ปรารถนา	4.69	0.52	มากที่สุด
4.3 ได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพ ของตนเอง	4.69	0.52	มากที่สุด
4.4 ได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการ ศึกษา วัฒนธรรม และศาสนา	4.62	0.54	มากที่สุด
4.5 สามารถแก้ไขปัญหา หรือดับทุกข์ ด้วยตนเอง	4.79	0.47	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.69	0.20	มากที่สุด
5. ด้านสภาพร่างกายที่ดี			
5.1 มีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับ ความปลอดภัยการมีสุขภาพที่ดี	4.74	0.50	มากที่สุด
5.2 มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรม ในชีวิตประจำวัน	4.81	0.45	มากที่สุด
5.3 มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหาร โภชนาการ ความสามารถในการ เคลื่อนไหวของร่างกาย และการดูแล สุขภาพ	4.83	0.44	มากที่สุด

ตาราง 14 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า	ค่าสถิติ(n=42)		ระดับความเหมาะสม/ โอกาสที่เป็นไปได้
	\bar{X}	S.D.	
5.4 มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอที่ เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้มีสุขภาพที่ดี	4.76	0.48	มากที่สุด
5.5 สามารถทำงานได้อย่างเต็ม ประสิทธิภาพตามวัย	4.71	0.51	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.77	0.33	มากที่สุด
6. ด้านการตัดสินใจด้วยตนเอง			
6.1 มีอิสรภาพในการกำหนดทิศทาง การดำเนินชีวิตด้วยตนเอง	4.83	0.44	มากที่สุด
6.2 มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ	4.86	0.42	มากที่สุด
6.3 สามารถกำหนดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง	4.88	0.40	มากที่สุด
6.4 สามารถเลือกทำในสิ่งที่ท่านปรารถนา หรือต้องการ	4.79	0.47	มากที่สุด
6.5 ถ้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่อง ต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนใน ครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท	4.81	0.45	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.83	0.16	มากที่สุด
7. ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม			
7.1 มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่ม ทางสังคม มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม	4.64	0.53	มากที่สุด
7.2 มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่มีส่วน ช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคม ตลอดจนการได้รับการยอมรับทางสังคม	4.64	0.53	มากที่สุด
7.3 มีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับ ของบุคคลทั่วไป	4.71	0.51	มากที่สุด
7.4 มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะ สังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงานเลี้ยง งานศพ	4.76	0.48	มากที่สุด

ตาราง 14 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า	ค่าสถิติ(n=42)		ระดับความเหมาะสม/ โอกาสที่เป็นไปได้
	\bar{X}	S.D.	
7.5 ได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่ท่าน อาศัยอยู่	4.71	0.16	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.70	0.51	มากที่สุด
8. ด้านสิทธิตามกฎหมาย			
8.1 มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และสนับสนุนด้านการแพทย์และ สาธารณสุข	4.74	0.50	มากที่สุด
8.2 ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับ ผู้สูงอายุ	4.79	0.47	มากที่สุด
8.3 ได้รับข้อมูลทางอาชีพและตำแหน่งงาน สำหรับผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะ	4.81	0.45	มากที่สุด
8.4 ได้รับการอำนวยความสะดวกและ ความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะอื่น	4.81	0.45	มากที่สุด
8.5 ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ	4.21	0.75	มาก
รวมเฉลี่ย	4.67	0.23	มากที่สุด
รวมเฉลี่ยคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทุกด้าน	4.74	0.22	มากที่สุด

จากตาราง 14 พบว่า ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นของ
ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต
ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 ด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
โดยรวมมีความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้อยู่ในระดับมากที่สุด (\bar{X} = 4.74, S.D. = 0.49) และ
เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้อยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน
โดยเรียงลำดับจากมากไปน้อย ดังนี้ การตัดสินใจด้วยตนเอง (\bar{X} = 4.83, S.D. = 0.43) สภาพ
ร่างกายที่ดี (\bar{X} = 4.77, S.D. = 0.48) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (\bar{X} = 4.76, S.D. = 0.48)
สภาพความเป็นอยู่ที่ดี (\bar{X} = 4.76, S.D. = 0.48) สภาพอารมณ์ที่ดี (\bar{X} = 4.70, S.D. = 0.51)
การรวมกลุ่มทางสังคม (\bar{X} = 4.70, S.D. = 0.51)การพัฒนาตนเอง (\bar{X} = 4.69, S.D. = 0.51)
และสิทธิตามกฎหมาย (\bar{X} = 4.67, S.D. = 0.53) รายละเอียดดังนี้

1. การตัดสินใจด้วยตนเอง เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้

1.1) สามารถกำหนดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง 1.2) มีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ 1.3) มีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง 1.4) กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนในครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท และ 1.5) สามารถเลือกทำในสิ่งที่ท่านปรารถนาหรือต้องการ

2. สภาพร่างกายที่ดี เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 2.1) มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหาร โภชนาการ ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย และการดูแลสุขภาพ 2.2) มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน 2.3) มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอที่เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้มีสุขภาพที่ดี 2.4) มีลักษณะทางสุขภาพซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความปลอดภัยการมีสุขภาพที่ดี และ 2.5) สามารถทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพตามวัย

3. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยดังนี้ 3.1) มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา 3.2) มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตรและคนรอบข้างทำให้ไม่รู้สึกว่าคุณเองอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย 3.3) ได้รับความสำคัญในการปรึกษาเรื่องต่าง ๆ จากสมาชิกในครอบครัว 3.4) มีการวางแผนในการไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ และ 3.5) สมาชิกภายในครอบครัวเอาใจใส่เป็นอย่างดี

4. สภาพความเป็นอยู่ที่ดี เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 4.1) ท่านยังมีความต้องการได้รับการอบรมอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้ 4.2) ได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต 4.3) มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ มีสภาพการเงินที่ดี 4.4) มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี และ 4.5) เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านจะต้องเสียค่ารักษาพยาบาลด้วยตนเอง

5. สภาพอารมณ์ที่ดี เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 5.1) รู้สึกแจ่มใสเบิกบานมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง 5.2) มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวลปราศจากความเครียด 5.3) สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้ 5.4) รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่าของตนเองรวมถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเอง และ 5.5) มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต

6. การรวมกลุ่มทางสังคม เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 6.1) มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะ สังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงาน เลี้ยง งานศพ 6.2) มีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป 6.3) ได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่ 6.4) มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม และ 6.5) มีบทบาทในสังคมที่ท่านอาศัยอยู่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคมตลอดจนการได้รับการยอมรับทางสังคม

7. การพัฒนาตนเอง เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 7.1) สามารถแก้ไขปัญหา หรือดับทุกข์ด้วยตนเอง 7.2) มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ปรารถนา 7.3) ได้รับ

โอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง 7.4) ท่านมีการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตน และ 7.5) ได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม และศาสนา

8. สิทธิตามกฎหมาย เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 8.1) ได้รับข้อมูลทางอาชีพและตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะ 8.2) ได้รับการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะอื่น 8.3) ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ 8.4) มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และสนับสนุนด้านการแพทย์และสาธารณสุข และ 8.5) ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ

ตาราง 15 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561–2570 โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง จำแนกเป็นรายด้านและรายข้อ

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	ค่าสถิติ(n=42)		ระดับความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้
	\bar{X}	S.D.	
1. ด้านความพอประมาณ			
1.1 มีการพัฒนาตนเองให้สามารถ อยู่ได้อย่างพอเพียง คือ ดำเนินชีวิตโดยยึดหลัก พออยู่ พอกิน พอใช้	4.83	0.44	มากที่สุด
1.2 มีดำเนินชีวิตโดยยึดหลักพึ่งตนเองเป็นหลักและไม่เบียดเบียนผู้อื่น	4.79	0.47	มากที่สุด
1.3 มีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่	4.86	0.42	มากที่สุด
1.4 เลือกลงใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่า และเกิดประโยชน์สูงสุด	4.71	0.51	มากที่สุด
1.5 ได้ดำเนินชีวิตโดยคำนึงถึงรายได้ที่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย	4.67	0.53	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.77	0.30	มากที่สุด
2. ด้านความมีเหตุผล			
2.1 มีการวิเคราะห์ตนเองหรือค้นหาตนเอง จะทำให้รู้จักวางแผนการดำเนินชีวิต	4.67	0.57	มากที่สุด
2.2 มีการใช้สติปัญญา คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ และตัดสินใจได้อย่างรอบคอบบนพื้นฐานของความมีเหตุผล	4.71	0.51	มากที่สุด

ตาราง 15 (ต่อ)

อนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของ ผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า โดยใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง	ค่าสถิติ(n=42)		ระดับความเหมาะสม/ โอกาสที่เป็นไปได้
	\bar{X}	S.D.	
2.3 มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความมี เหตุผลโดยยึดความประหยัด ลดความ ฟุ่มเฟือยและความถูกต้องสุจริต ยุติธรรม	4.76	0.53	มากที่สุด
2.4 ดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล ตามศักยภาพ และความสามารถของตนเอง	4.52	0.55	มากที่สุด
2.5 มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ภายในครอบครัว	4.79	0.47	มากที่สุด
รวมเฉลี่ย	4.69	0.37	มากที่สุด
3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี			
3.1 มีการใช้ข้อมูลจากปัญหาในอดีตมาเป็น ข้อมูลในการแก้ปัญหา และป้องกัน ปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต	4.57	0.59	มากที่สุด
3.2 มีการวางแผนล่วงหน้าเพื่อเตรียม ความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ในกระแสเศรษฐกิจและสังคม	4.83	0.44	มากที่สุด
3.3 ทำงานทุกอย่างด้วยความตั้งใจและ เพียรพยายามอย่างเข้มแข็ง	4.81	0.45	มากที่สุด
3.4 นำความรู้ ความสามารถที่มีร่วมพัฒนา และขับเคลื่อนชุมชนให้มีความเข้มแข็ง	4.76	0.48	มากที่สุด
3.5 กล้าแสดงความคิดเห็นได้อย่างมีเหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึงผลดีและผลเสีย ในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องการ	4.24	0.88	มาก
รวมเฉลี่ย	4.64	0.31	มากที่สุด
รวมเฉลี่ยทุกด้าน	4.70	0.33	มากที่สุด

จากตาราง 15 พบว่า ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นของ
ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต
ของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561–2570)โดยใช้หลักปรัชญาของ

เศรษฐกิจพอเพียงโดยรวมมีความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้สูงสุดในระดับมากที่สุด (\bar{X} = 4.70, S.D. = 0.33) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า มีความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้สูงสุดในระดับมากที่สุดทุกด้าน โดยเรียงลำดับจากมากไปน้อย ดังนี้ความพอประมาณ (\bar{X} = 4.77, S.D. = 0.30) ความมีเหตุผล (\bar{X} = 4.69, S.D. = 0.31) และการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี (\bar{X} = 4.64, S.D. = 0.37) รายละเอียดดังนี้

1. ความพอประมาณ เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 1.3) มีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ 1.1) มีการพัฒนาตนเองให้สามารถ อยู่ได้อย่างพอเพียง คือ ดำเนินชีวิตโดยยึดหลัก พออยู่ พอกิน พอใช้ 1.2) มีดำเนินชีวิตโดยยึดหลักพึ่งตนเองเป็นหลักและไม่เบียดเบียนผู้อื่น 1.4) เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด และ 1.5) ได้ดำเนินชีวิตโดยคำนึงถึงรายได้ที่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย

2. ความมีเหตุผล เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 2.5) มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ภายในครอบครัว 2.3) มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความมีเหตุผล โดยยึดความประหยัด ลดความฟุ่มเฟือยและความถูกต้องสุจริต ยุติธรรม 2.2) มีการใช้สติปัญญา คติวิเคราะห์ สังเคราะห์ และตัดสินใจได้อย่างรอบคอบบนพื้นฐานของความมีเหตุผล 2.1) มีการวิเคราะห์ตนเองหรือค้นหาตนเอง จะทำให้รู้จักวางแผนการดำเนินชีวิต และ 2.4) ดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล ตามศักยภาพและความสามารถของตนเอง

3. การมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 3.2) มีการวางแผนล่วงหน้าเพื่อเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในกระแสเศรษฐกิจและสังคม 3.3) ทำงานทุกอย่างด้วยความตั้งใจและเพียรพยายามอย่างเข้มแข็ง 3.4) นำความรู้ความสามารถที่มีร่วมพัฒนาและขับเคลื่อนชุมชนให้มีความเข้มแข็ง 3.1) มีการใช้ข้อมูลจากปัญหาในอดีตมาเป็นข้อมูลในการแก้ปัญหา และป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และ 3.5) กล้าแสดงความคิดเห็นได้อย่างมีเหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึงผลดีและผลเสียในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องการ

การนำเสนออนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570

จากผลการสังเคราะห์ประเด็นแนวโน้มความเป็นไปได้ที่จะเกิดการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570) ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 18 คน ด้วยเทคนิค EDFR นำเฉพาะข้อความแนวโน้มที่ผู้เชี่ยวชาญเห็นว่า เป็นไปได้ในระดับมากขึ้นไป ค่าความสอดคล้องพิจารณาจากค่าพิสัยคลอไทล์ไม่เกิน 1.5 และนำเฉพาะข้อความแนวโน้มที่เป็นไปได้ระดับมากขึ้นไป ($Md. \geq 3.5$ และการตรวจสอบความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญในด้านความเหมาะสม/โอกาสที่เป็นไปได้ของอนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570) จำนวน 42 คนมาเขียนสรุปเป็นภาพอนาคตการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษ

หน้า พ.ศ. 2561-2570 ในแต่ละด้านตามประเด็นย่อยที่ศึกษามีระดับความเป็นไปได้ที่จะเกิดการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุหรือเป็นจริงมาก และเป็นภาพอนาคตที่ดี ซึ่งผู้เชี่ยวชาญคาดหวังให้เกิดขึ้นใน 10 ปี ข้างหน้า แนวทางการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561-2570 สรุปได้ดังนี้

ด้านคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

1. ด้านสภาพอารมณ์ที่ดี มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ สามารถควบคุมความรู้สึกของตนเองได้ มีสุขภาพจิตที่ดี ไม่มีความวิตกกังวลปราศจากความเครียด รู้จักยอมรับตนเองเห็นคุณค่าของตนเองรวมถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเอง และรู้สึกแจ่มใส เบิกบานมีความสุขกับสิ่งรอบข้าง
2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีมิตรภาพกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติมิตรและคนรอบข้าง ทำให้ไม่รู้สึกว่าตนเองอยู่โดดเดี่ยวเดียวดาย ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ ยังได้รับความสำคัญในการปรึกษาเรื่องต่าง ๆ จากสมาชิกในครอบครัว มีการติดต่อ พบปะสังสรรค์ รวมถึงการมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับคนในครอบครัว เพื่อนญาติมิตรและคนรอบข้าง อยู่ตลอดเวลา สมาชิกภายในครอบครัวเอาใจใส่เป็นอย่างดี และมีการวางแผนในการไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ
3. ด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากทุกข้อ ได้แก่ มีที่พักอาศัยที่เหมาะสมเป็นไปตามมาตรฐานของการมีชีวิตที่ดี มีรายได้ด้วยตนเองเพียงพอต่อการดำรงชีพ มีสภาพการเงินที่ดี ยังมีความต้องการได้รับการอบรมอาชีพเสริมเพื่อสร้างรายได้
- 4) ได้รับความปลอดภัยในการใช้ชีวิต และเมื่อเจ็บป่วยจะต้องเสียค่ารักษาพยาบาลด้วยตนเอง
4. ด้านการพัฒนาตนเองมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากทุกข้อ ได้แก่ สามารถแก้ไขปัญหา หรือดับทุกข์ด้วยตนเองได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม และศาสนา มีการพัฒนาตนเองเพื่อบรรลุสิ่งที่ปรารถนา มีการศึกษาและทักษะในการปฏิบัติตน และได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง
5. ด้านสภาพร่างกายที่ดีมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ สามารถทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพตามวัย ส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ มีการออกกำลังกายสม่ำเสมอที่เหมาะสมแก่วัยที่จะส่งผลให้มีสุขภาพที่ดี มีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ กิจกรรมในชีวิตประจำวัน มีกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ อาหาร โภชนาการ ความสามารถในการเคลื่อนไหวของร่างกาย และการดูแลสุขภาพ และมีลักษณะทางสุขภาพ ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความปลอดภัยการมีสุขภาพที่ดี
6. ด้านการตัดสินใจด้วยตนเองมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากทุกข้อ ได้แก่ สามารถเลือกทำในสิ่งที่ปรารถนาหรือต้องการ สามารถกำหนดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้ด้วยตนเอง มีอิสรภาพในการกำหนดทิศทางการดำเนินชีวิตด้วยตนเอง กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นใน

เรื่องต่าง ๆ กับคนรอบข้าง เช่น คนในครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนสนิท และมีศักยภาพที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ตนเองชอบหรือพอใจ

7. ด้านการรวมกลุ่มทางสังคมมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ มีบทบาทในสังคมที่ตนอาศัยอยู่มีส่วนช่วยเหลือสนับสนุนกิจกรรมของสังคมตลอดจนการได้รับการยอมรับทางสังคม มีกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น เช่น ไปพบปะ สังสรรค์ รับประทานอาหาร ร่วมประชุมกลุ่มงานเลี้ยง งานศพส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ มีสภาพทางสังคมเป็นที่ยอมรับของบุคคลทั่วไป ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของกลุ่มทางสังคม มีส่วนร่วมในกลุ่มทางสังคม และได้รับการยอมรับจากคนในชุมชนที่อาศัยอยู่

8. ด้านสิทธิตามกฎหมายมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ได้รับการส่งเสริมด้านการศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพ และมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และสนับสนุนด้านการศึกษาและสาธารณสุขส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ ได้รับข้อมูลทางอาชีพและตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะ และได้รับการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะ และบริการสาธารณะอื่น

ในส่วนของการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดนครพนมในทศวรรษหน้า (พ.ศ. 2561-2570) สรุปได้ดังนี้

1. ด้านความพอประมาณ มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุดทุกข้อ ได้แก่ มีดำเนินชีวิตโดยยึดหลักพึ่งตนเองเป็นหลักและไม่เบียดเบียนผู้อื่น มีความภูมิใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ เลือกลงใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด ได้ดำเนินชีวิตโดยคำนึงถึงรายได้ที่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายและมีการพัฒนาตนเองให้สามารถ อยู่ได้อย่างพอเพียง คือ ดำเนินชีวิตโดยยึดหลัก พออยู่ พอกิน พอใช้

2. ด้านความมีเหตุผล มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ดำเนินชีวิตอย่างมีเหตุผล ตามศักยภาพและความสามารถของตนเอง มีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ภายในครอบครัว มีการวิเคราะห์ตนเองหรือค้นหาตนเอง จะทำให้รู้จักวางแผน การดำเนินชีวิต และมีการใช้สติปัญญา คติวิเคราะห์ สังเคราะห์ และตัดสินใจได้อย่างรอบคอบ บนพื้นฐานของความมีเหตุผลส่วนที่มีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมาก ได้แก่ มีการดำเนินชีวิตบนพื้นฐานของความมีเหตุผลโดยยึดความประหยัด ลดความฟุ่มเฟือยและความถูกต้องสุจริต ยุติธรรม

3. ด้านการมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดีมีแนวโน้มความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุดทุกข้อ ได้แก่ กล้าแสดงความคิดเห็นได้อย่างมีเหตุผล สามารถคิดไตร่ตรองถึงผลดีและผลเสีย ในกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องการ ทำงานทุกอย่างด้วยความตั้งใจและเพียรพยายามอย่างเข้มแข็ง นำความรู้ ความสามารถที่มีร่วมพัฒนาและขับเคลื่อนชุมชนให้มีความเข้มแข็ง มีการวางแผนล่วงหน้าเพื่อเตรียมความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในกระแสเศรษฐกิจและสังคม และมีการใช้ข้อมูลจากปัญหาในอดีตมาเป็นข้อมูลในการแก้ปัญหา และป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นในอนาคต

ผลของการสังเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยดังกล่าวทั้งหมดนี้มีความสอดคล้องกับแนวทางของประเทศไทยที่รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2560 มาตรา 65 ที่กำหนดให้รัฐพึงจัดให้มียุทธศาสตร์ชาติ เป็นเป้าหมายการพัฒนาประเทศอย่างยั่งยืนตามหลักธรรมาภิบาล และต่อมาได้มีการตราพระราชบัญญัติ การทำยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) มีผลบังคับใช้ เมื่อวันที่ 8 เดือนตุลาคม พ.ศ. 2561 โดยยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) นับเป็นยุทธศาสตร์ชาติฉบับแรกของประเทศไทย ตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย ซึ่งจะต้องนำไปสู่การปฏิบัติ เพื่อให้ประเทศไทยสามารถบรรลุวิสัยทัศน์ “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” เพื่อความสุขของคนไทยทุกคน (ที่มา : ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี)

ตามเป้าหมายของการพัฒนาประเทศที่ต้องการให้ประเทศชาติมีความมั่นคง ประชาชนมีความสุข เศรษฐกิจพัฒนาอย่างต่อเนื่อง สังคมเป็นธรรม และฐานทรัพยากรธรรมชาติยั่งยืน จะต้องยกระดับศักยภาพของประเทศในหลากหลายมิติ โดยเฉพาะการพัฒนาคนในทุกมิติ และในทุกช่วงวัย ให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ สร้างโอกาส และความเสมอภาคทางสังคม สร้างการเติบโตบนคุณภาพชีวิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม การมีภาครัฐของประชาชน เพื่อประชาชน และเกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม มีความจำเป็นที่ต้องกำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศระยะยาวที่มุ่งเน้นสร้างความสมดุลระหว่างการพัฒนาความมั่นคง เศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม โดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในรูปแบบ “ประชารัฐ”

ในการกำหนดยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ประกอบด้วย 6 ยุทธศาสตร์ ได้แก่ ยุทธศาสตร์ชาติด้านความมั่นคง ยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างความสามารถในการแข่งขัน ยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม ยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างการเติบโตบนคุณภาพชีวิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม และยุทธศาสตร์ชาติด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ โดยมียุทธศาสตร์ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม ที่มีความเกี่ยวข้องกับ การพัฒนาผู้สูงอายุ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้มีการนำยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) มาบูรณาการในแนวทางด้านการบริหารการพัฒนา โดยนำด้านยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนา และเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ และยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม มาประกอบเป็นแนวทางการนำเสนออนาคตภาพการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561 – 2570 ให้สามารถนำไปสู่การปฏิบัติ ได้ทั้งในระดับนโยบายและระดับปฏิบัติการ โดยผ่านกระบวนการสังเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญที่มีภูมิรู้เรื่องการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์

1.1 ยุทธศาสตร์การพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต โดยมุ่งเน้นการพัฒนาคนเชิงคุณภาพในทุกช่วงวัย เพื่อสร้างทรัพยากรมนุษย์ที่มีศักยภาพ มีทักษะ มีความรู้ เป็นคนดี มีวินัย เรียนรู้ได้ด้วยตนเอง ในทุกช่วงวัย มีความรู้ทางการเงิน มีความสามารถในการวางแผนชีวิต และวางแผนทางการเงินที่เหมาะสมเพื่อรองรับการเป็นผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นพลังในการขับเคลื่อนประเทศส่งเสริมให้มีการทำงานหลังเกษียณ เพิ่มทักษะอาชีพในการหารายได้ มีงานทำที่เหมาะสมกับศักยภาพ มีการเสริมสร้างสุขภาพ ฟื้นฟูสุขภาพ การป้องกันโรคให้แก่ผู้สูงอายุ พร้อมกับจัดการสภาพแวดล้อมให้เป็นมิตรกับผู้สูงอายุและหลักประกันทางสังคมที่สอดคล้องกับความจำเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในสังคม

1.2 ยุทธศาสตร์พัฒนาระบบการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยเน้นการจัดระบบการศึกษา และระบบฝึกอบรมบนฐานสมรรถนะที่มีคุณภาพสูง และยืดหยุ่นผ่านการพัฒนาหลากหลาย ๆ ประกอบด้วย การพัฒนาการศึกษาออนไลน์แบบเปิด การพัฒนาระบบการเรียนรู้เกี่ยวกับทักษะการเรียนรู้ดิจิทัล นอกจากนี้ต้องพัฒนาระบบการเรียนรู้ในชุมชนให้เข้าถึงความรู้ได้ทุกที่ทุกเวลา ปรับปรุงแหล่งเรียนรู้ในชุมชนให้เป็นพื้นที่เรียนรู้เชิงสร้างสรรค์และมีชีวิต

1.3 ยุทธศาสตร์การเสริมสร้างสุขภาวะที่ดี โดยพัฒนาองค์ความรู้และการสื่อสารด้านสุขภาวะที่ถูกต้อง ผลักดันด้านการเสริมสร้างสุขภาวะในทุกนโยบาย ที่ให้หน่วยงานทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการรับผิดชอบต่อสุขภาพของประชาชน ส่งเสริมให้มีการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาวะที่ดี สนับสนุนการพัฒนาเทคโนโลยีและนวัตกรรมที่ช่วยบริการทางด้านสุขภาพและสุขภาพแบบครบวงจร ส่งเสริมการมีสุขภาวะรวมทั้งกำหนดให้มีการประเมินผลกระทบด้านสุขภาพ โดยชุมชน และภาคประชาชน และส่งเสริมให้ชุมชนเป็นฐานในการสร้างสุขภาวะที่ดีในทุกพื้นที่ ส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายนันทนาการที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ และกีฬาขั้นพื้นฐานให้กลายเป็นวิถีชีวิต

2. ยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างโอกาสและความเสมอภาคทางสังคม

ตามยุทธศาสตร์ชาตินี้เป็นการพลิกฟื้นโครงสร้างทางสังคม ควบคู่ไปกับการพัฒนาเศรษฐกิจ เป็นการดึงเอาพลังทางสังคมทั้งภาคเอกชนประชาสังคม ชุมชนท้องถิ่น มาร่วมขับเคลื่อนพัฒนา และเตรียมความพร้อมของประชากรไทย ทั้งในมิติสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคม และสภาพแวดล้อม ให้ประชากรมีคุณภาพสามารถพึ่งตนเองและทำประโยชน์แก่ครอบครัว ชุมชน และสังคมต่อไป

2.1 ยุทธศาสตร์การสร้างหลักประกันทางสังคมที่ครอบคลุม และเหมาะสมกับผู้สูงอายุทุกกลุ่ม เพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในบริบทสังคมสูงวัย รวมทั้งสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต และการมีส่วนร่วมเป็นพลังในสังคม

2.2 ยุทธศาสตร์การสร้างความเป็นธรรมในการเข้าถึงบริการสาธารณสุขและการศึกษา โดยเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุในการเข้ารับบริการสาธารณสุข เน้นการกระจาย

ทรัพยากรและเพิ่มบุคลากรทางการแพทย์การพยาบาล ให้กระจายไปพื้นที่อำเภอ ตำบล เพื่อให้สามารถดูแลประชาชนได้อย่างทั่วถึงไม่ให้ความเหลื่อมล้ำในด้านคุณภาพ

2.3 ยุทธศาสตร์การรองรับสังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ โดยมีการเตรียมพร้อมในทุกมิติ ทั้งมิติ เศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ และสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะการออมและการลงทุนระยะยาวของคนตั้งแต่ก่อนเกษียณอายุเพิ่มโอกาสในการทำงานในยามสูงอายุ และสร้างหลักประกันทางรายได้ให้แก่ตนเองนานขึ้น การจ้างงานผู้สูงอายุ ให้เหมาะสมกับวัยวุฒิประสบการณ์ และสมรรถนะ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมทำต่อเนื่องทั้งในเชิงเศรษฐกิจสังคม และสุขภาพ ส่งเสริมการถ่ายทอดภูมิปัญญา และประสบการณ์ และร่วมสร้างสังคมที่ไม่ทอดทิ้งกัน เพื่อเพิ่มคุณค่าผู้สูงอายุ

เมื่อมีการนำยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) มาเป็นยุทธศาสตร์ชาติในการพัฒนาประเทศ และมีการกำหนดยุทธศาสตร์การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนม ในทศวรรษหน้า พ.ศ. 2561 – 2570 ตามยุทธศาสตร์ดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้ส่วนราชการ โดยเฉพาะกระทรวงต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง อาทิ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงแรงงาน กระทรวงศึกษาธิการ และกระทรวงมหาดไทย จะต้องนำมาเป็นกรอบเพื่อกำหนดนโยบายของแต่ละกระทรวง โดยได้มีการจัดทำแผนต่าง ๆ ให้สอดคล้อง และบูรณาการรองรับนโยบาย โดยให้กรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องตั้งแต่องค์กรผู้สูงอายุ กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน สำนักงานประกันสังคม กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน กรมอนามัย กรมการแพทย์ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กรมการปกครอง กรมการปกครองส่วนท้องถิ่น สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย ฯลฯ รวมถึง องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต่าง ๆ คือ องค์กรบริหารส่วนจังหวัด เทศบาลและองค์การบริหารส่วนตำบลได้ร่วมกันปรับใช้ในการบริหารการพัฒนาและเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดนครพนม ซึ่งเป็นการพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต มุ่งเน้นพัฒนาคนเชิงคุณภาพในทุกช่วงวัยให้มีความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า โดยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นพลังในการขับเคลื่อนส่งเสริมให้มีการทำงานหลังเกษียณ เสริมทักษะอาชีพในการหารายได้มีงานทำที่เหมาะสมกับศักยภาพ มีการเสริมสุขภาพ ฟื้นฟูสุขภาพ พร้อมกับการจัดสภาพแวดล้อมให้เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ และมีหลักประกันทางสังคมที่สอดคล้องกับความจำเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต และการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในจังหวัดนครพนมในครั้งนี้ โดยมีการขับเคลื่อนมาตรการต่าง ๆ 8 ด้าน ดังนี้

1. การสร้างระบบคุ้มครอง และสวัสดิการผู้สูงอายุ
2. ส่งเสริมการมีงานทำ และรายได้ของผู้สูงอายุ
3. มีระบบสุขภาพ เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ
4. ปรับสภาพแวดล้อมชุมชน และบ้านให้ปลอดภัยกับผู้สูงอายุ
5. ยกระดับความร่วมมือ เสริมสร้างพลังสังคมผู้สูงอายุ

6. ปรับเปลี่ยนกฎหมาย ระเบียบปฏิบัติข้อบังคับให้สามารถเอื้อต่อ
การทำงานด้านผู้สูงอายุ

7. ปฏิรูปฐานข้อมูล เพื่อขับเคลื่อนงานด้านผู้สูงอายุอย่างมี
ประสิทธิภาพ

8. พลิกโฉมนวัตกรรมเพื่อลดความเหลื่อมล้ำในสังคมของผู้สูงอายุ

โดยมาตรการต่าง ๆ ทั้ง 8 ด้าน ควรจะต้องมีการติดตามกำกับดูแลและประเมินผล
อย่างต่อเนื่อง เพื่อทำให้เกิดผลสำเร็จในการพัฒนาและเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
จังหวัดนครพนม ต่อไป

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร