

## บทคัดย่อ

โครงการวิจัยชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิต และเพื่อศึกษารูปแบบการมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดลำปาง วิธีการดำเนินการวิจัยเป็นแบบผสมผสาน (Mixed Method) โดยขั้นตอนแรกได้ใช้วิธีการวิจัยเชิงปริมาณ จากการสำรวจความต้องการจำเป็นพื้นฐานกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุ โดยเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามในพื้นที่ 13 อำเภอ อำเภอละ 50 คน รวมทั้งสิ้น 650 คน ประมวลผลทางสถิติด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับขั้นตอนต่อไป เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการนำข้อมูลเชิงปริมาณที่ได้มาจัดทำสารสนเทศเกี่ยวกับความต้องการจำเป็นในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มาดำเนินการจัดกิจกรรมการประชุมเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมในแต่ละโครงการวิจัยทั้ง 3 โครงการ ผสมกับข้อมูลจากการลงพื้นที่ 5 อำเภอ เพื่อถอดบทเรียนจากสภาพจริงในแต่ละพื้นที่ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้าง (ร่าง) รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดลำปาง ที่เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการพื้นฐานของผู้สูงอายุ และทำการจัดเวทีสนทนากลุ่ม เพื่อสะท้อนผลการวิจัยและร่วมกันตรวจสอบความถูกต้อง ของการสรุปรูปแบบการมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดลำปาง โดยผู้ร่วมการสนทนากลุ่มประกอบไปด้วย ผู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของจังหวัดลำปางทั้งภาครัฐและเอกชน ประธานชมรมผู้สูงอายุ ตัวแทนกลุ่มผู้สูงอายุแต่ละพื้นที่ ภาคีเครือข่าย คณะผู้วิจัย เป็นต้น เข้าร่วมแสดงความคิดเห็นและให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับ รูปแบบการมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดลำปาง เพื่อสรุปผลการวิจัย และทำการเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ ผลงานวิจัย ต่อไป ซึ่งผลจากการวิจัยครั้งนี้พบว่า พหุผลลึงลำปาง ประกอบด้วย 1) ด้านสุขภาพ ประกอบด้วย 1.1) การมีสุขภาพดีทั้งกายใจ ซึ่งควรปฏิบัติตนด้วยการทำจิตใจให้เบิกบาน ไม่เครียด ควรออกกำลังกายเป็นประจำ 1.2) ทำบุญ ทำทาน เป็นนิจ ควรปฏิบัติตนด้วยการทำสมาธิ ไหว้พระ สวดมนต์ ทุกวัน 1.3) การปล่อยวางได้ด้วยใจที่อัมบุญ โดยปฏิบัติตามหลักธรรมทางศาสนา และ 1.4) การชื่นชมคุณค่าแห่งตน 2) ด้านการมีส่วนร่วมในสังคม ประกอบด้วย 2.1) ทันทกระแสเป็นผู้อยู่ร่วมสมัย เป็นผู้สนใจในการเรียนรู้เทคโนโลยีใหม่ๆ อยู่เสมอ 2.2) การมีจิตอาสาเพื่อชุมชน ได้แก่ เป็นผู้ที่มีความเต็มอก เต็มใจให้การสนับสนุนงานด้านสังคม ตลอดทั้งร่วมบริจาคทรัพย์ตามกำลัง 2.3) สานต่อกิจภูมิปัญญา 3) ด้านหลักประกันและความมั่นคง ประกอบด้วย 3.1) เป็นที่พึ่งลูกหลานได้ในทุกด้าน ได้แก่ ไม่ทำตนให้เป็นภาระของลูก หลานและปฏิบัติตนอยู่กับปัจจุบันให้ได้ 3.2) ลูกหลานพร้อม น้อมเคารพ และดูแล 3.3) สนใจเรื่องการออม ได้แก่ การอยู่อย่างประหยัด อยู่อย่างพอเพียง ควรมีงานอดิเรกทำ และไม่ควรรสร้างหนี้สิน

**คำสำคัญ** คุณภาพชีวิต สังคมผู้สูงอายุ พหุผลลึง การมีส่วนร่วม

## ABSTRACT

This research was to support the participation in quality of life development and to study the participatory model in life quality development for aged people, Lampang. Mixed Methodology was applied for this study with quantitative research of survey for the basic needs of 650 elderly people, 50 persons per Amphoe, totally 13 Amphoes. This was analyzed by percentage, mean and standard deviation. The second part was participatory qualitative research with activities of three operation research conferences which came from the needs of supporting the life quality development for aged people. Then, the researcher took time for field works in 5 Amphoes and extracted the lesson from this authentic areas. With this methodology, the researcher created the draft model for life quality development for aged people. Finally, group discussion was taken for reviewing and checking the appropriateness of this finalize model with the group of official in-charge of the elderly people both private and public organization, the president of the elderly club, the elderly representatives of each area, party networks, and the group of researchers.

The research found that the elderly were combined of 3 aspects of health, social participation, and security & stability as the following details: Healthy Aspect composed of physically and mentally health which practically meant happy life and normally exercises. Secondly, every day meditation with doing some charity always. Thirdly, let oneself on with full of good deeds by behaving according to their own religion. Lastly, appreciation in self-value. Social Participation Aspect composed of knowing the changing world and learning technology always. Secondly, willingly doing some community service according to their ability. Lastly, continually doing some local wisdom activities. Security and Stability Aspect composed of being shelter for their descendant people in all areas like; not being burden for their relatives and be able to live their life normally. Secondly, being respected and taken care by their descendants. Lastly, interesting in economic saving like; live as a simple and efficiency life together with doing some hobbies and not making debt.

**Key words:** Quality of Life, Aging Society, Elderly, Participation