

บทคัดย่อ

โครงการแนวทางการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุชุมชนมัสยิดอิสลามวัฒนา ต. ลำภาล่ม อ.พระนครศรีอยุธยา จ.พระนครศรีอยุธยา มีคำถามการวิจัยคือ แนวทางในการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุของชุมชนมัสยิดอิสลามวัฒนาโดยการมีส่วนร่วมของชุมชนควรเป็นอย่างไร โดยมีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อศึกษาสถานการณ์สุขภาพของผู้สูงอายุชุมชนมัสยิดอิสลามวัฒนา 2) เพื่อศึกษาหลักศาสนา / ข้อบัญญัติของศาสนาอิสลามที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ 3) เพื่อทบทวนบทเรียนการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุร่วมกันของชุมชน 4) เพื่อศึกษาแนวทางการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุชุมชนมัสยิดอิสลามวัฒนาโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน

ผลการวิจัยสามารถตอบวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัยซึ่งประกอบด้วย สถานการณ์สุขภาพของผู้สูงอายุชุมชนมัสยิดอิสลามวัฒนา จากการเปลี่ยนแปลงสภาพชุมชน และวิถีชีวิตของคนในชุมชน ซึ่งในอดีตชุมชนมีสภาพแวดล้อมที่ดี อาหารการกินส่วนใหญ่ก็ทำเพื่อกินในชีวิตประจำวัน มีการแบ่งปันกันพึ่งพาอาศัยกันมีลูกหลานอยู่บ้านคอยดูแลคนในบ้าน ทำให้สภาพจิตใจผู้สูงอายุดี การออกกำลังกายก็ใช้จากการใช้ชีวิตประจำวันถือเป็นการออกกำลังกายไปในตัว การประกอบอาชีพก็ทำนาเพียงอย่างเดียว แต่ในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงทั้งสภาพแวดล้อม สภาพครอบครัว วิถีชีวิตในชุมชนจะอยู่กันอย่างแออัด ผู้คนเริ่มกันรื้อบ้านต่างคนต่างอยู่มากขึ้นทำให้ความสัมพันธ์ของคนในชุมชนเริ่มเหินห่างกัน การแบ่งปันกันก็น้อยลง ลูกหลานมีการศึกษามากขึ้นทำให้มีการประกอบอาชีพหลากหลายมากขึ้น ทำให้คนในครอบครัวไม่มีเวลาในการดูแลผู้สูงอายุในบ้าน ให้เพียงเงินเพื่อให้ผู้สูงอายุประทังชีวิต ขาดการดูแลอย่างใกล้ชิด ด้านสุขภาพผู้สูงอายุในตำบลลำภาล่มแบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ไม่เป็นโรคอะไรเลย สุขภาพแข็งแรง กลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มที่มีโรคประจำตัวแต่ดูแลตนเองได้ และกลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มที่มีโรคและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ส่วนใหญ่มีสุขภาพไม่ค่อยดีอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนใหญ่จะเป็นโรคเบาหวาน ความดัน และโรคเครียด/ วิตกกังวล หลักศาสนา / ข้อบัญญัติของศาสนาอิสลามที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ ซึ่งเป้าหมายของมุสลิมในเรื่องการดูแลสุขภาพตามหลักคำสอนของอิสลามนั้นไม่ใช่แค่เพียงการดูแลแต่ภายนอกเท่านั้นแต่ต้องดูแลไปถึงเรื่องจิตวิญญาณโดยเน้นการปฏิบัติให้ถูกต้องตามคำสอน บทเรียนการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง

กับการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุร่วมกันของชุมชนที่ผ่านมา ผู้สูงอายุในชุมชนอิสลาม วัฒนาจะมีการพบปะกันในช่วงเทศกาลหรืองานบุญทางศาสนาและการละหมาดในแต่ละวัน ที่ผ่านมามีกิจกรรมที่ทางราชการนั้นได้จัดขึ้นเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีการรวมกลุ่มกัน ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุของตำบล ซึ่งจัดขึ้นเดือนละครั้งที่ อบต.ลำเภาล้อม มีการรับประทานอาหาร การรับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ และแนะนำให้ความรู้ด้านสุขภาพ และมีกิจกรรมที่ทางชุมชนโดยกลุ่มผู้สูงอายุได้จัดขึ้นในช่วงที่ทางชุมชนได้เข้าร่วมโครงการชุมชนเป็นสุขภาคกลางโดยการสนับสนุนของ สสส.เมื่อช่วงปี2548-2549 คือ กิจกรรมออกกำลังกายรำไม้พลอง และได้มีการดำเนินการมาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุนั้นมีโอกาสมารวมกลุ่มพูดคุยและทำกิจกรรมสุขภาพร่วมกัน บทเรียนกิจกรรมรำไม้พลองที่มีการดำเนินงานที่ผ่านมา พบว่าการออกกำลังกายโดยการรำไม้พลองมีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุเป็นอย่างมากเพราะไม่หนักกับผู้สูงอายุจนเกินไป และส่งผลให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพร่างกาย และจิตใจดีขึ้น อย่างไรก็ตามยังไม่สามารถขยายผลไปสู่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในชุมชนได้ มีเฉพาะผู้สูงอายุบางส่วนที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ชุมชนอิสลามวัฒนาเป็นชุมชนมุสลิมซึ่งมีเงื่อนไขและข้อจำกัดอีกหลายประการที่เกี่ยวข้องกับการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน แนวทางการดูแลและสร้างเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุชุมชนมัสยิดอิสลามวัฒนาโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน จากการทบทวนข้อมูลของชุมชนในหลายด้าน กิจกรรมการดำเนินงานด้านสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุยังขาดการเชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ และขาดการเชื่อมโยงกับสุขภาพะในมิติอื่นๆร่วมด้วย ได้แก่ จิตใจ บริบททางเศรษฐกิจสังคม วัฒนธรรมของชุมชน และหลักศาสนาอิสลาม ดังนั้นแนวทางต่อไปของชุมชนจึงต้องมีการเชื่อมโยงในหลายภาคส่วนเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือคนในครอบครัว ผู้สูงอายุเอง โดยใช้กลไกกลุ่มที่มีกิจกรรมอยู่แล้ว เช่นกลุ่มรำไม้พลอง และนำสถานการณ์ข้อมูลที่มีพูดคุยกับกลุ่มเพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนเรื่องดูแลสุขภาพผู้สูงอายุให้กว้างมากขึ้นในระยะต่อไป

บอกเล่าเพื่อความเข้าใจร่วมกัน

งานวิจัยเพื่อท้องถิ่นเป็นกระบวนการที่คนในชุมชนได้มาร่วมคิดทบทวนสถานการณ์ ตั้งคำถาม วางแผน หาข้อมูล ทดลองทำ วิเคราะห์ สรุปผลการทำงานและหาคำตอบเพื่อปรับปรุงงานต่อไป” กล่าวคือ งานวิจัยเพื่อท้องถิ่นเป็นเครื่องมือหนึ่งที่น่าเชื่อถือให้ “คน” ในชุมชนเข้ามาร่วมในกระบวนการวิจัย ตั้งแต่การเริ่มคิด การตั้งคำถาม การวางแผน และค้นหาคำตอบอย่างเป็นระบบเป็นรูปธรรม โดยเรียนรู้จากการปฏิบัติการจริง (Action Research) อันทำให้ชุมชนได้เรียนรู้ สร้างผลงาน มีความเข้มแข็งในการแก้ปัญหาของตนเอง และสามารถนำกระบวนการนี้ในการแก้ไขปัญหาอื่น ๆ ในท้องถิ่น โดยมีกระบวนการศึกษาเรียนรู้อย่างเป็นเหตุเป็นผล ดังนั้นจุดเน้นของงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น จึงอยู่ที่ “กระบวนการ” มากกว่า “ผลลัพธ์” เพื่อให้ชาวบ้านได้ประโยชน์จากงานวิจัยโดยตรง และให้งานวิจัยมีส่วนในการแก้ปัญหาของชาวบ้าน รวมทั้งเกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นจริงในชุมชน ซึ่งจะต้องอาศัย “เวที” (การประชุม เสวนา พุดคุยถกเถียง) เป็นวิธีการเพื่อให้คนในชุมชน ทั้งชาวบ้าน ครู นักพัฒนา สมาชิก อบต. กรรมการสหกรณ์ ข้าราชการ หรือกลุ่มคนอื่นๆ เข้ามาร่วมหา ร่วมใช้ “ปัญญา” ในกระบวนการวิจัย

“กระบวนการวิจัยเพื่อท้องถิ่น” หมายถึง การทำงานอย่างเป็นขั้นตอนเพื่อตอบ “คำถาม” หรือ “ความสงสัย” บางอย่าง ดังนั้นสิ่งสำคัญคือประเด็น “คำถาม” ต้องคมชัดโดยมีการแยกแยะประเด็นว่า ข้อสงสัยอยู่ตรงไหน มีการหา “ข้อมูล” ก่อนทำ มีการวิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของข้อมูล มีการ “วางแผน” การทำงานบนฐานข้อมูลที่มีอยู่ และในระหว่างลงมือทำมีการ “บันทึก” มีการ “ทบทวน” ความก้าวหน้า “วิเคราะห์” ความสำเร็จและอุปสรรคอย่างสม่ำเสมอ เพื่อ “ถอด” กระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นออกมาให้ชัดเจน ในที่สุดก็จะสามารถ “สรุปบทเรียน” ตอบคำถามที่ตั้งไว้แล้วอาจจะทำให้ใหม่ให้ดีขึ้น ตลอดจนสามารถนำไปใช้เป็นบทเรียนสำหรับเรื่องอื่น ๆ หรือพื้นที่อื่น ๆ ต่อไป ซึ่งทั้งหมดนี้กระทำโดย “ผู้ที่สงสัย” ซึ่งเป็นคนในท้องถิ่นนั่นเอง ดังนั้นกระบวนการงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจึงเป็นงานวิจัยอีกแบบหนึ่งที่ไม่ยึดติดกับระเบียบแบบแผนทางวิชาการมากนัก แต่เป็นการสร้างความรู้ในตัวตนท้องถิ่น โดยคนท้องถิ่น เพื่อคนท้องถิ่น โดยมุ่งแก้ไขปัญหาด้วยการทดลองทำจริง และมีการบันทึกและวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ การวิจัยแบบนี้จึงไม่ใช่เครื่องมือทางวิชาการ ไม่ใช่ของศักดิ์สิทธิ์ที่ผูกขาดอยู่กับครูบาอาจารย์ แต่เป็นเครื่องมือธรรมดาที่ชาวบ้านก็ใช้เป็น เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้

สกว. สำนักงานภาค ได้ใช้วิธีการสนับสนุนงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นตามแนวคิดและหลักการดังกล่าวมาแล้วในระยะเวลาหนึ่ง พบว่า ชาวบ้านหรือทีมวิจัยส่วนใหญ่สามารถสะท้อนการ

ดำเนินงานด้วยการบอกเล่าได้เป็นอย่างดี ในขณะที่เดียวกันก็พบว่า การเขียนรายงาน เป็นปัญหาที่สร้างความหนักใจให้นักวิจัยเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นด้วยความตระหนักถึงสถานการณ์ปัญหาดังกล่าว สกว.สำนักงานภาค จึงได้ปรับรูปแบบการเขียนรายงานวิจัยให้มีความยืดหยุ่นและมีความง่ายต่อการนำเสนองานออกมาในรูปแบบที่นักวิจัยถนัด โดยไม่ยึดติดในเรื่องของภาษาและรูปแบบที่เป็นวิชาการมากเกินไป ซึ่งเป้าหมายสำคัญของรายงานวิจัยยังคงมุ่งเน้นการนำเสนอให้เห็นภาพของกระบวนการวิจัยมากกว่าผลลัพธ์ที่ได้จากการวิจัย โดยกลไกสำคัญที่จะช่วยให้นักวิจัยให้มีความสามารถเขียนรายงานที่นำเสนอกระบวนการวิจัยได้ชัดเจนยิ่งขึ้น คือ ศูนย์ประสานงานวิจัย (Node) ในพื้นที่ ซึ่งทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงโครงการวิจัยมาตั้งแต่เริ่มต้นจนกระทั่งจบการทำงานวิจัย ดังนั้น Node จะรับรู้พัฒนาการของโครงการวิจัยมาโดยตลอด บทบาทการวิเคราะห์เนื้อหาหรือกิจกรรมของโครงการจึงเป็นการทำงานร่วมกันระหว่าง Node และนักวิจัย ซึ่งความร่วมมือดังกล่าวได้นำมาซึ่งการถอดบทเรียนโครงการวิจัยสู่การเขียนมาเป็นรายงานวิจัยที่มีคุณค่าในที่สุด

อย่างไรก็ตามรายงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นอาจไม่สมบูรณ์แบบดังเช่นรายงานวิจัยเชิงวิชาการโดยทั่วไป หากแต่ได้คำตอบและเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากกระบวนการวิจัย ซึ่งท่านสามารถเข้าไปค้นหา ศึกษาและเรียนรู้เพิ่มเติมได้จากพื้นที่

สกว.ฝ่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น