

F 0053 - 80260

การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ การมองเห็นคุณค่าตนเอง และพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ
ในชุมชนแออัดเขตกรุงเทพมหานคร

SELF PREPARATION FOR AGING SELF ESTEEM AND HEALTH BEHAVIOR
OF THE AGING IN BANGKOK SLUM AREAS



โดย

นางสาวสุภาวดี สว่างจิตต์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการจัดการโครงการสวัสดิการสังคม บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

พ.ศ. 2546

ISBN 974-7145-50-2

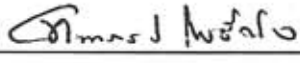
ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

วิทยานิพนธ์	การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ การมองเห็นคุณค่าตนเอง และพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนแออัดเขตกรุงเทพมหานคร Self Preparation for Aging Self-Esteem and Health Behavior of the Aging in Bangkok Slum Areas
ชื่อนักศึกษา	นางสาวสุภาวดี สว่างจิตต์
รหัสประจำตัว	439013
สาขาวิชา	การจัดการ โครงการสวัสดิการสังคม
ปีการศึกษา	2545

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ และทบวงมหาวิทยาลัยได้
ตรวจสอบและอนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรสังคม
สงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต เมื่อวันที่ 1 เมษายน พ.ศ. 2546



คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณราย แสงวิเชียร)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์ ดร.ทิพภรณ์ โพธิ์ถวิล)


กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ชัตติยา กรรณสูต)


กรรมการ
(อาจารย์ ดร.เสาวนิจ นิจอั่นค้ำชัย)


กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
(รองศาสตราจารย์ นีภา ส.ศุมนรสุนทร) จากทบวงมหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์	การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ การมองเห็นคุณค่าตนเอง และพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนแออัดเขตกรุงเทพมหานคร Self Preparation for Aging Self-Esteem and Health Behavior of the Aging in Bangkok Slum Areas
ชื่อนักศึกษา	นางสาวสุภาวดี สว่างจิตต์
รหัสประจำตัว	439013
หลักสูตร	สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา	การจัดการ โครงการสวัสดิการสังคม
ปีการศึกษา	2545

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษา การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ การมองเห็นคุณค่าตนเองและพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชนแออัดเขตกรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ การมองเห็นคุณค่าตนเอง พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุและปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป และอาศัยอยู่ในชุมชนแออัดเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้แบบสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือและวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรม SPSS FOR WINDOW เพื่อหาค่าร้อยละ (Percent) การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร โดยวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบปกติ (Multiple Regression)

ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไป พบว่า ส่วนใหญ่ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 60-74 ปี สถานภาพสมรส มีบุตรจำนวน 1-3 คน มีสมาชิกที่อยู่ประจำในครัวเรือนจำนวน 4-6 คน การศึกษาระดับชั้นประถมศึกษา สุขภาพร่างกายในปัจจุบันแข็งแรง ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างเป็นอาชีพสุดท้าย ปัจจุบันมีรายได้จากบุตรหลานประมาณ 1,000-5,000 บาท

การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ พบว่า 1) การเตรียมตัวด้านจิตใจ ส่วนใหญ่ใช้กิจกรรมยามว่าง ดูทีวี ฟังวิทยุ 2) การเตรียมตัวด้านร่างกาย ส่วนใหญ่รับประทานผัก ผลไม้ เป็นประจำ 3) การเตรียมตัวด้านที่อยู่อาศัย ส่วนใหญ่ได้รับอากาศถ่ายเทสะดวกในห้องนอนที่พัก 4) การเตรียมตัวด้านเศรษฐกิจ ส่วนใหญ่มีเงินออมและทรัพย์สินสมบัติ

การมองเห็นคุณค่าตนเอง พบว่า 1) ความรู้สึกต่อร่างกายตนเอง ส่วนใหญ่ทำได้ที่สามารถขับถ่ายอุจจาระได้ทุกวัน 2) ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น ส่วนใหญ่มีความสุขที่ได้ร่วมกิจกรรมในชุมชน 3) ความสำเร็จของตนเอง ส่วนใหญ่มีความสุขที่อบรมบุตรหลานให้เป็นคนดี และ 4) ความเชื่อมั่นในตนเอง ส่วนใหญ่มีความสุขที่ได้ทำประโยชน์แก่บุตรหลานและสมาชิก

พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า 1) พฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันโรค ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมสุขภาพในการรักษาความสะอาดร่างกายและรับประทานอาหาร 2) พฤติกรรมสุขภาพเมื่อเจ็บป่วย ส่วนใหญ่เมื่อเจ็บป่วยจะพักผ่อนตามคำแนะนำของแพทย์ และ 3) พฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วย ส่วนใหญ่สามารถดูแลตนเองตามคำแนะนำของแพทย์

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้แก่ การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุด้านร่างกาย การมองเห็นคุณค่าตนเองต่อร่างกาย การมองเห็นคุณค่าตนเองต่อความสำเร็จ การมองเห็นคุณค่าตนเองต่อความเชื่อมั่นในตนเอง

ผลการศึกษานี้มีข้อเสนอแนะในการศึกษา ได้แก่ 1) จัดให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้และบริการสาธารณสุขขั้นพื้นฐาน โดยเฉพาะในด้านการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ 2) รมรงค์เสริมสร้างและปลูกฝังค่านิยมให้แก่ ครอบครัว ชุมชน สังคม เห็นคุณค่าของผู้สูงอายุในด้านของความรู้และประสบการณ์ของผู้สูงอายุโดยอาศัยความร่วมมือจากสื่อมวลชนในรูปแบบต่างๆ และ 3) รัฐควรขยายบริการสวัสดิการด้านสุขภาพอนามัยสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ การให้ความรู้ การรักษา การส่งเสริมและฟื้นฟูสุขภาพผู้สูงอายุ

Thesis Title	Self Preparation for Aging Self-Esteem and Health Behavior of The Aging in Bangkok Slum Areas
By	Miss Supawadee Sawangjit
Identification No.	439013
Degree	Master of Social Work (M.S.W)
Major	Social Welfare Project Management
Academic Year	2002

ABSTRACT

This research is a study on self preparation, self esteem and health behavior of the Aging in Bangkok slum areas. Objectives are to study characters of self preparation, Self Esteem, Health Behavior of the Aging and factors resulting in health behavior of older people. The target group is older people aged starting from 60 year olds onward, numbering 400 people. These people live in Bangkok slum areas. Data collection is designed to use interview form as a tool. Data analysis is made by computer (Spss For Window Program) to get the percentage of analysis on the relations of determining factors by analyzing Multiple Regression.

Results of the study reveal that most of those who answer interview forms are married female aged ranging from 60 – 74 year olds. They have 1 – 3 children. Regular members in their families are ranging from 4 – 6 people. Level of education is primary schooling. They are still strong. Most of them make their living as daily wage earners as their last occupations. At present, they get Bahts 1,000 – 5,000 from their children / grand children.

Regarding Self Preparation for Aging the study finds that 1) mental preparation; most of the target people spend their free times to watch television and listen to radio, 2) physical preparation; most of them regularly eat vegetables and fruits, 3) residential preparation; most of them get good ventilation in their bedrooms / houses, 4) economic preparation : most of them have savings and possessions.

Regarding Self Esteem, the study finds that 1) self physical feelings: most of them accept that they are able to go to the toilet daily, 2) relations between themselves and the other: most of

them are happy to attend activities in their communities, 3) self success: most of them are happy to train their children / grand children to be good people, 4) self reliant: most of them appreciate all benefits they have done for their children / grand children and members in families.

Regarding Health Behavior of older People, the study finds that 1) disease prevention: most of them have good health behavior on body cleaning and food eating, 2) when they get sick: most of them take a rest as suggested by physicians, 3) as an older person who is sick: most of them are able to take care of themselves as suggested by physicians.

Results of testing Hypothesis, the study finds that there are several factors greatly having influences on behaviors of older people such as self preparation physical aspects, self esteem on physical successful and Reliant aspects.

There are several suggestion of this study such as 1) Education and services on basic public health for older people, especially for self preparation for old age, 2) campaign and values made to family, community, society in order to pay attention to values made of knowledge and experiences of older people though cooperation from mass media in different forms, 3) government agencies in charge should expand health welfare services to older people such as health education, treatment support promotion and revived.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยความช่วยเหลือของ อาจารย์ ดร.ทิพาภรณ์ โพธิ์ถวิล รองศาสตราจารย์ ดร.ชัชติยา วรรณสุด และ อาจารย์ ดร.เสาวนิจ รัตนวิจิตร ที่ได้เสียสละเวลาให้คำปรึกษาแนะนำ และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ รวมตลอดทั้ง รองศาสตราจารย์นิภา ส.คุณรสุนทร กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิจากทบวงมหาวิทยาลัย ที่ได้กรุณาให้ข้อเสนอแนะแก้ไขตรวจสอบข้อบกพร่องที่เป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัย ทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ได้รับความสมบูรณ์ครบถ้วน

ขอขอบพระคุณคณาจารย์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติทุกท่านที่ได้ประสิทธิประสาทความรู้แก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณ คุณพ่อพิบูลย์ วิสิฐนนทชัย เลขานุการคณะกรรมการคาทอลิกเพื่อการสงเคราะห์ผู้ประสบภัยและผู้ลี้ภัย ที่ให้ความกรุณาสนับสนุนงบประมาณในการศึกษาวิจัย ขอขอบพระคุณคณะกรรมการสโมสรผู้สูงอายุเซนต์หลุยส์ พร้อมทั้งผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยนี้ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี จนทำให้การเก็บข้อมูลสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบคุณ คุณสุภาณี สำราญกิจดำรงค์ และ คุณเชาวลิต สำราญกิจดำรงค์ ที่ได้ให้ความช่วยเหลือการทำวิจัยและให้กำลังใจจนวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

ขอขอบพระคุณทุกท่านดังรายชื่อที่กล่าวมาทั้งหมดด้วยความจริงใจ ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าวิทยานิพนธ์ฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานผู้สูงอายุและผู้ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพผู้สูงอายุในโอกาสต่อไป

สุภาวดี สว่างจิตต์