

## บทที่ 2

### แนวคิดทฤษฎีและเอกสารที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตอันเกิดจากภาวะถดถอยจากสังคมและการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุชาวพุทธ : ศึกษากรณีผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล จะได้ศึกษาวิจัยตามแนวคิดทฤษฎีต่อไปนี้

1. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุและภาวะถดถอยจากสังคม
2. แนวคิดเกี่ยวกับทัศนคติต่อการสูงอายุและทัศนคติต่อตนเอง
3. แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อการปฏิบัติทางพุทธและวิถีชีวิตแบบพุทธ
4. แนวคิดเกี่ยวกับการเชื่ออำนาจในตนเอง
5. เอกสารวิจัยที่เกี่ยวข้อง
6. สรุปกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

#### 1. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ และภาวะถดถอยจากสังคม

##### 1. ความเป็นผู้สูงอายุ

สุรกุล เจนอบรม (อ้างแล้ว : 4) กล่าวว่า (Elderly) หมายถึง บุคคลในวัยสุดท้ายของวงจรชีวิต ซึ่งประกอบด้วยวัยทารก วัยเด็ก วัยหนุ่มสาว วัยผู้ใหญ่ และวัยชรา หรือผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุโดยทั่วไป หมายถึง บุคคลที่มีชีวิตในช่วงสุดท้ายของชีวิต ซึ่งเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และหน้าที่การงานทางสังคม ซึ่งแต่ละบุคคลจะเกิดความเสื่อมแตกต่างกัน นอกจากความเสื่อมดังกล่าวแล้ว ยังได้มีเกณฑ์ 60 ปีเป็นเกณฑ์สากล เพื่อให้ทราบว่าบุคคลใดสมควรเป็นผู้สูงอายุ

การที่ผู้สูงอายุมีอายุยืนขึ้นและมีจำนวนเพิ่มขึ้นเป็นเรื่องที่น่ายินดี แต่อีกด้านหนึ่งก็พบว่า การเปลี่ยนแปลงของสังคมเป็นผลให้ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งให้อยู่โดดเดี่ยวมากขึ้น สภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุจึงกระทบกระเทือนทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ซึ่งนับวันจะยิ่งทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ และอย่างต่อเนื่อง

กรมประชาสงเคราะห์ (2530 : 11) ได้ให้ความหมายของคำว่าผู้สูงอายุ หมายถึง การพัฒนาเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ในระยะสุดท้ายในช่วงอายุของมนุษย์ ความสูงอายุนี้เริ่มตั้งแต่เกิดมา และดำเนินต่อเนื่องไปจนสิ้นสุดอายุขัยของสิ่งมีชีวิตนั้น

ผู้สูงอายุ ตามทัศนะทางพุทธศาสนา หมายถึง การเคลื่อนไถลเข้าไปหาความตายของทุกสิ่ง ที่เกิดเป็นเบื้องต้น อากาโรที่เรียกว่าชรานั้น ได้ปรากฏตั้งแต่ ผู้มันเกิดเป็นตัวขึ้นมาทีเดียว และ ครอบงำเรื่อยไปจนผู้มันสลายไป

ความชราทางพุทธศาสนา แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ (ปิ่น มุกกันต์, มปป ; 101)

1. ปฏิญฉินนชรา หมายถึง ความแก่ที่ถูกการเติบโตปิดบังอยู่ เช่น เด็กที่กำลังเติบโตความจริงก็ถูกความชราครอบงำอยู่เหมือนกัน หากแต่ความเจริญมีมากกว่า ความชราจึงถูกปิดบังไว้

2. อัปปฏิญฉินนชรา หมายถึง ความแก่ที่ถูกเปิดเผย หรือความแก่ที่แสดงตัวออกมาให้เห็นเต็มที่

ในการวิจัยเรื่อง คนชราไทย (นิสา ชูโต, 2525) ได้ให้ความหมาย ผู้สูงอายุว่า หมายถึง ผู้ที่มีอายุวัดด้วยจำนวนปีตามปฏิทินของเวลาที่ได้มีชีวิตอยู่ และมีเกณฑ์ในการพิจารณา 3 ด้าน คือ ความเสื่อมถอยของร่างกาย พิจารณาตามแนวคำสอนในพุทธศาสนา และหน้าที่กิจกรรมของสังคม ซึ่งมีเกณฑ์คล้ายคลึงกับการกำหนดของนักวิชาการที่ศึกษเกี่ยวกับผู้สูงอายุ (Gerontologists) โดยพิจารณาความเป็นผู้สูงอายุไว้ 4 ลักษณะ คือ พิจารณาจากอายุ การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ และลักษณะบทบาททางสังคม (สุรกุล เจนอบรม, อ้างแล้ว : 5)

การกำหนดกฎเกณฑ์เกี่ยวกับความหมายของการเป็นผู้สูงอายุนั้น มีความแตกต่างกันในแต่ละสังคม ดังนั้น ที่ประชุมสมัชชาโลกว่าด้วยผู้สูงอายุ เมื่อปีพ.ศ. 2525 ณ กรุงเวียนนา ประเทศ ออสเตรีย กำหนดให้ผู้ที่มียุคตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปถือว่าเป็นผู้สูงอายุ (Elderly) และใช้เป็นมาตรฐานเดียวกันทั่วโลก สำหรับประเทศไทย ได้ใช้คำว่าผู้สูงอายุเป็นครั้งแรก โดย พล.ต.ต. อรรถสิทธิ์ สัทธสุนทร ในการประชุมระหว่างแพทย์อาวุโสและผู้สูงอายุจากอาคารต่าง ๆ เมื่อวันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2512 จนเป็นที่ยอมรับและแพร่หลายในปัจจุบัน (ประสพ รัตนากร, 2524 : 2) ซึ่งทาง ราชการไทยก็ได้กำหนดคำว่าผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป เพื่อให้สอดคล้องกับ การประชุมสมัชชาโลก และเป็นเกณฑ์ปลดเกษียณอายุราชการของข้าราชการไทย

ไจโล ไชยเสรี (2539) อ้างถึง องค์การอนามัยโลก ระบุถึงเกณฑ์อายุของผู้สูงอายุ แบ่งตามวัยได้ 3 ระดับ ดังนี้

1. ผู้สูงอายุ (Elderly) มีอายุระหว่าง 60-74 ปี
2. คนชรา (Old) มีอายุระหว่าง 75-90 ปี
3. คนชรามาก (Very Old) มีอายุ 90 ปี ขึ้นไป

ส่วน สุรกุล เจนอบรม (เพ็งอ้อ) ระบุถึงเกณฑ์ในการพิจารณาความเป็น ผู้สูงอายุ 4 ลักษณะ คือ

1. พิจารณาจากอายุจริง ตามเกณฑ์ที่กำหนดโดยองค์การอนามัยโลกตามที่กล่าวมาแล้วข้างต้น
2. พิจารณาจากการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เช่น ผมหงอก ผิวหนังเหี่ยวย่น ตกกระ สายตาฝ้า หูระยะสั้น เป็นต้น
3. พิจารณาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและสติปัญญา เช่น ความจำสับสน เลอะเลือน การเรียนรู้ถดถอย
4. พิจารณาจากบทบาททางสังคม เช่น การเกษียณอายุจากราชการ การหมดภาระรับผิดชอบ

บุคคลที่เข้าสู่เกณฑ์การพิจารณาความเป็นผู้สูงอายุดังกล่าว หมายถึง บุคคลนั้นต้องประสบกับการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่อีกครั้งหนึ่งของชีวิต คล้าย ๆ กับการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กสู่วัยรุ่น หรือวัยรุ่นสู่วัยผู้ใหญ่ การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ย่อมส่งผลกระทบต่อผู้ที่อยู่ในเกณฑ์ผู้สูงอายุทั้งสิ้น สุรกุล เจนอบรม (อ้อแล้ว : 11-12) กล่าวถึงผลกระทบที่เกิดจากการเป็นผู้สูงอายุ ที่เกิดกับบุคคลเหล่านั้น 3 ด้านที่สำคัญ คือ

1. ผลที่เกิดขึ้นทางด้านร่างกาย จะเกิดอาการของความเสื่อมต่าง ๆ อย่างชัดเจน เช่น อากาศร้อนไม่หวั่น หูตึง ระบบย่อยอาหารผิดปกติ กระดูก และกล้ามเนื้อเสื่อม การปรับตัวต่ออุณหภูมิลดลง ระบบขับถ่ายเสื่อม ฯลฯ ผลดังกล่าวผู้สูงอายุส่วนใหญ่เกิดปัญหาสุขภาพตามมาการศึกษาของพีรสิทธิ์ คำนวนสิลปี และคณะ (2527) และนิตา ชูโต (2525) พบว่า ผู้สูงอายุกว่าร้อยละ 50 มีโรคประจำตัว และส่วนหนึ่งถึงขนาดล้มหมอนนอนเสื่อ
2. ผลที่เกิดขึ้นทางด้านจิตใจ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และสังคม ซึ่งมักได้แก่ การที่ต้องสูญเสียด้านต่าง ๆ ไปตามสภาพ เช่น การสูญเสียบุคคลบุคคลอันเป็นที่รัก เพื่อนฝูง

หรือแม้กระทั่งบุตรหลานแต่งงานแยกครอบครัวออกไป และการสูญเสียฐานะทางสังคม เศรษฐกิจ หรือรายได้ ฯลฯ มีผลให้เกิดความไม่มั่นคงทางจิตใจในผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก ประพิมพ์ดาว ตุนธ์ (2526) ศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมักมีปัญหาเกี่ยวกับความวิตกกังวลหลายด้าน เช่น คิดว่าตนเองหมดคุณค่า สิ้นหวัง สะเทือนใจมาก ท้อแท้ คิดอยากฆ่าตัวตาย เป็นต้น

3. ผลที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม และวัฒนธรรม สังคมไทยในอดีตมีค่านิยมในการเคารพนับถือผู้อาวุโส เชื้อฟุ้งผู้สูงอายุ ให้ความสำคัญโดยยกย่องให้เป็นผู้ใหญ่ในบ้าน ชุมชน และสังคม แต่ด้วยการเปลี่ยนแปลงของสังคมในปัจจุบัน ทำให้ผู้สูงอายุมีบทบาทในครอบครัว และสังคมน้อยลง ผู้สูงอายุกลายเป็นผู้พึ่งพิงอาศัยอยู่กับลูกหลาน บางครั้งถูกทอดทิ้ง มีช่องว่างระหว่างวัยมาก สภาพนี้มักทำให้ผู้สูงอายุมีอาการหวาดระแวง ขี้มเสร์ว้า รำเท่ว หมกแรงแรง หงุดหงิด วิตกกังวล เกิดอาการทางสุขภาพจิตได้

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดกับผู้สูงอายุ ที่มีผลกระทบไปถึงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ยังผลให้ผู้สูงอายุเผชิญกับสภาวะทางสุขภาพจิตและอารมณ์ดังที่กล่าวมา ได้มีผู้ศึกษารวบรวมเป็นแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ เพื่อใช้ศึกษาหรืออธิบายสภาวะต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ 3 กลุ่มทฤษฎีหลัก คือ ทฤษฎีทางชีววิทยา ทฤษฎีทางจิตวิทยา และทฤษฎีสังคมวิทยา ซึ่งการวิจัยครั้งนี้จะได้นำทฤษฎีกลุ่ม จิตวิทยา และสังคมวิทยา มาเป็นแนวทางในการศึกษา ดังจะได้กล่าวในรายละเอียดต่อไป

## 2. ทฤษฎีของการสูงอายุ

ในการวิจัยครั้งนี้จะได้นำทฤษฎีของการสูงอายุ 2 ด้าน มาใช้เป็นแนวทางในการศึกษา ดังนี้

2.1 ทฤษฎีทางจิตวิทยา (Psychological Theory) Birren ได้อธิบายกระบวนการทางจิตวิทยาที่มีต่อจิตใจว่า อยู่บนพื้นฐานของความสามารถในการปรับตัวของแต่ละบุคคลต่อสิ่งแวดล้อมทั้งหมดลดลง รวมทั้งความแม่นยำและความรวดเร็วในการรับรู้ การให้เหตุผล ความจำและความสามารถในการเรียนรู้ลดลงด้วย กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ กระบวนการสูงอายุทางด้านจิตใจหมายถึงรวมถึงการด้อยสมรรถภาพทางจิต แต่การด้อยสมรรถภาพของสภาพทางจิตของผู้สูงอายุ เป็นผลมาจากความผิดปกติทางด้านสรีรวิทยา ไม่ใช่ผลของกระบวนการเสื่อมถอยของจิตใจโดยตัวของมันเอง ทฤษฎีนี้จะกล่าวถึงความสำคัญของจิตใจ ซึ่ง คาล จุง (Jung) อ้างใน ไคโล ไชยเสวี, อ้างแล้ว : 19)

กล่าวถึง ความสำคัญของช่วงชีวิตในครั้งหลังจะเป็นผลมาจากครั้งแรกของชีวิต ซึ่ง โฉโล ไชยเสวี, เพ็งฮ้าง) ได้ระบุถึงทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 2 ทฤษฎี ได้แก่

2.1.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพ (Personality Theory) กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะเป็นสุขหรือทุกข์ขึ้นอยู่กับภูมิหลังและการพัฒนาจิตใจของผู้นั้น ถ้าผู้สูงอายุเติบโตขึ้นมาด้วยความมั่นคงอบอุ่น มีความรักแบบถ้อยที่ถ้อยอาศัย เห็นความสำคัญของผู้อื่น รักผู้อื่น และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ก็มักจะเป็นผู้สูงอายุที่ค่อนข้างมีความสุขในชีวิตบั้นปลาย และสมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทย (2533 : 6 - 8 อ้างใน สุทธิพันธ์ พิภพสุวรรณ, 2537 : 16) ได้อธิบายเพิ่มเติมถึงผู้สูงอายุที่เติบโตมาในลักษณะร่วมงานกับใครไม่ได้ จิตใจคับแคบ หรือมีกรู้สึกว่าตัวเองทำคุณกับใครไม่ขึ้นมักจะเป็น ผู้สูงอายุที่ไม่ค่อยมีความสุข ชีวิตเศร้า และเวียนเหงา

กล่าวโดยสรุปคือ สภาพในวัยเด็กและบุคลิกภาพของผู้นั้นเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ จะมีความสัมพันธ์หรือมีผลต่ออารมณ์และจิตใจของเขาเมื่อเข้าสู่ภาวะสูงอายุนั้นเอง

2.1.2 ทฤษฎีความปราดเปรื่อง (Intelligence Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า ผู้สูงอายุที่ยังปราดเปรื่องและยังคงความเป็นปราชญ์อยู่ได้ ต้องมีความสนใจเรื่องราวต่าง ๆ มีการค้นคว้า พยายามเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา บุคคลเหล่านี้มักมีสุขภาพจิตดี และมักจะต้องมีสภาพเศรษฐกิจดีด้วย

กล่าวโดยสรุปคือ สุขภาพจิตและเศรษฐกิจ มีผลให้ผู้สูงอายุยังคงมีความสนใจเรื่องราวที่เคลื่อนไหวรอบตัว อันจะทำให้ผู้สูงอายุยังมีสติปัญญาเฉียบแหลม ไม่ถดถอยไปตามวัยเร็วเกินควรนั่นเอง

## 2.2 ทฤษฎีทางด้านสังคมวิทยา (Sociological Theory)

มุมมองทางด้านสังคม (Social aspect) จะพิจารณาการเปลี่ยนแปลงในบทบาททางสังคม โดยบุคคลในสังคมถูกกำหนดให้สวมบทบาทต่าง ๆ เมื่อบุคคลนั้นเติบโตใหญ่ขึ้น จากวัยผู้ใหญ่วัยกลางคน และเข้าสู่วัยชรา จะมีพฤติกรรมและแรงจูงใจต่าง ๆ ตามวัยที่ตนเป็นอยู่

การเข้าสู่วัยสูงอายุเป็นอีกบทบาทหนึ่ง ซึ่งผู้สูงอายุทั่วไปต้องถูกปลดเกษียณได้รับการยกเว้นจากการทำงาน ซึ่งหมายถึงการมีรายได้ลดลง พร้อมทั้งส่งผลไปยังการจำกัดกิจกรรมต่าง ๆ ไป และความสัมพันธ์ทางสังคมต่าง ๆ ด้วย นอกจากนี้ยังรวมไปถึงการที่ต้องโคจรเคี้ยว เกิดความรู้สึกไร้ความหมายต่อสังคม และจะต้องมีประสบการณ์เกี่ยวกับการตายของคนที่ยังคงใกล้ชิด

สุรินทร์ มีลาภสัน (2539 : 17) สรุปแนวคิดทางด้านสังคมวิทยาว่าเป็นทฤษฎีที่พยายามวิเคราะห์เหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุต้องมีสถานภาพทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป จากครั้งที่ยังอยู่ในวัยผู้ใหญ่ ซึ่ง สุรกุล เจนอบรม (อ้างแล้ว) ได้สรุปทัศนะของผู้สูงอายุที่มีต่อสภาพการสูงอายุและพบว่ามีทัศนะแตกต่างกันเป็น 2 ด้าน คือ ที่เห็นว่าการสูงอายุเป็นภาวะที่ไร้ค่า และที่เห็นความสำคัญของผู้สูงอายุ ซึ่งการศึกษาหรือการอธิบายการเกิดทัศนะที่แตกต่างกันดังกล่าว สุรกุล เจนอบรม ได้อ้างถึงทฤษฎีทางสังคมวิทยา 2 ทฤษฎี คือ

- ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)
- ทฤษฎีการแยกตนเองหรือการถอยห่างจากสังคม (Disengagement Theory)

2.2.1 ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) เป็นทฤษฎีที่เน้นความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมทางสังคมและความพึงพอใจในชีวิต ทฤษฎีนี้พัฒนามาจากการศึกษาของ Havighurst และ Albrecht (1953) โดยมีพื้นฐานแนวคิดเกี่ยวกับอัตตา (Self) ของ Mead ว่า อัตตา เกิดจากการกระทำระหว่างกันทางสังคม (Social interaction) กับบุคคลอื่น ๆ ในสังคม ถ้าหากโครงสร้างทางสังคมขัดขวางการกระทำระหว่างกันทางสังคมของผู้สูงอายุ (เช่น การถูกปลดเกษียณ) ทำให้ลดคุณค่าความเป็นคนของผู้สูงอายุ เกิดความแปลกแยก อันเป็นผลให้ความพึงพอใจในชีวิตลดต่ำลง โดยทฤษฎีนี้ กิจกรรมทางสังคมถูกผูกมัดไว้กับบทบาทสังคมของบุคคล และถ้าบุคคลถูกกีดกันออกจากบทบาททางสังคม กิจกรรมทางสังคมของบุคคลจะลดลง อันส่งผลให้ความพึงพอใจในชีวิตลดลง

จากแนวคิดดังกล่าว จึงถือว่า ผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมสูงจะมีการปรับตัวได้ดี ทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม และบุคคลที่สามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมจะเป็นผู้มีความพึงพอใจในชีวิตสูง และมีภาพลักษณ์เกี่ยวกับตนเองดี ซึ่งบุคคลเหล่านี้เป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จในชีวิต (Borrow and Smith, 1979 : 53) ชารอน เวนเดอร์ ซิล (Sharon Vander Zyl, 1979 : 46) และแซลลี่ เวนด์คอส (Sally Wendkos, 1986 : 512 - 513) ได้กล่าวถึงทฤษฎีกิจกรรมตนเองเดียวกันว่า ผู้สูงอายุที่พยายามหากิจกรรมอื่นมาทดแทนกิจกรรมเดิม ซึ่งต้องทำให้ยังคงบทบาทบางอย่างของเขาไว้ได้ ก็จะทำให้บุคคลนั้นเป็นผู้สูงอายุที่พึงพอใจในชีวิต ทำให้มองโลกมีชีวิตชีวา ไม่หดหู่ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการร่วมกิจกรรมกับอัตมโนทัศน์ของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร พบว่า อัตมโนทัศน์ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ (ฉันทนา

ผู้สูงอายุเป็นปัจจัยสำคัญมากที่สุด พอ ๆ กับสุขภาพ ในการที่จะทำนายความพึงพอใจในชีวิต (Markides and Martin, 1979 : 86 - 93)

โดยสรุปแล้ว ทฤษฎีนี้จะช่วยชี้แนะว่า การวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้สูงอายุ อาจจะพิจารณาจากผลของการลดกิจกรรมทางสังคม อันเกิดจากการสูญเสียบทบาททางสังคมในวัยผู้ใหญ่ และมุ่งสนใจที่การเปลี่ยนแปลง ในแนวคิดเกี่ยวกับอัตตา (Self) ของบุคคลขณะผ่านเข้าสู่วัยสูงอายุ อันเป็นขั้นตอนสุดท้ายของวงจรชีวิต (อ้างใน บุญมาศ สันธูประภา, 2539)

โกลด์ ไชยเสวี (อ้างแล้ว) และ อัมพา วรวิเศษชัย (2532) ได้อ้างถึง Barrow and Smith (1979 : 5) กล่าวว่าบุคคลมีอายุมากขึ้นสถานภาพทางสังคมจะลดลง บทบาทเก่าจะถูกถอนตัวออกไป ดังนั้นผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมต่อเนื่องจากวัยที่ผ่านมา ความพอใจในการร่วมกิจกรรม สนใจและร่วมเป็นสมาชิกในกิจกรรมต่าง ๆ กิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีทั้งใจ และกาย กิจกรรมจึงมีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

ส่วนสุทธิพันธ์ พิกสุวรรณ (อ้างแล้ว) และสมหมาย จันดี (2538) อ้างถึง Burgess (ไม่ระบุแหล่ง) และ Madd (1970, ไม่ระบุแหล่งอ้าง) กล่าวว่า บุคคลในวัยชราจะอยู่ในสภาพไม่มีบทบาททางสังคม ผู้สูงอายุจึงควรได้รับการจัดบทบาทใหม่ ซึ่งจะก่อผลดีและสร้างความพึงพอใจให้ผู้สูงอายุ เกิดความภูมิใจในตนเอง ไม่เหงา ไม่รู้สึกถูกทอดทิ้ง และสุรกุล เจนอบรม (อ้างแล้ว) อ้างถึง Lemon, Bengtson and Peterson (1972, ไม่มีแหล่งอ้าง) ระบุว่า ผู้สูงอายุที่มีทัศนคติทางด้านบวกสำหรับตนเองจะเข้าร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ เช่น เป็นสมาชิกกลุ่มกิจกรรม สมาคม ชมรม ฯลฯ

Maddox (อ้างใน สมหมาย จันดี, อ้างแล้ว : 19) กล่าวถึงการสูญเสียของผู้สูงอายุ ทั้งด้าน การงาน รายได้ สุขภาพ ฯลฯ ซึ่งทำให้ต้องลดบทบาททางสังคมลง แต่สามารถทำให้ภาวะนี้ หดหายไปได้ถ้ามีสิ่งทดแทน ผู้สูงอายุแต่ละคนสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมได้ โดยมีความเชื่อพื้นฐาน 3 ประการ คือ

1. ผู้สูงอายุมีความสามารถที่จะควบคุมพฤติกรรมของตน และสามารถสร้างสถานการณ์ขึ้นใหม่เป็นเครื่องทดแทนสิ่งที่สูญเสีย ผู้สูงอายุจึงเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ
2. ผู้สูงอายุจะมีความต้องการทางด้านจิตใจ และการยอมรับของสังคม จึงเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ
3. ผู้สูงอายุเชื่อว่า กิจกรรมที่สามารถชดเชยภาระหน้าที่การทำงานที่หมดความรับผิดชอบลง

สรุปทฤษฎีกิจกรรมที่กล่าวมา กล่าวได้ว่า การเข้าร่วมกิจกรรมจะทำให้ ผู้สูงอายุ ยังคงมีสถานภาพและบทบาททางสังคมได้ ซึ่งการเข้าร่วมกิจกรรมนี้เป็นผลมาจากการที่ผู้สูงอายุยังมีความต้องการด้านจิตใจ ต้องการการยอมรับโดยยังมีความสามารถความพร้อมที่จะดำเนินพฤติกรรมนั้นได้

อย่างไรก็ตาม ทฤษฎีกิจกรรมนี้ไม่อาจอธิบายได้ว่า ผู้สูงอายุจะมองตนเองอย่างไร ถ้าหากเขาไม่สามารถอยู่ในสภาพบรรทัดฐานของคนวัยกลางคน กล่าวคือผู้สูงอายุจำนวนหนึ่ง เมื่ออยู่ในวัยกลางคน มีกิจกรรมการกิจมาก แต่พอเข้าสู่วัยสูงอายุ คนเหล่านี้พอใจที่จะอยู่เฉย ๆ ละทิ้งกิจกรรมที่เคยมีส่วนร่วมหรือปฏิบัติมา ปลีกตัวออกจากสังคม หรือลดบทบาททางสังคมลง แล้วผู้สูงอายุเหล่านี้มองตนเองอย่างไร

นอกจากนี้ ทฤษฎีกิจกรรมยังไม่ได้อธิบายชัดเจนหรือให้คำตอบว่า ถ้าผู้สูงอายุเหล่านี้ไม่ได้มีกิจกรรม จะเกิดอะไรขึ้น ทั้งนี้เพราะบุคลิกภาพของผู้สูงอายุอาจจะแตกต่างกันไป เช่น ในขณะที่ผู้สูงอายุที่ไม่ค่อยชอบกิจกรรมแต่มีความ กับผู้สูงอายุที่มีการกิจต่าง ๆ มากแต่ไม่มีความสุข

2.2.2 ทฤษฎีแยกตนเองหรือการถดถอยจากสังคม Reichard (1962) ศึกษาเรื่องการปรับตัวของผู้สูงอายุ พบว่า การปรับตัวของผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของผู้สูงอายุแต่ละคน ที่มีพัฒนาการมาตั้งแต่ช่วงอายุต่าง ๆ โดยแบ่งบุคลิกภาพและการปรับตัวของผู้สูงอายุเป็น 5 แบบ ดังนี้

1. แบบเป็นผู้ใหญ่เต็มตัว (Mature) เป็นผู้สูงอายุที่มีทัศนคติในทางบวกและยอมรับความสูงอายอย่างมาก ปรับตัวได้ดี มีทัศนคติในทางสร้างสรรค์ต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่อเนื่อง และมีความพอใจมากกับการมีความสัมพันธ์ทางสังคม

2. แบบนั่งเก้าอี้โยก (Rocking chair) มีทัศนคติที่เป็นอิสระ ยอมรับความสูงอายชอบอยู่อย่างสะดวกสบาย ชอบความเป็นอิสระ และคอยพึ่งคนอื่น

3. แบบแกร่งเหมือนเกราะ (Armored) เป็นพวกที่มีความเข้มแข็งทำให้กระฉับกระเฉง ป้องกันความชราโดยการยังคงทำกิจกรรมและมีงานยุ่งอยู่เสมอ มีทัศนคติเกี่ยวกับการสูงอายุไม่ค่อยดี ไม่ยอมแก่ ไม่ต้องการเกษียณอายุ

4. Angry มีทัศนคติไม่ค่อยดีต่อสังคม ก้าวร้าว จะตำหนิทุกอย่างที่ก่อให้เกิดความผิดพลาดในชีวิต ขี้บ่น

5. Self-haters มีทัศนคติไม่ดีเกี่ยวกับตนเอง ไม่ประสบความสำเร็จ ไม่มีความสุขในชีวิต



การปรับตัวในแบบที่ 1 พบว่า ประสบความสำเร็จดี ตั้งแต่ระยะแรกจนต่อเนื่องไป ถึงระยะท้ายของชีวิต ส่วนการปรับตัวแบบที่ 2 และ 3 นั้น ทักษะของคนทั่วไปคิดว่าเป็นคนสูงอายุที่มีความสุขที่สุดอย่างต่อเนื่อง ที่สามารถรักษาระดับการทำกิจกรรมไว้ได้ในระดับสูง แต่งานวิจัยของ Reichard กลับพบว่า ผู้สูงอายุแบบ 2 และ 3 ปรับตัวได้ไม่ดี คือ ชอบโกรธและเกลียดตัวเอง เป็นพวกที่มีปัญหาต้องรับผิดชอบงานอย่างต่อเนื่องในชีวิตที่ยาวนาน

จากลักษณะของผู้สูงอายุที่แยกออกเป็นหลายประเภท ทำให้มีมุมมองการถอยออก จากสังคมในทัศนะที่แตกต่างกันด้วย แม้ในความเป็นจริงตามธรรมชาติ ผู้สูงอายุจะต้องถอยออก จากสังคม ด้วยความเต็มใจ บางทัศนะมองว่าผู้สูงอายุถูกบังคับให้ถอนตัว เช่น Dowd (1975 : 587, อ้างใน อัมพา วรวัฒน์ชัย, อ้างแล้ว : 15) กล่าวถึงการที่ผู้สูงอายุและสังคมลดบทบาทซึ่งกันและกัน เนื่องจากผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถลดลง สุขภาพเสื่อมถอย รวมทั้งความตายที่ ค่อย ๆ มาถึง ผู้สูงอายุจึงหลีกเลี่ยงหนีถอนตัวออกจากสังคมเพื่อลดความเครียด และพอใจกับการไม่ เกี่ยวข้องซึ่งกันและกันระหว่างตนเองกับสังคมอีกต่อไป

เช่นเดียวกับ Larson (1985, ไม่มีแหล่งอ้าง, อ้างใน สุทธิพันธ์ พิภพสุวรรณ, อ้างแล้ว : 20) อธิบายว่า บุคคลจะลดบทบาททางสังคมลงไปตามอายุ ซึ่งจะอยู่ในลักษณะที่สมยอมทั้งสองฝ่าย คือฝ่ายตัวบุคคลและสังคม ผู้สูงอายุจะพยายามลดความขัดแย้งจากสถานภาพ โดยการยอมรับ บทบาทของคนตามที่สังคมต้องการ บุคคลจะค่อย ๆ ลดความผูกพันกับสังคมลง โดยที่มีความ ตระหนักด้านอายุ และประสบการณ์ที่สอดคล้องกับสภาพสังคมไม่สูงเท่าที่ผ่านมา และแม้การ สูญ เสียด้านภาพทางสังคมจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกไม่มีคุณค่า แต่บางส่วนก็ยังสามารถรักษารูปแบบ อื่นๆ ไว้ได้ และยังพบอีกว่า ผู้สูงอายุบางกลุ่มพอใจที่จะอยู่คนเดียว และถือว่าประสบการณ์ที่ ผ่าน มาในชีวิตเป็นประสบการณ์ที่ดี

สมาคมพยาบาลแห่งประเทศไทย (อ้างแล้ว : 8, อ้างใน สุทธิพันธ์ พิภพสุวรรณ, เพิ่ง อ้าง) เรียกภาวะการถอยจากสังคมว่าเป็น ภาวะไร้ภาระผูกพัน เป็นภาวะของผู้สูงอายุที่ประกอบด้วย

1. การถอยออกเป็นการลดบทบาททางสังคม คนหนุ่มสาวเข้ามาแทนที่ ผู้สูงอายุควร ต้องเตรียมตัวรับมือกับความตายที่จะเกิดขึ้น จึงไม่ทำให้สังคมเกิดภาวะเสียดุล
2. การเลิกเกี่ยวกับสังคมเป็นกระบวนการต่อเนื่องสำหรับทุกคน จะหลีกเลี่ยงไม่ได้
3. ความแตกต่างในบุคลิกภาพไม่ใช่สิ่งสำคัญ โดยเฉพาะบุคลิกภาพของผู้สูงอายุ

Cumming และ Henry (1961, อ้างใน สุรกุล เจนอบรม, อ้างแล้ว : 35) อธิบายถึงทฤษฎี การแยกตนเองว่าเป็นเรื่องธรรมดาและหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่ผู้สูงอายุ จะลดกิจกรรมของตนเอง และบทบาททางสังคมเมื่อคนเข้าสู่วัยสูงอายุ การถอนตัวจากสังคมเป็นการถอนสถานภาพและบทบาทของตนเอง เพราะสังคมต้องการคนที่มีความทักษะและแรงงานใหม่มากกว่า ซึ่ง สุรกุล เจนอบรม ได้สรุปว่า การแยกตนเองหรือการถอนตัวออกจากสังคมเป็นเรื่องปกติ และเป็นความพอใจส่วนบุคคลของผู้สูงอายุที่จะแสวงหาบทบาทของความสงบเงียบ โดยนักทฤษฎีการแยกตนเองไม่เชื่อว่าสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุคือการที่จำเป็นจะต้องคงสภาพของการมีส่วนร่วมของกิจกรรมไว้

อย่างไรก็ตาม มีผู้วิจัยพบว่า การถอนตัวออกจากสังคมไม่ได้เกิดจากความพอใจของผู้สูงอายุ เช่น Brown (1974, ไม่มีแหล่งอ้าง, อ้างใน สมหมาย จันเณี, อ้างแล้ว : 20) พบข้อบ่งชี้ในการถอนตัวจากสังคมของผู้สูงอายุ 3 ประการ คือ

1. เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยผู้สูงอายุไม่ต้องการ
2. ไม่ได้เป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุเลือก เมื่อมี 2 สิ่งให้เลือกระหว่างการไม่อยู่ใกล้สังคม และการที่ไม่อยู่ใกล้สิ่งที่ไม่พอใจ
3. ผู้สูงอายุมักจะสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคล 2 - 3 คน ซึ่งความสัมพันธ์นี้จะสร้างความพึงพอใจและรู้สึกแน่นแฟ้นมากกว่ามีความสัมพันธ์กับคนกลุ่มใหญ่

กรณีที่การถอนตัวจากสังคมไม่ใช่สิ่งที่ตนต้องการ ผู้สูงอายุมีทัศนคติที่ไม่ดีทั้งต่อการทำงาน โดยเฉพาะเมื่อได้รับการมองจากสังคมคนต่างวัยว่า ผู้สูงอายุ คือ คนที่หลงขี้ลืม จุกจิก ขี้บ่นขุข แต่เรื่องความหลังน่ารำคาญ ทำให้ผู้สูงอายุยอมรับการปรับตัวสู่สภาพใหม่ คือ การไม่เกี่ยวข้องกับสังคม (สุรกุล เจนอบรม, เพิ่งอ้าง)

นอกจากนั้น เพ็ญแข ประจันปัจจนิก (2534 : 15-16) ได้สรุปว่า ผู้สูงอายุทั่วไปยังมีความต้องการทางด้านจิตใจและสังคมเช่นเดียวกับคนวัยกลางคน การลดบทบาทจึงด้านกับความ ต้องการ และจะพยายามต่อต้านหรือหาทางอื่น ๆ มาทดแทนบทบาทที่สูญเสียไป

สรุปลักษณะการถอนจากสังคมที่กล่าวมาทั้งหมด อาจกล่าวได้ว่ามีการมองการถอนออกจากสังคมแตกต่างกันเป็น 2 ลักษณะ คือ การถอนโดยความพอใจของตนเอง และการไม่ต้องการถอนจากสังคม ซึ่งกลุ่มหลังจะมีแนวคิดสอดคล้องกับกลุ่มทฤษฎีกิจกรรม ที่เห็นว่าผู้สูงอายุควรต้องมีกิจกรรมรองรับเพื่อมิให้การถอนตัวจาก สังคมกระทบกระเทือนผู้สูงอายุมากเกินไป

ทฤษฎีถดถอยจากสังคมได้อธิบายถึงลักษณะการถดถอยจากสังคมของผู้สูงอายุไว้ว่า ผู้สูงอายุพยายามจะหลีกเลี่ยงจากความกดดันและความเครียดโดยการถอนตัวออกจากสังคม ซึ่งเป็นผลจากการที่รู้สึกว่าคุณมีความสามารถลดลง จะยึดโอกาสให้คนรุ่นใหม่ได้แสดงความสามารถต่อไป

ทฤษฎีเน้นให้บุคคลยอมรับสภาพความสูงอายุดูแลและเห็นความจำเป็นที่สังคมจะต้องดำรงอยู่ โดยมีสมาชิกใหม่ทำหน้าที่รับช่วงและสร้างความมั่นคงให้กับสังคมสืบไป บุคคลที่ไม่สามารถทำหน้าที่ให้สมบูรณ์ ก็ควรจะถอนตัวจากบทบาททางสังคมไป ทฤษฎีนี้จึงสนับสนุนให้มีการปลดเกษียณอายุ เพื่อสามารถจัดแบ่งบทบาทผู้สูงอายุออกจากภาระหน้าที่ประจำ

ทฤษฎีนี้มีส่วนคล้ายคลึงกับแนวทฤษฎีวิเคราะห์ชนชั้นของเควิสและมัวร์ (Davis and Moore) ว่า เพื่อจะหาบุคคลที่มีความสามารถให้อยู่ในตำแหน่งสำคัญ ๆ สังคมจึงมีความจำเป็นจะต้องให้สิ่งตอบแทนอย่างสูง (เงิน ทอง อำนาจ ชกศักดิ์) ที่บุคคลผู้อยู่ในตำแหน่งสำคัญ ๆ ทางสังคมและสูงขึ้น ซึ่งทั้ง Comming และ Henry ได้อธิบายแนวคิดของเควิสและมัวร์ขยายต่อไปว่า การทำงานของบุคคลที่อยู่ในตำแหน่งสูง ๆ จะต้องต่อเนื่องเพื่อความเรียบร้อยของสังคม ดังนั้นสังคมต้องจัดการเปลี่ยนบุคคลออกจากตำแหน่งเมื่อเห็นว่าไม่สามารถทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์ เนื่องจากสภาพความเป็นผู้สูงอายุ นอกจากนี้ ในแง่ของผู้สูงอายุ จะต้องเลือกที่จะรับหน้าที่เพียงบางหน้าที่ คือมีบทบาทต่าง ๆ น้อยลง เพราะยังมีบทบาทน้อยลงทำใคร ผู้สูงอายุก็ไม่มีข้อผูกมัดกับสังคม หรือทำตามบรรทัดฐานของสังคมน้อยลงเท่านั้น ลักษณะเช่นนี้จะทำให้ผู้สูงอายุให้ความสนใจต่อตัวเองมากขึ้น จะเห็นได้ว่า ทฤษฎีนี้เห็นความจำเป็นที่ทั้งสังคมและผู้สูงอายุจะแยกตัวออกจากกัน

### 3. สรุปภาวะการถดถอยจากสังคมของผู้สูงอายุ

จากแนวคิดทฤษฎีทั้งหมดที่กล่าวมา สามารถเป็นแนวทางในการวิจัย การถดถอยจากสังคมได้ดังนี้

1. การถดถอยจากสังคมด้วยความพึงพอใจของผู้สูงอายุเอง มีชีวิตอยู่อย่างสงบโดยไม่ต้องพึ่งพากิจกรรมทางสังคม และปรับตนเองให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงตามปกติของกระบวนการที่เป็นผู้สูงอายุ
2. การถดถอยออกจากสังคมจากบทบาทหนึ่ง แต่ยังคงต้องการการยอมรับจากสังคม และอาศัยกิจกรรมทางสังคมเป็นสิ่งทดแทนเพื่อให้คงสภาพภาพ และบทบาทอื่น ๆ ทางสังคมไว้ได้

## 2. แนวคิดเกี่ยวกับทัศนคติต่อการสูงอายุและทัศนคติต่อตนเอง

### 1. ความหมายของทัศนคติ

ทัศนคติ (Attitude) โดยทั่วไป หมายถึง ความรู้สึกหรือ ท่าทีของบุคคลที่มีต่อ บุคคล วัตถุสิ่งของ หรือสถานการณ์ต่างๆ ความรู้สึกหรือท่าทีนี้จะนำไปในทำนองที่พึงพอใจ หรือ ไม่พึงพอใจ เห็นด้วย หรือไม่เห็นด้วยก็ได้ (สุชา จันทร์อม, 2521 : 104)

ทัศนคติมิได้ติดตัวมาแต่กำเนิด แต่เกิดจากประสบการณ์ และการเรียนรู้ของบุคคล ด้วยเหตุนี้ ทัศนคติจึงอาจเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา และการเปลี่ยนแปลงนี้ขึ้นอยู่กับ การเรียนรู้และ ประสบการณ์ใหม่ที่บุคคลได้รับเพิ่มขึ้น การเปลี่ยนแปลงจะเร็วหรือช้า ขึ้นอยู่กับความเข้มข้นของ ทัศนคติ และประสบการณ์ใหม่ที่ได้รับด้วย

Gorden Allport (1935 อ้างใน งามตา วนิทานนท์, 2534 : 211) ได้ให้ความหมายของทัศนคติว่า หมายถึง สภาวะของความพร้อมทางจิต ซึ่งเกิดขึ้นโดยอาศัยประสบการณ์ และสภาวะของความพร้อมนี้จะเป็นตัวกำหนดทิศทางของปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อบุคคล วัตถุสิ่งของ หรือสถานการณ์ต่าง ๆ

Milton Robeach (1970 อ้างใน พัทณี วรกวิน, อ้างแล้ว) ให้ความหมายว่า ทัศนคติเป็นการผสมผสานหรือการจัดระเบียบของความเชื่อ (Beliefs) ที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือ สถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง ผลรวมของความเชื่อนี้จะเป็นตัวกำหนดแนวโน้มของบุคคล ในการที่จะมีปฏิกิริยาตอบสนองในลักษณะที่ชอบหรือไม่ชอบ

ในทางจิตวิทยาเชื่อว่า ความเชื่อและทัศนคติเป็นพฤติกรรมอย่างหนึ่งที่ฝังอยู่ในจิต ใจของบุคคล หากมีสิ่งเร้าอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อและทัศนคติของเขาแล้ว บุคคลจะ แสดงพฤติกรรมออกมาอย่างเดี๋ยวกั้นเสมอ

จากความหมายข้างต้น จะเห็นได้ว่า ทัศนคติเป็นนามธรรม เป็นสภาพทางจิตที่ บุคคลมีต่ออะไรก็ได้ และมีลักษณะที่จะพิจารณาได้หลายอย่าง รวมทั้งลักษณะของการกระทำหรือ พฤติกรรมซึ่งมีความสำคัญมาก เพราะพฤติกรรมส่วนใหญ่ของบุคคลจะถูกควบคุมด้วยทัศนคติ นั่นคือพฤติกรรมแสดงออกมานั้นจะขึ้นอยู่กับทัศนคติ ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่สำคัญอันหนึ่ง โดย ทัศนคติเป็นแนวโน้มหรือขั้นเตรียมพร้อมของพฤติกรรม บางท่านถึงกับเรียกทัศนคติเป็นการตอบ

สนองต่อสิ่งเร้าทางจิตใจ ซึ่งคล้ายกับการตอบสนองทางร่างกาย ต่างกันแต่ยังไม่ได้แสดงออกมาทางกายเท่านั้นเอง (สำนักงานวิจัยสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2517 : 223)

## 2. องค์ประกอบของทัศนคติ

การที่บุคคลจะมีทัศนคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งนั้น จะต้องมียุทธศาสตร์ประกอบเป็นขั้นตอนซึ่งองค์ประกอบของทัศนคติจะมีอยู่ 3 ประการ คือ (งามดาวนันทานนท์, อ้างแล้ว : 213)

1. องค์ประกอบเกี่ยวกับการรู้หรือความเชื่อของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง (Cognitive Component) หากบุคคลมีความรู้หรือความเชื่อว่สิ่งใดสิ่งหนึ่งก็มักจะมีทัศนคติที่ต่อสิ่งนั้นในทางตรงกันข้าม หากมีความรู้อีกก่อนว่าสิ่งใดไม่ดีก็มักมีทัศนคติไปในทิศทางตรงกันข้าม คือมีทัศนคติไม่ดีต่อสิ่งนั้น

2. องค์ประกอบเกี่ยวกับการรู้สึกของบุคคล (Affective Component) ซึ่งมีอารมณ์เกี่ยวข้องกับอยู่ด้วย เมื่อเรามีความรู้ในสิ่งใดมาแล้วและมีความรู้สึกว่สิ่งนั้นดีมีประโยชน์ เราอาจจะชอบหรือไม่ชอบเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นตามมาจากที่เราได้รู้สิ่งนั้น

3. องค์ประกอบทางการกระทำหรือพฤติกรรมของบุคคล (Behavioral Component) คือ ความโน้มเอียงที่บุคคลจะแสดงพฤติกรรมตอบโต้ได้อย่างใดอย่างหนึ่งออกมา พฤติกรรมที่เขาแสดงออกนั้นเกิดจากความรู้ และความรู้สึกที่เขามีต่อวัตถุประสงค์ หรือบุคคลนั้นๆ นั้นเอง

องค์ประกอบทั้งสามอย่างมีความสัมพันธ์กันอย่างแยกกันไม่ออก เกี่ยวกับทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

## 3. ทัศนคติต่อตนเอง

ทัศนคติต่อตนเอง (Self Attitude) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งอาจเป็นไปในทางพึงพอใจหรือไม่ก็ได้ ทัศนคติต่อตนเองของแต่ละบุคคลย่อมจะไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบมากมาย เช่น การอบรมเลี้ยงดู นิสัย ความรู้ สภาพแวดล้อม ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่สะสมมา การมองตนเองว่าเป็นอย่างไร มีความคิดเกี่ยวกับตนเองอย่างไร เป็นต้น และถ้าจะกล่าวถึงทัศนคติต่อตนเองนั้นมีมากมายหลายรูปแบบ แต่จะขอกกล่าวถึงรูปแบบที่บุคคลมีทัศนคติต่อตนเองเพียง 2 รูปแบบ คือ (พัชนี วรกวิน, มปป : 72)

1. ความรู้สึกว่าคุณเองดีกว่าคนอื่น (Superiority) หมายถึง บุคคลที่มองตนเองว่าเป็นคนเก่ง มีความรู้ ความสามารถเหนือใคร ๆ คือ พูดย่าง ๆ คือคิดว่าตนเองเป็นผู้วิเศษ บุคคลที่จะมีทัศนคติและความรู้สึกอย่างนี้ อาจเป็นเพราะสาเหตุดังนี้

1.1 การอบรมเลี้ยงดู - ถูกเอาใจมาตลอด พอโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่จึงเกิดความมั่นใจว่าคุณเองเหนือกว่าใคร ๆ

1.2 การศึกษาเล่าเรียน - เมื่อตอนเด็กเป็นคนเรียนเก่งมาตลอด พอทำงานจึงคิดว่าคนเป็น คนเก่ง

1.3 ผู้ใหญ่อุปถัมภ์ - บุคคลนั้นอาจไม่ใช่คนมีความรู้ความสามารถ แต่เป็นเพราะผู้ใหญ่ให้ความรักเป็นพิเศษจึงคิดว่าตนเองเป็นคนเก่งเหนือใคร

1.4 สำคัญตนเองผิด - คิดว่าคุณเองเก่งโดยคิดว่าไม่มีใครสามารถที่จะทำงานต่าง ๆ ได้ นอกจากตนเอง

2. ความรู้สึกว่าคุณเองด้อยกว่าคนอื่น (Inferiority) หมายถึง บุคคลผู้นั้นไม่ว่าจะเป็นเรื่องความรู้ ความสามารถ การงาน เศรษฐกิจ การศึกษา ความรู้สึกนี้อาจจะตรงหรือไม่ตรงต่อความเป็นจริงก็ได้ ความรู้สึกเช่นนี้อาจมีสาเหตุมาจากการอบรมเลี้ยงดูให้คิดว่าตนเองเป็นบุคคลธรรมดา ไม่มียศศักดิ์ศรี สถานะเศรษฐกิจยากจน หรือเกิดจากการเปรียบเทียบที่ไม่ถูกต้อง เช่น คนทะเลขอพะยานจะชอบมองคนที่สูงกว่าเลขติดตนเองด้อยต่ำกว่า

จากแนวคิดเกี่ยวกับทัศนคติต่อตนเองที่กล่าวมา ผู้วิจัยจึงนำมากำหนดเป็นตัวแปรด้านทัศนคติต่อตนเองของผู้สูงอายุ ที่จะเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการงดออกจากสังคมของผู้สูงอายุ โดยวัดจากการศึกษาทัศนคติในเรื่องนี้จะเป็นการวัดทัศนคติต่อการสูงอายุ ซึ่งจะศึกษาความรู้ความเข้าใจของผู้สูงอายุต่อการสูงอายุ ซึ่งจะศึกษาความรู้ความเข้าใจของผู้สูงอายุต่อการสูงอายุ ความรู้สึกต่อการสูงอายุ และการปฏิบัติตนในการสูงอายุ โดยกำหนดลักษณะดังต่อไปนี้

1. ความรู้ความเข้าใจต่อการสูงอายุ โดยวัดความรู้ความเข้าใจในเรื่องการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย สังคม ฯลฯ

2. ความรู้สึกต่อการสูงอายุ โดยวัดความรู้สึกต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย สังคม ฯลฯ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ

3. วัดการปฏิบัติตนเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยวัดการเปลี่ยนแปลงของการปฏิบัติ เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย สังคม ฯลฯ

### 3. แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนา

ผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่ได้ผ่านการดำเนินชีวิตมาชวาวนาน ประสบกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่มีความผันแปรเปลี่ยนแปลงอันเป็นธรรมชาติของโลกมาหลายสิบปี จนมาถึงบั้นปลายของชีวิตที่ ผู้สูงอายุจะต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่อีกครั้ง ทั้งด้านร่างกายที่เสื่อมถอยลง สังคมที่เปลี่ยนไป บุคคลเคยใกล้ชิดล้มหายตายจาก ฯลฯ ช่วงของการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เหล่านี้ อิริกสัน (Erikson อ้างใน สุชา จันทน์เอม, 2536 : 35-37) จัดอยู่ในช่วงของพัฒนาการระยะสุดท้ายอันเป็นระยะที่ผู้สูงอายุจะมีความมั่นคงทางจิตใจ ยอมรับความจริงของชีวิตหากประสบการณ์ที่ผ่านมาเป็นช่วงวัยที่ควรรู้ว่าอะไรเป็นอะไร ใจกว้าง ทดละความเห็นแก่ตัว มีความเมตตา อุดมและ ใจเย็น ซึ่งการสนใจทางศาสนาและปฏิบัติธรรมจะทำให้ผู้สูงอายุมีสภาพเช่นนี้ได้ (ประเวศ ะสี, 2538 : 31-32)

บริบูรณ์ พรพิบูลย์ (2535 : 87-90) ระบุถึงทางเลือกที่ผู้สูงอายุสามารถหาความสุขได้ 2 ทาง คือ

1. การหาความสุขในทางโลก คือการที่ผู้สูงอายุจะต้องกระตุ้นจิตใจตนเองให้กระตือรือร้น อยากรู้อยากเห็น สร้างจินตนาการ สร้างความต้องการใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้นเสมอ ฯลฯ
2. การหาความสุขโดยการมุ่งเข้าสู่ทางธรรม ซึ่งเป็นการหาความสุขทางใจ ความพอใจในทางธรรม การนำคำสอนของศาสนามาศึกษา วิเคราะห์ให้เข้าใจลึกซึ้ง ทดลองปฏิบัติให้จริงจัง ยิ่งขึ้น จะช่วยคลี่คลายและทุกข์ร้อน คำรงคนเป็นที่รัก นับถือของลูกหลานและผู้อื่น มีผลให้ไม่เป็นคนว่าห่วย มีจิตใจเที่ยงธรรม ฯลฯ การปฏิบัติตนตามคำสอนต่าง ๆ เช่น มรรคองค์ 8 พรหมวิหาร 4 มีศีลธรรม 4 เข้าใจเรื่องไตรลักษณ์ มีขัศติโสรจจะ เชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม จะทำให้ผู้สูงอายุผู้นั้นมีความมั่นคงทางจิตใจ ไม่เกรงกลัวความตาย มีจิตใจอิสระและมีความสุขสบายใจมากขึ้น

สมศักดิ์ ศรีสันติสุข (อ้างแล้ว : 82-85) กล่าวถึงวัฒนธรรมผู้สูงอายุ ซึ่งหมายถึงวิถีการดำรงชีวิตหรือแบบแผนชีวิตที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ โดยระบุถึงวัฒนธรรมของผู้สูงอายุทั้งในชนบทและในเมือง ซึ่งมีความคล้ายคลึงกัน โดยเฉพาะด้านค่านิยม ความเชื่อและบรรทัดฐานทางสังคมดังนี้

พุทธศาสนาเป็นแหล่งคำสอนและจริยธรรม และเป็นพื้นฐานสังคมและวัฒนธรรม ไทยมาช้านาน เด็กและเยาวชนทุกคนควรได้รับการศึกษา ปลูกฝังหลักธรรม เพื่อเตรียมพร้อมที่จะดำเนินชีวิต ทำงานหรือหน้าที่ของคนเพื่อตนเอง ครอบครัวและสังคม ได้อย่างกลมกลืนกับสภาพแวดล้อมที่เป็นจริง

ความเชื่อทางศาสนาเป็นลักษณะทางจิตประเภทหนึ่งของบุคคล หมายถึง การรับรู้ และการยอมรับ หรือเรียกว่าศรัทธาโดยศรัทธาจะหมายถึงความเชื่ออย่างมีเหตุผล มั่นใจในความจริง ความดี ในสิ่งที่นับถือ ปฏิบัติ ศรัทธามีประโยชน์ คือ เป็นปัจจัยนำไปสู่ การมีสมาธิ ปัญญา และเกิดความพากเพียรในการปฏิบัติ และเป็นสิ่งหนึ่งขั้วจริงและด้านปะทะไม่ให้ยอมความสิ่งที่ชักจูงให้ความความชั่ว (พุทธทาสภิกขุ, 2533 : 5) โดยเฉพาะผู้ที่เชื่อในพุทธศาสนาจะเชื่อและศรัทธาในพระรัตนตรัย หรือไตรสรณาคมน์เป็นที่พึ่ง เชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม นรกสวรรค์ และความเชื่อในเรื่องนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในพุทธศาสนา

#### ค่านิยมของผู้สูงอายุ

ระบบอาวุโสเป็นค่านิยมที่สำคัญของสังคมไทย คือนับถือผู้สูงอายุซึ่งมีที่มาจากพุทธศาสนาและลักษณะสังคมเกษตรกรรม กล่าวคือ คนไทยส่วนใหญ่ นับถือศาสนาพุทธและปฏิบัติตามหลักธรรมทางพุทธศาสนา พุทธศาสนาเข้ามาเกี่ยวข้องกับชีวิตคนไทยตั้งแต่เกิดจนตาย มีการอบรมสั่งสอนศีลธรรมหรือสร้างค่านิยมในสังคมไทย เช่น การทำบุญ ความซื่อสัตย์ ความสามัคคี การเคารพผู้อาวุโส และการที่สังคมไทยเป็นสังคมเกษตรกรรม คนไทยจึงมีความผูกพันใกล้ชิดตามสภาพของท้องถิ่น คนไทยส่วนใหญ่อยู่ในชนบท ชาวชนบทที่อาศัยอยู่ละแวกบ้านเดียวกันจะมีความรู้สึกเป็นพวกเดียวกัน มีความสัมพันธ์แบบปฐมภูมิและมีความรู้สึกเหมือนเป็นญาติพี่น้องกัน (ฉวีวรรณวรรณประเสริฐ, 2522 : 41) และพบว่าผู้สูงอายุในชนบทมักจะนิยมไปวัดทั้งเทศน์ฟังธรรมเพื่อถือศีลแปดและปฏิบัติธรรม ส่วนผู้สูงอายุในเมืองก็นิยมการไปวัดเพื่อฟังเทศน์ฟังธรรมพอสมควร และมักเดินทางไปวัดในวัดสำคัญ ๆ ในเมืองด้วย

#### ความเชื่อของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุทั้งในเมืองและชนบทจะมีความเชื่อเรื่องบุญกรรม สวรรค์นิพพาน กรรมดีกรรมชั่ว โดยผู้สูงอายุในเมืองจะมีความเชื่อในเหตุและผลสูงกว่า แต่โดยทั่วไปผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มต่างมีความเชื่อทางศาสนาและต้องการที่พึ่งทางจิตใจไม่ต่างกัน



### บรรทัดฐานทางสังคม

บรรทัดฐานในการปฏิบัติคนต่อผู้สูงอายุทั้งในเมืองและชนบทก็มีความคล้ายคลึงกัน คือ ให้ความเคารพและกตัญญู โดยเฉพาะผู้สูงอายุในชนบทซึ่งมักจะได้รับการปฏิบัติในฐานะผู้อาวุโสในชุมชน จึงมักต้องวางตนให้เป็นที่เคารพนับถือ ใจบุญสุนทาน มีอิทธิพลดี

จากลักษณะต่าง ๆ ที่กล่าวมาจะเห็นว่า ผู้สูงอายุจะมีความเกี่ยวข้องกับศาสนาอย่างใกล้ชิด ทั้งโดยวัฒนธรรมที่ปฏิบัติสืบต่อกันมา และความต้องการทางจิตใจของผู้สูงอายุเอง ซึ่ง ต้องการที่จะทำนุบำรุงศาสนาและปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา เกริกศักดิ์ บุญญาอนุพงศ์ (ไม่ระบุที่พิมพ์ : 14 อ้างถึงกรมการศึกษานอกโรงเรียน, ไม่ระบุที่พิมพ์)

### ความหมายของพุทธศาสนา

ศาสนา คือ ที่รวมแห่งความเชื่อ ความนับถือบูชาอันสูงสุดของมนุษย์ เป็นที่พึ่งทางจิตใจที่ต้องปฏิบัติไปตามคำสั่งสอน เพื่ออุดมการณ์สูงสุดของชีวิต (ความเป็นมาของศาสนาโลก, 2508 : 12)

พุทธศาสนาเป็นอเทวนิยม คือ ไม่เชื่อไม่สอนเรื่องพระเจ้าสร้างโลก ไม่สอนโดยมีเทวดาเป็นศูนย์กลาง แต่สอนเน้นในเรื่องศีลธรรมและปัญญาชั้นสูง สอนให้ใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผล ไม่ถือบุคคลเป็นใหญ่ ไม่ถือโลกเป็นใหญ่แต่ถือธรรมเป็นใหญ่ (มหาสังฆาทสุตที่มณีกาย พระไตรปิฎกฉบับสำหรับประชาชนเล่ม 2 : 453)

หลักปฏิบัติตามแบบทางพุทธศาสนาซึ่งทำให้คนทั่วไปดำรงชีวิตอย่างมีความสุข มีมากมาย เช่น สีล 5 ซึ่งเป็นข้อห้ามการปฏิบัติต่าง ๆ ที่จะทำให้มนุษย์ต้องเกี่ยวข้องกับความสุข ได้แก่ การเว้นจากการฆ่าสัตว์ การลักขโมย การประพฤตินอกใจ การพูดปดหลอกลวง และการคิดในอบายมุข หรือหลักอิทธิบาท 4 อันเป็นหลักธรรมที่จะทำให้มนุษย์ปฏิบัติคนสู่ความสำเร็จในงานและเรื่องอื่น ๆ ได้แก่ ฉันทะ การมีความพอใจในการกระทำ วิริยะ เมื่อมีความพอใจแล้วจะมีความเพียรมุมานะสู่ความสำเร็จ จิตตะ มีใจจดจ่อต่องาน ไม่วอกแวก และวิมังสา คือใคร่ตรองให้รอบครอบในการกระทำต่าง ๆ

นอกจากนี้ยังมีหลักปฏิบัติคนในการครองเรือนของผู้เป็นปุถุชนธรรมดา ได้แก่ ฆราวาสธรรม 4 ซึ่งประกอบด้วยหลักปฏิบัติ 4 ประการ คือ ตั้งใจ การมีความจริงใจ ซื่อสัตย์ต่อบุคคลรอบข้าง ทมะ การข่มใจ การบังคับตนเองจากความอยาก ความโลภ ความโกรธ อันจะนำ

มาซึ่งความเคียดแค้นภายหลัง ชั้นดี การมีความอดทน อดกลั้นต่อความยากลำบาก ของการครองเรือน และจาคะ คือการสละซึ่งความอยาก ความต้องการ หรือแม้แต่ความสุขสบายส่วนบุคคล เพื่อคนในครอบครัว ฯลฯ

หลักปฏิบัติเหล่านี้เป็นหลักการปฏิบัติตนตามแนวทางพุทธศาสนาที่เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตโดยทั่วไปของคนไทย หล่อหลอมชีวิตและลักษณะนิสัยของคนไทยให้เป็นผู้ที่มีจิตใจกว้างขวาง ร่าเริงแจ่มใส ชอบเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แสดงความเป็นมิตร ยินดีในการให้และแบ่งปัน พร้อมทั้งจะบริจาคและให้ความช่วยเหลือ มีน้ำใจ อันเป็นลักษณะเด่นชัดที่ชนต่างชาติมักสังเกตเห็น (พระเทพเวที, 2532 : 14 -15)

หน้าที่สำคัญของสถาบันศาสนา ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

หน้าที่ของสถาบันศาสนามีส่วนช่วยในการปรับตัวของผู้สูงอายุได้ 2 ระดับ คือ

1. ระดับปัจเจกบุคคล ทำหน้าที่ด้านจิตใจในด้านต่าง ๆ เช่น ช่วยในการเผชิญความตายที่ใกล้เข้ามา ช่วยอธิบายและค้นหาความหมายของชีวิต ช่วยให้อยอมรับในเรื่องความสูญเสียต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นของวัยชรา เป็นต้น (Milton L.Barron, 1961 : 166)

2. ระดับสังคม สถาบันศาสนาจะช่วยลดความโดดเดี่ยวทางสังคมของผู้สูงอายุและสนับสนุนให้มีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มมากขึ้น เช่นการให้บริการทางสังคมแก่ผู้สูงอายุในด้านการดูแลสุขภาพ การศึกษาต่อเนื่อง กิจกรรมเหล่านี้จะสามารถช่วยให้ความอบอุ่นใจ สนุกสนาน ทำให้ผู้สูงอายุมีความมั่นใจใหม่อีกครั้งว่า คนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Esther E. Twente, 1970 : 65)

กล่าวได้ว่า ศาสนาคือหลักปฏิบัติเพื่อความเจริญงอกงามของชีวิต และเป็นปัจจัยที่ทำให้ ผู้ที่ปฏิบัติตามหลักศาสนามีพฤติกรรมที่แตกต่างจากผู้ที่ไม่ปฏิบัติตามหลักศาสนา หรือปฏิบัติแต่เพียงเล็กน้อย อ้อมเดือน สดมณี (2536) อ้างถึงผลการวิจัยของ Berkman and Syme (1979) และของ Idler (1987) ซึ่งอ้างใน Ferrarot and Jensest (1991, ไม่มีแหล่งอ้าง) ได้ศึกษาผลการปฏิบัติทางศาสนาของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ผู้ที่ปฏิบัติทางศาสนามากเป็นผู้มีสุขภาพดีกว่าผู้ที่ปฏิบัติทางศาสนาน้อย ส่วนงานวิจัยไทย สารวย วรเชษะคงตา (2534) ซึ่งศึกษาผลของการที่นักเรียนเข้าโครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน พบว่ากลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางศาสนามีวินัยในตนเอง มีทัศนคติต่อพุทธศาสนาและการรับรู้ต่อการละเมิดศีลห้าสูงกว่ากลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางศาสนา และผลการวิจัยของอ้อมเดือน สดมณี (อ้างแล้ว) ที่ศึกษาผลการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

ของครู พบว่าครูจะมีคะแนนความเชื่อทางพุทธ ความเชื่ออำนาจในคนและเหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่า ตอนก่อนได้รับการฝึก และพบว่าครูกลุ่มที่ฝึกทางพุทธศาสนามีความแตกต่างของจิตใจจากผู้ไม่ได้รับการฝึกทางศาสนาในเรื่องการเชื่ออำนาจในคน เหตุผลเชิงจริยธรรม และความเชื่อทางพุทธ โดยมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าผู้ไม่ฝึกทุกด้าน

ผลการวิจัยดังกล่าวชี้ให้เห็นถึงอิทธิพลของการปฏิบัติทางศาสนาที่มีต่อพฤติกรรม ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยคาดว่า การปฏิบัติทางศาสนาของผู้สูงอายุจะมีผลต่อการมีภาวะถดถอยของผู้สูงอายุ โดยผู้วิจัยจะได้ศึกษาตามแนวคิดการปฏิบัติทางศาสนาและความเชื่อจากแนวคิดของ อ้อมเดือน สดมณี (อ้างแล้ว) และของงามดา วนินทานนท์ (2536) ดังนี้

งามดา วนินทานนท์ (อ้างแล้ว : 12 อ้างถึง อมรา พาศาพิชญ์, 2533 : 28) สรุปการพิจารณาลักษณะทางศาสนาว่าต้องพิจารณาทั้งด้านความเชื่อทางศาสนาและการปฏิบัติทางศาสนาควรต้องศึกษาทั้งด้านความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนา ตลอดจนวิถีชีวิตแบบพุทธของบุคคลที่กำหนดโดยหลักความเชื่อและการปฏิบัติตามคำสั่งสอนทางพุทธศาสนา ส่วน อ้อมเดือน สดมณี (อ้างแล้ว : 35-36) กำหนดให้การปฏิบัติทางพุทธและการมีวิถีชีวิตทางพุทธเป็นลักษณะทางศาสนา (ตัวแปรอิสระ) ซึ่งมีผลต่อบุคคล (คนไทย) มีความเชื่อทางพุทธศาสนามากมา อย่างไรก็ตามในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะได้ศึกษาทั้งการปฏิบัติ วิถีชีวิตทางพุทธและความเชื่อทางพุทธ รวมกันเป็นลักษณะทางศาสนาตามแนวคิดของงามดา วนินทานนท์

### ความเชื่อทางพุทธศาสนา

ความเชื่อเป็นลักษณะทางจิตประเภทหนึ่งของบุคคล หมายถึง การรับรู้และการยอมรับเรื่องใดเรื่องหนึ่งว่าเป็นจริง (งามดา วนินทานนท์, อ้างแล้ว : 12) พระพุทธศาสนาเน้นคำสั่งสอนให้ชาวพุทธเชื่อในแนวกรรมโดยการสอนคนให้ละเว้นความชั่ว (ศีล 5) การทำความดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เชื่อในเรื่องกรรมและกฎแห่งกรรม การทำสมาธิและการใช้ปัญญาพิจารณาความดีความชั่ว

ในการศึกษาความเชื่อทางพุทธศาสนา งามดา วนินทานนท์ ได้แบ่งความชั่วเป็น 3 ด้าน คือ ความเชื่อในพระพุทธเจ้า เป็นความมั่นใจในฐานะที่ท่านเป็นบุคคลต้นแบบที่อื่นอันถึงความสามารถของมนุษย์ว่า เป็นผู้ที่มีสติปัญญาความสามารถที่จะฝึกหรือพัฒนาให้บริบูรณ์ได้ สามารถยังรู้หลักธรรม บรรลุความหลุดพ้นเป็นอิสระ ไร้ทุกข์ ลอยเหนือโลกธรรม และมีความดีสูงสุดเลิศ ที่แม้เทพเจ้าและพรหมก็เคารพบูชา

- ความเชื่อในพระธรรม ได้แก่ ความมั่นใจในความจริงและความดีงามที่พระพุทธเจ้าได้แสดงไว้ ว่าเป็นสิ่งที่พระองค์ได้ค้นพบ ปฏิบัติเห็นผล ประจักษ์กับตนเองแล้วจึงนำมาประกาศเปิดเผยไว้ ธรรมคือกฎแห่งธรรมชาติ เป็นกลางและเที่ยงธรรมต่อทุกคน ผู้ใดรู้จักพัฒนาตนเองให้มีสติปัญญานำความรู้ทางธรรมหรือความจริงนี้มาใช้ประโยชน์ต่อสิ่งทั้งหลาย ด้วยความรู้เท่าทันสภาพความเป็นจริง ก็จะแก้ปัญหาได้ดีที่สุดและมีชีวิตที่ดีที่สุด

- ความเชื่อในสงฆ์ พระสงฆ์คือผู้สละบ้านเรือนมาบวชในพุทธศาสนา ได้ศึกษาและปฏิบัติตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้า ความเชื่อในพระสงฆ์คือ ความมั่นใจในกลุ่มบุคคลนั้นว่ามีธรรมเป็นรากฐาน เป็นผู้มีจิตใจห่างทุกข์ แม้จะมีพัฒนาการทางจิตปัญญาในระดับต่างกัน แต่ก็อยู่ร่วมกันด้วยดี ด้วยรัฐธรรมและปฏิบัติธรรม

ในการวิจัยเรื่องความถดถอยของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยมีความเชื่อว่าปัจจัยด้านศาสนา น่าจะมีอิทธิพลต่อภาวะถดถอยในผู้สูงอายุ เพราะจากงานวิจัยต่าง ๆ ที่มีการวิจัยมาแล้วพบว่า ศาสนามีอิทธิพลต่อชีวิต เช่นงานวิจัยของ สุนทรี โคมินและสนิท สมัครการ (2522) ได้ทำการสำรวจทัศนคติและความเชื่อทางพุทธศาสนาของประชากรทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัด จำนวน 2,500 คน พบว่าผู้ใหญ่อ่อนกลางและตอนปลาย (อายุประมาณ 30 ถึง 60 ปีขึ้นไป) มีความเชื่อทางศาสนา เช่นเชื่อว่า "ศาสนามีอิทธิพลต่อความคิดและชีวิตของคน" มากกว่ากลุ่มวัยรุ่น และผู้ใหญ่ตอนต้น (อายุ 15 - 29 ปี) และผู้ที่มีอาชีพชาวไร่ชาวนา ค้าขายเล็ก ๆ น้อย ๆ มีความเชื่อทางศาสนามากกว่าผู้ที่มีอาชีพอื่น ๆ และผู้มีการศึกษาค่ำมีความเชื่อทางศาสนามากกว่าผู้มีการศึกษาสูงกว่า มีอาชีพรับราชการ และมีรายได้สูง สำหรับผลในส่วนที่เกี่ยวข้องกับอิทธิพลของครอบครัวต่อการถ่ายทอดความเชื่อทางศาสนา สรุปได้ว่า บุคคลที่ได้รับการถ่ายทอดทางพุทธศาสนาจากบิดามารดามาก เป็นผู้ที่มักเจตคติหรือทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนามากกว่าผู้ที่ได้รับการถ่ายทอดน้อย และพบว่าผู้ใหญ่ วัยกลางคน และวัยรุ่นอายุ (อายุ 30 ถึง 60 ปีขึ้นไป) มากกว่าวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

สรุปได้ว่า ความเชื่อในพุทธศาสนา คือ ความเชื่อในรัตนตรัย มั่นใจในพระพุทธเจ้าว่าคริษฐ์มีจริง รู้จริง ดิจจริง และเชื่อในพระสงฆ์ สาวกของพระพุทธเจ้าว่ามีจริง ดิจจริง การปฏิบัติทางพุทธศาสนา

การปฏิบัติทางพุทธศาสนา คือ การกระทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าและพระสงฆ์ผู้สืบทอดพุทธศาสนา โดยถือหลักของ สิล สมาธิ และปัญญา (พระเทพเวที, อ่างแก้ว :

596 - 598) สีส คือ การแสดงออกทางกายและวาจา (การละเว้นการฆ่า เว้นการลักขโมย ฯลฯ) สมาริ คือ ส่วนที่ลึกเข้าไปข้างใน มองไม่เห็น อยู่ที่จิตใจ และปัญญา คือ จิตที่เกิดความรู้ความเข้าใจ เป็นส่วนที่มาเสริมเพื่อปรับปรุงคุณภาพของจิตใจ ฯลฯ การยึดถือหลักดังกล่าวจะทำให้บุคคลตั้งตนอยู่ในความดี มีความเจริญงอกงาม มีการปฏิบัติตนตามลักษณะพุทธที่เรียกว่า บุญสิกขา ซึ่งประกอบด้วย การปฏิบัติดังนี้

- การบริจาคทาน คือการให้ การสละ และการเผื่อแผ่แบ่งปันทรัพย์สินสิ่งของ เครื่องใช้ยังชีพและวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ เป็นการให้เพื่ออนุเคราะห์ผู้ยากไร้ ตกทุกข์ ขาดแคลน บริจาคเงินบำรุงศาสนา ให้ทานแก่พระสงฆ์และผู้รักษาศีล เพื่อบูชาความดีและส่งเสริมสนับสนุนคนดี นอกจากวัตถุสิ่งของแล้ว การให้ความรู้ ให้ธรรมะ ให้ความร่วมมือในการบำเพ็ญกิจที่เลื่อมใส และให้อภัยทาน ก็คือเป็นการให้ทานที่มีคุณค่ายิ่ง

- สีส คือ การควบคุมการแสดงออกทางกายวาจา แม้กระทั่งจิตใจให้เป็นระเบียบเรียบร้อย และเกื้อกูลต่อการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันของหมู่ชน การปฏิบัติตามศีลทั้งกาย วาจาและใจ ประกอบด้วย

- (1) การเว้นจากการฆ่าสัตว์ ไม่ทำร้ายผู้อื่น ไม่อาฆาต ไม่พยาบาท ไม่ชิงชัง ไม่โกรธ ไม่เคือง มีเมตตา เกื้อกูล
- (2) การไม่ลักขโมย ไม่ฉ้อโกง ไม่ยักยอกของคนอื่น ไม่โลภ ไม่อยากได้ ไม่เห็นแก่ตัวอยากช่วยเหลือผู้อื่น เสียสละ ทานบริสุทธ
- (3) การไม่ผิดถูกผิดเมียเขา ไม่แสดงที่ทำชั่วยุยามารมณ์ ไม่ยินดีพอใจในสิ่งชั่วๆแม้รูปปรกติถึงเสียงสัมผัส เช่นรสชาติอาหาร
- (4) การไม่พูดโกหก ไม่หลอกลวง ไม่พูดต่อเสียด ไม่เพื่อเจ้อ ไม่พูดเล่นหัวไร้สาระ
- (5) การไม่ดื่มสุรา สูบบุหรี่ ไม่เสพย์ถึงเสพผิด ไม่เล่นการพนัน ไม่เที่ยวกลางคืน ไม่คิดการละเล่น ไม่คิดมหรสพ, ดนตรี ไม่คบมิตรชั่ว ไม่ขี้เกียจ ไม่คิดบรรยากาส ไม่คิดสถานที่ ไม่คิดหลับคิดนอน ไม่คิดภพชาติ ไม่คิดอวดตา

- กาวนา คือ การฝึกอบรมจิตใจให้เจริญด้วยคุณธรรมต่าง ๆ ให้เข้มแข็งและหนักแน่น การฝึกสมาธิกาวนาและปัญญาภาวนา คือการชำระจิตใจให้ผ่องใสการฟังธรรมะ อ่านหนังสือธรรมะ การสนทนาธรรม การแก้ไขปลูกฝังความเชื่อ ความเข้าใจที่ถูกต้อง การเจริญเมตตาและการควบคุมขัดเกลากิเลสต่าง ๆ

และงานวิจัยอีกเรื่องหนึ่งที่สนับสนุนประเด็นเกี่ยวข้องกับระหว่างความเชื่อและการปฏิบัติทางศาสนา คือ งานวิจัยของวันชัย มีกลาง (2530) ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตนาคือต่อพุทธศาสนา พบว่า บุคคลที่มีความเชื่อและให้ความสำคัญกับหลักคำสอนทางศาสนามากแค่ไหน ก็ จะประพฤติตนในชีวิตประจำวันตามแนวศาสนามากแค่นั้น ทำให้คาดได้ว่า บิคารมารคาไทยที่เชื่อตามหลักศาสนาน้อย จะมีผลเกี่ยวข้องกับ การถ่ายทอดทางศาสนาสู่เยาวชนผู้ป็นบุตรด้วย

### วิถีชีวิตแบบพุทธ

วิถีชีวิตเป็นแบบแผนดำเนินชีวิตของมนุษย์ที่มีความแตกต่างกันตามเอกลักษณ์วัฒนธรรมในสังคมนั้น ๆ (งามลา วณิชานนท์, อ้างแล้ว : 27) มีผู้กล่าวว่าพุทธศาสนาเป็นต้นตำรับวัฒนธรรมที่เก่าแก่แต่ยังทันสมัยของโลก (กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ, 2527 : 395) ซึ่ง Podhisit (1965 อ้างใน งามลา วณิชานนท์, อ้างแล้ว : 28) กล่าวว่า พุทธศาสนาเป็นองค์ประกอบสำคัญของวัฒนธรรมไทย จนมีผู้กล่าวว่า หากนำพุทธศาสนาออกไปจากวัฒนธรรมไทยแล้ว ก็คงไม่มีอะไรเหลืออยู่ สิ่งเกิดจากกิจกรรมต่าง ๆ ที่คนไทยประพฤติตั้งแต่เกิดจนตาย ล้วนมีความเชื่อและปฏิบัติทางพุทธศาสนาเกี่ยวข้องกับทั้งสิ้น (วิไลเลขา ถาวรชนสาร และคณะ, 2531 : 532) พุทธศาสนาจึงแทรกซึมอยู่ในการดำเนินชีวิตของคนไทยโดยทั่วไป วิถีแบบพุทธจึงหมายถึง การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันที่มีความสอดคล้องตามหลักความเชื่อและ การปฏิบัติของพุทธศาสนา

จากผลการวิจัยที่ผ่านมา พบว่า ความเคร่งครัดหรือความใกล้ชิดกับศาสนามีส่วนช่วยทำให้บุคคลวัยกลางคนและวัยสูงอายุเกิดความพึงพอใจในชีวิต เกิดความรู้สึกริดรอย และยับยั้งตนเอง มิให้กระทำความผิดหลักคุณธรรมหรือศีลธรรมอันดีงามของสังคม จึงเป็นที่คาดหมายไว้ว่า บุคคลที่มีความเชื่อและศรัทธาในการปฏิบัติตามคำสอนของพุทธศาสนา จะสามารถนำหลักธรรมนั้นมาเลือกตัดสินใจกระทำเพื่อให้สอดคล้องกับความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธในการดำเนินชีวิตประจำวันด้วย เช่น การเลือกอาชีพ การเลือกพักผ่อนหย่อนใจ และเลือกคบเพื่อน เป็นต้น

สรุปแล้วในการศึกษาความเชื่อในการวิจัยเรื่องนี้ จึงกำหนดศึกษาทั้งความเชื่อทางพุทธ การปฏิบัติทางพุทธและวิถีชีวิตแบบพุทธ โดยทั้ง 3 ด้าน จะเน้นความเชื่อ ตามแนวของท่านสีล ภาวนา และการปฏิบัติเพื่อให้สอดคล้องกับความเชื่อดังกล่าว

จากแง่มุมต่าง ๆ เหล่านี้ น่าจะนำมาพิจารณาเป็นแนวทางในการศึกษาเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างศาสนากับผู้สูงอายุในสังคม

#### 4. แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจในตนเอง

การเชื่ออำนาจในตนเองเป็นจิตลักษณะที่สำคัญด้านหนึ่ง ที่มีผลไปถึงการมีพฤติกรรมของมนุษย์ ควงเคือน พันธุมนาวิน (2539) ได้ให้ความหมายของการเชื่ออำนาจในตนเองว่า หมายถึง การคาดหวังของบุคคลในลักษณะที่ว่าสิ่งต่าง ๆ ที่คนได้รับหรือเกิดขึ้นแก่คนนั้น เป็นผลมาจากการกระทำของคนไม่ว่าจะเป็นด้านดีหรือร้ายก็ตาม โดยเชื่อว่าถ้าคนกระทำดีก็จะได้ดี ถ้าคนทำชั่วก็จะได้ผลร้ายตอบแทน คนสามารถทำนายผลที่เกิดขึ้นกับคนและสามารถควบคุมผลนั้น ๆ ได้ ซึ่งตรงกันข้ามกับความเชื่ออำนาจนอกคน ที่หมายถึงการคาดหวังของบุคคลว่าสิ่งต่าง ๆ ที่คนได้รับหรือเกิดขึ้นกับคนนั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับกระทำของคน แต่ขึ้นอยู่กับสาเหตุภายนอก เช่น โชคชะตา ไสยศาสตร์ ผู้อื่น หรือคุณลักษณะภายในของคนที่ไม่อาจเปลี่ยนแปลงได้

อรวรรณ สุธีธรรมรักษ์ (2517 : 33) อธิบายว่า ความเชื่ออำนาจภายในคนหมายถึง ความเชื่อที่ว่า ความสำเร็จ ความล้มเหลว หรือความเป็นไปของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดกับคนเป็นผลมาจากการกระทำ ทักษะหรือความสามารถของคน ส่วนความเชื่ออำนาจภายนอกคน หมายถึง ความเชื่อที่ว่าความสำเร็จ ความล้มเหลว หรือความเป็นไปของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดกับคน ขึ้นอยู่กับโชคกลาง ความบังเอิญ หรือขึ้นอยู่กับอำนาจของผู้อื่น

อิทธิพลของการเชื่อในอำนาจตนเองที่มีต่อพฤติกรรม แสดงในผลการวิจัยหลายเรื่อง เช่น หัวหน้ากลุ่มเกษตรกรที่ผลงานของกลุ่มมีประสิทธิภาพสูง มีการเชื่ออำนาจในตนเอง ขณะที่กลุ่มที่มีประสิทธิภาพต่ำ หัวหน้ากลุ่มมีลักษณะเชื่ออำนาจนอกคน (นาถ พันธุมนาวิน, 1985) ครูที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองสูง มีพฤติกรรมการทำงานสูงกว่าครูที่มีความเชื่อในอำนาจในตนเองต่ำ (ศักดิ์ชัย นิรัญทวี, 2532) ผู้บริหารโรงเรียนที่มีความเชื่ออำนาจในตนเองสูง จะบริหารโรงเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าผู้บริหารที่เชื่ออำนาจในตนเองต่ำ (เปรมสุริย์ เชื้อมทอง, 2536)

การเชื่ออำนาจในตนเอง เป็นผลสืบเนื่องมาจากการที่บุคคลนั้นได้มีโอกาสรับรู้สาเหตุของความสำเร็จและความล้มเหลวของตนเอง บุคคลที่ทำกิจกรรมใด ๆ แล้วพบว่าการที่ตนจะประสบความสำเร็จมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความสามารถและความพยายามของตนเอง หาก

พยายามมากก็จะประสบความสำเร็จ หากไม่พยายามก็ไม่ประสบความสำเร็จ และประเด็นสำคัญ คือ เขาจะต้องผ่านประสบการณ์แห่งความสำเร็จและความล้มเหลวมาแล้ว บุคคลนี้จะเป็นผู้ที่เชื่อในอำนาจตนเองสูง ในทางกลับกัน หากบุคคลที่กระทำกิจกรรมใด ๆ แล้วไม่อาจสรุปได้ว่าความสำเร็จหรือล้มเหลวที่เกิดขึ้นมีสาเหตุมาจากตนเองหรือไม่ เช่น การมีประสบการณ์ว่าการกระทำอย่างเดียวกันบางครั้งก็สำเร็จ บางครั้งก็ล้มเหลว หรือบางครั้งก็ได้รับคำชม บางครั้งก็ไม่ได้รับคำชม บุคคลนี้ จะไม่สามารถสรุปได้ว่า ความสำเร็จและความล้มเหลวเกิดจากความพยายามของตนเองหรือไม่ ยังผลให้เขาเชื่ออำนาจในตนเองต่ำและมีแนวโน้มจะเชื่อในเรื่องโชคสูง (รัตนา ประเสริฐสม, 2526 : 10 - 12)

### ลักษณะการเชื่ออำนาจในตนเอง

กรูณา กิงชยัน (2517) ได้ศึกษาลักษณะความเชื่ออำนาจภายในตนเองและภายนอกตนเอง และสรุปลักษณะดังกล่าวจากแหล่งต่าง ๆ หลายแหล่ง เช่น

สตริกแลนส์ (อ้างใน Rotter, 1971 : 58) พบว่าบุคคลที่กระตือรือร้น ไม่ชอบอยู่เฉย มีความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมจากภายในมากกว่าบุคคลที่ชอบอยู่เฉย ๆ

ฟารอส (อ้างใน Rotter, เพิ่งอ้าง) พบว่ากลุ่มที่มีความเชื่อเกี่ยวกับอำนาจภายในตนเอง จะมีประสิทธิภาพในการควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ดีกว่าบุคคลที่เชื่ออำนาจภายนอกตนเอง

เวลเลอร์ (1972 : 7328 - B อ้างใน Rotter, เพิ่งอ้าง) พบว่าพวกที่มีความเชื่ออำนาจภายในตนเอง จะมีสติดีกว่า ควบคุมอารมณ์ทุกข์ได้ดีกว่า ปรับตัวผิดปกติน้อยกว่า วิดกกังวลและพึ่งพาผู้อื่นน้อยกว่าพวกที่มีความเชื่ออำนาจนอกตนเอง

ซีเมนต์และอีวานส์ (อ้างใน Rotter, อ้างแล้ว) พบว่าบุคคลที่มีความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมภายใน จะเป็นผู้ใฝ่ใจพยายามเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ของชีวิต ได้ดีกว่าบุคคลที่มีความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมอำนาจภายนอกคนอื่น เด็กนักเรียนที่เชื่อในการควบคุมภายใน จะรู้เกี่ยวกับสถานการณ์เศรษฐกิจของโลกภายนอกโรงเรียนมากกว่าเด็กนักเรียนที่มีความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมจากภายนอก

ส่วนลักษณะการเชื่ออำนาจนอกตนเอง Rotter (อ้างแล้ว) สรุปลักษณะของผู้ที่มีความเชื่ออำนาจนอกตนเองไว้ว่า เป็นบุคคลที่เฉื่อยชา ไม่กระตือรือร้น ไม่ค่อยได้รับผลสำเร็จในชีวิต และไม่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์



ลักษณะการเชื่ออำนาจในตนเองที่มีการวิจัยในประเทศไทย ผู้วิจัยหลายคนได้กำหนดพฤติกรรมที่เป็นรูปธรรมของการเชื่ออำนาจในตนเอง เช่น

รัตนา ประเสริฐสม (2536) กำหนดลักษณะการเชื่ออำนาจในตนเองของเด็กนักเรียน ว่าเป็นผู้ที่ไม่เชื่อว่าปัญหาต่าง ๆ เมื่อเกิดแล้วจะคลี่คลายเอง เชื่อว่าตนเองสามารถป้องกันกา  
เป็นหวัดได้ เชื่อว่าการมีความพยายามอย่างเต็มที่ เป็นสิ่งคุ้มค่า เพราะจะได้ผลดีจากความพยายามนั้น  
เชื่อว่าพ่อแม่ควรให้นักเรียนตัดสินใจด้วยตนเอง ฯลฯ

กรรณา กิจขันธ์ (2517) กำหนดลักษณะการเชื่ออำนาจในตนเองของนักเรียนว่า การไม่เข้าใจวิชาที่เรียนเป็นเพราะนักเรียนไม่สนใจในวิชานั้น การที่นักเรียนสามารถแก้ปัญหาบาง  
อย่างได้เร็วไม่ได้เป็นเพราะปัญหานั้นง่าย แต่เป็นเพราะนักเรียนแก้ปัญหาที่ง่ายอย่างรอบคอบ

จากเอกสารที่กล่าวมาทั้งหมดสรุปความหมายของความเชื่ออำนาจในตนเองได้ว่า คน  
ที่มีความเชื่ออำนาจภายในคนหมายถึง คนที่มีความคิด ความเชื่อ ทักษะ ทักษะ ค่านิยม หรือการรับรู้ว่  
ผลของการกระทำหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับคนนั้น เกิดจากการกระทำและความสามารถของตนเอง  
เป็นสิ่งที่ตนเองสามารถควบคุมได้ ซึ่งตรงข้ามกับความเชื่ออำนาจภายนอกคน หมายถึง ความคิด  
ความเชื่อ ทักษะ ทักษะ ค่านิยม หรือการรับรู้ว่ ผลของการกระทำหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับคนนั้น  
เกิดจากโชคเคราะห์ ความบังเอิญ หรือสิ่งอื่น ๆ ที่คนไม่สามารถควบคุมได้

### ทฤษฎีการเกิดความเชื่ออำนาจภายในคน

จากความหมายของความเชื่ออำนาจภายในคนที่กล่าวมาแล้วนั้น รอดเจอร์  
(Rotter, 1966 : 2-25) เป็นบุคคลแรกที่สนใจค้นคว้าเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจภายใน-ภายนอกคน  
ตามแนวทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ซึ่งอธิบายว่า ผลตอบแทนอันหนึ่ง  
ได้มาจากพฤติกรรมของบุคคล ช่อมก่อให้เกิดความคาดหวังที่จะได้รับผลตอบแทนเช่นเดียวกันจาก  
พฤติกรรมอันใหม่ ความคาดหวังเช่นนี้ก่อตัวขึ้นจากพฤติกรรมหรือเหตุการณ์เฉพาะอันใดอันหนึ่ง  
ก่อนแล้วจึงขยายไปครอบคลุมพฤติกรรมหรือเหตุการณ์อื่นๆ จนกลายเป็นทัศนคติหรือบุคลิกภาพที่  
สำคัญในตัวบุคคล นอกจากผลตอบแทนที่ได้รับแต่ละครั้งยังอาจทำให้ความคาดหวังค่อย ๆ สูงขึ้น  
หรือต่ำลงได้อีกด้วย

นอกจากนี้ โซโลมอน และ โอเบอร์ลันเดอร์ (Solomon and Oberlander, 1974 : 1119 citing de Chanms. 1968 : 269) ได้ศึกษาในเรื่องเกี่ยวกับความเชื่ออำนาจภายในตน - ภายนอกตน เหมือนกันแต่อาศัยแนวคิดตามหลักความจริงเบื้องต้นในทฤษฎีแรงจูงใจทั่วไป ซึ่งระบุว่าแรงจูงใจลำดับแรกของมนุษย์ก็คือ ความพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมให้ได้ผล ความเชื่อเกี่ยวกับการควบคุมจึงเป็นจิตลักษณะที่สำคัญของคนเราโดยทั่วไป “ การควบคุม ” นี้มีอยู่สองลักษณะตามที่โซโลมอน และโอเบอร์ลัน (Solomon and Oberlander. 1974 ; 123) ได้จำแนกไว้ ลักษณะแรกคือ การควบคุมพฤติกรรมของตนเอง การที่คนเลือกทำพฤติกรรมตามที่ตนคิดหรือต้องการ เรียกว่า ความเป็นตัวของตัวเอง (Autonomy) แต่การกระทำพฤติกรรมตามที่คนอื่นชักจูงหรือบังคับจะเรียกว่า (Conformity) ส่วนลักษณะที่สองคือ การควบคุมผลได้หรือผลการกระทำ (Outcomes) โดยพิจารณาว่า ผลดังกล่าวนี้เกิดจากทักษะ ความสามารถ และความพยายาม ของตนเอง หรือเป็นเพราะอำนาจของโชคกลาง โอกาส และการกระทำของคนอื่น ถ้าเป็นเพราะทักษะหรือความพยายามของคนก็เรียกว่า ความเชื่ออำนาจภายในตนเอง แต่ถ้าเชื่อว่าเกิดจากโชคกลางหรือบุคคลอื่น จะเรียกว่าอำนาจภายนอกตน อย่างไรก็ตามการควบคุมพฤติกรรมและการควบคุมผลได้อาจจะปะปนกันอยู่มากในหลายสถานการณ์

ตามแนวความคิดของทฤษฎีทั้งสองที่กล่าวมาแล้วนั้น ได้อธิบายแนวคิดที่คล้ายคลึงกัน ตามความคาดหวังโดยทั่วไปกับความคาดหวังเฉพาะของบุคคลอันเนื่องมาจากผลตอบแทนในอดีต จะทำให้เกิดความเชื่อโชคกลางหรือความเชื่อในความชำนาญและความสามารถของคน ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะตัว ซึ่งอาจสรุปได้ว่า ถ้าบุคคลใดเชื่อว่าผลการกระทำที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่เกิดจากทักษะความชำนาญหรือความสามารถของคน คนสามารถควบคุมได้บุคคลนั้นก็จะมี ความเชื่ออำนาจภายในตน

นอกจากแนวคิดการเชื่ออำนาจในตนเองดังที่กล่าวมาแล้ว ลักษณะความเข้มแข็งในการมองโลกเป็นความรู้สึกที่มีความสัมพันธ์และสนับสนุนแนวคิดการเชื่ออำนาจในตนเองเช่นกัน

ความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่เชื่อมั่นว่า ไม่ว่าจะเกิดเหตุการณ์ใด ๆ เกิดขึ้นทั้งในตัวเองและสิ่งแวดล้อมภายนอก ก็จะสามารถทำนายได้ และทุกสิ่งทุกอย่างจะคลี่คลายลงตามที่ได้คาดหวังไว้ (สมจิต หนเจริญกุล ประคอง อินทรสมบัติ และ พรรณวดี พุทธิวัฒน์, 2533 : 171)

แอนโทนอนอฟสกี (Antonovsky, 1982 : 187 - 189) กล่าวว่า ความแตกต่างของความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคล ขึ้นอยู่กับประการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับ การเปลี่ยนแปลงของประสบการณ์ชีวิตที่เกิดขึ้นทันทีและรวดเร็ว จนบุคคลไม่มีเวลาเตรียมตัวเพื่อหาหนทางในการเผชิญกับความเครียดที่เกิดขึ้นนั้น จะทำให้เกิดความอ่อนแอของความเข้มแข็งในการมองโลกได้ บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลก จะมีการปรับตัวได้ดีเพราะ

1. บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลก จะสามารถประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด และสามารถนำแหล่งประโยชน์ในการต่อต้านความเครียดที่มีอยู่มาใช้ในการเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

2. บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง จะมองสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดเป็นสิ่งท้าทาย สามารถปรับตัวได้อย่างอัตโนมัติต่อความต้องการที่เกิดขึ้น พิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นเพียงเรื่องเล็กน้อย และแก้ปัญหาโดยใช้เหตุผล

3. เมื่อสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดเดียวกันมากระทบ บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะมีความหวัง คั่นคั่น ในขณะที่บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ จะมีความรู้สึก สิ้นหวังและเฉื่อยชา

เช่นเดียวกับการมีทัศนคติต่อตนเอง ที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมและสุขภาพจิต บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง จะมีความเครียดและความวิตกกังวลน้อย (Carmel and Burnsten, 1989 : 221-222 อ้างใน กังสการ สุทธิวิริสรณ์, อ้างแล้ว : 33) และการมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงในวัยรุ่น จะมีความสามารถและพึงพอใจสูงในการทำงานเมื่อเข้าสู่ผู้ใหญ่ และบุคคลนั้นจะมีความสุขในชีวิตสูง และบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำในวัยรุ่น จะมีความสุขในชีวิตต่ำเมื่อเข้าสู่ผู้ใหญ่ (Kalimo and Vuoli, 1990 : 76 - 89 อ้างใน กังสการ สุทธิวิริสรณ์, เพิ่งอ้าง)

การวัดการเชื่ออำนาจในตนเอง มีผู้ทำการวิจัยไว้แล้วหลายระดับ เช่น การเชื่ออำนาจในตนของนักเรียน (รัตนา ประเสริฐสม, 2526) ของผู้เป็นมารดาเกี่ยวกับการเลี้ยงดูลูก (ดวงเดือน พันธมนาวิน, 2528) ของครูเกี่ยวกับประสิทธิผลในการทำงาน (ศักดิ์ชัย นิรัฐทวี, 2532 และอ้อมเดือน สดมณี, 2536) ของราชการเกี่ยวกับการทำงาน (บุญสม สักคิมณี, 2532) ของพ่อแม่ในการเลี้ยงดูลูก (งามดา วนิทานนท์, 2536) และของข้าราชการตำรวจ (พจน์ จิระบลกิจ,

2541) ซึ่งเป็นการวัดความเชื่อว่าผลคือผลเสียที่เกิดขึ้นกับตนเอง เป็นผลมาจากการกระทำของตนเอง เพียงใด

ในการวิจัยเรื่องนี้ จะได้วัดระดับความเชื่ออำนาจในคนของผู้สูงอายุ ซึ่งจะวัดจากความเชื่อในการกระทำของตนเอง เช่น เชื่อว่าความสำเร็จในชีวิตเกิดจากความพยายามของคน หรือ การที่มีคนมารักเกิดจากตนเองมีความรักเมตตาต่อผู้อื่น ฯลฯ

## 5. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การทบทวนเกี่ยวกับเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พบว่า มีผู้ทำการวิจัยจำนวนมากพอสมควร โดยการวิจัยในระยะแรก ๆ ก่อน พ.ศ. 2535 เป็นการค้นหาความต้องการและความพึงพอใจของผู้สูงอายุเป็นหลัก ซึ่งผลการวิจัยในระยะแรกส่งผลให้มีการจัดกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุมากมาย รวมไปถึงการบรรจุการจัดสวัสดิการเพื่อผู้สูงอายุในแผนพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจในระดับที่ 7 และ 8

ส่วนการวิจัยระยะหลัง มีการวิจัยในแง่มุมของการปรับตัว สุขภาพจิต และพฤติกรรมของผู้สูงอายุมากขึ้น ดังปรากฏผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษาเรื่องนี้ดังนี้

ครุณี สุทธิปริยาศรี และคณะ (พ.ศ. 2518) ศึกษาเรื่อง ปัญหาและขุมพลังของผู้สูงอายุ โดยศึกษาจากผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุของมูลนิธิวิจัยประสาทในพระบรมราชูปถัมภ์ พบว่า ผู้สูงอายุต้องการที่จะช่วยเหลือและทำคนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงและมีฐานะทางเศรษฐกิจค่อนข้างมั่นคง ซึ่งจะเป็นขุมพลังที่ดีในการทำประโยชน์ให้กับสังคมได้ โดยเฉพาะถ้ามีการรวมกลุ่มผู้สูงอายุเป็นศูนย์อาสาสมัครผู้สูงอายุ เพื่อช่วยเหลือสังคมก็ยิ่งจะทำให้ผู้สูงอายุเป็นขุมพลังในการที่จะดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

เขมิกา ชามะรัต (พ.ศ. 2527) ศึกษาเรื่องความพึงพอใจในชีวิตของคนชรา : ศึกษากรณีข้าราชการบำนาญของกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีความพึงพอใจในชีวิตสูง และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตมากที่สุด คือ การได้เข้าไปมีบทบาทในกิจกรรมทางสังคม

ดวงฤดี ลาสุชะ (2528) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบคัดสรรกับการปรับตัวของผู้สูงอายุจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า การร่วมกิจกรรมในชุมชนผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงใหม่ และกิจกรรมส่วนใหญ่ที่ผู้สูงอายุเข้าร่วมคือ กิจกรรมทางศาสนา โดยเฉพาะในการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนานั้น นอกจากจะได้พบปะพูดคุยกันระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันแล้ว ผู้สูงอายุยังได้ประโยชน์จากธรรมชาติ และยังช่วยให้ผู้สูงอายุได้ตระหนักและยอมรับความจริง ตลอดจนสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง อันจะส่งผลให้การปรับตัวของผู้สูงอายุมีความเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของฟรานซิส โรมัส (Inoian, 1979 อ้างใน ดวงฤดี ลาสุชะ) ที่ศึกษาถึงความสัมพันธ์ของสังคมและภาวะสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมในสังคมจะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีกิจกรรมทางสังคม เพราะการสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมมากขึ้น จะช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีเพื่อน มากขึ้น มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ทำให้จิตใจคลายความเหงา รู้สึกว่าชีวิตมีค่า และมีสุขภาพจิตที่ดีที่สุด

จากการศึกษาของ ไรอัล และแพทเทอร์สัน (Ryan & Patterson, 1987 : 8, ไม่มีแหล่งอ้าง) พบว่า สูงอายุที่ถูกจำกัดบริเวณอยู่เฉพาะภายในบ้านจะด้วยสาเหตุใดก็ตามจะมีพฤติกรรมถดถอยและว้าเหว่มาก โดยเฉพาะผู้ที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไป ผู้ที่ไม่ได้อยู่กับคู่สมรสจะมีความรู้สึกว้าเหว่มากกว่าที่อยู่กับคู่สมรส และผู้ที่เป็นโสด เดอจองเจียเวลด์ แคมฟูส และโดคัสตรา (Supanee, 1992 : 125 ; citing de jong Giarveld, Kamphuis, & Dykstra, 1987 : 13 - 17, ไม่มีแหล่งอ้าง) ได้ศึกษาความว้าเหวของผู้สูงอายุ พบว่าผู้ที่เป็นหม้ายจะว้าเหวมากกว่าผู้ที่ยังมีคู่สมรส และเพศหญิงจะมีความว้าเหวมากกว่าเพศชาย

สิริวรรณ สนิโซ (2532) ศึกษาเรื่องความพึงพอใจในชีวิต (life satisfaction) พบว่า คนสูงอายุที่เป็นชนชั้นสูง จะมีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่เป็นชนชั้นต่ำ โดยมีปัจจัยเรื่องรายได้ของครอบครัวเป็นตัวกำหนดที่สำคัญ และพบว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะยากจน จะมีความพึงพอใจในชีวิตระดับปานกลาง

อัมพร วรวัฒน์ชัย (2532 : 119) ได้ศึกษาเรื่องการปรับตัวของผู้สูงอายุในในและนอกชมรมผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุที่มีอายุ เพศ สถานภาพสมรส ตำแหน่งครั้งสุดท้าย การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ฐานะความเป็นอยู่ซึ่งเหมือนกัน ผู้ที่อยู่ในชมรมจะสามารถปรับตัวได้ดีกว่าผู้ที่ยังอยู่นอก

ชมรมและผู้ที่ได้รับรู้เกี่ยวกับสุขภาพในระดับสูง ไม่มีความแตกต่างในการปรับตัวทั้งผู้ที่อยู่ในชมรมและผู้ที่อยู่นอกชมรม

ฟิรลิตีร์ คำนวณศิลป์และคณะ (พ.ศ. 2533) ศึกษาความทันสมัย ภาพพจน์เกี่ยวกับตนเอง และปัญหาบางประการของคนชรา พบว่า คนชราส่วนใหญ่มีความสุขกับการที่ได้อยู่อาศัยในครอบครัวที่แวดล้อมไปด้วยบุตรหลานและเชื่อว่าตนเองเป็นคนมีประโยชน์กับครอบครัวและสังคม สำหรับปัญหาของคนชราที่พบ ได้แก่ ปัญหาในด้านการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว รวมทั้งปัญหาในการเตรียมตัวเพื่อเผชิญกับความตาย นอกจากนี้ยังพบว่า คนชรามีปัญหาในด้านเศรษฐกิจ (รายได้ไม่พอใช้) และมีปัญหาด้านสุขภาพอีกด้วย

สุพรรณณี นันทชัย และคณะ (2534 : 118 - 128) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิ่าเหว่และภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตเมืองเชียงใหม่จำนวน 100 คน พบว่าร้อยละ 69 หยุดทำงานแล้ว ส่วนใหญ่ยังคงอยู่กับลูกหลาน มีเพียงร้อยละ 5 ที่อาศัยอยู่ตามลำพังแต่เป็นเพียงแยกบ้านแต่อยู่บริเวณเดียวกับบุตรหลาน ความวิ่าเหว่หรือความเหงาระดับปานกลาง จะเพิ่มมากขึ้นเมื่อมีอายุ 80 ปีขึ้นไป ภาวะสุขภาพจะต่ำลง ความสัมพันธ์ระหว่างความวิ่าเหว่กับสุขภาพไปในทางลบระดับปานกลาง อย่างไรก็ตามก็ค้ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีความเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวและปฏิบัติกิจทางศาสนา มีถึงร้อยละ 98

เกริกศักดิ์ บุญญาหงส์ (2534) เรื่องศักยภาพของผู้สูงอายุในการทำงานเพื่อสังคม พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีศักยภาพที่จะทำงานต่าง ๆ ได้ ทั้งโดยลักษณะของการทำงานเพื่อหารายได้และการทำงานให้กับสังคม ลักษณะงานที่ถนัด คืองานเกี่ยวกับการค้าและงานช่างฝีมือประเภทต่าง ๆ นอกจากนั้นยังมีความพร้อมที่จะทำงาน และยังมีส่วนร่วมในการทำงานเพื่อสังคมอีกด้วย แต่เหตุผลที่ผู้สูงอายุเข้าไปมีบทบาททางสังคมน้อย ทั้ง ๆ ที่มีศักยภาพพอจะทำได้ เนื่องจากท่าทีของคนวัยเด็กกว่า (คนหนุ่มสาว วัยรุ่น เด็ก) ที่มีต่อผู้สูงอายุ เป็นไปในทางที่ไม่ให้การยอมรับในศักยภาพที่มีอยู่ แม้ว่าผู้สูงอายุเองจะมีความรู้สึกว่าสามารถที่จะทำงานกับคนที่อยู่ในวัยหนุ่มสาวได้ แต่ก็ไม่มั่นใจว่าจะได้รับการยอมรับ

สุทธิพันธ์ พิภสุวรรณ (2537) ศึกษาเรื่องการปรับตัวของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์และ ผู้สูงอายุนอกสถานสงเคราะห์ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่นอกสถานสงเคราะห์มีการปรับตัวดีกว่าผู้อยู่ในสถานสงเคราะห์ โดยพบว่า เพศชายมีการปรับ

ตัวดีกว่าเพศหญิง ผู้มีการศึกษาสูงมีภูมิลำเนาอยู่ใน ก.ท.ม. มีรายได้ดี และเป็นสมาชิกของกลุ่มกิจกรรม มีการปรับตัวได้ดีกว่ากลุ่มที่มีลักษณะตรงข้าม

สมหมาย จันฉี (2538) ศึกษาเรื่องการลดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุเพศหญิงในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านบางแค โดยใช้การสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงทดลอง ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมสนับสนุนทางสังคมผู้สูงอายุผู้ถูกทดสอบระดับความซึมเศร้าแล้วมีระดับความซึมเศร้าลดลง และกิจกรรมทางสังคมที่ผู้สูงอายุสนใจเข้าร่วม คือ กิจกรรมการฟังเทศน์ในวันพระ และกิจกรรมการออกกำลังกาย

ไฉไล ไชยเสวี (2539) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัว การมีส่วนร่วมในสังคม ความพึงพอใจในชีวิต ความวิตกกังวลในสภาพการสูงอายุ และการสนับสนุนทางสังคมกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลคำรวจ ผลการศึกษาพบว่า สัมพันธภาพในครอบครัวดี ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในสังคมสูง มีความพึงพอใจในชีวิตสูง ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก และมีความวิตกกังวลในสภาพสูงอายุน้อย มีผลทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดี โดยผู้ที่มีระดับการศึกษาสูง และฐานะทางเศรษฐกิจดีมีสุขภาพจิตดีกว่ากลุ่มที่การศึกษาและฐานะต่ำกว่า

สุรินทร์ มีตากัน (2539) ศึกษาเรื่องปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุเขตจังหวัดราชบุรี ผลการศึกษาพบว่า ความวิหะห์ การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพ และการสนับสนุนทางสังคม มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุที่มีความวิหะห์มากจะเห็นคุณค่าของตนเองต่ำ ขณะที่เมื่อมีการรับรู้เรื่องสุขภาพสูง และได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูงจะเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง ซึ่งผู้สูงอายุเพศชาย อายุยังไม่เกิน 70 ปี ระดับการศึกษาสูง ยังไม่มีคู่ครองและฐานะเศรษฐกิจสูง มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ

ขวัญรัก สุขสมหทัย (2540) ศึกษาความต้องการและการปรับตัวทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยในกรุงเทพมหานคร มีการทำกิจกรรมมาก มีฐานะดีและมีสุขภาพดี มีความต้องการการตอบสนองด้านฐานะ ความเป็นอยู่ การยอมรับ และการแสวงหาตนเองสูงกว่าผู้สูงอายุในปริมณฑล ซึ่งไม่ต้องการทำกิจกรรมมาก ฐานะและสุขภาพไม่ดี และพบว่าผู้สูงอายุที่ทำกิจกรรมมาก ยังคงมีสถานภาพบทบาททางสังคม สามารถปรับตัวได้ดีกว่าผู้สูงอายุที่ถดถอยจากสังคม

จากเอกสารวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาการปรับตัว สุขภาพจิต ความพึงพอใจในชีวิต และการมีส่วนร่วมในสังคมของผู้สูงอายุ ซึ่งผลการวิจัยสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีผลต่อสภาพต่าง ๆ ของผู้สูงอายุที่กล่าวมา ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา สภาพเศรษฐกิจ พื้นที่อยู่อาศัย ลักษณะการอยู่อาศัย สภาพครอบครัว สุขภาพ อาชีพเดิม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การศึกษาพระศาสนา ซึ่งผู้วิจัยจะได้นำลักษณะดังกล่าวทั้งหมดไปกำหนดเป็นตัวแปร สำหรับการวิจัยต่อไป

## 6. กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

จากแนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ผู้วิจัยทบทวนมาจะได้ กำหนดเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้

1. ตัวแปรปัญหา กำหนดให้การงดออกจากสังคมและการทำกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุเป็นตัวแปร
2. ตัวแปรอิสระ ผู้วิจัยกำหนดตัวแปรอิสระ 3 ด้าน ดังนี้
  - 2.1 ทักษะคิดต่อการสูงอายุและทักษะคิดต่อตนเอง
  - 2.2 การเชื่ออำนาจในตนเองของผู้สูงอายุ
  - 2.3 ความเชื่อการปฏิบัติทางพุทธและวิถีชีวิตแบบพุทธ
3. ตัวแปรตาม กำหนดให้การงดออกจากสังคมและการทำกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุเป็นตัวแปรปัญหา
4. ตัวแปรแบ่งกลุ่ม กำหนดให้ตัวแปรชีวสังคมเป็นตัวแปรแบ่งกลุ่ม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สภาพเศรษฐกิจ (พอเพียงและไม่พอเพียง) พื้นที่อยู่อาศัย (กรุงเทพมหานคร และปริมณฑล) สุขภาพ (ดี ปานกลาง และไม่ดี) เขตพื้นที่ ลักษณะการอยู่อาศัย (อยู่โดดเดี่ยวและอยู่ร่วมชุมชน) สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัว อาชีพเดิม

ตัวแปรต่าง ๆ ซึ่งจะนำไปใช้ในการศึกษาปรากฏในกรอบแนวคิดตามแผนภูมิที่ 2.1



แผนภูมิที่ 2.1  
กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

