

155.672

๘ ๖๒๖ ๓

ร. 3

ความสัมพันธ์ระหว่างความกล้วสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง
การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ
ในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

29 พ.ย. 2537

ปริญญาโท

ของ

เชอริ ทองเพ็ญ

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ

มีนาคม 2537

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

34047

191790

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบ ได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอก
จิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน
(รศ.ดร.ดวงเดือน ศาสตร์ภทร)

..... กรรมการ
(ผศ.มยุรี กุลแพทย์)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(รศ.ดร.ดวงเดือน ศาสตร์ภทร)

..... กรรมการ
(ผศ.มยุรี กุลแพทย์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ดร.ศิริภา พูลสุวรรณ)

วันที่ 4 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2537

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.ดวงเดือน ศาสตร์ภัทร ประธานกรรมการ และผู้ช่วยศาสตราจารย์บุรี กุลแพทย์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาสละเวลาอันมีค่าในการให้ความรู้ ข้อเสนอแนะ และการปรับปรุงแก้ไข จนสามารถทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ และอาจารย์สมเกียรติ ทิพย์ทัศน์ ที่ได้กรุณาเป็นกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์ ซึ่งได้ให้ข้อคิดเห็นต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณะอาจารย์ในภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ ทุกคน ที่ได้ให้วิชาความรู้ และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สุรศักดิ์ หลาบมาลา ศึกษาานิเทศก์ กรรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ ที่ได้กรุณาตรวจสอบเครื่องมือ ตลอดจนให้คำแนะนำ และข้อเสนอแนะในการปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

บุคคลสำคัญที่ผู้วิจัยมีอาสึมิได้คือ ผู้สูงอายุทุกท่านที่กรุณาให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ในการตอบแบบสัมภาษณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง

ขอขอบคุณ อาจารย์พัชรพร เกิดมงคล และเพื่อน ๆ พี่ ๆ น้อง ๆ ทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งให้การสนับสนุนในด้านต่าง ๆ มาโดยตลอด

ท้ายที่สุดนี้ ขอโน้มระลึกถึงพระคุณของบิดา มารดา ที่ให้การอบรมเลี้ยงดูผู้วิจัย ด้วยความรักและห่วงใยเสมอมา

เชอรี ทองเพ็ญ

มีนาคม 2537

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
	ความมุ่งหมายของการวิจัย	9
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	9
	ขอบเขตของการวิจัย	11
	นิยามศัพท์เฉพาะ	13
	นิยามศัพท์ปฏิบัติการ	14
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	19
	แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	19
	ทฤษฎีการสูงอายุ	19
	การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ	23
	ความผาสุกในชีวิต	25
	ความหมายของความผาสุกในชีวิต	25
	เครื่องมือที่ใช้วัดความผาสุกในชีวิต	28
	ปัจจัยทางชีวสังคมของบุคคลกับความผาสุกในชีวิต	30
	เพศ	30
	อายุ	31
	ระดับการศึกษา	32
	สถานภาพสมรส	32
	อาชีพครั้งสุดท้าย	33
	ฐานะทางเศรษฐกิจ	34

ความกลัวสภาพการสูงอายู	35
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความกลัวสภาพการสูงอายูและความพาสูกานชีวิต ..	37
ความเข้มแข็งในการมองโลก	38
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลกและความพาสูกานชีวิต ..	39
การสนับสนุนทางสังคม	41
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคม	43
การระลึกถึงความหลัง	44
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการระลึกถึงความหลัง	46
สมมติฐานในการวิจัย	48
กรอบแนวคิดในการวิจัย	50
 3 วิธิตำเนินการวิจัย	 51
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	51
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	52
การหาคุณภาพของเครื่องมือ	61
การเก็บรวบรวมข้อมูล	63
การวิเคราะห์ข้อมูล	63
 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	 65
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	65
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	68
 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	 90
ความมุ่งหมายของการวิจัย	90

สมมติฐานในการวิจัย	90
วิธีดำเนินการวิจัย	91
การวิเคราะห์ข้อมูล	93
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	94
อภิปรายผล	96
ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติ	109
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	110
 บรรณานุกรม	 111
 ภาคผนวก	 119
ภาคผนวก ก	120
ภาคผนวก ข	126
 ประวัติย่อของผู้วิจัย	 136

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามปัจจัยทางชีวสังคม	68
2	แสดงจำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับความผาสุกในชีวิต	70
3	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตกับตัวแปรต่าง ๆ	71
4	ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับเพศของผู้สูงอายุ	72
5	ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับอายุของผู้สูงอายุ	73
6	ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ	74
7	ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับสถานภาพสมรสของผู้สูงอายุ	75
8	ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับฐานะทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ	76
9	ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ	77
10	ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้นทีละ 1 ตัวแปร เพื่อทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ	78
11	เปรียบเทียบคะแนนความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางเพศ	80

12	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อจำแนกตามระดับอายุ	81
13	วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีอายุแตกต่างกัน	81
14	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา	82
15	วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน	83
16	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยของความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำ ปานกลาง สูง เป็นรายคู่	84
17	เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางสถานภาพสมรส	85
18	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อจำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจ	86
19	วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน	86
20	การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ปานกลาง สูง เป็นรายคู่	87
21	เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางอาชีพครั้งสุดท้าย	88
22	เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางด้านการระลึกถึงความหลัง	89
23	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเป็นรายข้อกับคะแนนรวมทั้งหมดของแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความกลัวสถานภาพการสูงอายุ	121

24	คำสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเป็นรายข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด ของแบบสัมภาระเพื่อวัดความเข้มแข็งในการมองโลก	122
25	คำสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเป็นรายข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด ของแบบสัมภาระเพื่อวัดการสนับสนุนทางสังคม	123
26	คำสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเป็นรายข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด ของแบบสัมภาระเพื่อวัดการระลึกถึงความหลัง	124
27	คำสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนเป็นรายข้อกับคะแนนรวมทั้งชุด ของแบบสัมภาระเพื่อวัดความพาสูกานชีวิต	125

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พัฒนาการของบุคคลนั้นดำเนินไปอย่างต่อเนื่องตามวัย เริ่มตั้งแต่การเจริญเติบโตที่มีอัตราเพิ่มขึ้นเรื่อยมาในวัยเด็กจนถึงวัยรุ่นตอนปลาย ในวัยผู้ใหญ่อัตราการเจริญเติบโตค่อนข้างคงที่ เมื่อถึงวัยสูงอายุการเจริญเติบโตจะเริ่มลดลงไปสู่การเสื่อมถอย ดังนั้น สภาพร่างกายของผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุจึงเสื่อมทรमลงไปตามลำดับ เรียกว่า "แก่ลง" (วรมนต์ ตรีพรหม. 2534 : 22) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่ดำเนินไปสู่ความเสื่อมถอยจะมีทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยที่ในแต่ละคนจะมีมากหรือน้อย เร็วหรือช้าขึ้น ขึ้นอยู่กับพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมของชีวิตที่ผ่านมา (วิฑูร แสงสิงแก้ว. 2533 : 13) ดังที่อีริกสัน (Erikson. 1968) ได้อธิบายถึงพัฒนาการทางจิตสังคมในวัยสูงอายุว่า ผู้สูงอายุอาจมีความรู้สึกถึงความมั่นคงสมบูรณ์ในชีวิต (Sense of Integrity) หรือมีความรู้สึกท้อแท้ ล้มหวัง ขมขื่นใจ (Sense of Despair) ก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในอดีตของช่วงวัยที่ผ่านมาของบุคคลนั้น ถ้าสามารถปรับบุคลิกภาพ และแก้ไขภาวะวิกฤตในแต่ละระยะพัฒนาการได้ จะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าเขาเองมีความสามารถ มีคุณค่า มีความภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้ชีวิตเป็นสุข ในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลนั้นล้มเหลวในการดำเนินชีวิตที่ผ่านมา จะทำให้หมดหวังท้อแท้มากยิ่งขึ้นในวัยสูงอายุ

ดังนั้น ในวัยสูงอายุจึงถือว่าเป็นช่วงเวลาที่สำคัญของชีวิตอีกช่วงเวลาหนึ่ง ซึ่งในปัจจุบันพบว่า ประชากรในวัยนี้ในวันจะมีจำนวนสูงขึ้น อันเนื่องมาจากผลสำเร็จทางการแพทย์ และการสาธารณสุข ส่งผลให้สุขภาพของประชากรดีขึ้น ทำให้อายุขัยเฉลี่ยของประชากรยืนยาวขึ้นกว่าเดิม (กองแผนงานสาธารณสุข. 2535 : 9) ดังจะเห็นได้จากจำนวนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ในปี พ.ศ. 2532 มีจำนวน 3.3 ล้านคน หรือร้อยละ 6 ของประชากรทั้งประเทศ (นภาพร ขรยวรรธ, มาลีณี วงสิทธิ์ และจันทร์เพ็ญ แสงเทียนฉาย. 2532 : 95) ส่วนในปี พ.ศ. 2535 พบว่ามี

จำนวนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปถึง 4,230,000 คน คิดเป็นร้อยละ 7.3 ของประชากร
ทั้งประเทศ (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. 2536 : 1) ซึ่งจะเห็นได้ว่าจำนวนประชากรใน
วัยสูงอายุเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 1.3 เพียงในเวลา 3 ปี เท่านั้น และคาดว่าในปี พ.ศ.2555
ประเทศไทยจะมีประชากรวัยสูงอายุเพิ่มขึ้นเกิน 7 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 10 ของประชากร
ทั้งหมด (นภาพร ขววรรณ, มาลีนิ วงษ์สิทธิ์ และจันทร์เพ็ญ. แสงเทียนฉาย. 2532 : 95)
นอกจากนั้น จากการคาดประมาณอายุขัยเฉลี่ยของประชากร โดยคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจ
และสังคมแห่งชาติ พ.ศ.2529 (กองแผนงานสาธารณสุข. 2535 : 9; อ้างอิงมาจากสำนัก
คณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2529) คาดว่าในปี พ.ศ.2533-2538 อายุขัย
เฉลี่ยของประชากรชายเท่ากับ 63.50 ปี ในประชากรหญิงเท่ากับ 68.75 ปี และในอนาคตอายุขัย
เฉลี่ยของประชากรจะยืนยาวขึ้นอีก

จากสถานการณ์ที่มีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นลำดับและมีอายุยืนยาวมากขึ้น ประกอบกับการ
เปลี่ยนแปลงที่ดำเนินไปสู่ความเสื่อมถอยตามวัยแล้ว สิ่งที่ต้องมองไปในอนาคตก็คือ คุณภาพชีวิตของ
ผู้สูงอายุ ซึ่งต้องส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกานชีวิต (well-being) มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
เพื่อมาช่วยชีวิตที่ยืนยาวออกไปเป็นชีวิตที่ไร้ค่า ไร้ความหมายหรือความตายเท่านั้น เพราะผู้สูงอายุยังมี
คุณค่าและมีประโยชน์ต่อสังคม เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตมากมาย
มีความรู้ความสามารถในด้านใดด้านหนึ่งเป็นอย่างดี มีความสุขุม รอบคอบ มองเห็นการณ์ไกล
คาดการณ์ได้ใกล้เคียงความเป็นจริง มีการตัดสินใจที่ดี (ศึกษา วิโรจน์รัตน์ และลักขณา ธรรมไพโรจน์.
2525 : 49) นอกจากนี้ ผู้สูงอายุบางท่านยังแข็งแรง มีความพร้อมทั้งทางร่างกายและกำลังใจ
ที่ต้องการจะใช้ประโยชน์จากพลังงานและศักยภาพของตนอย่างสูงสุดเท่าที่จะทำได้ (พันธุ์ทิพย์
รามสูต. 2533 : 8) เพราะฉะนั้นการที่ผู้สูงอายุได้กระทำการสิ่งที่ตนต้องการ สามารถตัดสินใจ
ได้ด้วยตนเอง ที่จะดำเนินการกับภาวะการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้บรรลุจุด
มุ่งหมายในชีวิตที่ตั้งไว้ พร้อมทั้งยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ เปิดโอกาสให้ตนเองได้รับ
ประสบการณ์ใหม่ ๆ มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น มีความพึงพอใจในการดำเนินชีวิต ท้าทายชีวิต
อยู่อย่างสง่างามได้อย่างมีความสุข ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นเครื่องชี้ให้เห็นว่าบุคคลนั้นมีความผาสุกานชีวิต
ดังที่ลอว์ตัน (Lawton. 1983 : 85) ได้กล่าวถึงความผาสุกานผู้สูงอายุว่าเป็นพฤติกรรมที่
แสดงออกถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข มองสภาพแวดล้อมอันดี ส่วนแคบและคนอื่น ๆ

(Kapland and others. 1984 : 85) มองว่า ความผาสุกในชีวิตสามารถวัดได้จากการปฏิบัติหน้าที่ประจำวันของบุคคล การประกอบกิจกรรมต่าง ๆ และกิจกรรมต่อสังคม

อย่างไรก็ตามการที่ผู้สูงอายุจะมีความผาสุกในชีวิตมากหรือน้อยนั้น ย่อมต้องมีปัจจัยต่าง ๆ เกี่ยวข้องมากมาย เช่น ปัจจัยทางชีวสังคมของผู้สูงอายุ อันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้าย เพราะในวัยสูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจ แต่การเปลี่ยนแปลงในแต่ละคนจะไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับลักษณะของบุคคลนั้นด้วย (ดวงฤดี ลาสุชะ. 2528 : 4) ดังที่จารุวรรณ เหมะธร และ พิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ (2527 : 68-69) พบว่า เพศมีความสัมพันธ์กับความสามารถทางหน้าที่ร่างกาย โดยที่ผู้สูงอายุเพศชาย มีความสามารถทางหน้าที่ร่างกายดีกว่าผู้สูงอายุหญิง หรืออาจกล่าวได้ว่าผู้สูงอายุชายมีสุขภาพดีกว่าผู้สูงอายุหญิง และการมีสุขภาพดีจะส่งผลให้มีขวัญและกำลังใจสูง (ปรารมภ์ วังสะอาด. 2530 : 50; อ่างอิงมาจาก กมลวรรณ ศิลปกรรมพิเศษ. 2527 : 9) ซึ่งการที่บุคคลมีขวัญและกำลังใจสูง แสดงให้เห็นว่ามีความผาสุกในชีวิตสูง เพราะขวัญและกำลังใจเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ใช้วัดความผาสุกในชีวิตของบุคคลได้ (Stull. 1987 : 100) ดังนั้น เพศ จึงเป็นตัวแปรหนึ่งที่สัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิต ในทางหนึ่งเดียวกับอายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้าย ซึ่งเป็นตัวแปรในปัจจัยทางชีวสังคมของบุคคล อาจส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตได้เช่นกัน กล่าวคือ ผู้สูงอายุนั้นมิได้มีกลุ่มเดียว และมิได้มีลักษณะคล้ายคลึงกัน แต่มีลักษณะแตกต่างกันไปตามช่วงอายุ ซึ่งฟิลด์และมิงค์เลอร์ (Field and Minkler. 1988 : 100) ได้แบ่งผู้สูงอายุเป็น 3 กลุ่ม คือ วัยสูงอายุตอนต้น อายุต่ำกว่า 75 ปี ยังสามารถทำงานได้ตามปกติเหมือนวัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุตอนกลางมีอายุระหว่าง 75-84 ปี วัยสูงอายุตอนปลาย มีอายุตั้งแต่ 85 ปีขึ้นไป และพบว่ากลุ่มผู้สูงอายุตอนต้น มีลักษณะแตกต่างกันมากกับกลุ่มผู้สูงอายุตอนปลาย ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ จึงเลือกศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุวัยต้น ซึ่งมีอายุระหว่าง 60-74 ปี เพราะยังมีความสามารถทำงานได้ตามปกติเช่นวัยผู้ใหญ่ และแบ่งช่วงอายุเป็น 3 ระดับคือ 60-64 ปี 65-69 ปี และ 70-74 ปี ทั้งนี้เพราะจากการศึกษาของ ปาล์มอร์ และคนอื่น ๆ (Palmore and Others. 1984 : 116) ได้ทำการศึกษาผู้ที่เกษียณอายุในระดับอายุต่างกัน ตั้งแต่ 55 ปี ถึง 90 ปี เพื่อดูผลกระทบทางด้านต่าง ๆ ที่มีต่อผู้เกษียณอายุ ได้แก่ สุขภาพ ทัศนคติ ความพึงพอใจ พบว่าผู้ที่มีช่วงอายุก่อน 64 ปี

มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าช่วงอื่น แต่จากการศึกษาของสกอตต์ (Scott. 1982 : 623) พบว่า ผู้ที่เกษียณอายุในช่วงอายุต้น ๆ คือ 60-63 ปี กลับมีผลกระทบทางลบทางด้านต่าง ๆ มากกว่าผู้ที่เกษียณอายุมานานแล้วอาจเป็นเพราะผู้สูงอายุในช่วงอายุต้น ๆ มีปัญหาในด้านการปรับตัวต่อการเกษียณอายุ ดังนั้น จึงเป็นที่น่าสนใจที่จะศึกษาว่าอายุของผู้สูงอายุจะมีผลต่อความผาสุกในชีวิตหรือไม่ และระดับการศึกษา ซึ่งเป็นตัวแปรหนึ่งในการปัจจัยทางชีวสังคมของบุคคล ที่คาดว่าจะส่งผลต่อความผาสุกในชีวิต ทั้งนี้เพราะระดับการศึกษานั้นมีอิทธิพลต่อชนิดของอาชีพ ระดับรายได้ สุขภาพ ค่านิยม รสนิยมและความคิดเกี่ยวกับตนเอง (Self-concept) ดังการศึกษาของ NCOA (มารศรี นุชแสงพลี. 2532 : 27; อ้างอิงมาจาก The Nation Council of The Aging. 1974) พบว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง ยังมีรายได้สูงสุด มีอาชีพทางด้านที่ต้องใช้วิชาชีพ ส่วนผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำจะมีอาชีพด้านการเกษตร การบริการและอาชีพที่ต้องใช้แรงงาน ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตได้ ส่วนสถานภาพสมรส นั้น มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตของคนในด้านความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อ รวมถึงวิธีการปฏิบัติตนตามพัฒนาการของชีวิต (นิภา นิธยาชน. 2520 : 74) โดยเฉพาะในวัยสูงอายุเป็นวัยแห่งการปลดปล่อยจากบุคคลอันเป็นที่รัก ผู้สูงอายุที่ขาดคู่ครอง มักจะรู้สึกเปล่าเปลี่ยว คิดมาก วิตกกังวล และมีการศึกษาพบว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสจะมีความสามารถทางหน้าที่ร่างกายดีกว่าผู้ที่เป็นโสด หม้าย หย่า และแยกกันอยู่ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุที่สูญเสียคู่ชีวิตหรือไม่มีคู่ชีวิต จะขาดผู้ใกล้ชิดที่รู้จักและเข้าใจกันดี มาเป็นเวลานาน ซึ่งจะส่งผลอย่างมากต่อภาวะจิตใจ และอารมณ์ของผู้สูงอายุ (จารุวรรณ เหมะธร และพิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ. 2527 : 68-69) เพราะฉะนั้นผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน อาจส่งผลให้มีความผาสุกในชีวิตต่างกัน และผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่างกัน จะส่งผลให้มีความผาสุกในชีวิตต่างกัน เพราะผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ มักจะเป็นผู้ด้อยโอกาสในด้านต่าง ๆ เมื่อเกิดปัญหาแล้วไม่รู้จะแก้ได้อย่างไร อันก่อให้เกิดความเครียดสูง ดังที่แลง (Lang. 1990) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเครียด การแก้ปัญหาและการปรับตัวของหญิงผิวดำ อายุ 25-45 ปี ที่มีความกดดัน พบว่า กลุ่มหญิงที่มีรายได้ต่ำจะมีความเครียดสูง มีการปรับตัวทางสังคมได้ยาก และมีการแก้ปัญหาได้ต่ำกว่าผู้ที่มีรายได้สูง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงคาดว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงน่าจะมีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่ำกว่า นอกจากนั้นแล้ว ผู้สูงอายุที่เลบประกอบอาชีพแตกต่างกัน ก็อาจส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกในชีวิตแตกต่างกันได้ ดังที่ ประภาพร จินันทุยา (2536)

พบว่า ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจมีคุณภาพชีวิตต่ำกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระที่ไม่ใช่อาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ เช่น อาชีพค้าขาย ธุรกิจ เกษตรกรรม รับจ้าง แม่บ้าน เป็นต้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจมีความรู้สึกว่ายอายุเป็นตัวเลขบทบาททางหน้าที่ที่ทันใด เมื่อมีอายุครบ 60 ปี จึงเป็นการถูกลดบทบาทที่เคยปฏิบัติหน้าที่การทำงาน วันละไม่น้อยกว่า 8 ชั่วโมง แต่ผู้ที่ประกอบอาชีพอิสระนั้น ไม่ต้องการปลดเกษียณ เมื่อมีอายุ 60 ปี ซึ่งบทบาทต่าง ๆ อาจเปลี่ยนแปลงไปบ้าง แต่ก็เป็น การเปลี่ยนแปลงอย่างค่อยเป็นค่อยไป ดังนั้น จึงทำให้ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระไม่เกิดความรู้สึกว่าตนเองถูกลดบทบาทอย่างทันทีทันใด เช่น ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ เพราะฉะนั้น ผู้วิจัยจึงคาดว่า ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจน่าจะมีคุณภาพชีวิตน้อยกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระ

นอกจากปัจจัยทางชีวสังคม อันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรสฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้ายซึ่งผู้วิจัยคาดว่าจะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุแล้วยังมีปัจจัยอื่น ๆ อีก ได้แก่ ความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยทางจิตวิทยาและสังคมที่ผู้วิจัยคาดว่าจะเกี่ยวข้อง กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนี้

ความกลัวสภาพการสูงอายุ (Fear of Personal Aging) เป็นสภาพอารมณ์ของบุคคลที่แสดงถึงความไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ หรือวิตกกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงที่ไม่พึงปรารถนาจากการสูงอายุ (Klemmack and Roff. 1984 : 756) ดังที่ จริยาวัตร คมพัคฆ์ (2525 : 43) ได้กล่าวถึงความกลัวสภาพการสูงอายุ หรือกลัวความแก่ว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์ด้านหนึ่งของผู้สูงอายุ เพราะภาวะสูงอายุจะทำให้ความสามารถ ความจำ ความสวยงามลดลงจะทำให้ถูกหลอหลางรังเกียจ ไม่เอาใจใส่ ไม่เป็นที่นับถือ กลัวเป็นภาระแก่ครอบครัว กลัวไม่มีใครเลี้ยงดู และกลัวความตาย เช่นเดียวกับการศึกษาของ ขนาน หัสศิริ และคนอื่น ๆ (2525) เรื่อง การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ เมื่อกรุงรัตนโกสินทร์ ครบ 200 ปี พ.ศ. 2525 โดยศึกษาในผู้สูงอายุ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 150 คน คณะผู้วิจัยได้สำรวจถึงความกลัว ความวิตกกังวล และความเศร้าของผู้สูงอายุ ผลของการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุจะมีความกลัวเกี่ยวกับสุขภาพ กลัวความยากจน กลัวถูกหลอหลางทอดทิ้ง กลัวคนอื่นดูถูก กลัวจะทำให้ลูกหลานไม่พอใจ และรู้สึกกังวล เมื่อนึกถึงความตาย

หรือกลัวตาย ซึ่งการที่บุคคลเกิดความกลัว จะทำให้รู้สึกไม่สบายใจ เกิดความตึงเครียดขึ้นได้ อันจะส่งผลทำให้ไม่มีความสุขในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุควรเป็นวัยที่มีความสุขสงบทางใจ มีความมั่นคงในชีวิต และไม่กลัวความตาย แต่ถ้าบุคคลนั้นมีความซึมเศร้าเบื่อหน่าย วิตกกังวลหรือกลัวต่อเหตุการณ์หรือการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต อาจส่งผลให้บุคคลนั้นมีความผาสุกในชีวิตปัจจุบันต่ำลงได้ (Klemmack and Roff. 1984 : 756; citing Erikson. 1950)

ส่วนความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) ซึ่งผู้วิจัยคาดว่าจะส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ เนื่องจากการศึกษาของแอนโทนีฟสกี (สมจิต หนูเจริญกุล และคนอื่น ๆ. 2532 : 171; อ้างอิงมาจาก Antonovsky. 1979) ได้ตั้งข้อสังเกตว่าเชลยสงครามที่ถูกกักขังในค่าย และต้องประสบกับเหตุการณ์ต่าง ๆ มากมายที่ก่อให้เกิดความเครียด แต่มีเชลยบางคนยังมีสุขภาพดีทั้งกายและจิต จึงได้ทำการศึกษาศึกษาโดยการสัมภาษณ์เชลยสงครามที่ได้รับบาดเจ็บรุนแรง ทั้งหมด 51 คน ผลการวิเคราะห์คำสัมภาษณ์ พบว่า เชลยสงครามที่มีสุขภาพดีเป็นบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง กล่าวคือ เป็นบุคคลที่มีความรู้สึกเชื่อมั่นว่า ไม่ว่าจะมีเหตุการณ์ใด ๆ เกิดขึ้นทั้งภายในตัวเอง และสิ่งแวดล้อมภายนอกก็สามารถจะทนายได้ และทุกสิ่งทุกอย่างจะคลี่คลายลงตามที่คาดหวังไว้ ซึ่งความรู้สึกนี้เป็นปัจจัยสำคัญที่เอื้อต่อการจัดการ หรือหลีกเลี่ยงกับภาวะเครียดที่เกิดขึ้น ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงหรือความผันผวนต่าง ๆ ในชีวิต จึงสามารถทรงความมีสุขภาพดี และมีความผาสุกในชีวิตอยู่ได้

ดังนั้น ในวัยสูงอายุเป็นวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียดแก่ผู้สูงอายุ และเป็นความเครียดที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ เนื่องจากเป็นกระบวนการของการสูงอายุ (Aging Process) ที่ต้องเกิดขึ้นกับทุกคนเมื่อถึงวัยนี้ (จงรักษ์สุภกิจเจริญ. 2527 : 1) แต่สิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดอย่างเดียวกัน อาจให้ผลลัพธ์ที่แตกต่างกัน เนื่องจากความเข้มแข็งในการมองโลกของแต่ละบุคคลแตกต่างกันไป (กิงสตาล สุทธิวิศรีสรรค์. 2535 : 63; อ้างอิงมาจาก Antonovsky. 1987) แนวคิดนี้นำไปสู่การอธิบายการปรับตัวที่เกิดขึ้นได้ ซึ่งจะส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุแตกต่างกัน

การสนับสนุนทางสังคม (Social Support) เป็นปัจจัยหนึ่งที่คาดว่าจะส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ เพราะวัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น อันเนื่อง

จากวัยนี้มีการสูญเสียความสามารถในการช่วยตนเอง (จินตนา บุญพันธ์. 2529 : บทนำ) อีกทั้งมีความเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ มีความรู้สึกหวาดระแวง หือแท้ ผิดหวัง ขาดสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมจัดเป็นสิ่งที่ช่วยทดแทนการสูญเสียและการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุได้ จึงนับได้ว่าการสนับสนุนทางสังคมมีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ (Talbot. 1985 : 42) เพราะการสนับสนุนทางสังคมทำให้บุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการด้านต่าง ๆ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เช่น การได้รับความช่วยเหลือด้านเงินทอง สิ่งของ การได้รับการดูแลเอาใจใส่ และการได้รับความเคารพยกย่องจากผู้อื่น ซึ่งมีผลต่อด้านจิตใจและอารมณ์ ทำให้เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้บุคคลดำรงชีวิตอยู่ได้ การที่บุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานอย่างเพียงพอ จะเกิดความมั่นใจในตนเอง มีอารมณ์ที่มั่นคง เมื่อมีปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ ก็สามารถควบคุมตนเองได้ และแก้ปัญหาได้ตรงจุด การสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำหรือไม่มีเลย จะทำให้บุคคลเกิดความเครียดหรือส่งผลในทางลบต่อสุขภาพ แต่ความเครียดจะลดลงเมื่อการสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้น (Mc Nett. 1987 : 98-102) และจากการศึกษาของ ฉวีวรรณ แก้วพรหม (2530) พบว่า การสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุนิยมผู้สูงอายุ ซึ่งการมีสุขภาพจิตที่ดี มีความพึงพอใจ ต่อคุณลักษณะตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง จะส่งผลต่อการทำงานของจิตใจในแง่บวก เพราะคนที่มีสุขภาพจิตดี มักจะมีความรู้สึกที่ดี เห็นอกเห็นใจต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน มีความรักและมีมิตรภาพที่ดี ให้แก่ผู้อื่นเสมอ ซึ่งถือว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญส่วนหนึ่งของความผาสุกในชีวิต (Ryff. 1989 : 1074) สอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่า มนุษย์ทุกเพศทุกวัยจะมีความสุข และประสบความสำเร็จมากที่สุดเมื่อเขาเชื่อมั่นว่า เขามีบุคคลซึ่งจะให้ความช่วยเหลือเมื่อประสบความยากลำบาก (Jenkins and Westhus. 1981 : 114) ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคมน่าที่จะส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุเช่นกัน -

การระลึกถึงความหลัง (Reminiscence) เป็นปัจจัยหนึ่งที่ผู้วิจัยคาดว่าจะส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เพราะในวัยสูงอายุเป็นวัยที่มีแนวโน้มจะระลึกถึงความหลังมากกว่าวัยอื่น ๆ เพราะบุคคลวัยนี้เริ่มที่จะประเมินถึงสิ่งต่าง ๆ ที่ผ่านมานอดีตว่าประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวมากน้อยเพียงใด ถ้าหากผู้สูงอายุระลึกถึงอดีตที่ผ่านมาด้วยความชื่นชม ย่อมส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตทางด้านบวก แต่ในทางตรงกันข้าม เมื่อคิดถึงอดีตแล้ว มีแต่ความล้มเหลว

ก็จะรู้สึกท้อแท้ ล้มหวัง ความพึงพอใจในชีวิตย่อมลดลง (สาธิตา ใจบุญงาม. 2533 : 17; อ้างอิงมาจาก Keawkungwal. 1984; citing Lewis and Butler. 1974) ดังการศึกษาของศรีเรือน แก้วกังวาล (2533 : 1-13) พบว่า การระลึกถึงความหลังมีความสัมพันธ์กับความพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ และสามารถเป็นตัวทำนายความพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้เป็นอันดับที่หนึ่ง ดังนั้น ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงคาดว่า การระลึกถึงความหลังมีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครเช่นกัน เพราะความพอใจในชีวิตเป็นองค์ประกอบหนึ่งของความผาสุกในชีวิต

ดังนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยต้องการหาคำตอบว่าปัจจัยใดบ้างที่จะส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร โดยทำการศึกษาเพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยดังกล่าว อันได้แก่ ความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคมกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ซึ่งการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้เพราะชมรมผู้สูงอายุเป็นศูนย์รวมของผู้สูงอายุเป็นสถานที่ ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุมีการพบปะกับบุคคลวัยเดียวกัน มีกิจกรรมร่วมกัน และยังเป็นผู้สูงอายุที่อยู่ในสภาพปกติ คืออยู่กับครอบครัว และมีกิจกรรมทางสังคมบ้าง นอกจากนั้นชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครยังมีหลายแห่ง ทำให้ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง สามารถที่จะเป็นตัวแทนของประชากรผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครได้ พร้อมทั้งยังสามารถทำให้ผู้วิจัยสามารถเก็บรวบรวมข้อมูลที่เป็นจริงตามธรรมชาติมากกว่าผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานที่บางแห่ง เช่น ผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา หรือผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาล เพราะอาจทำให้ได้รับข้อมูลที่บิดเบือนไปจากข้อเท็จจริงที่ควรเป็น อันจะส่งผลให้ไม่สามารถนำผลการศึกษามาใช้กับผู้สูงอายุที่เป็นปกติในกลุ่มต่อไปได้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคมและปัจจัยทางชีวสังคม อันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ในกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพครั้งสุดท้าย และการระลึกถึงความหลังของผู้สูงอายุ
4. เพื่อค้นหาตัวแปรที่สามารถทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร โดยมีความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม อันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ เป็นตัวแปรทำนาย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบว่าผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครมีความผาสุกในชีวิตอยู่ในระดับใด เพื่อนำไปเป็นแนวทางในการปรับปรุงให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกในชีวิตมากขึ้น
2. ทำให้ทราบว่าตัวแปรต่อไปนี้ อันได้แก่ความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม ซึ่งประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจและอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ ตัวแปรใดที่เอื้อหรือขัดขวางต่อการส่งเสริมความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ อาทิเช่น บุตรหลานของผู้สูงอายุ สมาชิกในครอบครัวของผู้สูงอายุ องค์กรหรือชมรมที่รับผิดชอบ

เกี่ยวกับผู้สูงอายุ รวมทั้งตัวผู้สูงอายุเองและบุคคลที่อยู่ในวัยหนุ่มสาวหรือวัยกลางคน ได้นำมาใช้ ในการวางแผน ส่งเสริมหรือแก้ไขปัจจัยดังกล่าว ทำให้ผู้สูงอายุมีความพาสถานะชีวิตมากขึ้น และ บุคคลที่อยู่ในวัยหนุ่มสาวหรือวัยกลางคน ได้เตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุที่มีความพาสถานะชีวิต

3. ข้อมูลที่ได้จากการเปรียบเทียบความแตกต่างของความพาสถานะชีวิตกับปัจจัยทาง ชีวิตสังคมของผู้สูงอายุ จะเป็นแนวทางแก่ผู้ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุที่จะทราบว่าประชากรผู้สูงอายุ กลุ่มใด ควรส่งเสริมให้มีความพาสถานะชีวิต เช่น เมื่อผลการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุเพศหญิงมีความ พาสถานะชีวิตน้อยกว่าผู้สูงอายุเพศชาย ดังนั้น ในการจัดโครงการเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความ พาสถานะชีวิต จึงควรมุ่งความสนใจและให้ความสำคัญแก่ผู้สูงอายุเพศหญิงมากขึ้น เป็นต้น

4. ทำให้ทราบถึงตัวแปรที่สำคัญในการพยากรณ์ความพาสถานะชีวิตของผู้สูงอายุในชมรม ผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร และนำผลการวิจัยไปเป็นแนวทางในการส่งเสริมความพาสถานะชีวิต ของผู้สูงอายุ เช่น ให้การสนับสนุนทางสังคมแก่ผู้สูงอายุให้มากขึ้น ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความ เข้มแข็งในการมองโลก และมีการระลึถึงความหลัง พร้อมทั้งลดความกลัวสภาพการสูงอายุ โดย ให้ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ได้แก่ ข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ในวัยสูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิด ความรู้สึกว่าการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุนั้น เป็นการเปลี่ยนแปลงไปตามกระบวนการสูงอายุ สามารถจะอธิบายเหตุและผลของการเปลี่ยนแปลง นั้นได้ และสามารถคาดการณ์ล่วงหน้าได้ พร้อมทั้งให้คำแนะนำต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุต้องการทราบ อันจะเป็นแนวทางให้ผู้สูงอายุมีความ เข้มแข็งในการมองโลกมากขึ้น และลดความกลัวสภาพการ สูงอายุลงได้ อันจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความพาสถานะชีวิตมากขึ้น

5. เพื่อนำผลการวิจัยไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการทำวิจัยเรื่องต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ ในอนาคตต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ในการศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยมีขอบเขตการศึกษาดังนี้

1. ประชากร เป็นผู้สูงอายุทั้งชายและหญิง ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปี ถึง 74 ปี เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร มีสุขภาพแข็งแรง มาเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุได้อย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 วัน ในปี พ.ศ.2536 ซึ่งมีจำนวนสมาชิกทั้งหมด 2,450 คน ภายใตชมรมผู้สูงอายุทั้งหมด 13 ชมรม

2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้สูงอายุทั้งชายและหญิง อายุตั้งแต่ 60 ปี ถึง 74 ปี โดยการสุ่มมาจากประชากรผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร จำนวน 280 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 การศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปร มีตัวแปรที่ศึกษาดังนี้

3.1.1 ความกล้วสภาพการสูงอายุ

3.1.2 ความเข้มแข็งในการมองโลก

3.1.3 การระลึกถึงความหลัง

3.1.4 การสนับสนุนทางสังคม

3.1.5 ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส สถานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้าย

3.1.6 ความผาสุกในชีวิต

3.2 การศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่าง มีตัวแปรที่ศึกษาดังนี้

3.2.1 ตัวแปรต้น (Independent Variable) ได้แก่

3.2.1.1 เพศ แบ่งเป็น

- เพศชาย

- เพศหญิง

3.2.1.2 อายุ แบ่งเป็น

- อายุ 60-64 ปี

- อายุ 65-69 ปี

- อายุ 70-74 ปี

3.2.1.3 ระดับการศึกษา แบ่งเป็น

- ระดับต่ำ
- ระดับปานกลาง
- ระดับสูง

3.2.1.4 สถานภาพสมรส แบ่งเป็น

- มีคู่
- ไม่มีคู่

3.2.1.5 ฐานะทางเศรษฐกิจ แบ่งเป็น

- ระดับต่ำ
- ระดับปานกลาง
- ระดับสูง

3.2.1.6 อาชีพครั้งสุดท้าย แบ่งเป็น

- อาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ
- อาชีพอิสระที่ไม่ได้รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ

3.2.1.7 การระลึกถึงความหลัง แบ่งเป็น

- การระลึกถึงความหลังทางด้านบวก
- การระลึกถึงความหลังทางด้านลบ

3.2.2 ตัวแปรตาม คือ ความผาสุกในชีวิต

3.3 การศึกษาอิทธิพลของการทำนายความผาสุกในชีวิต มีตัวแปรที่ศึกษาดังนี้

3.3.1 ตัวแปรเกณฑ์ คือ ความผาสุกในชีวิต

3.3.2 ตัวแปรทำนาย คือ ปัจจัยทางชีวสังคม ความกลัวสภาพการสูงอายุ

ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคม

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุอยู่ระหว่าง 60 ปี ถึง 74 ปี
2. อายุ หมายถึง อายุจริงของผู้สูงอายุ ซึ่งคิดเป็นจำนวนปีเต็มตามปฏิทินจากปีเกิด
3. ระดับการศึกษา หมายถึง วุฒิการศึกษาสูงสุดที่ผู้สูงอายุได้รับ แบ่งเป็น 3 ระดับ
 - 3.1 ระดับต่ำ หมายถึง ไม่ได้รับการศึกษาจนถึงได้รับการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 4
 - 3.2 ระดับปานกลาง หมายถึง ได้รับการศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาจนถึงชั้นมัธยมศึกษา
 - 3.3 ระดับสูง หมายถึง ได้รับการศึกษาระดับอาชีวศึกษาถึงระดับอุดมศึกษา
4. สถานภาพสมรส หมายถึง ฐานะหรือตำแหน่งทางสังคม เกี่ยวกับการมีคู่ครองหรือการใช้ชีวิตร่วมกันเป็นสามีภรรยา แบ่งเป็น
 - 4.1 คู่ หมายถึง ผู้สูงอายุที่ยังมีสามีหรือภรรยาอยู่ด้วยกันในปัจจุบัน
 - 4.2 ไม่มีคู่ หมายถึง ผู้สูงอายุที่ไม่มีสามีหรือภรรยาอยู่ด้วยกันในปัจจุบัน ได้แก่ รัสด หม้าย หย่า และแยกกันอยู่
5. ฐานะทางเศรษฐกิจ หมายถึง สภาพทางการเงินที่ผู้สูงอายุรายงานเกี่ยวกับรายได้และรายจ่าย แบ่งเป็น 3 ระดับ
 - 5.1 ระดับต่ำ หมายถึง สภาพทางการเงินที่ผู้สูงอายุรายงานว่า รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย
 - 5.2 ระดับปานกลาง หมายถึง สภาพทางการเงินที่ผู้สูงอายุรายงานว่า รายได้มีเพียงพอกับรายจ่าย
 - 5.3 ระดับสูง หมายถึง สภาพทางการเงินที่ผู้สูงอายุรายงานว่า รายได้มากกว่ารายจ่าย
6. อาชีพครั้งสุดท้าย หมายถึง บทบาทในตำแหน่งหน้าที่ของการประกอบอาชีพที่ผู้สูงอายุเคยได้กระทำอยู่ในช่วงก่อนอายุ 60 ปี แบ่งเป็น
 - 6.1 อาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ

6.2 อาชีพอิสระที่ไม่ได้รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ เช่น ค้าขาย ธุรกิจ
เกษตรกรรม รับจ้าง แม่บ้าน เป็นต้น

นิยามศัพท์ปฏิบัติการ

1. ความผาสุกานชีวิต (well-being) หมายถึง ความรู้สึกพอใจและมีความสุขาน
ชีวิตของแต่ละบุคคล โดยที่บุคคลนั้นมีการรับรู้และใช้สติปัญญา ประมวลภาพรวมตามความเป็นจริง
ที่ตนเผชิญอยู่ แล้วทำการตัดสินใจด้วยตนเองต่อการดำเนินชีวิตในมิติต่าง ๆ ดังนี้

1.1 การยอมรับตนเอง (Self Acceptance) หมายถึง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง
ยอมรับด้านต่าง ๆ ของตนทั้งในส่วนที่ดีและไม่ดี

1.2 การมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น (Positive Relation with Others)
หมายถึง ใ่วางใจในสัมพันธภาพที่มีกับผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ เข้าใจการให้และการ
รับที่พึงมีต่อกันกับผู้อื่น ไม่มีการกระทำที่แสดงถึงความเป็นศัตรูกับผู้อื่น

1.3 ความเป็นตัวของตัวเอง (Autonomy) หมายถึง มีการตัดสินใจด้วยตนเอง
มีความคิดและกล้ากระทำในสิ่งที่ตนเห็นว่าดีที่สุดแล้ว

1.4 ความสอดคล้องกันระหว่างความปรารถนาและการได้รับการตอบสนองตาม
เป้าหมาย (Congruence Between Desired and Achieved Goal) หมายถึง มีความรู้สึก
ว่าความต้องการหรือความปรารถนาที่ใ้ตั้งไว้บรรลุตามเป้าหมาย

1.5 ความรู้สึกร่าเริงเบิกบานใจในการดำเนินชีวิต (Zest for Life) หมายถึง
มีความกระตือรือร้นในการทำกิจวัตรประจำวัน มีการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม และพอใจในสภาพ
ที่เป็นอยู่

1.6 การมีพัฒนาการทางศักยภาพของบุคคล (Personal Growth) หมายถึง
มีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนให้มีประสิทธิภาพ ตามความสามารถของตนอย่างสูงสุด
โดยเปิดโอกาสให้ตนเองรับรู้ประสบการณ์ใหม่ ๆ

สำหรับแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวความคิดที่เกี่ยวกับความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งนักวิชาการต่างประเทศได้ทำการศึกษาไว้คือ ลอว์ตัน (Lawton. 1983) และริฟ (Ryff. 1989) นำมาสร้างเป็นแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 หน่วย ตั้งแต่ "เห็นด้วยมากที่สุด" จนถึง "ไม่เห็นด้วย" มีข้อความทั้งหมด 20 ข้อ เป็นข้อความที่มีความหมายทางบวก และข้อความที่มีความหมายทางลบ ซึ่งจะให้คะแนนในข้อความที่มีความหมายทางบวก จาก 4 คะแนน เมื่อตอบว่า "เห็นด้วยมากที่สุด" และให้คะแนนลดลงเป็น 3, 2 จนถึง 1 คะแนน เมื่อตอบว่า "ไม่เห็นด้วย" ส่วนข้อความที่มีความหมายทางลบจะให้คะแนนตรงกันข้ามกับข้อความที่มีความหมายทางบวก ผู้ตอบที่ได้คะแนนจากแบบสัมภาษณ์สูง แสดงว่ามีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนต่ำกว่า

เกณฑ์การตัดสินระดับความพึงพอใจในชีวิต

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00-1.49 หมายถึง มีความพึงพอใจในชีวิตในระดับน้อย

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.50-2.49 หมายถึง มีความพึงพอใจในชีวิตในระดับปานกลางค่อนข้างน้อย

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.50-3.49 หมายถึง มีความพึงพอใจในชีวิตในระดับปานกลางค่อนข้างมาก

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.50-4.00 หมายถึง มีความพึงพอใจในชีวิตในระดับมาก

ส่วนในการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวสังคมกับความพึงพอใจในชีวิต

ผู้วิจัยใช้คะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม ($\bar{x}$) เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่ม ดังนี้

ถ้าได้คะแนนน้อยกว่า $\bar{x} - 1$ S.D. แสดงว่า มีความพึงพอใจในชีวิตน้อย

ถ้าได้คะแนนระหว่าง $\bar{x} \pm 1$ S.D. แสดงว่า มีความพึงพอใจในชีวิตปานกลาง

ถ้าได้คะแนนมากกว่า $\bar{x} + 1$ S.D. แสดงว่า มีความพึงพอใจในชีวิตมาก

2. ความกลัวสภาพการสูงอายุ (Fear of Personal Aging) หมายถึง สภาพอารมณ์ของบุคคลที่แสดงถึงความไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ กลัว หรือกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการสูงอายุทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม เช่น การเสื่อมสภาพของร่างกาย การเจ็บป่วย การตาย การถูกทอดทิ้ง ขาดการเอาใจใส่จากบุตรหลาน การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียรายได้ การสูญเสียบทบาททางสังคม และการสูญเสียการยอมรับของสังคม

สำหรับแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความกลัวสภาพการสูงอายุ ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิด จากตัวอย่างข้อความแบบวัดความกลัวสภาพการสูงอายุ ของ เคลมแมค และรอฟ (Klemmack and Roff. 1984 : 756) จำนวน 5 ข้อ และผู้วิจัยสร้างเพิ่มขึ้นอีก 5 ข้อ รวมเป็น 10 ข้อ โดยเรียบเรียงข้อความเป็นประโยคบอกเล่าที่แสดงให้เห็นถึงความไม่สบายใจ ความกระวนกระวายใจ วิตกกังวล กลุ่มใจ ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงจากการสูงอายุทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม และให้ผู้ตอบแสดงความรู้สึกที่มีต่อประโยคข้อความดังกล่าว จำนวน 10 ข้อ อันประกอบด้วยมาตรวัด ประมาณค่า 4 หน่วย จาก "เป็นความจริงมากที่สุด" แล้วให้คะแนนลดลงไปจนถึง 1 คะแนน เมื่อตอบว่า "ไม่เป็นความจริงเลย" คะแนนความกลัวสภาพการสูงอายุของผู้ตอบแต่ละคน จึงมีพิสัยอยู่ ระหว่าง 10-40 คะแนน ผู้ตอบที่ได้คะแนนสูง ถือว่าเป็นผู้ที่มีความกลัวสภาพการสูงอายุมากกว่า ผู้ตอบที่ได้คะแนนต่ำกว่า

3. ความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) หมายถึง คุณลักษณะของ บุคคลที่แสดงให้เห็นถึงความสามารถในการเผชิญกับสภาวะการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมี เหตุมีผลโดยมองว่าสภาวะการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถ เกิดขึ้นอย่างมีระบบ ระเบียบ สามารถจะทำนายและคลี่คลายลงได้ตามที่คาดหวังไว้ โดยมีการนำเอาแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ ในสภาวะนั้น ๆ มาใช้ในการเผชิญกับสภาวะการณ์นั้น ๆ ได้อย่างคุ้มค่า

สำหรับแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความเข้มแข็งในการมองโลก ผู้วิจัยได้ดัดแปลงข้อความและ สเกลในการวัดมาจากแบบวัดความเข้มแข็งในการมองโลก ซึ่ง สมจิต หนูเจริญกุล, ประทอง อินทรสมบัติ และพรรณวดี พุฒวนะ (2532) ได้นำมาใช้วัดความเข้มแข็งในการมองโลกของ อาจารย์พยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล และมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยเป็นแบบวัดซึ่งประกอบด้วย จำนวนข้อคำถามทั้งหมด 29 ข้อ ในแต่ละข้อประกอบมาตราประเมินค่า 7 หน่วย ในตำแหน่งหมายเลข 1 และหมายเลข 7 จะมีข้อความที่บ่งบอกลักษณะตรงกันข้าม ตัวเลขตรงกลาง 2 ถึง 6 จะชี้ถึง ความมากน้อยของความรู้สึกนึกคิดของผู้ตอบ โดยอาศัยข้อความในตำแหน่งเลข 1 และเลข 7 เป็นหลัก ซึ่งงานการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดัดแปลงข้อความและมาตราประเมินค่า เพื่อให้ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้เข้าใจข้อคำถามได้ง่ายขึ้น โดยผู้วิจัยได้ดัดแปลงจาก ข้อความ ซึ่งเป็นประโยคคำถามแบบวัดชุดเดิม มาเป็นประโยคบอกเล่า ซึ่งมีความหมายทาง บวกและความหมายทางลบ จำนวนทั้งหมด 19 ข้อ ในแต่ละข้อประกอบด้วยมาตราประเมินค่า

4 หน่วย คือ "จริงมากที่สุด" "จริงเป็นส่วนมาก" "จริงเป็นส่วนน้อย" และ "ไม่เป็นจริงเลย" ส่วนการให้คะแนนในข้อความที่มีความหมายทางบวก ผู้ตอบที่เลือก "จริงมากที่สุด" จะได้คะแนน 4 คะแนน และจะให้คะแนนลดลงไปเป็น 1 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือก "ไม่เป็นจริงเลย" ดังนั้น พิสัยของคะแนนจึงอยู่ระหว่าง 19 ถึง 76 คะแนน ผู้ตอบที่ได้คะแนนสูงถือว่าเป็นผู้ที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนต่ำกว่า

4. การระลึกถึงความหลัง (Reminiscence) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่เกิดจากการคิดถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาแล้วในอดีต ซึ่งอยู่ในความทรงจำของบุคคลนั้น โดยแบ่งออกเป็น 2 ด้านคือ

4.1 การระลึกถึงความหลังทางด้านบวก หมายถึง การที่บุคคลได้คิดถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาแล้วในอดีตด้วยความชื่นชม ยินดีต่อตนเองและผู้อื่นทั้งในด้านหน้าที่การงาน ชีวิตรัก ชีวิตครอบครัว ความสำเร็จต่าง ๆ ในอดีตที่ผ่านมา

4.2 การระลึกถึงความหลังทางด้านลบ หมายถึง การที่บุคคลได้คิดถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาแล้วในอดีตด้วยความรู้สึกละอาย เศร้าใจ ผิดหวังในตนเองและผู้อื่น เห็นตนเองต่ำต้อย เสียดเสียใจ สักดึศรี เกลียดชังสังคมและโลก

การวัดการระลึกถึงความหลัง ผู้วิจัยดัดแปลงข้อความบางข้อและมาตรวัดมาจากแบบวัดการระลึกถึงความหลังของ สาลิกา รัชวบุญงาม (2533) ที่ใช้วัดการระลึกถึงความหลังในกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 40-60 ปี เป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประเมินค่า 3 หน่วย ตั้งแต่ "ไม่เคยเกิดขึ้นเลย" จนถึง "เกิดขึ้นเสมอ" มีจำนวนข้อความทั้งหมด 10 ข้อ ซึ่งข้อความในแบบวัดชุดเดิมจะมีข้อความที่มีความหมายทางบวก และข้อความที่มีความหมายทางลบจำนวนไม่เท่ากัน แต่ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดัดแปลงข้อความในแบบวัดการระลึกถึงความหลังให้มีจำนวนข้อความที่มีความหมายทางบวกเท่ากับ ข้อความที่มีความหมายทางลบ คือมีจำนวนด้านละ 5 ข้อ เพื่อที่จะทำการทราบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้ มีแนวโน้มการระลึกถึงความหลังทางด้านใด โดยการให้คะแนนเช่นเดียวกันทั้งข้อความที่มีความหมายทางบวก และข้อความที่มีความหมายทางลบ กล่าวคือ ให้คะแนน 1 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "ไม่เคยเกิดขึ้นเลย" ให้คะแนน 2 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "เกิดขึ้นบางครั้ง" และให้คะแนนเพิ่มขึ้นเป็น 3 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "เกิดขึ้นเสมอ" ผู้ตอบที่ได้คะแนนสูงจากแบบสัมภาษณ์ถือว่ามี การระลึกถึงความหลังมากกว่า

ผู้ตอบที่ได้คะแนนต่ำกว่า แล้วน่าจะแนะนำพิจารณาในแต่ละด้าน ถ้าผู้ตอบได้คะแนนจากข้อความทางด้านบวกมากกว่าคะแนนจากข้อความทางด้านลบ ถือว่ามีการระลึกถึงความหลังทางด้านบวก ส่วนผู้ตอบที่ได้คะแนนจากข้อความทางด้านลบมากกว่าข้อความทางด้านบวก ถือว่ามีการระลึกถึงความหลังด้านลบ

5. การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การได้รับการตอบสนองความต้องการจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลในกลุ่มสังคมของตน ซึ่งการตอบสนองความต้องการที่ได้รับมี 5 ด้าน ดังนี้

5.1 การตอบสนองความต้องการด้านอารมณ์ หมายถึง การได้รับความรัก การดูแล เอาใจใส่ มีความใกล้ชิดสนิทสนม ความผูกพันและความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

5.2 การตอบสนองความต้องการด้านการได้รับการยอมรับ ยกย่อง มีผู้เห็นคุณค่า หมายถึง ได้รับการทักทายและได้รับการแสดงความเคารพจากผู้อื่น การยอมรับต่อการแสดงออก การได้รับการให้อภัย และให้โอกาสปรับปรุงตนเอง

5.3 การตอบสนองในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของสังคม หมายถึง ความรู้สึกที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคม การปฏิบัติสัมพันธ์กับสังคมและความรู้สึกเป็นเจ้าของในสังคมของตน

5.4 การได้รับความช่วยเหลือด้านเงินทอง สิ่งของ แรงงาน หมายถึง การได้รับความช่วยเหลือด้านเงินทองสิ่งของเครื่องใช้ ตลอดจนการช่วยเหลือต่าง ๆ

5.5 การได้รับความช่วยเหลือด้านข้อมูล ข่าวสาร หมายถึง การได้รับข้อมูลข่าวสาร หรือคำแนะนำต่าง ๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิต

สำหรับแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยได้ดัดแปลงมาจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม ของ จ.วิวรรณ แก้วพรหม (2530) ที่สร้างขึ้นเพื่อวัดเกี่ยวกับชนิดและปริมาณของการสนับสนุนทางสังคมที่ผู้สูงอายุรับรู้ต่อการได้รับการตอบสนองความต้องการจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลในกลุ่มสังคมของตน มีจำนวนข้อทั้งหมด 17 ข้อ ซึ่งข้อความในแบบสัมภาษณ์เป็นมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับ คือ "มาก" "ปานกลาง" และ "น้อย" โดยให้คะแนนจาก 3 คะแนน เมื่อตอบว่า "มาก" และลดลงเป็น 2 คะแนน เมื่อตอบว่า "ปานกลาง" จนถึง 1 คะแนน เมื่อตอบว่า "น้อย" ผู้ตอบที่ได้คะแนนสูงถือว่าการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนต่ำกว่า

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร" ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งมีอยู่หลายด้าน ดังนั้น จึงได้นำเสนอตามหัวข้อเป็นลำดับดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
2. ความผาสุกในชีวิต
3. ปัจจัยทางชีวสังคมกับความผาสุกในชีวิต
4. ความกลัวสภาพการสูงอายุ
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความกลัวสภาพการสูงอายุกับความผาสุกในชีวิต
6. ความเข้มแข็งในการมองโลก
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลกและความผาสุกในชีวิต
8. การสนับสนุนทางสังคม
9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคมและความผาสุกในชีวิต
10. การระลึกถึงความหลัง
11. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการระลึกถึงความหลังและความผาสุกในชีวิต

แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ทฤษฎีการสูงอายุ

การสูงอายุ เป็นการเปลี่ยนแปลง ซึ่งเกิดขึ้นเป็นธรรมดาในสิ่งมีชีวิตที่มีวิวัฒนาการแล้ว ภายใต้อาณัติของสภาวะแวดล้อมต่าง ๆ และจะเปลี่ยนแปลงมากขึ้นตามอายุ (จงรักษ์ สุภกิจเจริญ).

2527 : 18; อ้างอิงมาจาก Birren and Renner. 1977 : 4-5) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในบุคคลนั้นจะดำเนินไปอย่างค่อยเป็นค่อยไป กล่าวคือ บุคคลจะไม่มี การเปลี่ยนแปลงจากวัยหนึ่งไปยังอีกวัยหนึ่งอย่างทันทีทันใด (ชูศรี วงษ์เครือวัลย์. 2533 : 47) ดังนั้น จึงเป็นการยากที่จะกำหนดว่าบุคคลใดอยู่ในวัยสูงอายุ เพราะฉะนั้นการที่จะกำหนดว่าผู้ใดอยู่ในวัยสูงอายุนั้น อาจพิจารณาจากการสูงอายุตามเกณฑ์ดังต่อไปนี้ (ดวงฤดี ลาสุชะ. 2528 : 11-12; อ้างอิงมาจาก Hall. 1976 : 3-4)

1. การสูงอายุตามวัย (Chronological Aging) หมายถึง การสูงอายุตามปีปฏิทิน โดยนับจากปีที่เกิดเป็นต้นไป ซึ่งจะบอกได้ทันทีว่าใครมีอายุน้อยเพียงใด
 2. การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological Aging) เป็นการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย เนื่องจากประสิทธิภาพการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายลดน้อยลง เป็นผลมาจากความเสื่อมตามกระบวนการสูงอายุ ซึ่งเป็นไปตามอายุขัย (Life Span) ของแต่ละบุคคล
 3. การสูงอายุตามสภาพจิตใจ (Psychological Aging) จะมีการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่ของการรับรู้ แนวความคิด ความจำ การเรียนรู้ ความสนใจ และลักษณะของบุคลิกภาพที่ปรากฏในระบะต่าง ๆ ของชีวิตแต่ละคนที่มีอายุเพิ่มขึ้น ซึ่งผู้ที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้สูงอายุจะมีลักษณะใจน้อย ยึดมั่นกับความคิดของตนเป็นหลัก ไม่ยอมรับผู้อื่น ไม่ค่อยยอมรับความรู้ใหม่ ๆ หรือการเปลี่ยนแปลงใด ๆ อารมณ์ไม่มั่นคง ใจจู้จี้ ขี้บ่น และถือตัว (เกษม ต้นติผลาชีวะ และกุลยา ต้นผลาชีวะ. 2528 : 1-2)
 4. การสูงอายุตามสภาพของสังคม (Sociological Aging) จะมีการเปลี่ยนแปลงในบทบาทหน้าที่ ทาหน้าที่มีสถานะทางสังคมกว้างขึ้น แต่ก็ขึ้นอยู่กับว่ามีปฏิสัมพันธ์กับสังคมของบุคคลนั้นด้วย
- อย่างไรก็ตาม การใช้อายุตามปีปฏิทิน จะเป็นมาตรการอันดับแรกที่จะตัดสินว่าผู้ใดอยู่ในวัยสูงอายุ โดยมีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป (ดวงฤดี ลาสุชะ. 2528 : 12) ซึ่งการแบ่งช่วงวัยของผู้สูงอายุนั้นจะมีลักษณะแตกต่างกันไปตามอายุ สุขภาพ และสิ่งแวดล้อม ดังที่ฟิลด์และมิงค์เลอร์ (Field and Minkler. 1988 : 100) ศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุจะมีลักษณะแตกต่างกันไปตามช่วงอายุ ซึ่งแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ
1. วัยสูงอายุตอนต้น (Young-old Age) คือผู้สูงอายุที่มีอายุต่ำกว่า 75 ปี ซึ่งผู้สูงอายุ

ในช่วงวัยนี้จะเป็นวัยที่สามารถทำงานได้ตามปกติเหมือนตอนวัยผู้ใหญ่กลางคน

2. วัยสูงอายุตอนกลาง (Old-old Age) คือผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 75 ปี ถึง 84 ปี

3. วัยสูงอายุตอนปลาย (Oldest-old Age) คือผู้สูงอายุที่มีอายุที่มีอายุตั้งแต่ 85 ปีขึ้นไป

ส่วนการแบ่งช่วงอายุตามการคาดประมาณโครงสร้างอายุประชากร จะแบ่งช่วงอายุเป็นช่วงละ 5 ปี กล่าวคือ ในวัยสูงอายุจะเริ่มตั้งแต่อายุ 60-64 ปี, 65-69 ปี, 70-74 ปี และ 75 ปีขึ้นไป (กองแผนงานสาธารณสุข. 2535 : 1)

จากการที่มีผู้ให้ความสนใจ และอธิบายถึงความแตกต่างของการสูงอายุ ทำให้เกิดทฤษฎีเกี่ยวกับการสูงอายุมากมาย ซึ่งอีเบอร์ซอล และเฮส (ฉวีวรรณ แก้วพรหม. 2530 : 26-28; อ้างอิงมาจาก Ebersole and Hess. 1981 : 32-33) ได้สรุปทฤษฎีของการสูงอายุไว้ดังนี้

1. ทฤษฎีวิวัฒนาการ (Evolution Theory) เน้นคนเป็นสิ่งมีชีวิต ที่มีการวิวัฒนาการอยู่เสมอ และจะอยู่รอดได้แม้ในสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป เมื่ออายุมากขึ้นก็ไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้

2. ทฤษฎีทางชีววิทยา (Biological Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า มนุษย์ประกอบด้วยองค์ประกอบใหญ่ ๆ 3 อย่างคือ เซลล์ที่สามารถเพิ่มตัวเองตลอดชีวิต เซลล์ที่ไม่สามารถแบ่งตัวเอง และองค์ประกอบอื่น ๆ ที่ไม่ใช่เซลล์ ทฤษฎีนี้แบ่งเป็นทฤษฎีย่อยได้ 7 ทฤษฎี คือ

2.1 ทฤษฎีว่าด้วยสารที่เกิดจากการเผาผลาญ (Free Radical Theory) กล่าวถึงการรั่วออกซิเจนของเซลล์ และการเผาผลาญพวกโปรตีน คาร์โบไฮเดรตและอื่น ๆ จะทำให้เกิดอนุมูลของสารประกอบ (Free Radical) อันเป็นสารที่ทำลายผนังเซลล์ให้เสื่อมสลายลง

2.2 ทฤษฎีว่าด้วยคอลลาเจน (Collagen Cross - linkage Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ สารที่เป็นส่วนประกอบของคอลลาเจนและโปรตีนจะมีความหนาแน่นเพิ่มขึ้นและเกิดการจับตัวมากขึ้น ทำให้เส้นใย (Collagen Fiber) หดสั้นเข้าในวัยชรา

2.3 ทฤษฎีว่าด้วยภูมิคุ้มกัน (Immunologic Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า การสูงอายุเกิดจากความบกพร่องของระบบภูมิคุ้มกัน ทำให้ร่างกายต่อสู้กับเชื้อโรคและสิ่งแปลกปลอมไม่ได้ดี จึงเกิดความเจ็บป่วยง่าย และมักจะเป็นรุนแรงอันตรายถึงชีวิต (วรมนต์ ตริพรหม. 2534 : 26)

2.4 ทฤษฎีว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงและความผิดพลาดของเซลล์ร่างกาย (Somatic Mutation and Error Theories) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า การสูงอายุเกิดจากการสะสมความผิดพลาด

เกี่ยวกับส่วนประกอบระดับโมเลกุลของเซลล์ในร่างกาย ทำให้เซลล์หรือเนื้อเยื่อจะค่อย ๆ เสื่อมสภาพและตายไป

2.5 ทฤษฎีว่าด้วยยีน (Genetics Theory) เชื่อว่า การสูงอายุเป็นลักษณะที่เกิดขึ้นตามกรรมพันธุ์ การเปลี่ยนแปลงในโครงสร้างของอวัยวะบางส่วนในร่างกายคล้ายคลึงกันหลายชั่วอายุคน เมื่ออายุมากขึ้น เช่น ลักษณะศีรษะล้าน ผมหงอกเร็ว เป็นต้น ซึ่งลักษณะดังกล่าวจะพบในคนบางคนเท่านั้น แม้จะมีอายุเท่ากัน

2.6 ทฤษฎีว่าด้วยการใช้และการเสื่อมไป (Wear and Tear Theory) เชื่อว่า ถ้าหน้าที่ของร่างกายทั้งโครงสร้างมีการใช้ ก็จะทำให้เกิดการหมดอายุ ถ้ามีการใช้มาก มีผลทำให้เกิดการสูงอายุเร็วขึ้น

2.7 ทฤษฎีว่าด้วยความเครียด (Stress Theory) ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน มีผลทำให้เซลล์ตายได้ บุคคลที่ต้องเผชิญกับความเครียดบ่อย ๆ จะทำให้บุคคลนั้นเข้าสู่วัยสูงอายุเร็วขึ้น

3. ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยา (Psychological Theory) เป็นทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเจริญทางด้านจิตใจ ดังที่ จุง (Jung) กล่าวว่า ความสำคัญของช่วงชีวิตในครึ่งหลัง จะมีผลมาจากครึ่งแรกของชีวิต อันเป็นสาเหตุทำให้ผู้สูงอายุมีบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลงไป แยกเป็นทฤษฎีย่อย 2 ทฤษฎี ดังนี้

3.1 ทฤษฎีบุคลิกภาพ (Personality Theory) ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะเป็นสุขหรือทุกข์ ขึ้นอยู่กับภูมิหลัง และการพัฒนาจิตใจของผู้นั้น ถ้าผู้สูงอายุเติบโตขึ้นมาด้วยความมั่นคงอบอุ่น มีความรักแบบค่อย ๆ ค่อย ๆ อดทน เห็นความสำคัญของผู้อื่น รักผู้อื่น และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ก็มักจะเป็นผู้สูงอายุที่ค่อนข้างมีความสุข สามารถอยู่กับลูกหลานหรือผู้อื่นได้ โดยไม่เดือดร้อนใจ แต่ถ้าเป็นผู้สูงอายุที่เติบโตมาในลักษณะที่ร่วมมือกับใครไม่เป็น ไม่อยากช่วยเหลือผู้อื่น ใจติดกับแคบ ถือว่าตัวใครตัวมัน และมักรู้สึกที่ตัวเองทำคุณกับใครมาขึ้น ก็มักจะเป็นผู้สูงอายุที่ไม่มีความสุข ชีวิตนั้นปลายมักจะเศร้าสร้อย น่าสงสาร

3.2 ทฤษฎีความปรารถนา (Intelligence Theory) ทฤษฎีนี้เชื่อว่า ผู้สูงอายุที่ยังปรารถนาเรื่อง และคงความเป็นปราชญ์อยู่ได้ ด้วยความเป็นผู้ที่มีความสนใจเรื่องต่าง ๆ อยู่ มีการค้นคว้าและพยายามที่จะเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา ผู้ที่จะมีลักษณะเช่นนี้จะต้องเป็นผู้ที่มีสุขภาพดี และ

มีเงินใช้สอยโดยไม่เดือดร้อนเป็นเครื่องเกื้อหนุน

4. ทฤษฎีทางด้านสังคมวิทยา (Sociological Theory) เป็นทฤษฎีที่พยายามวิเคราะห์เหตุที่ทาให้ผู้สูงอายุต้องมีสถานะทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป รวมทั้งพยายามที่จะช่วยให้มีการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ทฤษฎีนี้เชื่อว่า ถ้าสังคมเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว จะทำให้สถานะของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วด้วย และสถานะของผู้สูงอายุในสังคมจะเป็นอย่างไร ขึ้นอยู่กับจำนวนของผู้สูงอายุในสังคมนั้น (ดวงฤดี ลาสุชะ. 2528 : 14) นอกจากนี้ยังได้แนะนำให้ผู้สูงอายุยอมรับว่า เมื่อถึงวัยสูงอายุถูกหลานและชุมชนมักจะให้ความสนใจ และความสำคัญน้อยลง เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ควรจะลดความรับผิดชอบและลดความห่วงใยถูกหลานลงบ้าง พยายามทำให้เป็นตัวของตัวเอง และรักษาสุขภาพไว้ให้ดี เพื่อจะได้ใช้ชีวิตนั้นไปได้อย่างมีความสุข ซึ่งมีทฤษฎี 2 แนวทางที่เสนอแนะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในสังคม ดังนี้

4.1 ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory) กล่าวว่า เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น สถานภาพทางสังคมจะลดลง บทบาทเก่าจะถูกถอนตัวออกไป ดังนั้น ผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมต่อเนื่องจากวัยที่ผ่านมา ควรพื่อใจในการร่วมกิจกรรม สนใจและร่วมเป็นสมาชิกในกิจกรรมต่าง ๆ เพราะกิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ ที่ทาให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งกายและใจ กิจกรรมจึงมีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ (Barrow and Smith. 1979 : 53)

4.2 ทฤษฎีการระงับ (Disengagement Theory) กล่าวว่า ผู้สูงอายุและสังคมจะลดบทบาทซึ่งกันและกัน ทั้งนี้เนื่องจากผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถลดลง สุขภาพที่เสื่อมถอย รวมทั้งคิดถึงความตายที่ค่อย ๆ มาถึง ผู้สูงอายุจึงหลีกเลี่ยงและถอนตัวออกจากสังคม เพื่อลดความเครียด และพื่อใจกับการไม่เกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน ระหว่างตนเองกับสังคมอีกต่อไป (Dowd. 1975 : 587)

การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ

จากทฤษฎีของการสูงอายุที่กล่าวมาแล้วนั้น ส่วนแต่อธิบายถึงเหตุที่ทาให้เกิดการสูงอายุ ซึ่งเมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น ก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและเศรษฐกิจ แต่การเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นไม่เท่ากันทุกคน (ดวงฤดี ลาสุชะ. 2528 : 14) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนั้นพอประมวลได้ 3 ชนิดคือ

1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Biological Change) ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุ นั้น เป็นไปตามกระบวนการสูงอายุ (Aging Process) โดยทั่วไปจะมีการแบ่งตัวของเซลล์ช้าลง ความสามารถในการเจริญเติบโตของเซลล์ การซ่อมแซมเนื้อเยื่อ ความสามารถในการสร้างภูมิคุ้มกันลดลง ความยืดหยุ่นของเนื้อเยื่อต่าง ๆ และกล้ามเนื้อต่าง ๆ ลดกำลังลง อัตราการเผาผลาญของร่างกายลดลง มีการเสื่อมของระบบประสาท การมองเห็น การได้ยิน ความสนใจ ความจำลดลง รวมทั้งความสามารถของร่างกายในการรักษาสมดุล (Homeostasis) ของระบบชีวิตลดลงจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ก่อให้เกิดการเจ็บป่วยได้ง่าย ดังนั้นปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จึงเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องเผชิญทุกคน

2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ (Psychological Change) สภาพทางจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุ จะมีส่วนสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอยู่มาก ดังนั้น เมื่อสภาพร่างกายเปลี่ยนแปลงไปในทางเสื่อมลง สภาพทางจิตใจและอารมณ์ย่อมได้รับความกระทบกระเทือนตามไปด้วย ซึ่งรวมทั้งความเสื่อมของสติปัญญา ความจำของผู้สูงอายุจะเสื่อมมาก ทำให้เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อารมณ์หงุดหงิด จี๋หลง จี๋ลืม จี๋บ่น จี๋จู้ บางครั้งซึมเศร้า มีความรู้สึกว่าตัวเองถูกทอดทิ้ง ต้องการให้มีคนเอาใจใส่เหมือนเด็ก ๆ และเกิดความกลัว เนื่องจากรู้สึกถึงความเสื่อมถอยภายในตนเอง (เชิรศรี วิวิธสิริ. 2527 : 57) รวมทั้งการสูญเสียสิ่งต่าง ๆ เช่น การสูญเสียคู่สมรส เพื่อนฝูงหรือคนใกล้ชิดที่ติดสนิทไว้ก่อน หรือที่เหลือยู่ อาจจะห่างเหินขาดการไปมาหาสู่ เพราะต่างก็สูงวัยด้วยกัน ชาวอายุจะมีโรคภัยไข้เจ็บทำให้ขาดการติดต่อไปมาหาสู่ไม่สะดวก ขาดการสังสรรค์ ทำให้จิตใจผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงไปในด้านลบ ผู้ที่เป็นหม้ายพบว่า เป็นกลุ่มที่เสี่ยงต่อการเจ็บป่วยทางจิตสูง นอกจากนี้ยังทุกข์ใจถึงความตายที่ตนเองจะต้องเผชิญในไม่ช้า และยิ่งพลอยเป็นทุกข์ใจถึงอนาคตของคนที่อยู่ข้างหลัง (ธนะ สุขวัจน์. 2525 : 72)

3. การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม (Socioeconomical Change) เป็นการเปลี่ยนแปลงในเรื่องของความสัมพันธ์ทางสังคมและเศรษฐกิจ โดยภาระหน้าที่บทบาททางสังคมของผู้สูงอายุลดลง จากข้อจำกัดทางร่างกาย ประกอบกับการเกษียณอายุจากการทำงานหรือถูกปลดออกจากงาน ทำให้สูญเสียตำแหน่งหน้าที่การงาน อำนาจ รายได้ลดลง ผู้สูงอายุจะเปลี่ยนบทบาทจากผู้นำมาเป็นผู้รับ รวมทั้งการยอมรับของสังคมต่อการสูงอายุ มักเป็นไปในทางลบ เพราะสังคมมัก

ประเมินความสามารถในการปฏิบัติงานและความสามารถทางร่างกายของผู้สูงอายุลดน้อยลง ถึงแม้ว่าจะมีผู้สูงอายุบางคนได้แสดงให้เห็นว่า การสูงอายุมิได้เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินบทบาท และหน้าที่ทางสังคมก็ตาม นอกจากนี้ รายได้ที่ลดลงอย่างต่อเนื่อง ยังทำให้การติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น ต้องถูกจำกัดไปด้วย ทั้งนี้เพราะในบางครั้งการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นอาจต้องอาศัยเงินเป็นปัจจัย บ้าง (มารศรี นุชแสงพลี. 2532 : 30-31)

จากการศึกษาเกี่ยวกับทฤษฎีการสูงอายุและการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุที่กล่าวไว้ข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุคือผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป การสูงอายุขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง โดยอาศัย ทฤษฎีต่าง ๆ อธิบาย ได้แก่ ทฤษฎีวิวัฒนาการ ทฤษฎีชีววิทยา ทฤษฎีด้านจิตวิทยา และทฤษฎี ทางด้านสังคมวิทยา ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุนั้นเกิดขึ้นไม่เท่ากันทุกคน ทั้งการ เปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมเศรษฐกิจ ดังนั้น จึงเป็นแนวทางให้เข้าใจ บุคคลที่อยู่ในวัยสูงอายุได้มากขึ้น

ความผาสุกในชีวิต (well-being)

ความหมายของความผาสุกในชีวิต

ความผาสุกในชีวิต (well-being) เป็นคำที่มีความหมายครอบคลุมมาก จึงมีการให้นิยามไปต่าง ๆ นานา ดังเช่น

แคมเบล (Campbell. 1976 : 119-122) กล่าวว่า ความผาสุก (well-being) ของบุคคล หมายถึง ประสบการณ์การเรียนรู้ การรับรู้ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง เปรียบเทียบกับเหตุการณ์ที่บุคคลต้องการหรือปรารถนาอยากให้เป็น ซึ่งความขัดแย้งกันระหว่างการรับรู้ต่อเหตุการณ์ที่บุคคลต้องการ หรือปรารถนาอยากให้เป็น อาจมองในแง่ความพึงพอใจ และไม่พึงพอใจก็ได้ หากบุคคลเกิดความพึงพอใจมาก ก็อาจเป็นเครื่องบ่งชี้ได้ว่า มีความผาสุกมากเช่นกัน องค์ประกอบสำคัญของความผาสุก ซึ่ง แคมเบล เสนอไว้ได้แก่ ความพึงพอใจในการทำงาน การมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคคลอื่น และการมีชีวิตสมรสที่มีความรักความอบอุ่น

ลอว์ตัน (Lawton. 1983 : 65) ได้กล่าวถึงความผาสุกในผู้สูงอายุว่า เป็นพฤติกรรม

ที่แสดงถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความผาสุกทางจิตใจ และมองสภาพแวดล้อมในแง่ดี ซึ่งความผาสุกทางจิตใจ (Psychological Well-being) ที่ลอร์ดัน เสนอไว้ ประกอบด้วย

1. ความรู้สึกทางลบ (Neuroticism or Negative Affect) เช่น ความวิตกกังวล ความเกิบกอด ความรุ่มร้อน ไม่สบายใจ เป็นต้น

2. ความรู้สึกทางบวก (Positive Affect) เป็นความรู้สึกยินดี สบายใจ ซึ่งมักจะเกิดขึ้นในช่วงเวลาสั้น ๆ

3. ความสมดุลระหว่างความปรารถนากับการได้รับการตอบสนองตามความปรารถนา ซึ่งเป็นขั้นเบื้องต้นของความพึงพอใจในชีวิต

4. ความสุข (Happiness) เป็นอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปของ "ความเบิกบานและความยินดี" ซึ่งสะท้อนให้เห็นความรู้สึกที่คนเรารู้สึกต่อสภาพของเรื่องต่าง ๆ

โรธม (สุวิมล หนาวัฒนกุล. 2534 : 7; อ้างอิงมาจาก Orem. 1985 : 179) ให้ความหมายของความผาสุกว่า หมายถึง ความรู้สึกถึงความพึงพอใจ ความยินดีและมีความสุขในสถานการณ์ที่เป็นอยู่

สตัล (Stull. 1978 : 56-58) ได้รวบรวมข้อคิดเห็นของนักวิชาการหลายท่านที่ศึกษาเกี่ยวกับความผาสุก (Well-being) ความสุข (Happiness) ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) และขวัญ (Morale) ซึ่งต่างเห็นพ้องต้องกันว่า ความพึงพอใจในชีวิตมีองค์ประกอบของสติปัญญา การรู้จัก รวมอยู่ด้วยมาก ในขณะที่ความสุขมีองค์ประกอบของความรักหรืออารมณ์มากกว่า ซึ่งความพึงพอใจในชีวิต ความสุข และขวัญ เหล่านี้เป็นเครื่องมือที่วัดความผาสุกได้ โดยที่ แม็คเคเบอร์น (Stull. 1987 : 57; citing Bradburn. 1969) ได้ให้นิยามของ "ความสุข (Happiness) ว่า "เป็นขอบเขตของความรู้สึกทางบวกที่มีมากกว่าความรู้สึกทางลบ ซึ่งจะมียุ่ในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งเท่านั้น" ส่วนแคมเบล (Campbell. 1976 : 119) กล่าวว่า ความผาสุกเป็นมิติที่มีหลายรูปแบบ โดยเน้นที่ความสุขและความพึงพอใจในชีวิตของแต่ละบุคคล โดยให้นิยามของความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) ว่า หมายถึง "การประเมินภาพรวมในชีวิตของบุคคล หากเกิดความพึงพอใจมากก็อาจเป็นเครื่องบ่งชี้ความผาสุกมากเช่นกัน ส่วน กูทเนอร์และคนอื่น ๆ (Stull. 1987 : 58; citing Kutner and others. 1956) ให้นิยาม ขวัญ (Morale) ว่า "เป็นการตอบสนองอย่างต่อเนื่องต่อชีวิต

และปัญหาความเป็นอยู่ ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการมีความพึงพอใจหรือขาดความพึงพอใจและการมองโลกในแง่ดี" เช่นเดียวกับ ลอว์ตัน (Stull, 1987 : 58; citing Lawton, 1972; 1975) ได้นิยามขวัญ (Morale) ว่า "เป็นความรู้สึกพื้นฐานของความพึงพอใจในตนเอง ความรู้สึกว่ามีที่พอสำหรับตัวเขาในสิ่งแวดล้อมและการยอมรับในสิ่งที่ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้"

นอกจากนั้นยังมีนักวิชาการอีกท่านหนึ่งคือ ริฟ (Ryff, 1989) มีความเห็นว่า ความผาสุกคือการศึกษานมิติ 6 ด้านคือ

1. การยอมรับตนเอง (Self Acceptance) เป็นหัวใจสำคัญของความผาสุก เพราะหมายถึง การมีสุขภาพจิตที่ดี มีความพึงพอใจต่อคุณลักษณะของตนเอง และมีความพร้อมทางจิตภาวะด้วย ซึ่งการมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ส่งผลต่อการทำงานของจิตใจในแง่บวก
2. การมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (Positive Relation with others) ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น มีความไว้วางใจผู้อื่น ผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดีมักจะมีความรู้สึกที่ดีและเห็นใจต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน มีความรักและมิตรภาพที่ดีให้แก่ผู้อื่นเสมอ จึงเป็นสิ่งสำคัญอีกสิ่งหนึ่งของความผาสุก
3. ความเป็นตัวของตัวเอง (Autonomy) แสดงถึงความสามารถในการตัดสินใจด้วยตัวเองมีความคิดเป็นอิสระในการกระทำสิ่งที่ตนเห็นว่าดีที่สุดในแล้ว
4. ความสามารถในการควบคุมจัดกระทำกับสิ่งแวดล้อม (Environmental Mastery) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการเลือกสรรสภาพแวดล้อมให้สอดคล้องกับเงื่อนไขของตน ซึ่งเป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งของการมีสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้น ต้องการบุคคลที่มีความสามารถด้านการสร้างสรรค์ หรือควบคุมสภาพแวดล้อมที่สลับซับซ้อนได้
5. จุดมุ่งหมายในชีวิต (Positive in Life) หมายถึง การมีเป้าหมายและทิศทางการดำเนินชีวิต ซึ่งจะทําให้บุคคลมีความมุ่งมั่นที่จะดำเนินไปสู่เป้าหมายเหล่านั้น อันเป็นสิ่งสนับสนุนให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าชีวิตของตนมีความหมายมาก
6. ความเจริญทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจของบุคคล (Personal Growth) หมายถึง การพัฒนาที่ต่อเนื่องทั้งร่างกายและจิตใจ รู้ว่าตนเองเจริญเติบโตขึ้น เปิดโอกาสให้ตนเองรับรู้ประสบการณ์ใหม่ ๆ รับรู้ถึงศักยภาพของตน เข้าใจพฤติกรรม การปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงของตนเองตลอดเวลา

เครื่องมือที่ใช้วัดความผาสุกในชีวิต

จากการศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความผาสุกในชีวิตของนักวิชาการหลายท่าน ทำให้เกิดเครื่องมือที่ใช้วัดความผาสุกในชีวิตมากมาย ดังที่ Stull (1987 : 60-61) ได้กล่าวถึงเครื่องมือที่นำมาใช้วัดความผาสุกว่า มักจะใช้แบบวัดหลัก 4 ชุด ซึ่งมีรายละเอียดของแบบวัดแต่ละแบบดังต่อไปนี้

1. แบบวัด Life Satisfaction Index A โดยนิวการ์เทนและคนอื่นๆ (Neugarten and others. 1961) ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ ให้ผู้ตอบเลือกตอบว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย ซึ่งเนื้อหาคำถามนั้นครอบคลุมกว้างขวาง และวัดในหลายมิติ คือ อารมณ์ ความรู้สึก สติปัญญา และพฤติกรรม เช่น ถามเกี่ยวกับความสุข ความพึงพอใจในชีวิต และบางข้อก็เป็นการวัดระดับการกระทำ ตัวอย่างคำถาม เช่น "เมื่อเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นในวัยเดียวกัน ฉันได้กระทำในสิ่งที่ดีมากมาย"

2. แบบวัด The Affect Balance Scale โดยแบรดเบิร์น (Bradburn. 1969) ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ เกี่ยวกับความรู้สึกทางบวก (Positive Affect) และความรู้สึกทางลบ (Negative Affect) ประเภทละ 5 ข้อเท่า ๆ กัน เป็นคำถามที่มีความสัมพันธ์กับเรื่องความสุข และทั้ง 2 ส่วนนี้มีความเป็นอิสระต่อกัน ประเภทคำถาม เช่น "ในช่วง 2-3 สัปดาห์ที่ผ่านมา ฉันมีความรู้สึกอย่างไร..." และมีคำตอบด้านความรู้สึกทางบวกให้เลือกตอบ เช่น "ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นดังที่ฉันคิดไว้" ส่วนคำตอบด้านความรู้สึกทางลบ เช่น "เบื่อ! เศร้าใจเพราะถูกวิจารณ์" เป็นต้น แบบวัดนี้ถูกวิจารณ์ว่ามีโครงสร้างของมิติที่ไม่ถูกต้อง เพราะการวัดความรู้สึกทางบวกเป็นการวัดระดับของการกระทำที่แสดงถึงความพึงพอใจหรือความสุขในขณะที่การวัดความรู้สึกทางลบนั้น คล้ายคลึงกันมากกับความยินดีหรือไม่ยินดี ในแง่ของอารมณ์ ความรู้สึก

3. แบบวัด The Philadelphia Geriatric Center Morale Scale โดย ลอว์ตัน (Lawton. 1975) ซึ่งใช้วัดคำว่า "ขวัญ" ในความหมายของความผาสุก (Well-being) แบบวัดนี้เป็นการวัดรวมในหลายมิติด้วยกัน เดิมประกอบด้วยข้อคำถาม 22 ข้อ แต่ปรับปรุงลดจำนวนข้อเหลือ 17 ข้อ จากเนื้อหาที่มี 6 องค์ประกอบ เหลือเพียง 3 องค์ประกอบ ได้แก่คำถามที่เกี่ยวข้องกับความรุ่มร้อนไม่สบายใจ (Agitation) 6 ข้อ หักสนคติต่อการแก้ตัวของตนเองมี 5 ข้อ และความไม่พอใจความโดดเดี่ยว (Lonely Dissatisfaction) 6 ข้อ ตัวอย่างคำถาม เช่น

"ปัจจุบันฉันมีความสุขพอ ๆ กับตอนที่ฉันยังเยาว์กว่านี้" และ "ท่านมีความสุขพอใจต่อชีวิตของท่านเพียงใดในวันนี้"

4. แบบวัด The Global Measures of Happiness and Life Satisfaction เป็นแบบวัดที่ใช้กันแพร่หลายในการศึกษาเกี่ยวกับความสุขและความพึงพอใจ ซึ่งผู้ตอบจะต้องให้น้ำหนักของความรู้สึกของตนต่อคำว่า "ความสุข" และความพึงพอใจต่อชีวิต" ว่ามีปริมาณมากน้อยเพียงใด ตัวอย่างคำถาม เช่น "โดยทั่วไปแล้วท่านรู้สึกว่าคุณมีความสุขเพียงใด" โดยมีตัวเลือกคือ "มีความสุขมาก" "มีความสุขพอควร" หรือ "ไม่ค่อยมีความสุขมากนัก"

นอกจากแบบวัด 4 ชุดดังกล่าวแล้ว ยังมีแบบวัดอีกชุดหนึ่ง ซึ่ง ริฟ (Ryff, 1989) ได้สร้างขึ้นนั้น เพื่อวัดมิติทั้ง 6 ด้านของความผาสุกทางจิตใจ (Psychological Well-being) ได้แก่ การยอมรับตนเอง การมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ความเป็นตัวของตัวเอง ความสามารถในการควบคุม จัดกระทำกับสิ่งแวดล้อม การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และความเจริญทั้งทางด้านร่างกาย และจิตตาของบุคคล ซึ่งในแต่ละมิติ จะมี 2 ข้อ คือกลุ่มที่ได้คะแนนสูง และกลุ่มที่ได้คะแนนต่ำ ในแต่ละมิติจะมีข้อคำถาม 20 ข้อ แบ่งเป็นคำถามทางบวกและทางลบในปริมาณเท่ากัน แต่ละข้อความใช้เกณฑ์ประเมินค่า 6 ระดับ คือ ตั้งแต่ "เห็นด้วย" ไปจนถึง "ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง" การตรวจหาคะแนน วัดคะแนนทั้งฉบับรวมกัน ผู้ที่ได้คะแนนรวมทั้งฉบับสูง คือผู้ที่มีความผาสุกมากกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า ตัวอย่างคำถามในแบบวัดทางบวก เช่น "ฉันรู้สึกช่วงวัยสูงอายุเป็นช่วงวัยที่ดีที่สุดในชีวิตของฉัน" ส่วนคำถามทางด้านลบ เช่น "ฉันคิดว่าชีวิตของฉันควรมีความสุขมากกว่าที่เป็นอยู่ในเวลานี้"

จากหลักฐานที่กล่าวมาแสดงให้เห็นว่า ความผาสุก (Well-being) กับความผาสุกทางจิตใจ (Psychological Well-being) มีความหมายใกล้เคียงกันมาก ดังนั้น ในการศึกษครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสรุปคานิยามของความผาสุกในชีวิต (Well-being) ว่าเป็นความรู้สึกพอใจและมีความสุขในการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลโดยบุคคลมีการรับรู้และใช้สติปัญญาประมวลผลตามความเป็นจริงที่ตนเผชิญอยู่ แล้วทำการตัดสินใจด้วยตนเองต่อการดำเนินชีวิตในมิติต่าง ๆ คือ การยอมรับตนเอง การมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ความเป็นตัวของตัวเอง ความพึงพอใจในชีวิต ความรู้สึกสำนึกในบุญคุณ และการมีพัฒนาการทางศักยภาพของบุคคล

ปัจจัยทางชีวสังคมของบุคคลกับความผาสุกในชีวิต

เนื่องจากความผาสุกในชีวิตของบุคคลเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องการ ซึ่งระดับความผาสุกในชีวิตของแต่ละคนนั้นอาจมีน้อยต่างกัน ขึ้นกับปัจจัยหลายประการด้วยกัน ในการวิจัยครั้งนี้จึงได้นำปัจจัยทางชีวสังคมของบุคคลมาทำการศึกษาด้วยเป็นปัจจัยหนึ่ง ทั้งนี้เพราะปัจจัยทางชีวสังคมของบุคคล อันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครองสุทธายเป็นลักษณะประจำตัวของบุคคลทุกคน โดยเฉพาะผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุ ดังนั้น จึงจะกล่าวถึงปัจจัยดังกล่าวโดยละเอียดดังนี้

เพศ

เพศ เป็นตัวแปรหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับความผาสุกในชีวิต ดังการศึกษาของ นภาพร ชัยวรรณ มาลีณี วงศ์สิทธิ์ และจันทร์เพ็ญ แสงเทียนฉาย (2532) ได้ทำการวิจัยเพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้สูงอายุ จำนวน 3,252 คน ทั่วประเทศ พบว่า ผู้สูงอายุ 1 ใน 10 คนมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางจิตใจ และพบว่าผู้สูงอายุหญิงมีปัญหาทางใจมากกว่าผู้สูงอายุชายเล็กน้อย กล่าวคือ ร้อยละ 19 ของผู้สูงอายุหญิง กล่าวว่า ความรู้สึกเหงาเป็นปัญหามากสำหรับตนเมื่อเปรียบเทียบกับร้อยละ 17 ของผู้สูงอายุชายที่รายงานเช่นนั้น และร้อยละ 14 ของผู้สูงอายุหญิงเปรียบเทียบกับร้อยละ 13 ของผู้สูงอายุชาย ที่กล่าวว่า การไม่เป็นที่ต้องการของใครเป็นปัญหามากสำหรับตน เพราะฉะนั้นการที่ผู้สูงอายุหญิงรายงานว่ามีความรู้สึกเหงาและไม่เป็นที่ต้องการของใครมากกว่าผู้ชายนั้น แสดงให้เห็นว่า เพศที่ต่างกันจะส่งผลให้มีความรู้สึกที่ต่างกัน ซึ่งจะส่งผลให้การรับรู้ความผาสุกในชีวิตแตกต่างกันด้วย

ส่วนการศึกษาของคณะอนุกรรมการการศึกษาวัฒนธรรมและกิจกรรมของผู้สูงอายุ (2525) ทำการศึกษาถึงตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความสุขในผู้สูงอายุของผู้สูงอายุในประเทศไทย โดยชักกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป จำนวน 400 คน โดยเลือกมาจากจังหวัดที่เป็นตัวแทนในแต่ละภาค จำนวน 5 จังหวัด และในกรุงเทพมหานคร ซึ่งจากการศึกษาพบว่า เพศ มีความสัมพันธ์กับลักษณะความสุขของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ซึ่งความสุขนั้นเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของความผาสุกในชีวิต ดังนั้น เพศ จึงน่าจะมีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้เช่นกัน

จากการศึกษาของคอลเล็ท (Collete. 1984 : 243-245) เกี่ยวกับความพึงพอใจ

านชีวิตหรือขวัญและกำลังใจของผู้สูงอายุชาวออสเตรเลีย จำนวน 1,050 คน เป็นชาย 377 คน หญิง 671 คน ผลการศึกษาพบว่าทั้งเพศชายและเพศหญิงมีความแตกต่างกันเรื่องความพึงพอใจในชีวิตอย่างเด่นชัดนัก กล่าวคือ เพศชายมีขวัญและกำลังใจสูงกว่าเพศหญิงเล็กน้อย แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติส่วนการศึกษาของสเปริเซอร์ และซินเดอร์ (Sprietzer and Synder. 1974 : 454-458) พบว่า ผู้สูงอายุเพศชายมีแนวโน้มที่จะมีขวัญและความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง

จากงานวิจัยข้างต้น ที่ศึกษาในผู้สูงอายุซึ่งมีเพศต่างกัน เพื่อที่จะศึกษาถึงสุขภาพทางใจ ความสุข ขวัญและความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นเครื่องชี้วัดถึงความผาสุกในชีวิตของบุคคลได้ และผลการศึกษาที่ได้แตกต่างกันไป ดังนั้น ผู้สูงอายุที่มีเพศต่างกันจะมีความผาสุกในชีวิตแตกต่างกัน

อายุ

อายุของผู้สูงอายุเป็นตัวแปรหนึ่งที่อาจส่งผลทั้งทางบวกและทางลบต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับช่วงระดับอายุด้วย ดังการศึกษาของผู้นี้วิจัยต่อไปนี้

ปาล์มอร์ และคนอื่น ๆ (Palmore and others. 1984 : 116) ได้กระทำการศึกษากับผู้ที่เกษียณอายุในระดับอายุต่างกัน ตั้งแต่ 55 ปี ถึง 90 ปี เพื่อดูผลกระทบด้านต่าง ๆ ที่มีต่อผู้เกษียณอายุ อันได้แก่ สุขภาพ ทัศนคติ ความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) พบว่า ผู้ที่มีช่วงอายุก่อน 64 ปี มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าช่วงอื่น เพราะอย่างยิ่งมีทัศนคติที่ดีต่อการเกษียณอายุ มีรายได้และสุขภาพยังดีอยู่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของเดอร์คอฟฟ์ (David. 1985 : 96; citing Derckhoff. 1966) ที่ศึกษาถึงผลกระทบของช่วงเวลาภายหลังเกษียณอายุที่มีต่อผู้สูงอายุ โดยทำการวัดความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุชาย จำนวน 108 คน ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุชายจำนวน 52 คนขึ้นไป ซึ่งเกษียณอายุมากกว่า 5 ปีขึ้นไป มีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ในระดับต่ำกว่าผู้สูงอายุชาย จำนวน 56 คน ซึ่งเพิ่งจะเกษียณอายุ

ส่วนการศึกษาของสกอตต์ (Scott. 1982 : 623) ซึ่งกระทำการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่เกษียณอายุแล้ว จาก The National Longitudinal Survey of Mature Men พบว่า ระดับอายุภายหลังการเกษียณ มีผลทางลบกับผู้ที่เพิ่งจะเกษียณจากงานมากกว่าผู้ที่เกษียณจาก

งานมานานแล้ว หมายความว่าผู้ที่มีระดับอายุในช่วงต้น ๆ เช่น อายุ 60-63 ปี อาจพบกับปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับการเกษียณอายุ

ดังนั้น จะเห็นว่าระดับอายุของผู้สูงอายุมีผลต่อความพึงพอใจและการปรับตัว แตกต่างกัน เพราะฉะนั้นอาจสรุปได้ว่าระดับอายุของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับความพาสูกานชีวิตของผู้สูงอายุเช่นกัน ทั้งนี้เพราะการปรับตัวและความพึงพอใจในชีวิตเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของความพาสูกานในชีวิต

ระดับการศึกษา

จากการศึกษาของ NCOA (มาร์สรี นุชแสงพลี. 2532 : 27 อ้างอิงมาจาก The National Council on the Aging. 1974) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับระดับการศึกษาที่ผู้สูงอายุได้รับการปรับตัวและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยแบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่มตามระดับการศึกษาที่ได้รับ คือ 0-11 ปี, 12 ปี และอีก 3 ปี ในวิทยาลัย, 12 ปี และอีก 4 ปี ในวิทยาลัย ผลการศึกษาพบว่า ระดับการศึกษาที่ผู้สูงอายุได้รับมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของบุคคล กลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงจะมีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่มีการศึกษาต่ำ และกลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงจะมีความคิดเกี่ยวกับตนเองทางบวกมากกว่ากลุ่มผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำ นอกจากนี้กลุ่มที่มีระดับการศึกษาสูงยังประเมินค่าตนเองว่าเป็นคนฉลาด กระฉับกระเฉงและทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดี ซึ่งลักษณะดังกล่าวนี้เป็นองค์ประกอบหนึ่งของผู้ที่มีความพาสูกานชีวิตสูง ดังนั้นระดับการศึกษาที่แตกต่างกันย่อมมีผลให้ความพาสูกานชีวิตของผู้สูงอายุแตกต่างกันด้วย

สถานภาพสมรส

สถานภาพสมรสเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตของคน โดยเฉพาะในด้านความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ รวมถึงวิธีการปฏิบัติตนตามพัฒนาการของชีวิต ซึ่งจะพบว่าวัยสูงอายุนี้เป็นวัยแห่งการพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก (นิภา นิธยาน. 2520 : 74) โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่สูญเสียคู่สมรส จะทำให้ขาดผู้ใกล้ชิดที่รู้จักและเข้าใจกันดีมาเป็นเวลานาน ซึ่งจะมีผลมากต่อภาวะจิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุ (จารุวรรณ เหมะธร และพิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ. 2527 : 67-69)

เชมิกา ยามะรัต (2527 : 117) ได้ศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่ง
เก็บได้จากกลุ่มตัวอย่างกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ จำนวน 319 คน พบว่า สถานภาพสมรสมีความ
สัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตโดยที่คนโสดจะมีความพึงพอใจในชีวิตอยู่ระดับต่ำกว่ากลุ่มที่สมรสและ
ยังอยู่กับคู่สมรส หรือกลุ่มที่เป็นหม้ายแต่ยังอยู่กับบุตรหลาน

ปรากรมพ์ วังสะอาด (2530) ศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในเขต
เทศบาลเมืองกาฬสินธุ์ พบว่า สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญ
ทางสถิติ กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ จะมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุโสด หม้าย หย่า

อัมพา วรวัฒน์ชัย (2532) ศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวของข้าราชการบำนาญ สังกัด
กรุงเทพมหานคร ซึ่งอยู่บ้านและนอกชมรมผู้สูงอายุ พบว่า ข้าราชการบำนาญที่ยังอยู่กับคู่สมรสมีการ
ปรับตัวดีกว่าข้าราชการบำนาญที่มีสถานภาพสมรสโสด หม้าย และหย่า

เพราะฉะนั้น ถึงแม้ว่าจะยังไม่มียานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับสถานภาพสมรสกับความพาสุก
ในชีวิตโดยตรง แต่จากงานวิจัยข้างต้นพอสรุปได้ว่า ผู้ที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน จะมีความพาสุก
ในชีวิตต่างกัน

อาชีพครั้งสุดท้าย

อาชีพครั้งสุดท้าย หมายถึง ชนิดของงานหรือลักษณะการประกอบอาชีพครั้งสุดท้ายก่อน
อายุ 60 ปี ซึ่งเป็นตัวแปรอีกตัวหนึ่งของปัจจัยทางชีวสังคมของผู้สูงอายุ ที่ทำให้ผู้สูงอายุมีลักษณะ
แตกต่างกัน ดังที่เบอร์กฮอน เชฟเฟอร์ และคนอื่น ๆ (ประภาพร จินันทุยา. 2536 : 21;
อ้างอิงมาจาก Berghorn Schafer and others. 1981 : 336) ทำการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุ
ที่มีอาชีพในลักษณะที่มีสถานภาพทางสังคมสูง จะมีการวางแผน หรือเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมากกว่า
ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพทางสังคมต่ำกว่า และสามารถปรับตัวหรือยอมรับการเปลี่ยนแปลงบทบาทภายหลัง
เกษียณอายุได้ ก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตภายหลังเกษียณอายุมากกว่าผู้สูงอายุที่เคยมีอาชีพก่อน
การเกษียณอายุในลักษณะที่มีสถานภาพทางสังคมต่ำกว่า ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเอลเวล (อัมพา
วรวัฒน์ชัย. 2532 : 30; อ้างอิงมาจาก Elwell. 1981 : 225) ที่ได้มีการศึกษาถึงการ
สูญเสียบทบาทหน้าที่การงานว่ามีผลโดยตรงต่อบุคคลที่เกษียณอายุหรือไม่ ทั้งด้านรายได้ สุขภาพ และ
สภาพสังคม พบว่า การสูญเสียตำแหน่งหน้าที่ที่มีผลต่อการปรับตัวของผู้สูงอายุที่เกษียณเฉพาะคนเท่านั้น

เช่น ผู้ที่เคยทำงานในตำแหน่งสูง (White Collar) มีความพอใจในการเกษียณจากงานมากกว่า ผู้ที่ทำงานตำแหน่งต่ำ (Blue Collar) เช่นเดียวกับงานวิจัยของ เขมิกา ยามะรัต (2527 : 117) พบว่า ผู้เกษียณที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานสูง มีความรับผิดชอบมาก จะมีความพึงพอใจในชีวิต สูงกว่าผู้ที่มีตำแหน่งหน้าที่การงานต่ำกว่า

นอกจากนั้น ลักษณะอาชีพก่อนเกษียณอายุยังมีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอีกด้วย ทั้งนี้ จากการศึกษาของ ประภาพร จินันทุยา (2536 : 82) พบว่า ผู้ที่เคยประกอบอาชีพ รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจมีคุณภาพชีวิตต่ำกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระ ที่ไม่เข้ารับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ เช่น อาชีพค้าขาย ธุรกิจ เกษตรกรรม รับจ้าง แม่บ้าน เป็นต้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ มีความรู้สึกว่ายาวเป็นตัวละครบทบาทหนึ่งที่ทันใจ เมื่อมีอายุครบ 60 ปี ซึ่งเป็นการถูกลดบทบาทที่เคยปฏิบัติหน้าที่การงานวันละไม่น้อยกว่า 8 ชั่วโมง แต่สำหรับผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระนั้น ไม่ต้องถูกปลดเกษียณ บทบาทต่าง ๆ อาจเปลี่ยนแปลงไปบ้าง ซึ่งก็เป็นการเปลี่ยนแปลงอย่างค่อยเป็นค่อยไป และอาจเป็นไปได้ว่าอาชีพอิสระเช่นกิจการส่วนตัวต่าง ๆ อาจมีรายได้ที่สูงกว่า มีฐานะเศรษฐกิจที่มั่นคง จึงทำให้ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระมีคุณภาพชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการ หรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ สอดคล้องกับแนวคิดของ อัมพล สุอาพันธ์ (2534 : 761) ซึ่งแสดงความคิดเห็นว่าผู้ที่ทำงานราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ มักเป็นผู้ที่มีตำแหน่งการงานที่มั่นคง ถาวร อยู่ในระดับค่อนข้างสูง เมื่อก่อนเกษียณอายุ แต่เมื่อต้องหยุดงาน เพราะการเกษียณอายุ จะทำให้รู้สึกว่าศักดิ์ศรีลดลง รู้สึกอาย เสียหน้า ไร้สมรรถภาพว่าเหว และซึมเศร้า เกิดขึ้นได้ ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลมีความผาสุกในชีวิตภายหลังเกษียณอายุ ต่ำลง ดังนั้น ลักษณะอาชีพครั้งสุดท้าย จึงน่าจะมีส่วนเกี่ยวข้อง และส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ ดังผลการศึกษาของ ทรัพย์ และวอลส์เคอร์ (ประภาพร จินันทุยา. 2536 : 21; อ้างอิงมาจาก Price and Walker. 1978 : 583) พบว่า ลักษณะอาชีพก่อนเกษียณอายุ มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจภายหลังเกษียณอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ฐานะทางเศรษฐกิจ

ฐานะทางเศรษฐกิจ เป็นตัวแปรหนึ่งที่จะแสดงให้เห็นถึงฐานะความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ

ดั่งการศึกษาของ

ฮัทชิสัน (Streib and Beck. 1980 : 941; citing Hutchison. 1975) ได้ทดสอบนัยสำคัญของสถานภาพสมรสที่มีต่อขวัญและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่ำ และยากจน พบว่า ยิ่งผู้สูงอายุมีรายได้ต่ำมากเท่าไร การประเมินสภาพความสุขและความพึงพอใจ ก็ยิ่งต่ำมากเท่านั้น ความเบส่าเบสียและความกังวลจะยิ่งสูงขึ้นโดยไม่เกี่ยวกับสถานภาพสมรส แสดงให้เห็นว่ารายได้มีความสัมพันธ์โดยตรงกับความพึงพอใจในชีวิต

มาร์คิดส์ และมาร์ติน (Markides and Martin. 1979 : 91-98) ได้ทำการ วิเคราะห์รูปแบบของปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตในกลุ่มผู้สูงอายุ ที่มีรายได้ค่อนข้าง ต่ำ อายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งหญิงและชาย จำนวน 141 คน ผลการวิจัยพบว่า รายได้มีผลทั้งทางตรง และทางอ้อมต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2533 : 6) ศึกษาถึงตัวแปรทางสังคมจิตวิทยาที่สัมพันธ์กับ ความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุไทย อายุ 60-70 ปี จำนวน 439 คน โดยแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุ ตามสภาพภูมิศาสตร์ 4 กลุ่ม คือ กรุงเทพมหานคร ภาคอีสาน ภาคเหนือ และภาคใต้ ผลการศึกษา พบว่า การเงินมีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครมากที่สุด ทั้งนี้ เพราะผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร มีความจำเป็นต้องคิดถึงสถานภาพทางการเงิน ซึ่งเป็นหลักประกัน ความมั่นคงในฐานะความเป็นอยู่และการดำรงชีวิตประจำวัน ดังนั้น จากงานวิจัยข้างต้น สามารถ สรุปได้ว่าฐานะทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน ย่อมส่งผลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ในกรุงเทพมหานครแตกต่างกันด้วย

ความกลัวสภาพการสูงอายุ (Fear of Personal Aging)

ความหมายของความกลัว

พยอม อิงคตานุวัฒน์ (2525 : 109) ให้ความหมายของความกลัวว่า เป็นอารมณ์ที่ไม่ เป็นสุขซึ่งเกิดขึ้นพร้อม ๆ กับการเปลี่ยนแปลงทางจิตสรีรวิทยาของร่างกาย ในขณะที่สนองตอบต่อ อันตรายหรือภัยที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2525 : 60) ให้ความหมายความกลัว หมายถึง ความรู้สึกไม่สบายกับสิ่งที่ไม่ดีแก่ตน หรือความรู้สึกหวาด เพราะคาดว่าจะประสบภัย

ฮิลการ์ด (Hilgard. 1962 : 173-174) กล่าวว่า ความกลัวเป็นสภาพที่ทาทำให้บุคคลรู้สึกไม่สบายใจเกิดความตึงเครียด ซึ่งความกลัวเป็นสภาพที่คล้ายกับความวิตกกังวล กล่าวคือ ความวิตกกังวลเป็นสภาพที่บุคคลรู้สึกกระวนกระวายใจเป็นความกลัว ซึ่งต่างจากความกลัวธรรมดา คือความกลัวธรรมดานั้นมีวัตถุที่ทาให้กลัว หรือสิ่งที่ทาให้กลัวปรากฏเป็นรูปร่างให้เห็นแต่สิ่งที่ทาให้วิตกกังวลไม่ปรากฏเป็นรูปร่างให้เห็นชัดเจนเช่นเดียวกับ เลวิท (Levit. 1967 : 8-9) กล่าวว่า ความกลัวและความวิตกกังวลมีลักษณะร่วมกัน ต่างกันที่ว่า ความกลัวเป็นภาวะที่เกิดขึ้นอย่างมีเป้าหมาย คือ บุคคลรู้ว่าตนกลัวสิ่งใดหรือสภาพการณ์ใด แต่ความวิตกกังวลเป็นสภาพอารมณ์ที่บุคคลคิดว่าเหตุการณ์ที่น่ากลัวกำลังจะเกิดขึ้น แต่ไม่รู้ชัดว่าเป็นสิ่งใด สอดคล้องกับอดัมส์ (Adams. 1977 : 71) ซึ่งกล่าวว่า ความกลัวเป็นอารมณ์พื้นฐานของความวิตกกังวล

จากความหมายของความกลัว สรุปได้ว่า ความกลัวเป็นสภาพอารมณ์ของบุคคลที่รู้สึกไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ เมื่อต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ดีแก่ตน หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงปรารถนา

ความหมายของสภาพการสูงอายุ

สภาพการสูงอายุ หมายถึง สภาพการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเสื่อมถอยทั้งทางด้านร่างกาย พฤติกรรม สมรรถภาพ จิตใจ และสังคม (เกษม ตันติผลาชีวะ และกุลยา ตันติผลาชีวะ. 2528 : 5-19) อันได้แก่ การเสื่อมของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย ทาให้สมรรถภาพในการทำงานของร่างกายลดลง ความสามารถในการเรียนรู้ เชาวน์ปัญญา ความจำ ลดลง อันมีผลต่อจิตใจของผู้สูงอายุ การมองรูปลักษณะของตนเอง และมโนทัศน์ต่อตนเองจะเปลี่ยนแปลง ประกอบกับการสูญเสียบทบาททางสังคม การสูญเสียรายได้ การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก เนื่องจากการตายหรือการพลัดพราก ทาให้ผู้สูงอายุ รู้สึกโดดเดี่ยว อ้างว้าง ถูกทอดทิ้งทาให้อารมณ์ไม่มั่นคง หงุดหงิดง่าย รู้สึกว่าสังคมไม่ได้ให้ความสำคัญกับตน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้จะสัมพันธ์กัน

ดังนั้น ผู้วิจัยสรุปความหมายของความกลัวสภาพการสูงอายุได้ว่า หมายถึง สภาพอารมณ์ของบุคคลที่แสดงถึงความไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ หรือวิตกกังวล ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงที่

ไม่พึงปรารถนาจากการสูงอายุ เช่น การเสื่อมของสภาพร่างกาย การเจ็บป่วย การตาย การถูกทอดทิ้งจากบุตรหลาน การสูญเสียรายได้ และบทบาททางสังคมและการรับรู้ของสังคมที่มีต่อผู้สูงอายุ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความกลัวสภาพการสูงอายุและความพาสุกในชีวิต

ดาย และแพททิลโล (Dye and Pattilo. 1983 : 144) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับความกลัวสภาพการสูงอายุในผู้สูงอายุ พบว่า ความกลัวสภาพการสูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตาย การทำงานในวัยสูงอายุ และการรับรู้ทางสังคมที่มีต่อผู้สูงอายุ

เลอรั (Klemmack and Roff. 1984 : 756; citing Lehr. 1967 : 230-238) ทำการศึกษาเรื่อง ทักษะชีวิตที่มีต่ออนาคตของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีทัศนคติทางบวกต่ออนาคตมีความพึงพอใจ ในการดำเนินชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีทัศนคติทางลบต่ออนาคต

เคลมแมค และรอฟ (Klemmack and Roff. 1984 : 756-758) ทำการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุกับความพาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยทำการศึกษาเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุชาวอาลาบาเมียน จำนวน 595 คน ซึ่งมีอายุระหว่าง 55-89 ปี โดยเฉลี่ยอายุ 64.5 ปี ใช้แบบวัดความกลัวสภาพการสูงอายุของเคลมแมคและคนอื่น ๆ (Klemmack and others. 1980) และใช้แบบวัดความพาสุกในชีวิต ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของอดัมส์ (Adam's Life Satisfaction Index) ผลการศึกษาพบว่า ความกลัวสภาพการสูงอายุมีความสัมพันธ์ทางลบ กับความพาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ

จากงานวิจัยดังกล่าว จะเห็นว่า ความกลัวสภาพการสูงอายุมีความสัมพันธ์กับความพาสุกในชีวิต แต่งานวิจัยดังกล่าวได้ศึกษากับผู้สูงอายุในต่างประเทศ และศึกษามาเป็นเวลาลหลายปีแล้ว และยังไม่มียงานวิจัยในประเทศที่ศึกษาถึงความสัมพันธ์ของตัวแปรดังกล่าว ผู้วิจัยจึงจำเป็นต้องมาศึกษาอีกครั้งหนึ่งในผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

ความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence)

ความเข้มแข็งในการมองโลก (Sense of Coherence) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่เชื่อมั่นว่า ไม่ว่าจะมีเหตุการณ์ใด ๆ เกิดขึ้นทั้งภายในตัวเองและสิ่งแวดล้อมภายนอก ก็สามารถจะทานายได้ และทุกสิ่งทุกอย่างจะคลี่คลายลงตามที่ได้คาดหวังไว้ (สมจิต หนูเจริญกุล ประคอง อินทรสมบัติ และพรณวดี พุทฺธนะ.. 2533 : 171)

ความเข้มแข็งในการมองโลกนั้น พัฒนามาตั้งแต่วัยเด็กจากประสบการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตที่ได้รับและจะมีการเปลี่ยนแปลงมากที่สุดในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยของความรู้สึกสับสน ต้องการทดลอง ต้องการเรียนรู้ตนเองและสังคม ไม่สามารถคาดการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเป็นเหตุเป็นผล ในวัยนี้บุคคลจะเริ่มมีความสัมพันธ์กับบุคคลและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ มากขึ้น มีประสบการณ์ชีวิต มีหนทางการเลือกและคิดเพิ่มขึ้น เริ่มพัฒนาความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง และความมั่นคงในจิตใจมากขึ้น จนเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น บุคคลจะมีการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกไปสู่ระดับที่มีความมั่นคงยิ่งขึ้น จนกระทั่งอายุ 30 ปี (กังสดาล สุทธวีริสรรค์. 2535 : 30-31)

แอนโทนอฟสกี (Antonovsky. 1982 : 187-189) กล่าวว่า ความแตกต่างของความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคล ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับ การเปลี่ยนแปลงของประสบการณ์ชีวิตที่เกิดขึ้นอย่างทันทีทันใดในช่วงเวลาอันรวดเร็ว จนบุคคลไม่มีเวลาเตรียมตัวเพื่อหาหนทางในการเผชิญกับความเครียดที่เกิดขึ้น เช่น การอพยพ สงคราม การตายของบุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียงาน เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดฝัน จะทำให้เกิดความอ่อนแอของความเข้มแข็งในการมองโลกได้

นอกจากนั้นความเข้มแข็งในการมองโลกยังเป็นปัจจัยที่สำคัญในการเอื้ออำนวยต่อการจัดการหรือหลีกเลี่ยงกับภาวะเครียดที่เกิดขึ้นได้ ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อความเปลี่ยนแปลง หรือความผันผวนในชีวิตได้เป็นอย่างดี ดังที่แอนโทนอฟสกี (Antonovsky. 1987 : 129-161) ได้กล่าวว่าบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกจะมีการปรับตัวได้ดี เพราะ

1. บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลก จะสามารถประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด และสามารถหาแหล่งประโยชน์ในการต่อต้านความเครียดที่มีอยู่มาใช้ในการเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

2. บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง จะมองสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดเป็นสิ่งที่ท้าทาย สามารถปรับตัวโดยอัตโนมัติต่อความต้องการที่เกิดขึ้น พิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นเพียงเรื่องเล็กน้อยและแก้ไขปัญหานั้นโดยการใช้เหตุผล

3. เมื่อสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดชนิดเดียวกันมากระทบ บุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะมีความหวัง ตื่นเต้น ในขณะที่คนที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำจะมีความรู้สึกสิ้นหวังและเฉื่อยชา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเข้มแข็งในการมองโลกและความผาสุกในชีวิต

คาร์เมลและเบอร์นสเทน (Carmel and Burnsten. 1989 : 221-222) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความเข้มแข็งในการมองโลก ในนักศึกษาแพทย์ชาวอิสราเอล โดยใช้รูปแบบการศึกษาแบบติดตามไปข้างหน้า (Prospective Study) วัดความวิตกกังวลและความเข้มแข็งในการมองโลก 3 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกันประมาณ 6 เดือน ในเวลา 18 เดือน โดยเริ่มศึกษาครั้งแรกในนักศึกษาแพทย์ 45 คน ซึ่งมีอายุระหว่าง 17 ถึง 28 ปี ($M = 21.6$ ปี) ผลการศึกษาพบว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเข้มแข็งในการมองโลก และพบว่าระดับความเข้มแข็งในการมองโลกจะเริ่มคงที่เมื่อวัดครั้งที่ 2 และ 3 ($M = 151.88, 143.05, 143.26$) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกมีการพัฒนาจนถึงอายุ 30 ปี และบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงจะมีความเครียด วิตกกังวลต่ำ

ฟรานเนอรี (Frannery. 1990 : 415-420) ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างภาวะเครียดในชีวิต ความกดดันทางใจกับความเข้มแข็งในการมองโลก โดยศึกษาในกลุ่มนักเรียนภาคค่ำของวิทยาลัยบอสตัน จำนวน 95 คน เป็นชาย 24 คน หญิง 71 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างดังกล่าว ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีงานทำเป็นประจำอยู่แล้ว และมีหน้าที่ซึ่งต้องรับผิดชอบต่อครอบครัว มีอายุระหว่าง 19-57 ปี ($M = 27.57$ ปี) โดยทำการวัด 2 ครั้ง คือวัดครั้งที่ 1 ในสัปดาห์ที่ 2 ของภาคเรียนครึ่งปีแรก ซึ่งมีการสอบกลางภาคเรียน โดยให้ตอบแบบวัดความวิตกกังวลก่อนเข้าห้องสอบ 10 นาที และให้ตอบแบบวัดความเข้มเศร้าเป็นครั้งที่ 2 ในห้องสอบ ซึ่งการให้ผู้ตอบทำ

แบบวัดในช่วงสอบปลายภาคนั้น เป็นการประเมินภาวะกดดันทางใจที่แสดงให้เห็นถึงความเครียดจากการเรียน จากผลการศึกษา พบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะเครียดในชีวิต และความกดดันทางใจ

สมจิต หนูเจริญกุล, ประคอง อินทรสมบัติ และพรณวดี พุทธิวัฒนะ (2532 : 179-189) ศึกษาเรื่อง "สิ่งรบกวนในชีวิตประจำวัน ความเข้มแข็งในการมองโลก และการรับรู้ถึงความพลาสุกในชีวิตของอาจารย์มหาวิทยาลัย" โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นอาจารย์พยาบาล หัวหน้าหอผู้ป่วย และผู้ตรวจการพยาบาลในภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล และอาจารย์ในคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ รวมทั้งหมด 230 คน มีอายุระหว่าง 26-59 ปี อายุเฉลี่ย 41.5 ปี ใช้รูปแบบการวิจัยเพื่อหาความสัมพันธ์เชิงเหตุและผล (Causal Model) ผลการวิจัยพบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพลาสุกในชีวิต $r = 0.63$ $p < .001$ และความเข้มแข็งในการมองโลกสามารถทำนายการรับรู้ความพลาสุกในชีวิตได้ 19.3% อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < .001$

คาลิโร และวูโอโล (กังสดาร สุทธิวิศรีสรค์. 2535 : 33; อ้างอิงมาจาก Kalimo and Vuoli. 1990 : 76-89) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ความเข้มแข็งในการมองโลก แรงสนับสนุนทางสังคม กับความสามารถและความพึงพอใจในการทำงานของผู้นำในฟินแลนด์ ซึ่งเป็นเพศชาย 361 คน เพศหญิง 345 คน มีอายุระหว่าง 31-44 ปี (อายุเฉลี่ย 36 ปี) โดยใช้ในการศึกษาระยะยาวแบบย้อนหลัง (Retrospective Longitudinal Study) โดยวัดความเข้มแข็งในการมองโลกในวัยเด็กและวัยรุ่น วัดความสามารถและความพึงพอใจในการทำงานในวัยผู้ใหญ่ ผลการศึกษาพบว่าบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงในวัยรุ่น จะมีความสามารถและความพึงพอใจในการทำงานสูง เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งการที่บุคคลมีความสามารถและความพึงพอใจในการทำงานสูง แสดงว่าบุคคลนั้นมีความพลาสุกในชีวิตสูง ส่วนบุคคลที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำในวัยรุ่น จะมีความพลาสุกในชีวิตต่ำเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่

การสนับสนุนทางสังคม (Social Support)

ความหมายของการสนับสนุนทางสังคม

ได้มีผู้ให้ความสนใจ และเสนอแนวคิดเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคมไว้หลายแนวคิด แต่ละแนวคิด ได้กล่าวถึงความหมายของการสนับสนุนทางสังคมไว้ดังนี้

คอบบ์ (Cobb. 1976 : 300) ให้ความหมายการสนับสนุนทางสังคมว่า เป็นการที่บุคคลได้รับข้อมูลที่ทำให้บุคคลนั้นเชื่อมั่นว่า มีบุคคลซึ่งให้ความรัก ความเอาใจใส่ เห็นคุณค่า และยกย่อง ทำให้รู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งมีการติดต่อกันและกัน

ทอยส์ (Thoits. 1982 : 147-148) ให้ความหมายว่า เป็นการที่บุคคลในเครือข่ายสังคม ได้รับการช่วยเหลือด้านอารมณ์และสังคม สิ่งของข้อมูล ซึ่งการสนับสนุนนี้ จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญและตอบสนองต่อความเจ็บป่วย หรือความเครียดในระยะเวลาที่รวดเร็วขึ้น

เฮาส์ (Cronewett. 1985 : 93; citing House. n.d.) ให้ความหมายว่า เป็นพฤติกรรมการช่วยเหลือโดยตรงต่อความจำเป็นของบุคคล เช่น การช่วยเหลือด้านเงินทอง แรงงาน การเสียสละเวลาช่วยเหลือกิจกรรมต่าง ๆ การช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำ และการช่วยเหลือด้านการประเมินตนเองและเปรียบเทียบพฤติกรรม เป็นข้อมูลย้อนกลับเพื่อนำไปใช้ในการประเมินตนเอง ซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง และทำให้รู้จักเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นในสังคม

ฉวีวรรณ แก้วพรหม (2530 : 21) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การได้รับการตอบสนองความต้องการจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลในกลุ่มสังคมของตน ซึ่งมีทั้งความต้องการทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม

กิงสตาล สุทธิวีธีสรรค์ (2535 : 25) กล่าวว่า การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม จากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม

สรุป การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลได้รับความช่วยเหลือจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลในกลุ่มสังคม เพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม

เช่น การได้รับความรัก ความอบอุ่น ความใกล้ชิดสนิทสนม การได้รับการยอมรับนับถือ เป็นส่วนหนึ่งของสังคม การได้รับข้อมูลข่าวสาร เงินทอง แรงงาน

ชนิดของการสนับสนุนทางสังคม

ชนิดของการสนับสนุนทางสังคมนับเป็นมิติหนึ่งหนึ่งของการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งมีผู้แบ่งไว้แตกต่างกันออกไปดังนี้

คอบบ์ (Cobb. 1976 : 300-313) ได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ชนิดคือ

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional Support) เป็นข้อมูลที่ทำให้บุคคลเชื่อว่า เขาได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ ซึ่งมักจะได้รับความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิด และมีความผูกพันลึกซึ้งต่อกัน

2. การสนับสนุนทางด้านการยอมรับและเห็นคุณค่า (Esteem Support) เป็นความรู้สึกที่บอกให้ทราบว่า บุคคลนั้นมีคุณค่า บุคคลอื่นยอมรับและเห็นคุณค่าในตัว

3. การสนับสนุนด้านการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Socially Support of Networks) เป็นการแสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นเป็นสมาชิกหรือเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายทางสังคม และมีความผูกพันซึ่งกันและกัน

จาคอบสัน (Jacobson. 1986 : 252) แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ชนิด

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional Support) หมายถึง พฤติกรรมที่ทำให้รู้สึกสบาย และเชื่อว่ามีบุคคลยกย่อง เคารพนับถือ หรือพฤติกรรมอื่น ๆ ซึ่งแสดงถึงความเอาใจใส่และความมั่นใจ

2. การสนับสนุนทางด้านสติปัญญา (Cognitive Support) หมายถึง ความรู้ข้อมูลข่าวสาร คำแนะนำที่จะช่วยให้บุคคลเข้าใจสิ่งต่าง ๆ และสามารถปรับตัวได้กับการเปลี่ยนแปลง

3. การสนับสนุนทางด้านสิ่งของ (Materials Support) หมายถึง สิ่งของและบริการต่าง ๆ ที่ช่วยแก้ปัญหาบางอย่างได้

จากชนิดของการสนับสนุนที่หลายท่านได้กล่าวถึงจะเห็นว่า ครอบคลุมด้านการตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานด้านอารมณ์ การตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานด้านสังคม และการตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานด้านร่างกาย ดังรายละเอียดดังนี้ (ฉวีวรรณ แก้วพรหม. 2530 : 22)

1. ความจำเป็นพื้นฐานด้านอารมณ์

1.1 การตอบสนองความต้องการด้านอารมณ์ หมายถึง การได้รับความรัก การดูแล เอาใจใส่ มีความใกล้ชิดสนิทสนม ความผูกพันและความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

1.2 การตอบสนองความต้องการ ด้านการยอมรับ ยกย่อง และมีผู้เห็นคุณค่า หมายถึง ได้รับการทักทายและการแสดงความเคารพจากผู้อื่น การยอมรับต่อการแสดงออก การได้รับการไว้วางใจ และโอกาสในการปรับปรุงตนเอง

2. ความจำเป็นพื้นฐานด้านสังคม

2.1 การตอบสนองในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของสังคม หมายถึง ความรู้สึกที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคม การปฏิสัมพันธ์กับสังคมและความรู้สึกเป็นเจ้าของในสังคมของตน

3. การตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานด้านร่างกาย

3.1 การช่วยเหลือด้านข้อมูล ข่าวสาร หมายถึง การได้รับข้อมูลข่าวสาร หรือคำแนะนำต่าง ๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

3.2 การช่วยเหลือด้านเงินทอง สิ่งของแรงงาน หมายถึง การได้รับการช่วยเหลือด้านการเงิน สิ่งของเครื่องใช้ ตลอดจนการช่วยทุ่นแรงต่าง ๆ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสนับสนุนทางสังคมและความผาสุกในชีวิต

งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการสนับสนุนทางสังคม ได้มีผู้สนใจศึกษาไว้มาก ทั้งนี้เพราะการสนับสนุนทางสังคม ช่วยให้ผู้คลุ้มคลั่งโลกาในแง่ดี ส่งผลให้เกิดการกระทำที่ดีต่อสุขภาพจิต สุขภาพกาย และการปรับตัว

จากการวิจัยของ จวีวรรณ แก้วพรหม (2530) ซึ่งทำการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่าง โครงสร้างเครือข่ายทางสังคมและการสนับสนุนทางสังคมที่รับรู้กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร โดยศึกษาในผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร จำนวน 122 คน ใช้แบบวัดการสนับสนุนทางสังคมที่สร้างขึ้นเอง พบว่า การสนับสนุนทางสังคมโดยส่วนรวมและรายด้านทุกด้าน มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุอย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

การศึกษาของบราวเนอร์ (Browner. 1987 : 93-100) ได้ศึกษาผลของการสนับสนุนทางสังคมในการทำงานที่มีต่อภาวะสุขภาพในนักจิตวิทยาที่ให้การดูแลผู้ป่วยปัญญาอ่อน 26 คน โดยวัดการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม 5 ด้านคือ การได้รับข้อมูลข่าวสารในการแก้ปัญหา การได้รับวัตถุ สิ่งของ รางวัล การได้รับข้อมูลในการประเมินตนเอง การได้รับความรู้ความเข้าใจ และ การได้รับข้อมูลข่าวสารที่ทำให้ตนรู้สึกมีคุณค่า ได้รับความเชื่อถือจากสังคม ผลการศึกษา พบว่า นักจิตวิทยาที่มีการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมสูง จะมีสุขภาพดีกว่านักจิตวิทยาที่มีคะแนนการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมต่ำ

นอกจากนี้ยังพบว่า ถ้าบุคคลขาดการสนับสนุนทางสังคมจะไม่สามารถปรับตัวในทางที่ดีได้ จากการศึกษาของลินด์เกรน (Lindgren. 1990 : 469-483) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความเหนื่อยหน่ายในผู้ให้การดูแลผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่ขาดการสนับสนุนทางสังคมจะไม่สามารถปรับตัวในทางที่ดีได้ ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น และเกิดความเหนื่อยหน่ายได้

จากงานวิจัยดังกล่าวจะเห็นว่า * การสนับสนุนทางสังคมที่เพียงพอ จะส่งผลต่อภาวะสุขภาพทางกายและทางใจ แต่ถ้าขาดการสนับสนุนทางสังคมแล้ว ทำให้ไม่สามารถปรับตัวในทางที่ดีได้ และไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้ ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคมจึงมีผลกระทบต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุด้วย ทั้งนี้ เพราะการมีสุขภาพจิตที่ดี มีการยอมรับตนเอง มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น เป็นองค์ประกอบหนึ่งของความผาสุกในชีวิต เพราะฉะนั้น ผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูงย่อมจะส่งผลให้มีความผาสุกในชีวิตสูงเช่นกัน

การระลึกถึงความหลัง (Reminiscence)

ความหมาย

การระลึกถึงความหลัง (Reminiscence) หมายถึง การพูดหรือการคิดถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ล่วงมาแล้ว (สอ เสถบุตร. 2533 : 1219)

การระลึกถึงความหลัง เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ที่ผ่านมาในอดีตที่อาจแสดงออกได้หลายทาง เช่น ทางความรู้สึกนึกคิด หรือแสดงออกเป็นถ้อยคำภาษา (สาธิตา รั้วบุญงาม. 2533 : 17)

ความสำคัญของการระลึกถึงความหลัง

การระลึกถึงความหลังนั้น อาจส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของคนเรา ทั้งในด้านบวกและด้านลบ ซึ่งศาสตราจารย์ ดร.แอริคสัน และศาสตราจารย์ บัทเลอร์ อธิบายว่า คนวัยกลางคนและวัยสูงอายุชอบคิดถึงประสบการณ์ต่าง ๆ อาทิเช่น หน้าที่การงาน ชีวิตรัก ชีวิตครอบครัว ความสำเร็จทางเศรษฐกิจ เกียรติยศชื่อเสียง ฯลฯ ซึ่งตามข้อเท็จจริงแล้วชีวิตในอดีตของแต่ละคนย่อมประสบความสำเร็จและความล้มเหลว ความสมหวัง และความผิดหวัง ความรู้สึกปลาบปลื้ม ใจานตนเองและความชิงชังตนเอง อดีตของแต่ละคนย่อมเปรียบพร้อมสุขสมหวังไปบนทุกสิ่งทุกอย่างและทุกด้าน หากการนึกถึงความหลังเหล่านี้ นำมาบนทางชื่นชมต่อตนเองและผู้อื่น ก็ช่วยทำให้จิตใจของคนวัยกลางคนและวัยสูงอายุ มีกำลังใจงานการเผชิญและต่อสู้ชีวิต แต่ถ้านำมาบนทางเห็นตนต่ำต้อย น้อยหน้า เสียเกียรติศักดิ์ศรี เกลียดชังสังคมและโลก ก็จะทำให้รู้สึกเศร้าใจ เสียใจานตนเองและผู้อื่น ถ้าความรู้สึกนี้เกิดขึ้นเป็นครั้งคราวแล้วหายไปก็ไม่มีผู้กระไรนัก แต่ถ้าเป็นความรู้สึกที่รุนแรงมาก ก็อาจก่อให้เกิดความผิดปกติในด้านอารมณ์ จิตใจ รวมทั้งการฆ่าตัวตายด้วย (สาธิตา รั้วบุญงาม. 2533 : 17; อ้างอิงมาจาก ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2529 : 31-34)

แต่อย่างไรก็ตาม เลวิส และ บัทเลอร์ (สาธิตา รั้วบุญงาม. 2533 : 17; อ้างอิงมาจาก Keawkungwal. 1984; citing Lewis and Butler. 1974) กล่าวว่า โดยทั่ว ๆ ไปแล้ว การระลึกถึงความหลังนั้นมักก่อให้เกิดผลในทางบวกมากกว่าทางลบ เนื่องจากการระลึกถึงความหลังนั้นมีคุณค่าในแง่ของการบำบัดรักษาด้วย ซึ่งบุคคลจะสะท้อนเกี่ยวกับชีวิตของตนเองในอดีตทั้งทางบวกและทางลบ โดยถ้าหากบุคคลได้คิดถึงสิ่งต่าง ๆ ในอดีตทางด้านบวกแล้ว ก็ย่อมเกิดความรู้สึกเป็นสุข มีความพึงพอใจในชีวิตมากยิ่งขึ้น สามารถปรับตัวได้และดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข นอกจากนี้ การระลึกถึงความหลังนั้น นอกจากจะทำให้คนเราเข้าใจถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ในอดีตแล้ว ยังทำให้บุคคลกลับเพิ่มพูนความรู้สึกมีชีวิตชีวาอีกด้วย ซึ่งการระลึกถึงความหลังนี้เป็นการแสวงหาความสุขทางอารมณ์และจิตใจ ทำให้เกิดความพึงพอใจในตนเอง อีกรูปแบบหนึ่ง (ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2533 : 6-7)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการระลึกถึงความหลังและความผาสุกในชีวิต

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2533 : 1-13) ได้ทำการศึกษาเรื่อง "ตัวแปรทางสังคม จิตวิทยาที่สัมพันธ์กับความพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุไทย" โดยมีตัวแปร การระลึกถึงความหลังเป็นตัวแปรหนึ่งที่ศึกษาในผู้สูงอายุ จำนวน 439 คน อายุระหว่าง 60-70 ปี โดยแบ่งเป็นกลุ่มตามสภาพภูมิศาสตร์ 4 กลุ่มคือ กรุงเทพมหานคร ภาคอีสาน ภาคเหนือ และภาคใต้ ผลการศึกษาพบว่า การระลึกถึงความหลังมีความสำคัญเป็นอันดับแรกในการทำนายความพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม

สตรัค ชีวาส และเจสดีนเจอร์ (Strack, Schwarz and Gschneidinger. 1985 : 1460-1469) ได้ทำการศึกษา พบว่า การระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีตมีผลต่อความผาสุกในชีวิตของบุคคล โดยทำการศึกษาทดลองในนักเรียน จำนวน 51 คน ซึ่งมีอายุเฉลี่ย 20.8 ปี แบ่งเป็นกลุ่มละ 1-5 คน แล้วให้แต่ละกลุ่มมีการคิดถึงเหตุการณ์ต่าง ๆ ในอดีต ซึ่งอาจเป็นเหตุการณ์ทางบวกหรือเหตุการณ์ที่ทำให้สบายใจ เบิกบานใจ และเหตุการณ์ทางลบหรือเหตุการณ์ที่ทำให้ไม่สบายใจ ไม่น่ายินดี จากนั้นให้บรรยายเหตุการณ์ดังกล่าว 3 เหตุการณ์ โดยเขียนลงในกระดาษ แล้วผู้ทำการทดลองจึงให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดความสุข และแบบวัดความพึงพอใจ ที่มี 11 สเกล จาก "ไม่มีความสุข" จนถึง "มีความสุข" และ "ไม่พึงพอใจ" จนถึง "พึงพอใจ" โดยให้กลุ่มตัวอย่างเลือกสเกลที่ตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบมากที่สุด ซึ่งผู้ที่เลือกสเกลที่มีคะแนนสูง แสดงว่ามีความสุขและความพึงพอใจสูง แสดงว่า ผู้นั้นมีความผาสุกในชีวิตสูง เพราะความสุขและความพึงพอใจเป็นตัวบ่งชี้ของความผาสุกในชีวิตของบุคคลได้ ผลการทดลอง พบว่า ผู้ที่คิดถึงเหตุการณ์ในอดีตทางด้านลบ รายงานว่า มีความผาสุกมากกว่าผู้ที่คิดถึงเหตุการณ์ในอดีตทางด้านบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการรวบรวมเอกสารและงานวิจัยข้างต้น ผู้วิจัยจึงคาดว่า การระลึกถึงความหลังมีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ และการระลึกถึงความหลังเป็นตัวแปรหนึ่งที่สามารถทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครได้

นอกจากปัจจัยข้างต้นที่ผู้วิจัยได้เลือกมาศึกษา เพื่อหาความสัมพันธ์ของปัจจัยดังกล่าวกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ยังมีปัจจัยอื่น ๆ อีกที่เกี่ยวข้อง

กับความสุขความพอใจ และความผาสุกในชีวิต ที่ผู้วิจัยไม่ได้นำมาศึกษา อันได้แก่ สุขภาพ การร่วมกิจกรรม การทำงานอดิเรก ลักษณะการอยู่อาศัย ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมวัยและบุคคลต่างวัยรุ่นลูกหลาน บุคลิกภาพเปิดเผยตัว-เก็บตัว เป็นต้น ทั้งนี้เนื่องจากตัวแปรบางตัว ผู้วิจัยได้ให้เป็นตัวแปรควบคุม กล่าวคือ ในกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา นั้น มีลักษณะของปัจจัยดังกล่าวไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ภาวะสุขภาพการร่วมกิจกรรม การมีงานอดิเรก และลักษณะการอยู่อาศัย ซึ่งผู้วิจัยได้สำรวจจากกลุ่มตัวอย่างแล้ว พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่มาร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุ เป็นผู้ที่มีสุขภาพแข็งแรงพอ ๆ กัน จึงมาร่วมกิจกรรมได้อย่างสม่ำเสมอ นอกจากนั้น ในชมรมผู้สูงอายุ ยังมีแพทย์มาคอยตรวจสุขภาพให้ผู้สูงอายุเป็นประจำสัปดาห์ละ 1 วัน เพราะฉะนั้น ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจึงไม่แตกต่างกันมากนัก กล่าวคือ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสุขภาพแข็งแรงพอที่จะเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมได้

ส่วนปัจจัยการร่วมกิจกรรม การทำงานอดิเรก และลักษณะการอยู่อาศัย พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างจากการทำกิจวัตรประจำวัน แล้วจะมีการทำงานอดิเรก เช่น การอ่านหนังสือ ปลูกต้นไม้ ระบายสีเขียนญาติพี่น้อง แต่งานอดิเรกที่ทำประจำก็คือ การเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งส่วนใหญ่แล้ว ถ้าผู้สูงอายุไม่มีธุระที่สำคัญ ก็จะใช้เวลาว่างมาเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษากับผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุ และมาร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ ดังนั้น ถ้าตัวแปรการร่วมกิจกรรมและงานอดิเรกจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุแล้วนั้น ผลที่ได้ย่อมไม่แตกต่างกัน เพราะกลุ่มตัวอย่างจะมีลักษณะของตัวแปรดังกล่าวไม่แตกต่างกัน เช่นเดียวกับลักษณะการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับครอบครัว ซึ่งอาจเป็นบุตรหลาน ญาติพี่น้อง หรือคู่สมรส ซึ่งมีผู้สูงอายุน้อยมากที่อาศัยอยู่เพียงคนเดียว ดังนั้น จึงไม่สามารถที่จะนำมาศึกษาในครั้งนี้ได้ เพราะจะทำให้กลุ่มตัวอย่างที่นำมาศึกษามีลักษณะของตัวแปรตัวนี้ไม่แตกต่างกัน

นอกจากนั้น สัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมวัยและบุคคลต่างวัยรุ่นลูกหลาน ที่ผู้วิจัยไม่ได้นำมาศึกษา เพราะความสุขในชีวิตคือการมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น แสดงให้เห็นว่าบุคคลนั้นมีความสุขในชีวิตได้เช่นกัน ส่วนตัวแปรบุคลิกภาพเปิดเผยตัว-เก็บตัว ซึ่งพบว่ามีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุเช่นกัน แต่ไม่ได้นำมาศึกษา ทั้งนี้เพราะลักษณะบุคลิกภาพเปิดเผยตัวนั้น เป็นลักษณะของบุคคลที่มีความสามารถในการเข้าสังคม ชอบงานสร้างสรรค์รื่นเริง ชอบทำกิจกรรม

ต่าง ๆ ตลอดเวลา ไม่ชอบทำงานตามลำพัง ส่วนบุคลิกภาพเก็บตัวนั้นจะเป็นลักษณะของบุคคลที่มีลักษณะเจียบขริม ไม่ชอบพบปะพูดคุยกับบุคคลอื่น ยกเว้นคนใกล้ชิดหรือเพื่อนสนิท ชอบอ่านหนังสือมากกว่าเข้าสังคม และไม่ชอบเข้าร่วมกิจกรรม (Eysenck, 1970 : 59-60) ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาผู้สูงอายุที่มาเข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอในชมรมผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้สูงอายุส่วนใหญ่จึงมักเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพเปิดเผยตัว มากกว่าเก็บตัว เพราะฉะนั้น กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจึงมีบุคลิกภาพเก็บตัวน้อยมาก จึงไม่สามารถที่จะนำมาศึกษาได้

สมมติฐานในการวิจัย

1. ความกลัวสภาพการสูงอายุ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ในกรุงเทพมหานคร
2. ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร
3. ปัจจัยทางชีวสังคม อันได้แก่เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร
4. ความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม สามารถร่วมกันทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครได้
5. ผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางด้านเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพ มีความผาสุกในชีวิตแตกต่างกันดังนี้
 - 5.1 ผู้สูงอายุเพศชาย มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง
 - 5.2 ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60-64 ปี มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีอายุ 65-69 ปี และ 70-74 ปี
 - 5.3 ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับ

การศึกษายานกลางและต่ำ

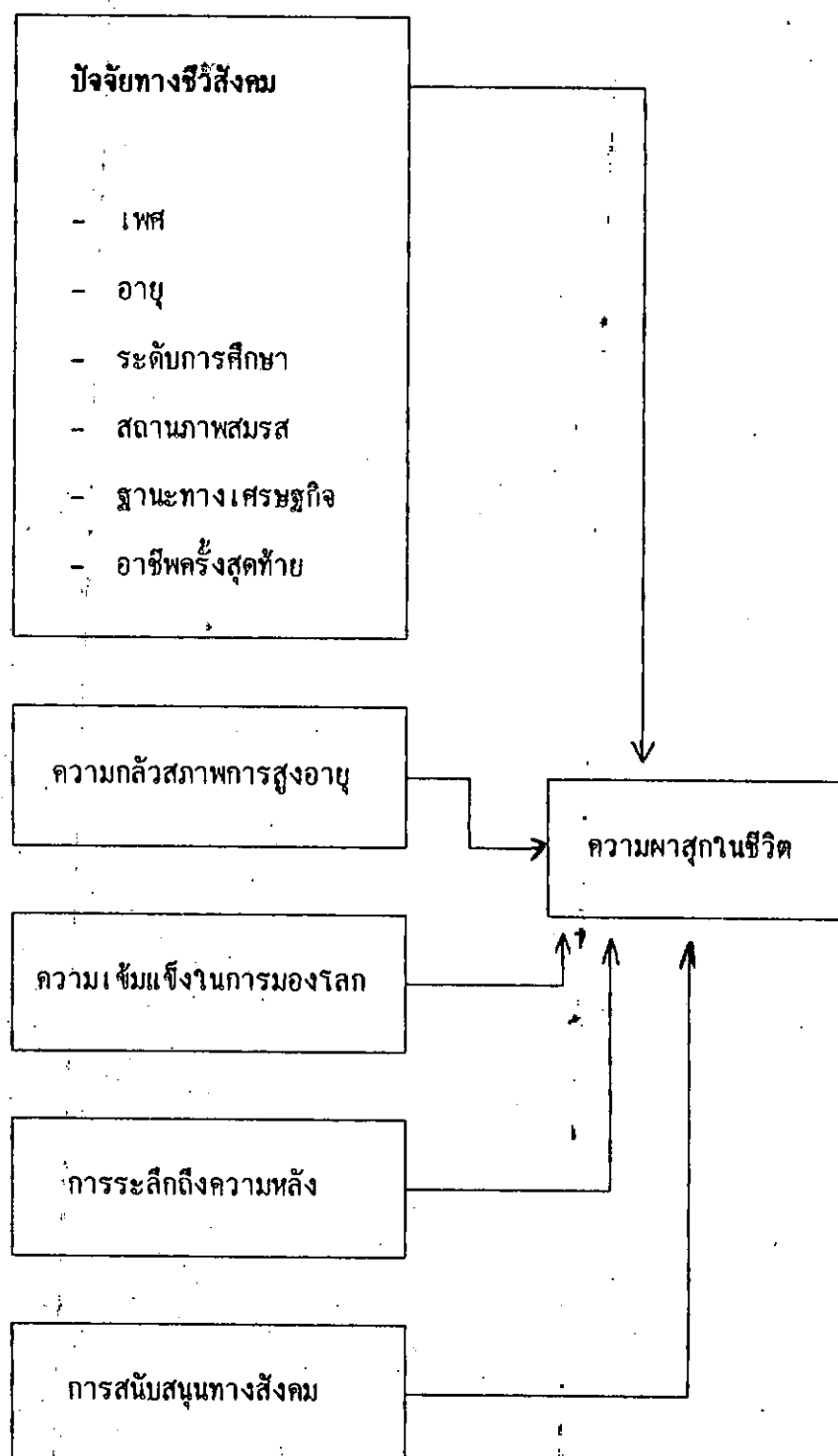
5.4 ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่มีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสไม่มีคู่

5.5 ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง มีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและต่ำ

5.6 ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ มีความพาสูกานชีวิตน้อยกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระที่ไม่มารับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ

6. ผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านบวก มีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านลบ

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยภาคสนาม (Field Study Research) โดยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความกล้วสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคมกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การหาคุณภาพเครื่องมือ
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ประชากรที่เข้าในการศึกษาครั้งนี้คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีถึง 74 ปี เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร มีสุขภาพแข็งแรงไม่มีโรคประจำตัวร้ายแรง สามารถเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุได้อย่างสม่ำเสมอในปี พ.ศ. 2536 ซึ่งมีจำนวนทั้งหมด 2,450 คน ภายในชมรมผู้สูงอายุ 13 ชมรม ได้แก่ ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า ชมรมผู้สูงอายุวชิระพยาบาล ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลตากสิน ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลศิริราช ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสงฆ์ ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลตำรวจ ชมรมผู้สูงอายุลาดกระบัง ชมรมผู้สูงอายุข้าราชการเกษียณอายุกรุงเทพมหานคร ศูนย์บริการทางสังคมผู้สูงอายุดินแดง ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 21 ชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 29 และชมรมผู้สูงอายุจตุรมิตรสัมพันธ์

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุ จำนวน 280 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มจากประชากร ผู้สูงอายุ ที่เป็นสมาชิกในแต่ละชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร และมาร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 วัน โดยมีขั้นตอนการสุ่มกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. สุ่มชมรมผู้สูงอายุที่ใช้เป็นตัวแทนในการเก็บข้อมูล โดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ใช้วิธีการจับสลากชื่อชมรมผู้สูงอายุจากร้อยละ 50 ของชมรมผู้สูงอายุที่มีอยู่ทั้งหมด 13 ชมรม ได้ชมรมผู้สูงอายุที่เป็นตัวแทน 6 ชมรม คือชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลตำรวจ ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ชมรมผู้สูงอายุวชิระพยาบาล ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลศิริราช ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสงฆ์ และศูนย์บริการทางสังคมผู้สูงอายุดินแดง

2. หากจำนวนกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชมรม ซึ่งได้เป็นตัวแทนของชมรมผู้สูงอายุโดยคำนวณจากร้อยละ 25 ของจำนวนประชากรในแต่ละชมรมทั้ง 6 ชมรม (ประกอบ กรณสูตร. 2528

: 8) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างดังนี้

ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลตำรวจ	41 คน
ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์	48 คน
ชมรมผู้สูงอายุวชิระพยาบาล	56 คน
ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลศิริราช	54 คน
ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลสงฆ์	43 คน
ศูนย์บริการทางสังคมผู้สูงอายุดินแดง	38 คน
รวม	280 คน

3. ทำรายชื่อของสมาชิกในแต่ละชมรม ซึ่งเป็นตัวแทนของชมรมผู้สูงอายุแล้วสุ่มตัวอย่างแบบง่าย โดยจับสลากรายชื่อสมาชิกให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างตามข้อ 2

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสัมภาษณ์ ซึ่งแบ่งเนื้อหาเป็น 6 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับปัจจัยทางชีวสังคมของผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย
ตัวแปร 6 ตัว ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพ
ลักษณะของแบบสัมภาษณ์เป็นแบบเติมข้อความและเลือกตอบ

ส่วนที่ 2 เป็นแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความกลัวสภาพการสูงอายุ ซึ่งผู้วิจัยแปลและเรียบเรียง
มาจากตัวอย่างข้อความแบบวัดความกลัวสภาพการสูงอายุของ เคลมแมคและรอฟ (Klemmack
and Roff. 1984 : 756) จำนวน 5 ข้อ และสร้างเพิ่มขึ้นอีกจำนวน 5 ข้อ รวมเป็น 10 ข้อ
เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์กล่าวถึงความไม่สบายใจ กระวนกระวายใจ กลัว หรือกังวลต่อการ
เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการสูงอายุทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม เช่น การเสื่อมสภาพ
ของร่างกาย การเจ็บป่วย การถูกทอดทิ้ง ขาดการเอาใจใส่จากบุตรหลาน การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก
การตาย การสูญเสียรายได้ การสูญเสียบทบาททางสังคม และการสูญเสียการยอมรับทาง
สังคม

ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ เป็นประโยคบอกเล่า จำนวน 10 ข้อ แต่ละข้อประกอบด้วย
มาตรประเมินค่า 4 หน่วย ตั้งแต่ "เป็นความจริงมากที่สุด" จนถึง "ไม่เป็นความจริงเลย" เกณฑ์
การให้คะแนนสำหรับผู้ตอบ "เป็นความจริงมากที่สุด" จะได้ 4 คะแนน และลดลงเป็น 3, 2 จนถึง
1 คะแนน สำหรับผู้ที่ตอบ "ไม่เป็นความจริง" ดังนั้น พิสัยของคะแนนรวมจึงอยู่ระหว่าง 10-40
คะแนน ผู้ที่ได้คะแนนสูงถือว่า เป็นผู้ที่มีความกลัวสภาพการสูงอายุมากกว่าผู้ที่ได้คะแนนต่ำกว่า

ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความกลัวสภาพการสูงอายุ

ข้อความ	เป็นความ จริง มากที่สุด	เป็นความ จริง มาก	เป็นความ จริง น้อย	ไม่เป็น ความ จริงเลย
เมื่อท่านอายุมากขึ้น.....				
(0) ท่านกังวลว่าบุคคลใกล้ชิดจะทอดทิ้ง ให้ท่านอยู่อย่างโดดเดี่ยว				
(00) ท่านไม่สบายใจที่ท่านจะเป็นภาระ สำหรับบุคคลใกล้ชิด				

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความเข้มแข็งในการมองโลก

แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ ผู้วิจัยดัดแปลงข้อความและสเกลในการวัดมาจากแบบวัดความเข้มแข็งในการมองโลกของ สมจิต หนูเจริญกุล, ประครอง อินทรสมบัติ และพรณวดี พุทธิวัฒนะ (2532) ซึ่งแปลต้นฉบับมาจากแบบวัดความเข้มแข็งในการมองโลก (Orientation to Life Questionnaire) ที่สร้างโดย แอนทอนอฟสกี (Antonovsky, 1987) เนื้อหาของแบบวัดจะถามเกี่ยวกับการมองชีวิตของบุคคลในแง่มุมต่าง ๆ อันได้แก่ ความสามารถในการเผชิญกับปัญหา การนำพลังประโยชน์มาใช้ในการแก้ปัญหา ความเข้าใจในสภาวะการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ความสามารถในการทำนายและคลี่คลายสภาวะการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามที่คาดหมายไว้ และการมองว่าสภาวะการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสิ่งที่น่าตื่นเต้นและท้าทายความสามารถ

ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ แบบวัดชุดเดิมมีทั้งหมด 29 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามที่มีความหมายทางบวก 16 ข้อ และข้อคำถามที่มีความหมายทางลบ 13 ข้อ แต่ละข้อเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 7 หน่วย ให้ผู้ตอบเลือกตอบได้ตั้งแต่ 1 ถึง 7 คะแนน โดยที่ตำแหน่งเลข 1 และ

เลข 7 จะมีข้อความที่บ่งบอกลักษณะตรงกันข้าม ตัวเลขตรงกลาง 2 ถึง 6 จะชี้ความมากน้อย ของความรู้สึกนึกคิดของผู้ตอบ โดยอาศัยข้อความในเลข 1 และเลข 7 เป็นหลัก ซึ่งในการตอบ แบบสัมภาษณ์ลักษณะดังกล่าว อาจไม่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพราะจะทำให้ผู้สูงอายุสับสนได้ ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงดัดแปลงข้อความและสเกลในการวัดมาจากแบบวัดชุดเดิม โดย เปลี่ยนข้อความที่เป็นประโยคคำถามมาเป็นข้อความที่เป็นประโยคบอกเล่า จำนวนทั้งหมด 19 ข้อ ในแต่ละข้อประกอบด้วยมาตราส่วนประเมินค่าเพียง 4 หน่วยเท่านั้น ตั้งแต่ "จริงมากที่สุด" "จริงเป็นส่วนมาก" "จริงเป็นส่วนน้อย" ถึง "ไม่เป็นจริงเลย"

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางบวก เกณฑ์การให้คะแนนเป็นดังนี้

4 คะแนน หมายถึง จริงมากที่สุด เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือเป็นความจริง ที่เกิดขึ้นเกือบทุกครั้งหรือเป็นประจำ

3 คะแนน หมายถึง จริงเป็นส่วนมาก เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก หรือเป็น ความจริงที่เกิดขึ้นบ่อย

2 คะแนน หมายถึง จริงเป็นส่วนน้อย เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึก หรือความ เป็นจริงที่เกิดขึ้นเป็นบางครั้ง

1 คะแนน หมายถึง ไม่เป็นจริงเลย เมื่อข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริง ที่เกิดขึ้นเลย

ข้อความที่มีความหมายทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนตรงกันข้ามกับข้อความที่มีความหมาย ทางบวก

ดังนั้น พิสัยของคะแนนรวมของแต่ละคนจึงอยู่ระหว่าง 19 ถึง 76 คะแนน ผู้ที่ตอบได้ คะแนนสูง ถือว่ามีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าผู้ที่ตอบได้คะแนนต่ำกว่า

ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความเข้มแข็งในการมองโลก

ข้อความที่มีความหมายทางบวก (0)

ข้อความที่มีความหมายทางลบ , (00)

ข้อความ	เป็นความ จริง มากที่สุด	เป็นความ จริง มาก	เป็นความ จริง น้อย	ไม่เป็น ความ จริงเลย
(0) ท่านคิดว่าคนเรามักจะหาทางแก้ปัญหา หรือความทุกข์ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้เสมอ				
(00) ท่านมีความรู้สึกไม่แน่ใจว่าจะมีอะไร เกิดขึ้นต่อไปในอนาคตของท่าน				

ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการสนับสนุนทางสังคม

แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการสนับสนุนทางสังคม เป็นแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยดัดแปลงข้อความบางข้อมาจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคม ซึ่ง จวีวรรณ แก้วพรหม (2530) ได้สร้างขึ้นเองเพื่อวัดเกี่ยวกับชนิดและปริมาณของการสนับสนุนทางสังคมที่ผู้สูงอายุรับรู้ต่อการได้รับการตอบสนองความต้องการจากการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลในกลุ่มสังคมของตน โดยแบ่งชนิดของการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 5 ด้าน คือ ด้านการตอบสนองความต้องการด้านอารมณ์ ด้านการตอบสนองความต้องการด้านการยอมรับ ยกย่อง และเห็นคุณค่า ด้านการตอบสนองในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ด้านการช่วยเหลือด้านข้อมูลข่าวสารและด้านการช่วยเหลือเงินทอง สิ่งของ แรงงาน และเวลา

ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประเมินค่า ประกอบด้วยข้อความที่เป็นประโยคบอกเล่า จำนวน 17 ข้อ ซึ่งมีทั้งข้อความที่มีความหมายทางบวก และข้อความที่มีความหมายทางลบ โดยมีคำตอบในแต่ละข้อเป็นมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับ คือ "มาก" "ปานกลาง" และ "น้อย"

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางบวก มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

- 1 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบเลือกคำตอบว่า "น้อย" เมื่อข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกหรือความจริงที่เกิดขึ้น
- 2 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบเลือกคำตอบว่า "ปานกลาง" เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้นบางครั้ง
- 3 คะแนน หมายถึง ผู้ตอบเลือกคำตอบว่า "มาก" เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้นบ่อย

ข้อความที่มีความหมายทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนตรงกันข้ามกับข้อความที่มีความหมายทางบวก

ดังนั้น พิสัยของคะแนนรวมจึงอยู่ระหว่าง 17-51 คะแนน ผู้ตอบที่ได้คะแนนสูงถือว่าเป็นผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนต่ำกว่า

ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการสนับสนุนทางสังคม

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย
(0) ท่านมีบุคคลที่ท่านไว้วางใจพอที่จะเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้			

ส่วนที่ 5 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการระลึกถึงความหลัง

แบบสัมภาษณ์ส่วนนี้มุ่งวัดความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่เกิดขึ้นจากการคิดถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาแล้วในอดีต ซึ่งอยู่ในความทรงจำของบุคคลโดยแบ่งออกเป็น 2 ด้านคือ

การระลึกถึงความหลังทางด้านบวก หมายถึง การที่บุคคลได้คิดถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาแล้วในอดีต ด้วยความชื่นชม ยินดีต่อตนเองทั้งในด้านหน้าที่การงาน ชีวิตรัก ชีวิตครอบครัว ความสำเร็จต่าง ๆ ในอดีตที่ผ่านมา

การระลึกถึงความหลังทางด้านลบ หมายถึง การที่บุคคลได้คิดถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาแล้วในอดีตด้วยความรู้สึกเสียใจ เศร้าใจ ผิดหวังในตนเองและผู้อื่น เห็นตนเองต่ำต้อย เสียเกียรติ ศักดิ์ศรี เกือบชังโลกและสังคม

ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ส่วนนี้ เป็นมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับ ตั้งแต่ "ไม่เคยเกิดขึ้นเลย" จนถึง "เกิดขึ้นเสมอ" มีจำนวนข้อทั้งหมด 10 ข้อ เป็นประโยคบอกเล่าที่มีความหมายด้านบวก และประโยคบอกเล่าที่มีความหมายด้านลบ จำนวนเท่ากันด้านละ 5 ข้อ แบบสัมภาษณ์ส่วนนี้ปรับปรุงมาจากแบบวัดการระลึกถึงความหลังของ สาลิกา รัตตัญญู (2533) โดยที่แบบวัดชุดเดิมจะมีจำนวนข้อความที่มีความหมายด้านบวก 10 ข้อ และข้อความที่มีความหมายด้านลบเพียง 4 ข้อ และสเกลในการวัดจะมี 4 ระดับ แต่ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยต้องการทราบว่าผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ มีแนวโน้มการระลึกถึงความหลังในด้านใด จึงปรับปรุงข้อความในแบบวัดชุดเดิม ให้มีจำนวนข้อความที่มีความหมายทางด้านบวกเท่ากับจำนวนข้อความที่มีความหมายทางด้านลบ ส่วนการปรับปรุงสเกลในการวัดเพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นผู้สูงอายุ เพื่อทำให้ผู้สูงอายุเข้าใจและสามารถตอบได้ง่ายขึ้น

เกณฑ์การให้คะแนน ผู้ตอบแต่ละคนจะได้คะแนนของแต่ละข้อดังนี้

- 1 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "ไม่เคยเกิดขึ้นเลย"
- 2 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "เกิดขึ้นเป็นบางครั้ง"
- 3 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "เกิดขึ้นเสมอ"

ในข้อความที่มีความหมายด้านบวก (ข้อ 1, 2, 3, 7, 9) และข้อความที่มีความหมายด้านลบ (ข้อ 4, 5, 6, 8, 10) จะให้คะแนนเช่นเดียวกัน จากนั้น นำคะแนนที่ได้ทั้งหมดมารวมกัน ผู้ตอบที่ได้คะแนนสูง แสดงว่า มีการระลึกถึงความหลังมากกว่าผู้ตอบที่ได้คะแนนต่ำกว่า แล้ว

พิจารณาการระลึกถึงความหลังในแต่ละด้าน ถ้าผู้ตอบที่ได้คะแนนรวมจากข้อความที่มีความหมายทางด้านบวกมากกว่าข้อความที่มีความหมายด้านลบ แสดงว่า ผู้ตอบผู้นั้นมีการระลึกถึงความหลังทางด้านบวก ส่วนผู้ตอบที่ได้คะแนนรวมจากข้อความที่มีความหมายทางด้านลบ มากกว่าข้อความที่มีความหมายทางด้านบวก แสดงว่า ผู้ตอบผู้นั้นมีการระลึกถึงความหลังทางด้านลบ

ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์การระลึกถึงความหลัง

เมื่อย้อนคิดถึงความหลัง....

(0) ท่านรู้สึกว่าคุณชีวิตของท่านเป็นชีวิต
ที่มีคุณค่า

(00) ท่านคิดว่าในอดีตท่านสมหวัง
น้อยมาก

ไม่เคยเกิดขึ้นเลย	เกิดขึ้น บางครั้ง	เกิดขึ้น เสมอ

ส่วนที่ 6 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิต

แบบสัมภาษณ์ส่วนนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวคิดที่เกี่ยวกับความผาสุกในชีวิต ซึ่งนักวิชาการต่างประเทศได้ทำการศึกษาไว้ คือ ลอว์ตัน (Lawton. 1983) และริฟ (Ryff. 1989) เนื้อหาของแบบสัมภาษณ์จะกล่าวถึงการยอมรับตนเองทั้งในแง่ดีและไม่ดี การกล้าคิดกล้าตัดสินใจในสิ่งที่ตนเองเห็นว่าดี การมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น การเปิดใจกว้าง ยอมรับประสบการณ์ใหม่ ๆ เพื่อพัฒนาตนเองให้มีประสิทธิภาพ ความพึงพอใจในชีวิต และความรู้สึกว่าเร้าใจเบิกบานใจ หรือมีความสุขในการดำเนินชีวิตโดยที่ผู้ถูกศึกษาหรือกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประเมินความรู้สึกดังกล่าวด้วยตนเอง

ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ แบบสัมภาษณ์ส่วนนี้มีทั้งหมด 20 ข้อ ประกอบด้วยข้อที่มีความหมายทางบวก และข้อที่มีความหมายทางลบ ในแต่ละข้อเป็นประโยคบอกเล่า ประกอบ

มาตราประมินค่า 4 หน่วย ตั้งแต่ "เห็นด้วยมากที่สุด" จนถึง "ไม่เห็นด้วย" ปล่อยให้ผู้ถูก
สัมภาษณ์เลือกตอบเพียง 1 คำตอบเท่านั้นในแต่ละข้อ

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางบวก มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

- 4 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "เห็นด้วยมากที่สุด" เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้นเป็นประจำ
- 3 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "เห็นด้วยมาก" เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้นบ่อย
- 2 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "เห็นด้วยน้อย" เมื่อข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้นเป็นบางครั้ง
- 1 คะแนน เมื่อผู้ตอบเลือกตอบว่า "ไม่เห็นด้วย" เมื่อข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงที่เกิดขึ้น

ข้อความที่มีความหมายทางลบจะให้คะแนนตรงกันข้ามกับข้อความที่มีความหมายทางบวก
เกณฑ์การตัดสินระดับความผาสุกในชีวิต มีดังนี้

- คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00-1.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกในชีวิตในระดับน้อย
- คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.50-2.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกในชีวิตในระดับปานกลางค่อนข้างน้อย
- คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.50-3.49 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกในชีวิตในระดับปานกลางค่อนข้างมาก
- คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.50-4.00 คะแนน หมายถึง มีความผาสุกในชีวิตในระดับมาก
- ส่วนการวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวสังคมกับความผาสุกในชีวิต

ผู้วิจัยใช้คะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม ($\bar{x}$) เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่ม ดังนี้

- ถ้าได้คะแนนน้อยกว่า $\bar{x} - 1 \text{ S.D.}$ แสดงว่า มีความผาสุกในชีวิตน้อย
- ถ้าได้คะแนนระหว่าง $\bar{x} \pm 1 \text{ S.D.}$ แสดงว่า มีความผาสุกในชีวิตปานกลาง
- ถ้าได้คะแนนมากกว่า $\bar{x} + 1 \text{ S.D.}$ แสดงว่า มีความผาสุกในชีวิตมาก

ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิต

ข้อความ	เห็นด้วย มากที่สุด	เห็นด้วย มาก	เห็นด้วย น้อย	ไม่เห็น ด้วย
(0) โดยทั่ว ๆ ไปแล้ว อาจพูดได้ว่าท่านมี ความสุข				
(00) ท่านคิดว่าชีวิตท่านอยู่ไปวัน ๆ เพื่อรอ ความตาย				

การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1. การหาความเที่ยงตรง (Validity) ผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์ในส่วนที่ 2 ถึงส่วนที่ 6 ซึ่งใช้วัดความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม การระลึกถึงความหลัง และความผาสุกในชีวิต ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ใช้ดุลยพินิจในการพิจารณาว่า มีเนื้อหาครอบคลุมตามนิยามปฏิบัติการ พร้อมทั้งภาษาในข้อความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง แล้วนำมาปรับปรุงให้เหมาะสม ถูกต้องตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้น นำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) เพื่อดูว่าแบบสัมภาษณ์ทั้ง 5 ส่วนนั้น สามารถวัดได้สอดคล้องกับโครงสร้างหรือคุณลักษณะของตัวแปรที่ต้องการศึกษา ด้วยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด (Item-Test Correlation) โดยวิธีสูตรของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) ดังนี้ (ไพศาล หวังพานิช. 2531 : 102)

$$r_{xy} = \frac{N\sum xy - \sum x \sum y}{[\sum x^2 - (\sum x)^2][\sum y^2 - (\sum y)^2]}$$

เมื่อ r_{xy}	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
x	แทน	คะแนนเป็นรายชื่อของแต่ละคน
y	แทน	คะแนนรวมทุกชื่อของแต่ละคน
N	แทน	จำนวนคนที่ในกลุ่มตัวอย่าง

แล้วเลือกชื่อที่มีค่าสหสัมพันธ์สูงไว้เพื่อไปหาค่าความเชื่อมั่น

✓ 2. การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยแบบสัมภาษณ์ทั้ง 5 ส่วน ที่ได้หาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างแล้วนำมาหาค่าความเชื่อมั่น โดยใช้สูตรของครอนบาค (Cronbach) ซึ่งคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (α -Coefficient) ซึ่งมีสูตรดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2533 : 132)

$$\alpha = \frac{N}{N-1} \left[1 - \frac{s^2_i}{s^2_t} \right]$$

โดยแบบสัมภาษณ์แต่ละส่วนมีค่าความเชื่อมั่นดังนี้

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความกลัวสภาพการสูงอายุน	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .86
ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความเข้มแข็งในการมองโลก	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .75
ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการสนับสนุนทางสังคม	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .90
ส่วนที่ 5 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการระลึกถึงความหลัง	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .63
ส่วนที่ 6 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิต	ได้ค่าความเชื่อมั่น = .78

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. นำหนังสือที่ทางบัณฑิตวิทยาลัยออกให้ไปติดต่อกับประธานชมรมผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูล
2. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยอีก 3 ท่าน ไปสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุตามวัน เวลาที่ผู้สูงอายุมาร่วมกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ ใช้เวลาในการสัมภาษณ์รายละ 30-45 นาที
3. ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล 6 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โปรแกรม SPSS^X (Statistical Package for the Social Science Version 10) โดยมีขั้นตอนการวิเคราะห์ 4 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 หาค่าสถิติพื้นฐาน โดยนำปัจจัยทางชีวสังคมของกลุ่มตัวอย่าง อันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้าย มาคิดเป็นค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรตาม คือ ความผาสุกในชีวิต

ขั้นตอนที่ 2 หาค่าความสัมพันธ์

2.1 หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ของคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลก ความกลัวสภาพการสูงอายุ การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคม กับคะแนนความผาสุกในชีวิต เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อ 1 และ 2

2.2 ทดสอบค่า ไค-สแควร์ (χ^2) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อ 3

ขั้นตอนที่ 3 วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression) โดยมีตัวแปรเกณฑ์ คือ ความผาสุกในชีวิต ตัวแปรทำนาย คือ ความเข้มแข็งในการมองโลก ความกลัวสภาพการสูงอายุ การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อ 4

ขั้นตอนที่ 4 เปรียบเทียบความแตกต่าง ดังนี้

4.1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตเมื่อจำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส อาชีพครั้งสุดท้าย และการระลึกถึงความหลัง โดยใช้สถิติค่า t (t -test) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อ 5.1, 5.4, 5.6 และข้อ 6

4.2 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความพึงพอใจในชีวิต เมื่อจำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา และฐานะทางเศรษฐกิจ โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (Oneway Analysis of Variance) และทดสอบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe's Method) ถ้าพบความแตกต่างระหว่างตัวแปรอิสระเหล่านี้ เพื่อดูผลที่มีต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อ 5.2, 5.3 และ 5.5

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร จำนวน 280 คน นำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS^X ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้นำเสนอเป็น 5 ตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำนวนตามปัจจัยทางชีวสังคม

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์อำนาจการทำนายความพึงพอใจในชีวิตของตัวแปรเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพครั้งสุดท้าย ความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคม ของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ที่มีความแตกต่างกันทางด้านเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพครั้งสุดท้าย และการระลึกถึงความหลัง

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในบทนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจงานการแปลผล และความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูลได้ตรงกัน ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{x}$	แทน	ค่าคะแนนเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
S^2	แทน	ค่าความแปรปรวน
χ^2	แทน	ค่าไค-สแควร์
c	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์แห่งการถ่วง
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t-distribution
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน F-distribution
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of square)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean square)
x_1	แทน	เพศ
x_2	แทน	อายุ
x_3	แทน	ระดับการศึกษา
x_4	แทน	สถานภาพสมรส
x_5	แทน	ฐานะทางเศรษฐกิจ
x_6	แทน	อาชีพครั้งสุดท้าย
x_7	แทน	ความกลัวสภาพการสูงอายุ
x_8	แทน	ความเข้มแข็งในการมองโลก
x_9	แทน	การระลึกถึงความหลัง
x_{10}	แทน	การสนับสนุนทางสังคม
y	แทน	ความพึงพอใจในชีวิต
r	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน
R	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แห่งการถ่วงพหุคูณ

R^2_{change}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แห่งการทำนายพหุคูณที่เปลี่ยนแปลงไปจากการเพิ่มตัวทำนายทีละตัว
F_{change}	แทน	ค่าสถิติเอฟ (F) ที่ใช้ทดสอบความมีนัยสำคัญของการเพิ่มตัวทำนายเข้าไปครั้งละ 1 ตัว
S.E. est	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการทำนาย
b	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนาย ซึ่งทำนายในรูปคะแนนดิบ
β	แทน	สัมประสิทธิ์การถดถอยของตัวทำนาย ซึ่งทำนายในรูปคะแนนมาตรฐาน
a	แทน	ค่าคงที่ของสมการทำนาย
y'	แทน	ความเหมาะสมในชีวิตที่ได้จากการทำนาย ด้วยตัวทำนายต่าง ๆ ในรูปคะแนนดิบ
สมการทำนาย	แทน	สมการถดถอยพหุคูณที่ใช้ทำนายความเหมาะสมในชีวิต
P	แทน	ค่าของระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติ
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
**	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
***	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามปัจจัยทาง
ชีวสังคม แสดงผลในตาราง 1

ตาราง 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยทางชีวสังคม

ปัจจัยทางชีวสังคม	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	122	43.6
หญิง	158	56.4
2. อายุ		
60-64 ปี	85	30.4
65-69 ปี	113	40.4
70-74 ปี	82	29.2
3. ระดับการศึกษา		
ระดับต่ำ	95	34.0
ระดับปานกลาง	105	37.5
ระดับสูง	80	28.5
4. สถานภาพสมรส		
อยู่	145	51.8
ไม่มีคู่	135	48.2

ตาราง 1 (ต่อ)

ปัจจัยทางชีวสังคม	จำนวน	ร้อยละ
5. ฐานะทางเศรษฐกิจ		
ระดับต่ำ	46	16.4
ระดับปานกลาง	166	59.3
ระดับสูง	68	24.3
6. อาชีพครั้งสุดท้าย		
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	124	44.2
อาชีพอิสระ	156	55.8

จากตาราง 1 แสดงถึงผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีร้อยละ 56.4 ในด้านอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างในช่วงอายุ 65-69 ปี มีจำนวนมากที่สุดคือ ร้อยละ 40.4 รองลงมาคือกลุ่มอายุ 60-64 ปี มีร้อยละ 30.4 ซึ่งมีจำนวนใกล้เคียงกับกลุ่มอายุ 70-74 ปี คือร้อยละ 29.2 สำหรับระดับการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปานกลาง (มัธยมต้น-มัธยมปลาย) คิดเป็นร้อยละ 37.5 รองลงมาเป็นการศึกษาระดับต่ำ (ไม่ได้รับการศึกษา-ประถมศึกษา) คิดเป็นร้อยละ 34 และร้อยละ 28.5 มีการศึกษาระดับสูง (อาชีวศึกษา-อุดมศึกษา) ในด้านสถานภาพสมรส พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยังอยู่กับคู่สมรส คิดเป็นร้อยละ 51.8 ส่วนฐานะทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่มีฐานะทางเศรษฐกิจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 59.3 รองลงมามีฐานะทางเศรษฐกิจระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 24.3 ส่วนร้อยละ 16.4 มีฐานะทางเศรษฐกิจระดับต่ำ สำหรับอาชีพครั้งสุดท้ายของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่เคยประกอบอาชีพอิสระ คิดเป็นร้อยละ 55.8 และร้อยละ 44.2 เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ระดับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุใน

กรุงเทพมหานคร แสดงผลในตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับความผาสุกในชีวิต

ระดับความผาสุกในชีวิต	จำนวน	ร้อยละ
น้อย (คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00-1.49 คะแนน)	-	-
ปานกลางค่อนข้างน้อย (คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.50-2.49 คะแนน)	36	12.9
ปานกลางค่อนข้างมาก (คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.50-3.49 คะแนน)	218	77.9
มาก (คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.50-4.00 คะแนน)	26	9.2
รวม	280	100

จากตาราง 2 แสดงว่าผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครมีความผาสุกในชีวิต อยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างมากเป็นส่วนใหญ่ คิดเป็นร้อยละ 77.9 รองลงมา มีความผาสุก ในชีวิตอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างน้อย คิดเป็นร้อยละ 12.9 และร้อยละ 9.2 มีความผาสุก ในชีวิตระดับมาก และไม่มีผู้สูงอายุที่มีความผาสุกในชีวิตในระดับน้อย

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกดังนี้

3.1 ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคมกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ตามสมมติฐานข้อ 1 และข้อ 2 ที่ตั้งไว้ว่า "ความกลัวสภาพการสูงอายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ" และ "ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ" แสดงผลในตาราง 3

ตาราง 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตกับตัวแปรต่าง ๆ

ตัวแปร	ความผาสุกในชีวิต	p-value
ความกลัวสภาพการสูงอายุ	-.5041***	.000
ความเข้มแข็งในการมองโลก	.6785***	.000
การระลึกถึงความหลัง	.0551	.179
การสนับสนุนทางสังคม	.5748***	.000

จากตาราง 3 แสดงว่า ความกลัวสภาพการสูงอายุ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความผาสุกในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อ 1 ส่วนความเข้มแข็งในการมองโลก และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แต่การระลึกถึงความหลัง มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกในชีวิตอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อ 2

3.2 การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับปัจจัยทาง

ชีวสังคม อันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพการสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพ
ครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ ตามสมมติฐานข้อ 3 ที่ตั้งไว้ว่า "ปัจจัยทางชีวสังคม อันได้แก่ เพศ อายุ
ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ มีความ
สัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ" แสดงผลในตาราง 4-9 ดังนี้

ตาราง 4 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ กับเพศของผู้สูงอายุ

เพศ	ความผาสุกในชีวิต			รวม
	น้อย	ปานกลาง	มาก	
ชาย	20 (16.4%)	84 (68.9%)	18 (14.8%)	122 (100%)
หญิง	29 (18.4%)	105 (66.5%)	24 (15.2%)	158 (100%)
รวม	49 (17.5%)	189 (67.5%)	42 (15.0%)	280 (100%)

$$\chi^2 = .2186, \quad df = 2, \quad c = .0279$$

$$\chi^2_{.05} (df = 2) = 5.99$$

จากตาราง 4 พบว่า ค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ .2186 และได้ค่าสัมประสิทธิ์แห่ง
การฉ้อจ (c) เท่ากับ .0279 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 หมายความว่า เพศ ไม่มีความ
สัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

ตาราง 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ กับอายุของผู้สูงอายุ

อายุ	ความผาสุกในชีวิต			รวม
	น้อย	ปานกลาง	มาก	
60-64 ปี	9 (10.6%)	61 (71.8%)	15 (17.6%)	85 (100%)
65-69 ปี	19 (16.8%)	78 (69.0%)	16 (14.2%)	158 (100%)
70-74 ปี	21 (25.6%)	50 (61.0%)	11 (13.4%)	82 (100%)
รวม	49 (17.5%)	189 (67.5%)	42 (15.0%)	280 (100%)

$$\chi^2 = 6.8053, \quad df = 4, \quad c = .1540$$

$$\chi^2_{.05} (df = 4) = 9.49$$

จากตาราง 5 พบว่า ค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 6.8053 และได้ค่าสัมประสิทธิ์แห่งการฉกฉกร (c) เท่ากับ .1540 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายความว่า อายุไม่มี ความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมุติฐานข้อ 3

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ

ระดับการศึกษา	ความผาสุกในชีวิต			รวม
	น้อย	ปานกลาง	มาก	
ต่ำ	23 (24.2%)	67 (70.5%)	5 (5.3%)	95 (100%)
ปานกลาง	22 (21.0%)	66 (62.9%)	17 (16.2%)	105 (100%)
สูง	4 (5.0%)	56 (70.0%)	20 (25.0%)	80 (100%)
รวม	49 (17.5%)	189 (67.5%)	42 (15.0%)	280 (100%)

$$\chi^2 = 22.2778^{**}, \quad df = 4, \quad c = .1995$$

$$\chi^2_{.01(df = 4)} = 13.28$$

จากตาราง 6 พบว่า ค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 22.2778 และได้ค่าสัมประสิทธิ์แห่งการจร (c) เท่ากับ .1995 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หมายความว่า ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

ตาราง 7 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับสถานภาพสมรสของผู้สูงอายุ

สถานภาพสมรส	ความผาสุกในชีวิต			รวม
	น้อย	ปานกลาง	มาก	
คู่	20 (13.8%)	97 (66.9%)	28 (19.3%)	145 (100%)
ไม่มีคู่	29 (21.5%)	92 (68.1%)	14 (10.4%)	135 (100%)
รวม	49 (17.5%)	189 (67.5%)	42 (15.0%)	280 (100%)

$$\chi^2 = 6.1026, * \quad df = 2, \quad c = .1461$$

$$\chi^2_{.05} (df = 2) = 5.99$$

จากตาราง 7 พบว่า ค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 6.1026 และได้ค่าสัมประสิทธิ์แห่งการฉจร (c) เท่ากับ .1461 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายความว่า สถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุกับฐานะทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ

ฐานะทางเศรษฐกิจ	ความผาสุกในชีวิต			รวม
	น้อย	ปานกลาง	มาก	
ต่ำ	11 (23.9%)	31 (67.4%)	4 (8.7%)	46 (100%)
ปานกลาง	31 (18.7%)	112 (67.5%)	23 (13.9%)	166 (100%)
สูง	7 (10.3%)	46 (67.6%)	15 (22.1%)	68 (100%)
รวม	49 (17.5%)	189 (67.5%)	42 (15.0%)	280 (100%)

$$\chi^2 = 6.8526, \quad df = 4, \quad c = .1546$$

$$\chi^2_{.05} (df = 4) = 9.49$$

จากตาราง 8 พบว่า ค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 6.8526 และค่าสัมประสิทธิ์แห่งการฉ้อจ (c) เท่ากับ .1546 ซึ่งไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายความว่า ฐานะทางเศรษฐกิจไม่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

ตาราง 9 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความพาสูกานชีวิตของผู้สูงอายุกับอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ

อาชีพครั้งสุดท้าย	ความพาสูกานชีวิต			รวม
	น้อย	ปานกลาง	มาก	
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	14 (11.3%)	84 (67.7%)	26 (21.0%)	124 (100%)
อาชีพอิสระ	35 (22.4%)	105 (67.3%)	16 (10.3%)	156 (100%)
รวม	49 (17.5%)	189 (67.5%)	42 (15.0%)	280 (100%)

$$\chi^2 = 10.1902^{**}, \quad df = 2, \quad c = .1874$$

$$\chi^2_{.01} (df = 2) = 9.21$$

จากตาราง 9 พบว่า ค่าไค-สแควร์ (χ^2) เท่ากับ 10.1902 และค่าสัมประสิทธิ์
 แห่งการถ่วง (C) เท่ากับ .1874 ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หมายความว่า อาชีพ
 ครั้งสุดท้ายมีความสัมพันธ์กับความพาสูกานชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ทางทฤษฎีความเหมาะสมชีวิตของตัวแปร เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพครั้งสุดท้าย ความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคม เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 4 ที่ตั้งไว้ว่า "ความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม อันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้าย สามารถร่วมกันทำนายความเหมาะสมชีวิตของผู้สูงอายุได้" โดยใช้สถิติการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้น ๆ ซึ่งการใช้ปัจจัยทางชีวสังคม เป็นตัวทำนายนั้น จะวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ โดยการใส่ตัวแปรหุ่น (Dummy Variable) แสดงผลในตาราง 10

ตาราง 10 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้นที่ละ 1 ตัวแปร เพื่อทำนายความเหมาะสมชีวิตของผู้สูงอายุ

ลำดับที่	ตัวทำนาย	b	p	t_{F}	R	R ²	R ² change	F change
1	x ₈	.3864	.4013	237.1564***	.6785	.4604	.4604	237.1564***
2	x ₁₀	.2465	.2427	145.1925***	.7154	.5118	.0514	29.1848***
3	x ₇	-.2468	-.2203	109.0344***	.7365	.5424	.0306	18.4378***
4	x ₃	1.5266	.1626	90.2032***	.7533	.5675	.0251	15.9690***

a = 31.4578

S.E. est = 3.0134

*** p < .001

จากตาราง 10 พบว่า กลุ่มตัวทำนาย 4 ตัว ที่มีนัยสำคัญทางสถิติ หรือมีประสิทธิภาพสูงในการทำนายความเหมาะสมชีวิตของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม ความกลัวสภาพการสูงอายุ และระดับการศึกษา ตามลำดับ โดยมีความเข้มแข็งในการ

มองโลกเป็นตัวทำนายตัวแรกที่มีอิทธิพลสูงสุด สามารถทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และมีอำนาจในการทำนาย ร้อยละ 46.04 ตัวทำนาย ที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นลำดับที่ 2 คือ การสนับสนุนทางสังคม สามารถรวมกับความเข้มแข็ง ในการมองโลก ทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 51.18 โดยที่อำนาจการทำนาย เพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายแรกตัวเดียว ร้อยละ 5.14 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และเมื่อเพิ่มตัวทำนายที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นลำดับที่ 3 คือ ความกลัวสภาพการสูงอายุ เข้าไป รวมทำนายกับตัวทำนายตัวแรกและตัวที่สอง จะสามารถทำนายความผาสุกในชีวิตได้ถึงร้อยละ 54.24 โดยที่อำนาจการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายสองตัว ร้อยละ 3.06 ส่วนตัวทำนาย ที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นลำดับที่ 4 คือระดับการศึกษาสามารถรวมกับความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม และความกลัวสภาพการสูงอายุ ทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ ร้อยละ 56.75 โดยที่อำนาจการทำนายเพิ่มขึ้นจากการใช้ตัวทำนายสามตัว ได้ร้อยละ 2.51 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยที่ตัวทำนายทั้ง 4 ตัวรวมกันมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ พหุคูณ (R) เท่ากับ 0.7533

ตัวทำนายทั้ง 4 ตัว ได้แก่ ความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม ความ กลัวสภาพการสูงอายุ และระดับการศึกษา สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความผาสุก ในชีวิตของผู้สูงอายุ ได้ร้อยละ 56.75 โดยค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการทำนายเท่ากับ 3.0134 และได้สมการทำนายในรูปคะแนนดิบ ดังนี้

$$y = 31.4578 + .3864x_8 + .2465x_{10} - .2468x_7 + 1.5266x_3$$

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางด้านเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพ ครึ่งสุดท้ายเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 5

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกดังนี้

5.1 เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางเพศ ตามสมมติฐานข้อ 5.1 ที่ตั้งไว้ว่า "ผู้สูงอายุเพศชายมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง" ดังแสดงในตาราง 11

ตาราง 11 เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางเพศ

เพศ	N	คะแนนความพึงพอใจในชีวิต		t
		$\bar{x}$	S.D.	
ชาย	122	58.58	7.14	-.74
หญิง	158	59.24	7.63	

$$t_{.05} (df = 278) = -1.645$$

จากตาราง 11 แสดงว่า ผู้สูงอายุเพศชาย และผู้สูงอายุเพศหญิง ได้คะแนนความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐาน ข้อ 5.1

5.2 เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีอายุแตกต่างกัน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 5.2 ที่ว่า "ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60-64 ปี มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีอายุ 65-69 ปี และ 70-74 ปี" แสดงผลในตาราง 12-13

ตาราง 12 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อ
จำแนกตามระดับอายุ

อายุ	N	ความพึงพอใจในชีวิต	
		$\bar{x}$	S.D.
60-64 ปี	85	59.859	6.811
65-69 ปี	113	59.443	7.523
70-74 ปี	82	57.342	7.702

ตาราง 13 วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ที่มีอายุแตกต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	309.775	154.888	2.8529
ภายในกลุ่ม	277	15038.621	54.291	
รวม	279	15348.396		

$$F_{.05} (df=2,277) = 3.032$$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 12-13 แสดงว่าผู้สูงอายุที่มีอายุ 60-64 ปี มีความพึง
พอใจไม่แตกต่างกับผู้สูงอายุที่มีอายุ 65-69 ปี และ 70-74 ปี ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.2

5.3 เปรียบเทียบกับความพาสุนในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 5.3 ที่ว่า "ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีความพาสุนในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษานานกลางและต่ำ" แสดงผลในตาราง 14-15

ตาราง 14 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความพาสุนในชีวิตของผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	N	ความพาสุนในชีวิต	
		$\bar{x}$	S.D.
ต่ำ	95	56.579	6.894
ปานกลาง	105	58.971	7.711
สูง	80	61.750	6.417

ตาราง 15 วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	1161.324	580.662	11.337*
ภายในกลุ่ม	277	14187.072	51.217	
รวม	279	15348.396		

$$F_{.05} (df=2,277) = 3.032$$

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 14-15 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงนำผลการวิเคราะห์ที่ได้ ไปตรวจสอบค่าความแตกต่างเป็นรายคู่ เพื่อดูว่า ในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันทั้ง สามกลุ่มนี้ มีผู้ใดบ้างที่มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน โดยวิธีของเซฟเฟ (Seheffe) แสดงผล ในตาราง 16

ตาราง 16 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำ ปานกลาง สูง เป็นรายคู่

ระดับการศึกษา	N	$\bar{x}$	ต่ำ	ปานกลาง	สูง
			56.579	58.971	61.750
ต่ำ	95	56.579	-	2.392	5.171*
ปานกลาง	105	58.971	-	-	2.779*
สูง	80	61.750	-	-	-

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 16 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษานานกลางและต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน ส่วนผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษานานกลาง มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกับผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำ

5.4 เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางสถานภาพสมรส ตามสมมติฐานข้อ 5.4 ที่ตั้งไว้ว่า "ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสอยู่ มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสไม่มีอยู่" แสดงผลในตาราง 17

ตาราง 17 เปรียบเทียบคะแนนความพึงสูกานชีวิตของผู้สูงอายุนที่มีความแตกต่างกันทางสถานภาพสมรส

สถานภาพสมรส	N	$\bar{x}$	S.D.	t
คู่	145	59.79	7.32	1.97*
ามมีคู่	135	58.05	7.45	

$$t_{.05}(df = 278) = 1.645$$

จากตาราง 17 แสดงว่า ผู้สูงอายุนที่มีสถานภาพสมรสคู่ ได้คะแนนความพึงสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุนที่มีสถานภาพสมรสามมีคู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.4

5.5 เปรียบเทียบความพึงสูกานชีวิตของผู้สูงอายุนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อ 5.5 ที่ว่า "ผู้สูงอายุนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงมีความพึงสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและต่ำ" แสดงผลในตาราง 18-19

ตาราง 18 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อ
จำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจ

ฐานะทางเศรษฐกิจ	N	ความพึงพอใจในชีวิต	
		$\bar{x}$	S.D.
ต่ำ	46	56.130	6.483
ปานกลาง	166	58.693	7.470
สูง	68	61.500	7.156

ตาราง 19 วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีฐานะทาง
เศรษฐกิจแตกต่างกัน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	818.848	409.424	7.806*
ภายในกลุ่ม	277	14529.549	52.453	
รวม	279	15348.396		

$$F_{.05} (df=2,277) = 3.032$$

จากตาราง 18-19 พบว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน มีความพึงพอใจในชีวิต แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงนำผลการวิเคราะห์ที่ได้ไปตรวจสอบค่าความแตกต่างเป็นรายคู่ เพื่อดูว่าในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกันทั้งสามกลุ่มนี้ มีคู่ใดบ้างที่มีความพึงพอใจในชีวิตแตกต่างกัน โดยวิธีของเชฟเฟ (Scheffé) แสดงผลในตาราง 20

ตาราง 20 การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ปานกลาง สูง เป็นรายคู่

ฐานะทางเศรษฐกิจ	N	$\bar{x}$	ต่ำ	ปานกลาง	สูง
			56.130	58.693	61.500
ต่ำ	46	56.130	-	2.563	5.370*
ปานกลาง	166	58.693	-	-	2.907*
สูง	68	61.500	-	-	-

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 20 พบว่า ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง และต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน ส่วนผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง มีความพึงพอใจในชีวิตไม่แตกต่างกับผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ

5.6 เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ที่มีความแตกต่างกันทางอาชีพ ครั้งสุดท้าย ตามสมมติฐานข้อ 5.6 ที่ตั้งไว้ว่า "ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ มีความพึงพอใจชีวิตน้อยกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระ ที่ไม่เข้ารับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ" แสดงผลในตาราง 21

ตาราง 21 เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางอาชีพ
ครั้งสุดท้าย

อาชีพครั้งสุดท้าย	N	$\bar{X}$	S.D.	t
อาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	124	60.76	7.13	3.71**
อาชีพอิสระ	156	57.52	7.35	

$$t_{.01}(df=278) = 2.326$$

จากตาราง 21 พบว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระ ที่ไม่รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.6

5.7 ผลการวิเคราะห์คะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ที่มีความแตกต่างกันทางด้านการระลึกถึงความหลัง ตามสมมติฐานข้อ 6 ที่ตั้งไว้ว่า "ผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านบวก มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านลบ" แสดงในตาราง 22

ตาราง 22 เปรียบเทียบคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างทางด้านการระลึกถึงความหลัง

การระลึกถึงความหลัง	N	$\bar{x}$	S.D.	t
ด้านบวก	210	61.750	6.750	8.04**
ด้านลบ	36	51.50	5.224	

$$t_{.01}(df=244) = 2.326$$

จากตาราง 22 พบว่าผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านบวกมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความพหุสภาวะในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาวะการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคมกับความพหุสภาวะในชีวิตของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุ ในกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อค้นหาตัวแปรที่สามารถทำนายความพหุสภาวะในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร โดยมีความกลัวสภาวะการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคมและปัจจัยทางชีวสังคมเป็นตัวแปรทำนาย
4. เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของความพหุสภาวะในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตามเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพครั้งสุดท้าย และการระลึกถึงความหลังของผู้สูงอายุ

สมมติฐานในการวิจัย

1. ความกลัวสภาวะการสูงอายุ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความพหุสภาวะในชีวิตของผู้สูงอายุ
2. ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพหุสภาวะในชีวิตของผู้สูงอายุ
3. ปัจจัยทางชีวสังคมอันได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความพหุสภาวะในชีวิตของผู้สูงอายุ

4. ความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม สามารถร่วมกันทำนายความพาสูกานชีวิตของผู้สูงอายุได้

5. ผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางด้านเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้าย มีความพาสูกานชีวิตแตกต่างกันดังนี้

5.1 ผู้สูงอายุเพศชายมีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง

5.2 ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60-64 ปี มีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีอายุ 65-69 ปี และ 70-74 ปี

5.3 ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษานานกลางและต่ำ

5.4 ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ มีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสไม่มีคู่

5.5 ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง มีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและต่ำ

5.6 ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจมีความพาสูกานชีวิตน้อยกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระที่ไม่ได้รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ

6. ผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านบวกมีความพาสูกานชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านลบ

วิธีดำเนินการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง 60 ปี - 74 ปี และเป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร พร้อมทั้งมาเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 วัน ในปี พ.ศ. 2536 ซึ่งวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยสุ่มชมรมผู้สูงอายุมา 6 ชมรมจากทั้งหมด 13 ชมรม แล้ว

สุ่มรายชื่อสมาชิกในแต่ละชมรมมาร้อยละ 25 ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 280 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นแบบสัมภาษณ์ ซึ่งมีทั้งหมด 6 ส่วนด้วยกันคือ

ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลทางปัจจัยทางชีวสังคมของผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้าย

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความกลัวสภาพการสูงอายุ ซึ่งผู้วิจัยแปลและเรียบเรียงข้อความมาจากตัวอย่างข้อความแบบวัดความกลัวสภาพการสูงอายุของ เคลมแมคและรอฟ (Klemmack and Roff. 1984 : 756) จำนวน 5 ข้อ และสร้างเพิ่มขึ้นอีก 5 ข้อ รวมเป็น 10 ข้อ ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ส่วนนี้เป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ

ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความเข้มแข็งในการมองโลก ซึ่งผู้วิจัยปรับปรุงข้อความและมาตราส่วนประเมินค่ามาจากแบบวัดความเข้มแข็งในการมองโลกของ สมจิต หนูเจริญกุล ประครอง อินทรสมบัติ และพรณวดี พุทธิวัฒนะ (2532) ลักษณะของแบบสัมภาษณ์ส่วนนี้เป็นมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ จำนวน 19 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยปรับปรุงข้อความมาจากแบบวัดการสนับสนุนทางสังคมของ จวีวรรณ แก้วพรหม (2530) ลักษณะของแบบสัมภาษณ์เป็นมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับ จำนวน 17 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการระลึกถึงความหลัง ซึ่งผู้วิจัยปรับปรุงข้อความและมาตราส่วนประเมินค่ามาจากแบบวัดการระลึกถึงความหลังของ สาลิกา รัตวัญญาม (2533) ลักษณะของแบบสัมภาษณ์เป็นมาตราส่วนประเมินค่า 3 ระดับ จำนวน 10 ข้อ

ส่วนที่ 6 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความพาสุนัขในชีวิต ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยแนวความคิดมาจาก ลอว์ตัน (Lawton. 1983) และ ริฟ (Ryff. 1989) ซึ่งลักษณะแบบสัมภาษณ์เป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า 4 ระดับ จำนวน 20 ข้อ

3. หากคุณภาพเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการทำแบบทดลองใช้กับผู้สูงอายุที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 40 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างโดยใช้สูตรของ เพียร์สัน หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด ผลที่ได้แสดงว่าขนาดพหุคูณ หน้า ก และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสัมภาษณ์ในส่วนที่ 2, 3, 4, 5 และส่วนที่ 6 โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.86, 0.75,

0.90, 0.63 และ 0.78 ตามลำดับ

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง และผู้ช่วยวิจัยอีก 3 ท่าน ซึ่งผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยอีก 3 ท่าน ได้ร่วมกันทำความเข้าใจคำถามคำตอบ และวิธีการสัมภาษณ์เป็นอย่างดีก่อนที่จะดำเนินการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างใช้เวลาสัมภาษณ์ประมาณคนละ 30 นาที ถึง 45 นาที ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งหมด 6 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำแบบสัมภาษณ์ที่สมบูรณมาลงรหัสในแบบรายการ เพื่อนำเข้าเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS^x และทำการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยทางชีวสังคม วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ส่วนข้อมูลเกี่ยวกับตัวแปรความผาสุกในชีวิต วิเคราะห์โดยค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหพันธ์ของเพียร์สัน เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความกล้วสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง และการสนับสนุนทางสังคมกับความผาสุกในชีวิต
3. วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวสังคมกับความผาสุกในชีวิต โดยใช้การทดสอบค่าไค-สแควร์
4. วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเพิ่มตัวแปรเป็นขั้น ๆ เพื่อค้นหากลุ่มตัวทำนายที่มีนัยสำคัญในการทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ
5. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ เมื่อจำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส อาชีพครั้งสุดท้าย และการระลึกถึงความหลัง โดยใช้สถิติค่าที
6. วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว เพื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกันทางอายุ ระดับการศึกษา และฐานะทางเศรษฐกิจ โดยใช้สถิติ F-test และตรวจสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยวิธีเชฟเฟ (Scheffé) ในการตีพิมพ์ว่า F-test มีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยทางชีวสังคมของผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุทั้งหมด 280 คน เป็นผู้สูงอายุเพศชาย 122 คน ผู้สูงอายุเพศหญิง 158 คน ส่วนใหญ่ร้อยละ 40.4 มีอายุระหว่าง 65-69 ปี ส่วนระดับการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ร้อยละ 37.5 มีการศึกษาระดับปานกลาง คือ ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ถึงระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในด้านสถานภาพสมรส พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 51.8 ยังอยู่กับคู่สมรส ในด้านฐานะทางเศรษฐกิจ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ร้อยละ 59.3 มีฐานะทางเศรษฐกิจในระดับปานกลาง ส่วนอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ร้อยละ 55.7 ประกอบอาชีพอิสระ

2. ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ส่วนใหญ่ร้อยละ 77.9 มีความผาสุกในชีวิต ในระดับปานกลางค่อนข้างมาก

3. ความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า

3.1 ความกลัวสภาพการสูงอายุ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($r = -.5041$) ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 1

3.2 ความเข้มแข็งในการมองโลก และการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 ($r = .6785, .5748$ ตามลำดับ) ส่วนการระลึกถึงความหลัง ไม่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .0551$) ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2

4. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้ายกับความผาสุกในชีวิต พบว่า ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส และอาชีพครั้งสุดท้าย มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, .05 และ .01 ตามลำดับ ส่วนเพศ อายุ และฐานะทางเศรษฐกิจ ไม่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิต ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3

5. ผลการศึกษานำมาพิจารณาทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยมีความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัย

ทางชีวสังคม เป็นตัวทำนาย พบว่า ตัวทำนายที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ในการทำนาย ความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุมี 4 ตัวคือ ความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม ความกลัวสภาพการสูงอายุ และระดับการศึกษา ซึ่งสามารถร่วมกันทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 56.75 โดยมีความเข้มแข็งในการมองโลกเป็นตัวทำนายตัวแรก ซึ่งสามารถทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ถึงร้อยละ 46.04

6. ผลการเปรียบเทียบความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างทางด้านเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพครั้งสุดท้าย และการระลึกถึงความหลัง พบว่า

6.1 ผู้สูงอายุเพศชายและเพศหญิงมีความผาสุกในชีวิตแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.1

6.2 ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60-64 ปี มีความผาสุกในชีวิตไม่แตกต่างกับผู้สูงอายุที่มีอายุ 65-69 ปี และ 70-74 ปี ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.2

6.3 ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงมีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาปานกลาง และต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.3

6.4 ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสมีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสไม่มีคู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.4

6.5 ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง และต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.5

6.6 ผู้สูงอายุที่มีอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีอาชีพอิสระ ที่ไม่ได้รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.6

6.7 ผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านบวก มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการระลึกถึงความหลังทางด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 6

อภิปรายผล

การศึกษาระดับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ร้อยละ 77.9 มีความผาสุกในชีวิตระดับปานกลางค่อนข้างมาก ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุนั้น แม้ว่าจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคมเศรษฐกิจที่เสื่อมถอยไปตามวัยแล้วก็ตาม แต่ผู้สูงอายุเหล่านี้ก็ยังมีโอกาสได้รับการพัฒนาตนเองทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคมได้ด้วยการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางชมรมจัดให้แก่ผู้สูงอายุ ซึ่งมีทั้งการออกกำลังกาย บริหารร่างกาย ช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพของร่างกาย และก่อให้เกิดความเพลิดเพลิน นอกจากนั้นแล้ว ยังได้มีการทำกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น ได้พบปะกับบุคคลวัยเดียวกัน ทำให้มีความเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของกันและกัน ได้ระบายความรู้สึกอัดอั้นใจ ก่อให้เกิดความสบายใจมากขึ้น พร้อมทั้งผู้สูงอายุยังได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ทำให้ไม่รู้สึกเหงาหรือว่าเหว แต่ยังคงรู้สึกว่าตนเองยังมีคุณค่า และมีบทบาทในสังคมอยู่บ้าง ดังที่ บาร์ร และ สมิท (Barrow and Smith. 1979 : 53) กล่าวว่า เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น สถานภาพทางสังคมจะลดลง บทบาทเก่าจะถูกถอนตัวออกไป ดังนั้นผู้สูงอายุที่ต้องการมีความสุขนั้น จะต้องรักษาระดับกิจกรรมของตนไว้ กิจกรรมและบทบาทใด ๆ ของบุคคลที่ถูกผลักดันให้เลิกกระทำ จะต้องมีการทดแทน ใหม่อื่น ๆ ขึ้นมาทดแทน ดังนั้น กิจกรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุที่ทำให้มีสุขภาพดีทั้งกายและใจ ซึ่งจะส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับงานวิจัยของ เขมิกา ยามะรัต (2527) ได้ทำการศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของข้าราชการบำนาญ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ พบว่า การมีส่วนร่วมทางสังคม เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตมากที่สุด ซึ่งคล้ายกับงานวิจัยของ ดวงฤดี ลาสุชะ (2528) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบกีดสรรกับการปรับตัวของผู้สูงอายุจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งพบว่า การร่วมกิจกรรมในชุมชนของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้สูงอายุ และยังพบว่า การปรับตัวของผู้สูงอายุอยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง นอกจากนั้น จากการศึกษาของ อัมพา วรวัฒนชัย (2532) ได้ศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวของข้าราชการบำนาญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งอยู่ในและนอกชมรมผู้สูงอายุ พบว่า ข้าราชการบำนาญ ซึ่งอยู่ในชมรมผู้สูงอายุ มีการปรับตัวดีกว่าข้าราชการบำนาญ ซึ่งอยู่นอกชมรมผู้สูงอายุ เพราะฉะนั้นจากงานวิจัยดังกล่าวน่าจะเป็นที่ยืนยันได้ว่า ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และเข้าร่วมกิจกรรม

ในชมรมผู้สูงอายุ จะทำให้มีส่วนในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกในชีวิตมากขึ้น แต่ในการวิจัยครั้งนี้ พบว่าผู้สูงอายุมีความผาสุกในชีวิตอยู่ระดับปานกลางค่อนข้างมากเท่านั้น เพราะผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุนั้น มีความแตกต่างกันไปทั้งสภาพแวดล้อมในครอบครัว และปัจจัยส่วนบุคคล ซึ่งเมื่อผู้สูงอายุเข้ามาอยู่ในชมรมผู้สูงอายุอาจต้องใช้ระยะเวลาในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในชมรมผู้สูงอายุในช่วงเวลาหนึ่ง ดังนั้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จึงประเมินว่าตนเองมีความผาสุกในชีวิตระดับปานกลางค่อนข้างมาก

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่าง เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ และอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, .05 และ .01 ตามลำดับ คือ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส และอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ (ตาราง 6, 7 และ 9 ตามลำดับ) ส่วนตัวแปรที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ เพศ อายุ และฐานะทางเศรษฐกิจ (ตาราง 4, 5 และ 8 ตามลำดับ) ทั้งนี้ อาจอธิบายรายละเอียดได้ดังนี้

* เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ และเมื่อนำไปทดสอบความแตกต่างของคะแนนความผาสุกในชีวิตระหว่างผู้สูงอายุเพศชาย และเพศหญิงก็ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าผู้สูงอายุเพศชาย และเพศหญิงมีความผาสุกในชีวิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 และ ข้อ 5.1 ที่ว่า "เพศ มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ" และ "ผู้สูงอายุเพศชายมีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง" ผลการวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ สปรีทเซอร์ และ ซินเดอร์ (Sprietzer and Synder. 1974 : 454-458) ซึ่งทำการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุชาวอเมริกัน พบว่า ผู้สูงอายุเพศชายมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง ทั้งนี้ อาจอธิบายได้ว่า ในการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ จึงไม่ได้เป็นตัวแทนของผู้สูงอายุทั้งหมด ซึ่งต่างจากการวิจัยของต่างประเทศ ที่ศึกษาผู้สูงอายุซึ่งไม่ได้เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ แต่เป็นการศึกษาในผู้สูงอายุโดยรวม จึงทำให้ผลการวิจัยครั้งนี้ ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยข้างต้น ทั้งนี้เพราะ การเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมอย่างสม่ำเสมอ ทำให้ทั้งผู้สูงอายุเพศชายและเพศหญิง ต่างก็ได้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นพบปะกับ

บุคคลอื่น ได้ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ได้ถ่ายทอดความรู้ ศิลปวัฒนธรรม จึงเป็นที่นับถือ
แก่บุตรหลาน เพื่อนบ้านหรือบุคคลใกล้ชิด ทำให้ผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิงรู้สึกถึงความสุข
และพอใจในการดำเนินชีวิตอันมีปลายของชีวิตได้เท่าเทียมกัน จึงมีความผาสุกในชีวิตไม่แตกต่าง
กันได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ และเมื่อนำไปทดสอบความแตกต่างของคะแนนความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มอายุ 60-64 ปี 65-69 ปี และ 70-74 ปี พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าผู้สูงอายุที่มีระดับอายุแตกต่างกันมีความผาสุกในชีวิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 และข้อ 5.2 ที่ว่าอายุมีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิต และผู้สูงอายุที่มีอายุ 60-64 ปี มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีอายุ 65-69 และ 70-74 ปี และไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของปาลมอร์ และคนอื่น ๆ (Palmore and others. 1984 : 116) ที่ทำการศึกษากับผู้ที่เกษียณอายุในระดับอายุต่างกัน ตั้งแต่ 55 ปี ถึง 90 ปี เพื่อดูผลกระทบด้านต่าง ๆ ที่มีต่อผู้เกษียณอายุ อันได้แก่ สุขภาพ ทัศนคติ และความพึงพอใจในชีวิต พบว่า ผู้ที่มีช่วงอายุก่อน 64 ปี มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้เกษียณอายุในช่วงอายุอื่น ๆ เพราะว่ายังมีทัศนคติต่อการเกษียณอายุ รายได้ และสุขภาพดีอยู่ แต่งานวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุในช่วงอายุที่แตกต่างกัน มีความผาสุกในชีวิตไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ผลการศึกษาที่กล่าวมาศึกษากับผู้สูงอายุที่มีลักษณะทางสังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมที่ต่างกัน อีกทั้งการแบ่งช่วงอายุก็ต่างกัน โดยผู้สูงอายุของสังคมตะวันตกจะเกษียณอายุเมื่ออายุ 65 ปี และแบ่งช่วงอายุเป็นช่วง ช่วง 6 เดือนแรกของการเกษียณอายุ ช่วง 6 เดือน - 1 ปี ช่วง 1 ปี - 2 ปี และช่วง 2 ปีขึ้นไป แต่ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งระดับอายุของผู้สูงอายุ เป็นช่วงละ 5 ปี ตั้งแต่อายุ 60-64 ปี 65 ปี - 69 ปี และ 70-74 ปี ดังนั้น ข้อแตกต่างในการแบ่งช่วงอายุในการศึกษาจึงแตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัด นอกจากนั้น งานวิจัยครั้งนี้ยังได้ศึกษาผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และมาร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า อายุไม่ได้เป็นอุปสรรคในการดำเนินชีวิต ถึงแม้ว่าผู้สูงอายุที่มีอายุน้อยกว่า แต่ก็สามารถที่จะไปไหนมาไหนได้ เช่นเดียวกับผู้สูงอายุที่มีอายุน้อยกว่า สามารถที่จะเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุ มีโอกาสได้พัฒนาตนเองทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และสังคม ทั้งยังมีกลุ่มเพื่อนที่จะพบปะสังสรรค์กันด้วยปกติ จึงทำให้ไม่พบปัญหาในการปรับตัว ดังที่ เฮสส์ (ฮัมพา วรวัณชัย. 2532 : 109; อ้างอิงมาจาก

Hess. 1980 : 277) กล่าวว่า ผู้สูงอายุที่ขาดเพื่อนจะมีความยุ่งยากในการปรับตัว และผู้สูงอายุส่วนมากจะมีเพื่อนที่ไม่ใช่คนในครอบครัวอยู่ด้วยคนหนึ่ง ซึ่งสามารถพึ่งพาอาศัยในด้านความช่วยเหลือหรือเป็นเพื่อนได้ ทำให้ชีวิตมีความหมายได้เท่าเทียมกับผู้สูงอายุที่มีอายุน้อยกว่า นอกจากนั้นแล้วในการเป็นผู้นำกลุ่มประกอบกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุนั้น จะไม่มีระบบอาวุโส แต่ขึ้นอยู่กับความสามารถของแต่ละบุคคล ถ้าบุคคลใดมีความสามารถมากในกิจกรรมใด ถึงแม้ว่าจะมีอายุน้อย ก็จะได้รับการยอมรับให้เป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมนั้น ๆ ได้เท่าเทียมกันทุกกลุ่มอายุ ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุในทุกกลุ่มอายุมีโอกาสดำเนินกิจกรรมตามศักยภาพของตนได้เต็มที่เท่าเทียมกัน จึงส่งผลให้กลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุต่างกัน มีความผาสุกในชีวิตไม่แตกต่างกัน

★ ฐานะทางเศรษฐกิจ ไม่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 3 แต่เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุโดยจำแนกตามฐานะทางเศรษฐกิจที่แตกต่างกัน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อ 5.5 ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่า ในการหาความสัมพันธ์นั้น ใช้สถิติไค-สแควร์ (χ^2) ในการทดสอบสมมติฐาน ซึ่งผลสรุปที่ได้จะเป็นผลสรุปโดยประมาณ จึงทำให้ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรฐานะทางเศรษฐกิจกับความผาสุกในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เนื่องจากข้อมูลในการวิเคราะห์เป็นข้อมูลแบบต่อเนื่อง จึงต้องใช้สถิติไค-สแควร์ (χ^2) ในการวิเคราะห์ อย่างไรก็ตาม เพื่อให้ได้รายละเอียดในการวิเคราะห์ข้อมูล จึงนำบทศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน ซึ่งพบว่า ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลาง และต่ำ ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากฐานะทางเศรษฐกิจ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึงรายรับและรายจ่ายที่ผู้สูงอายุเป็นผู้ประเมินด้วยตนเอง ว่าเป็นเช่นไร ซึ่งผู้สูงอายุที่ประเมินว่ารายได้มากกว่ารายจ่าย แสดงว่ามีฐานะทางเศรษฐกิจสูง ย่อมจะมีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยกว่ารายจ่าย หรือไม่พอกับรายจ่าย เพราะรายได้นั้นเป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ดังเช่นงานวิจัยของ เขมิกา ยามะรัต (2527 : 118) พบว่า ข้าราชการบำนาญที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูงมักจะมีรายได้สูงด้วย และแชฟฟิลด์ (Chatfield. 1977 : 627) ได้ศึกษาพบเช่นกันว่า

ความพึงพอใจในชีวิตที่ต่ำของผู้สูงอายุเป็นผลมาจากรายได้ต่ำ เพราะปัจจัยทางการเงินจะมีส่วนเชื่อมโยงไปสู่ตัวแปรอื่น ไม่ว่าจะเป็นความสุขในบ้าน ความมั่นคงของชีวิตสมรส สถานภาพทางสังคม และสุขภาพอนามัย ดังที่ ธรรมเกียรติ กันนริ (2527 : 47) กล่าวว่า ปัจจัยด้านรายได้และการวางแผนด้านการเงินที่ดีย่อมส่งผลต่อผู้เกษียณอายุนานาคต แสดงให้เห็นว่า ฐานะทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้ โดยที่ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง จะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำกว่า ทั้งนี้ อาจเป็นไปได้ว่า การที่ผู้สูงอายุมีฐานะทางเศรษฐกิจสูงหรือปานกลาง จะทำให้เกิดความมั่นคงทางใจ และมั่นใจว่าตนเองจะไม่เดือดร้อนในการดำรงชีวิต เพราะไม่ต้องเป็นภาระให้กับครอบครัว และในผู้สูงอายุบางรายที่มีรายได้พอที่จะอุปการะบุตรหลานด้วยแล้ว จะทำให้รู้สึกที่ตนเองยังมีคุณค่าอยู่ในขณะที่ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ รายได้ไม่พอกับรายจ่าย จนอาจจะต้องพึ่งพาบุตรหลาน และเป็นภาระแก่ครอบครัว อาจทำให้รู้สึกว่าตนเองต้องพึ่งพาคนอื่นมากขึ้น ทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองลดต่ำลงได้ ซึ่งจะส่งผลให้มีความพึงพอใจในชีวิตน้อยกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงกว่า

ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อทดสอบเป็นรายคู่ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษานานกลาง และระดับการศึกษาต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.3 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ NCOA (มารศรี นุชแสงพลี. 2532 : 27 ; อ้างอิงมาจาก The National Council on the Aging. 1974) ที่พบว่า ระดับการศึกษาที่ผู้สูงอายุได้รับมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของผู้สูงอายุ และกลุ่มผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงจะมีคะแนนความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ทั้งนี้ อาจอธิบายได้ว่า การศึกษาเป็นหนทางนำไปสู่ความก้าวหน้าหรือความสำเร็จในหน้าที่การงาน และความสามารถในการจัดการกับปัญหาหรือแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ในสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (สาธิตา รัตนวงษ์. 2533 : 15) นอกจากนั้นแล้วผู้ที่มีระดับการศึกษาสูงมักจะประเมินค่าตนเองว่าเป็นคนฉลาด กระฉับกระเฉง และทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของ สุวิมล พนาวัฒน์กุล (2534) ที่พบว่าระดับการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับอัตมโนทัศน์ (Self-concept)

ความสามารถในการดูแลตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และจากการวิจัยของ มาร์คิดส์ และ มาร์ติน (Markides and Martin. 1979 : 91-98) พบว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีความสำเร็จในชีวิตและพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า

❖ สถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และเมื่อทดสอบความแตกต่างของคะแนนความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสอยู่ มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสไม่มีอยู่ ซึ่งรวมถึงผู้สูงอายุ ไร้โรค หม้าย หย่า และแยก ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่าการที่ผู้สูงอายุมีคู่ชีวิตอยู่ด้วยกันนั้น จะทำให้มีคนคอยปรึกษาหารือ เมื่อมีเรื่องทุกข์ร้อนหรือไม่สบายใจ ก็จะช่วยกันบ่มอบรับซึ่งกันและกัน ให้ความช่วยเหลือกันได้ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นความจำเป็นอย่างมากสำหรับผู้สูงอายุ ที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข ในขณะที่เดียวกัน ถ้าผู้สูงอายุขาดคู่สมรส อันเนื่องมาจากการตายหรือการหย่าร้าง รวมทั้งผู้สูงอายุที่มีสถานภาพไร้โรค จะส่งผลให้ผู้สูงอายุขาดคู่คิด หรือขาดผู้ใกล้ชิดที่รู้จัก เมื่อมีปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้นไม่รู้จะหันหน้าไปปรึกษาใคร ก็จะส่งผลให้ความสุขความพึงพอใจในชีวิตลดต่ำลงได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เจมิก้า ยามะรัต (2527) และปราโมทย์ วังสะอาด (2530) ที่พบว่า สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสอยู่ จะมีความพึงพอใจในชีวิตและมีสุขภาพจิตดีกว่าผู้สูงอายุที่เป็นโรค หม้าย และหย่า ดังนั้น ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสอยู่ จึงมีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสไม่มีอยู่

อาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุที่มีอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ กับอาชีพอิสระที่ไม่ได้รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ พบว่า มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจมีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระ ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 5.6 ที่ตั้งไว้ว่า ผู้สูงอายุที่มีอาชีพรับราชการ หรือทำงานในรัฐวิสาหกิจมีความผาสุกในชีวิตน้อยกว่าผู้สูงอายุที่เคยประกอบอาชีพอิสระ ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่า อาชีพนั้นเป็นตัวแปรที่ทำให้ผู้สูงอายุมีลักษณะแตกต่างกัน

ดังที่เบอร์กฮอน เชฟเฟอร์ และคนอื่น ๆ (ประภาพร จินันทุยา. 2536; อ้างอิงมาจาก Berghorn Schafer and others, 1981 : 336) ทำการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีอาชีพ ในลักษณะที่มีสถานภาพทางสังคมสูง จะมีการวางแผนหรือเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุ มากกว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพทางสังคมต่ำกว่า ซึ่งการที่ผู้สูงอายุมีการวางแผนหรือเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุว่าจะทำอะไรบ้างที่เหมาะสมกับความต้องการของตนเอง ก็ย่อมจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความสุข และพึงพอใจในชีวิตได้ และจากการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีอาชีพครั้งสุดท้ายคือ รับราชการ หรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่า ผู้สูงอายุที่มีอาชีพครั้งสุดท้ายคือ อาชีพอิสระไม่ได้รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก อาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจนั้นถึงแม้ว่าจะเป็นอาชีพที่ต้องมีการกำหนดให้ออกจากงานตามเกณฑ์อายุของผู้รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจที่ได้ตั้งไว้ แต่ผู้สูงอายุที่ออกจากงานเนื่องจากการเกษียณอายุ ก็ยังมีรายได้ประจำที่มั่นคง ในขณะที่ผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพอิสระ ถ้าไม่ได้ประกอบอาชีพแล้วก็อาจจะไม่มีรายได้ประจำที่มั่นคง นอกเสียจากว่าจะได้รับจากบุตรหลาน หรือยังต้องประกอบอาชีพอีกต่อไป เพื่อได้มาซึ่งรายได้ต่าง ๆ ในขณะที่สภาพร่างกายเริ่มเสื่อมลง ด้วยสาเหตุนี้เอง จึงทำให้ผู้สูงอายุที่มีอาชีพอิสระนั้นวิตกกังวลเกี่ยวกับสถานภาพทางการเงินของตนเองและสุขภาพมากกว่าผู้สูงอายุที่มีอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ ดังนั้น ผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพรับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ จึงมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพอิสระที่ไม่ได้รับราชการหรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ พบว่า มีความสัมพันธ์กันทางลบ ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุกับความพึงพอใจในชีวิต ในระดับปานกลาง ($r = -.5041$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีความกลัวสภาพการสูงอายุน้อย มีความพึงพอใจในชีวิตน้อย ในทางตรงกันข้าม ผู้สูงอายุที่มีความกลัวสภาพการสูงอายุน้อย มีความพึงพอใจในชีวิตมาก ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 ผลการวิจัยครั้งนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยของเคลมแมค และรอฟ (Klemmack and Roff, 1984 : 756-758) ซึ่งอธิบายได้ว่า ความกลัวสภาพการสูงอายุนั้นเป็นสภาพอารมณ์ของบุคคลที่แสดงถึงความไม่สบายใจกระวนกระวายใจ หรือวิตกกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงที่ไม่พึงปรารถนาจากการสูงอายุ ซึ่งเป็นการมีอคติต่อการสูงอายุ โดยเชื่อว่าการสูงอายุนั้นจะทำให้เกิดการถดถอย ความเหงา

ความจน ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ กลัวถูกทอดทิ้ง และกลัวการพลัดพรากหรือสูญเสียคนรักคนใกล้ชิด ดังที่จิริยาวัตร คมพยัคฆ์ (2525 : 43-48) กล่าวถึง ความกลัวสภาพการสูงอายุนั้นเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์อย่างหนึ่งของผู้สูงอายุ เพราะผู้สูงอายุคิดว่า ความสูงอายุนั้นจะเป็นสาเหตุให้ความสามารถ ความจำ ความสวยงามลดลง และคิดต่อไปว่าถ้าแก่แล้วลูกหลานจะรังเกียจ ไม่เอาจาสามเป็นที่นับถือ กลัวเป็นภาระแก่ครอบครัว กลัวไม่มีใครเลี้ยงดู ซึ่งถ้าบุคคลมีความกลัวดังกล่าวก็น่าจะเป็นสาเหตุให้เกิดปัญหาในการดำเนินชีวิตในวัยสูงอายุได้เป็นอย่างมาก ดังที่เลอร์ (Klemmack and Roff. 1984 : 756; citing Lehr. 1967 : 230-238) ได้ทำการศึกษาเรื่องทัศนคติที่มีต่ออนาคตของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีทัศนคติทางบวกต่ออนาคตมีความพึงพอใจในการดำเนินชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีทัศนคติทางลบต่ออนาคต ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุที่มีการถดถอยลงตามธรรมชาติ ไม่ใช่ว่าผู้สูงอายุอ่อนล้าเพื่อหนายานศักยภาพของตนเอง แต่เป็นเพราะการเรียกร้องหรือความต้องการจากตัวเองหรือผู้อื่นลดลง ฉะนั้นการยอมรับการช่วยเหลือบางอย่างในระดับที่เหมาะสมเป็นสิ่งจำเป็น แต่การให้คนอื่นช่วยเหลือ เรียกร้องผู้อื่นมากเกินไป จะลดความเป็นอิสระของตนเองไป ลดความภาคภูมิใจในตนเอง จะนำไปสู่การยอมรับการสมยอมที่จะเป็นผู้ไร้ประโยชน์ช่วยตนเองไม่ได้ ยอมให้ผู้อื่นช่วยเหลือหรือครอบงำอยู่เหนือตัวเองตลอดไป อันจะทำให้ความผาสุกในชีวิตลดต่ำลงได้

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ พบว่า มีความสัมพันธ์กันทางบวกระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับความผาสุกในชีวิตในระดับปานกลาง ($r = .5748$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) แสดงว่าผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก มีความผาสุกในชีวิตมาก ในทางตรงกันข้ามผู้สูงอายุที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อย มีความผาสุกในชีวิตน้อย ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่า การสนับสนุนทางสังคมช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับภาวะเครียดและการปรับตัวในชีวิต (Cobb. 1976 : 313) เพราะการสนับสนุนทางสังคมเป็นความสัมพันธ์ที่เหมาะสมของคนที่สิ่งแวดล้อม ที่ความต้องการขั้นพื้นฐานได้รับการตอบสนอง ซึ่งจะเห็นได้ว่าในวัยสูงอายุนั้นเป็นพัฒนาการขั้นสุดท้ายของชีวิต ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มีปัญหาหลายด้าน ซึ่งปัญหาเหล่านี้จะเกี่ยวเนื่องกันเป็นลูกโซ่ ดังเช่นปัญหาด้านสุขภาพอนามัยจากความเสื่อมถอยของร่างกายและอวัยวะต่าง ๆ การมองเห็นไม่ชัด การเดินไม่คล่องแคล่ว

ความจำเลอะเลือน อันจะส่งผลกระทบต่อจิตใจ ทำให้ผู้สูงอายุหงุดหงิด หวาดระแวง อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย ปัญหาทางด้านจิตใจ ซึ่งเกิดจากการสูญเสียหน้าที่การงาน การสูญเสียเพื่อนหรือคู่ชีวิต จะทำให้ผู้สูงอายุท้อแท้ รู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่า หรือรู้สึกว่าตนเองถูกทอดทิ้ง ซึ่งปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้ ทำให้ผู้สูงอายุต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่น ซึ่งการพึ่งพาอาศัยของบุคคลในสังคมเป็นสิ่งธรรมดา บุคคลในทุกระยะวัยมีความต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่น แต่เมื่ออายุมากขึ้นความต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่นจะมากขึ้นตามไปด้วย (ฉวีวรรณ แก้วพรหม. 2530 : 89) ดังนั้น เป็นธรรมดาที่ผู้สูงอายุจะต้องได้รับการตอบสนองความต้องการต่าง ๆ จากสังคม นั่นก็คือ ได้รับการสนับสนุนทางสังคมอย่างเพียงพอ ซึ่งการสนับสนุนทางสังคมเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งแสดงออกถึงการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การสนับสนุนทางสังคมทำให้บุคคลเชื่อว่าเราได้รับความรัก ความยกย่องนับถือจากผู้อื่น เกิดความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม มีความผูกพันซึ่งกันและกัน (Cobb. 1976 : 300-301) ดังนั้น การที่ผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนทางสังคม ทั้งทางด้านวัตถุ สิ่งของ บริการ ข้อมูลข่าวสาร การยอมรับ การยกย่องและเห็นคุณค่า การได้รับความรัก ความเอาใจใส่ จะช่วยให้ผู้สูงอายุบรรลุเป้าหมาย และได้รับการตอบสนองความต้องการของตนในสถานการณ์หนึ่ง ๆ ได้อย่างเหมาะสม จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสุขและพึงพอใจในชีวิตได้ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของมาสโลว์ ที่ว่า ความพึงพอใจของมนุษย์จะเกิดขึ้นได้เมื่อความต้องการขั้นพื้นฐาน (Basic Need) ได้รับการตอบสนอง โดยที่ความต้องการขั้นพื้นฐานในระดับต่ำกว่า (Lower Needs) ต้องได้รับการตอบสนองอย่างเพียงพอก่อน จึงจะเกิดความต้องการในระดับสูงขึ้น (Higher needs) (Ebersole and Hess. 1981 : 97-100) เพราะฉะนั้นเมื่อผู้สูงอายุได้รับการตอบสนองความต้องการตามลำดับขั้นแล้ว ก็ย่อมจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิตได้เช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ บอร์ทเนอร์ และฮัลท์ช (Bortner and Hultsh. 1979 : 45) ที่ได้ทำการศึกษาวิเคราะห์ตัวแปรต่าง ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุและยังเป็นตัวแปรทำนายความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุได้ดีกว่าตัวแปรข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร พบว่า มีความสัมพันธ์กันทางบวกระหว่างความเข้มแข็งในการมองโลกกับความพึงพอใจในชีวิต ในระดับปานกลาง ($r = .6785$) อย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติ ($p < .001$) แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงมีความสุขในชีวิตมาก ในทางตรงกันข้าม ผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ มีความสุขในชีวิตน้อย ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 2 และสนับสนุนงานวิจัยของสมจิต หนูเจริญกุล ประคอง อินทรสมบัติ และพรณวดี พุฒวัฒนะ (2532 : 169-189) ที่พบว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความสุขในชีวิตของอาจารย์พยาบาลมหาวิทยาลัย ทั้งนี้อาจอธิบายได้ว่า ผู้สูงอายุนั้นถือว่าอยู่ในระยะสุดท้ายของชีวิต วินัยนี้ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอย่างมากมาย แต่อย่างไรก็ตาม ผลที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุแต่ละคนนั้นแตกต่างกันไป ผู้สูงอายุบางท่านสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและพึงพอใจในชีวิต อันแสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุท่านนั้นมีความสุขในชีวิต แต่ผู้สูงอายุบางท่านรู้สึกว้าวุ่นพอใจในการดำเนินชีวิต หรือไม่มีความสุขในชีวิตนั่นเอง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าผู้สูงอายุมีความเข้มแข็งในการมองโลกเพียงใด ถ้าผู้สูงอายุมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง ก็จะมีมีความสุขในชีวิตมาก ถ้ามีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ ก็จะมีความสุขในชีวิตน้อย ด้วยเหตุที่ว่า ความเข้มแข็งในการมองโลกนั้นเป็นปัจจัยสำคัญที่เอื้อต่อการจัดการหรือหลีกเลี่ยงภาวะเครียดที่เกิดขึ้นได้ ทำให้ความเครียดหรือความวิตกกังวลลดลงได้ โดยที่ผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งในการมองโลก จะมองว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เปลี่ยนแปลงไปนั้น สามารถที่จะอธิบายเหตุและผลที่เกิดขึ้นได้ และตนเองสามารถที่จะจัดการกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้นได้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ก่อให้เกิดความรู้สึกถึงคุณค่า และความสำเร็จนั้น อันจะนำมาซึ่งความรู้สึกเป็นสุขและพึงพอใจในความสำเร็จนั้น (ศรีรัตน พิทยากุล. 2534 : 34; อ้างอิงมาจาก วารุณี อมรทัต. 2526) ดังนั้น เมื่อผู้สูงอายุมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง ก็ย่อมจะมีความสุขในชีวิตสูงเช่นกัน

✧ ผลการวิเคราะห์การระลึกถึงความหลังไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = 0.05, p > .05$) ซึ่งไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อ 2 ผลการวิจัยครั้งนี้ แสดงว่า การระลึกถึงความหลังไม่มีความเกี่ยวข้องกับความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งขัดแย้งกับงานวิจัยของ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2533 : 1-13) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้ศึกษากลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ส่วนงานวิจัยของ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2533) ได้ศึกษานักกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นผู้สูงอายุโดยทั่วไปทั้งประเทศ และพบว่า การระลึกถึงความหลังมีความสำคัญเป็นอันดับแรกต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุโดยรวม แต่สำหรับผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครนั้น การระลึกถึงความหลังไม่ได้มีความสำคัญต่อความพึงพอใจใน

ชีวิต ในขณะที่การเงินมีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครเป็นอันดับแรก ซึ่งในส่วนนี้อาจแสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครเป็นผู้สูงอายุที่ยังมองความสุขจากสิ่งแวดล้อมภายนอกมากกว่ามองความสุขจากภายในตัวของตน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ยังมีโอกาสที่จะเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งมีอยู่ทั่วไปในกรุงเทพมหานคร แต่ผู้สูงอายุในต่างจังหวัด อาจจะพอใจที่จะอยู่บ้านมากกว่าเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งอาจจะไม่มากพอ ทำให้ผู้สูงอายุในต่างจังหวัดมีการระลึกลงถึงความหลังมาก ในขณะที่ผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครมีการระลึกลงถึงความหลังน้อย เพราะมีกิจกรรมอื่น ๆ ต้องทำมากกว่า ดังนั้น การระลึกลงถึงความหลังสำหรับผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครจึงไม่มีส่วนเกี่ยวข้องกับความสุข หรือความพึงพอใจในชีวิตมากนัก โดยเฉพาะในชมรมผู้สูงอายุยังมีกิจกรรมต่าง ๆ ให้ผู้สูงอายุได้ทำมาก จึงอาจจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความสุข และพึงพอใจในการทำกิจกรรมต่าง ๆ มากกว่าที่จะระลึกลงถึงความหลัง แต่ถ้าศึกษาเปรียบเทียบการระลึกลงถึงความหลังทางด้านบวกกับด้านลบ พบว่า ผู้สูงอายุในการศึกษาครั้งนี้ มีการระลึกลงถึงความหลังทางด้านบวก ร้อยละ 85.4 ในขณะที่ผู้สูงอายุที่มีการระลึกลงถึงความหลังทางด้านลบมีเพียงร้อยละ 36 และผู้สูงอายุที่มีการระลึกลงถึงความหลังทั้งสองด้านเท่ากัน มีร้อยละ 34 และเมื่อเปรียบเทียบเฉพาะความแตกต่างของคะแนนความพึงพอใจในชีวิตกับการระลึกลงถึงความหลังในด้านบวกและด้านลบ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีการระลึกลงถึงความหลังทางด้านบวก มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการระลึกลงถึงความหลังทางด้านลบ ($\bar{x} = 61.0 > \bar{x} = 51.0$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .001$) ซึ่งอาจอธิบายได้ว่า ถ้าผู้สูงอายุได้มีการระลึกลงถึงความหลังนั้น มักจะเป็นการระลึกลงถึงความหลัง ซึ่งก่อให้เกิดความชื่นชมในความสำเร็จที่ผ่านมามากกว่าที่จะระลึกลงถึงความหลัง ซึ่งก่อให้เกิดความทุกข์หรือความท้อแท้ในชีวิต เพราะถึงแม้ว่าการระลึกลงถึงความหลังจะเป็นการคิดทบทวนเหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้วในอดีต ซึ่งอาจจะมีความสำคัญสำหรับบางคนที่จะคิดถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาแล้ว และนำมาสรุปโดยเปรียบเทียบเหตุการณ์ในอดีตกับในปัจจุบัน ว่าได้รับการตอบสนองความต้องการของตนเองมากน้อยเพียงใด ถ้าในอดีตได้รับการตอบสนองความต้องการมากกว่าในปัจจุบัน บุคคลก็จะเกิดความพึงพอใจในชีวิตปัจจุบันน้อยกว่าในอดีต แต่ถ้าบุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการในปัจจุบันมากกว่าในอดีต บุคคลก็จะเกิดความพึงพอใจในชีวิตปัจจุบันมากกว่าในอดีต ดังนั้น เมื่อผู้สูงอายุมีการระลึกลงถึงความหลังที่ก่อให้เกิดความชื่นชมตนเอง ก็ย่อมที่จะมีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่ระลึกลงถึงความหลังที่ทำให้ไม่สบายใจ หรือทุกข์ใจ ดังที่

พระยาอนุมานราชธน กล่าวถึงความสุขในวัยสูงอายุว่า คือการระลึกถึงความหลังที่เป็นความสำเร็จในอดีต ย่อมก่อให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตได้

จากการศึกษาอำนาจในการทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ โดย มีตัวแปรทำนายทั้งหมด 10 ตัวด้วยกัน พบว่า ตัวแปรที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 มีเพียง 4 ตัวเท่านั้น คือ ความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม ความกลัวสภาพการสูงอายุ และระดับการศึกษาของผู้สูงอายุที่สามารถร่วมกันทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 56.75 ($R^2 = .5675$, $F = 90.2032$, $p < .001$) โดยมีความเข้มแข็งในการมองโลกเป็นตัวแปรที่สามารถเข้าทำนายได้เป็นตัวแรก ซึ่งมีอำนาจในการทำนายสูงถึงร้อยละ 46.04 ($R^2 = .4604$, $F = 237.1564$, $p < .001$) และเมื่อเพิ่มการสนับสนุนทางสังคมเข้าร่วมทำนาย สามารถทำนายได้ร้อยละ 51.18 ($R^2 = .5118$, $F = 145.1925$, $p < .001$) และถ้าเพิ่มตัวแปรความกลัวสภาพการสูงอายุ ซึ่งเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุนทางลบ ($\beta = -.2203$) สามารถทำนายความผาสุกในชีวิตได้ร้อยละ 54.24 ($R^2 = .5424$, $F = 109.0344$, $p < .001$) ส่วนระดับการศึกษาเป็นตัวแปรสุดท้ายที่เข้าไปรวมทำนายกับตัวแปร 3 ตัวข้างต้น โดยสามารถทำนายความผาสุกในชีวิตได้ร้อยละ 56.75 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ 4 แสดงว่า ผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง มีการสนับสนุนทางสังคมมาก มีความกลัวสภาพการสูงอายุน้อย และมีระดับการศึกษาสูง มีความผาสุกในชีวิตสูง ส่วนผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่ำ มีการสนับสนุนทางสังคมต่ำ มีความกลัวสภาพการสูงอายุมาก และมีระดับการศึกษาต่ำ มีความผาสุกในชีวิตน้อย ได้ผลเช่นนี้อาจเนื่องมาจากผู้สูงอายุเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ มากมาย ซึ่งก่อให้เกิดความเครียดได้ แต่ความเครียดที่เกิดขึ้นไม่จำเป็นต้องเป็นผลร้ายต่อผู้สูงอายุได้เท่ากันทุกคน ทั้งนี้เพราะผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกนั้น จะมองว่าความเครียดที่เกิดขึ้นนั้นมีสาเหตุมาจากอะไร และเมื่อเกิดความเครียดขึ้นแล้วก็จะพยายามที่จะเอาชนะหรือแก้ไขความเครียดที่เกิดขึ้นนั้นให้ได้ โดยเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถจะลดความเครียดที่เกิดขึ้นได้ตามที่คาดหวังไว้ และเมื่อสามารถทำได้ก็จะเกิดความรู้สึกเป็นสุข อันเป็นผลเนื่องมาจากสามารถจัดการกับสถานการณ์ได้สำเร็จดังที่ต้องการ เพราะฉะนั้นผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูง จึงเป็นเหตุให้มีความผาสุกในชีวิตสูงเช่นกัน และเมื่อผู้สูงอายุได้รับการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งอาจเป็นให้คำแนะนำชี้แนะ เกี่ยวกับการ

แก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ เพื่อที่จะลดความเครียดที่เกิดขึ้นก็ย่อมจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความสุขใน ชีวิตมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ บอร์เนอร์ และฮุลท์ช (Bortner and Hultsh. 1979 : 45) ได้ศึกษาการวิเคราะห์ตัวแปรต่าง ๆ ที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้ สูงอายุ พบว่า ตัวแปรด้านจิตสังคม เช่น การสนับสนุนทางสังคมสามารถทำนายความพึงพอใจได้ดี กว่าตัวแปรข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ ทั้งนี้เพราะการสนับสนุนทางสังคมที่ได้รับเพื่อตอบสนองความต้องการ ตามความจำเป็นของผู้สูงอายุนั้น เป็นแหล่งประโยชน์ที่สำคัญสำหรับผู้สูงอายุ จะช่วยให้ผู้สูงอายุปรับตัว ดีขึ้น และช่วยลดความเครียดของบุคคล ทำให้แก้ปัญหาได้ตรงจุด (Mc Nett. 1987 : 98-102) นอกจากนั้นแล้ว ถ้าผู้สูงอายุมีความกลัวสภาพการสูงอายุน้อยร่วมด้วยแล้ว จะมีอิทธิพลต่อความสุข านชีวิตมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เคลมแมค และรอฟ (Klemmack and Roff. 1984 : 756-758) ที่พบว่าความกลัวสภาพการสูงอายุมิมีความสัมพันธ์ทางลบกับความสุขในชีวิตของผู้สูง อายุ ส่วนระดับการศึกษานั้น มีความสัมพันธ์ทางบวก และเป็นตัวแปรที่เข้าไปรวมทำนายกับความ เข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม และความกลัวสภาพการสูงอายุ เพื่อทำนายความ สุขในชีวิตของผู้สูงอายุได้นั้น เป็นเพราะผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง จะเป็นผู้ที่มีความสามารถ ในการเรียนรู้ ตลอดจนนำความรู้เหล่านั้นมาใช้ในการพิจารณาตัดสินใจที่จะริเริ่มและกระทำกิจการ ต่าง ๆ ได้อย่างต่อเนื่อง ตลอดจนมีการมองโลกที่กว้างไกล ซึ่งจะสามารถนำความรู้และ ประสบการณ์ต่าง ๆ มาถ่ายทอดให้กับบุตรหลาน หรือให้คำแนะนำแก่ผู้ใกล้ชิด อันจะส่งผลให้ผู้สูงอายุ มีความสุขและพึงพอใจในการดำเนินชีวิต ระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ จึงเป็นตัวแปรทำนายความ สุขในชีวิตของผู้สูงอายุได้เช่นกัน

ดังนั้น ในการส่งเสริมความสุขในชีวิตของผู้สูงอายุจึงต้องพัฒนาปัจจัยดังกล่าวข้างต้น ทุก ๆ ปัจจัยรอบพัฒนาให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น พร้อม ๆ กับให้การสนับสนุน ทางสังคม และลดความกลัวสภาพการสูงอายุลง เพื่อที่จะทำให้บุคคลเกิดความสุขในชีวิตมากขึ้น ส่วนในเรื่องระดับการศึกษานั้น เป็นปัจจัยทางชีวสังคม ซึ่งอาจจะพัฒนาได้น้อย แต่อาจสามารถ พัฒนาด้านความรู้ให้แก่ผู้สูงอายุ เช่น การจัดการศึกษานอกระบบ หรือมีการจัดการศึกษาตลอดชีพ เพื่อให้ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำมีโอกาสศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมในขณะ เป็นผู้สูงอายุได้มากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความสุขในชีวิต

ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติ

1. ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นบุตรหลานหรือผู้ใกล้ชิดกับผู้สูงอายุ รวมทั้งองค์กรต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ เช่น ชมรมผู้สูงอายุ สมาคมผู้สูงอายุ ควรมีการส่งเสริมความเข้มแข็งในการมองโลกสำหรับผู้สูงอายุ ด้วยการให้ความช่วยเหลือหรือชี้แนะถึงข้อมูลต่าง ๆ ที่เหมาะสมเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกว่า การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุนั้นเป็นการเปลี่ยนแปลงที่สามารถอธิบายเหตุและผลได้ สามารถคาดการณ์ล่วงหน้าได้ นอกจากนั้นแล้วอาจแสดงให้ผู้สูงอายุได้ประจักษ์ว่ายังมีแหล่งประโยชน์ที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ โดยการสร้างและรักษาไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีกับผู้สูงอายุ ตลอดจนให้ความช่วยเหลืออย่างสม่ำเสมอในเรื่องที่ผู้สูงอายุต้องการ ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจมีส่วนที่จะช่วยเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกให้ผู้สูงอายุในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุได้ และจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกในชีวิตมากขึ้น

2. คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ อาจจะนำผลการศึกษาค้นคว้านี้ไปให้ความรู้แก่บุคคลทั่วไปเกี่ยวกับความต้องการการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อให้บุคคลทั่วไปจะได้ปฏิบัติตนต่อผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม และให้การสนับสนุนทางสังคมแก่ผู้สูงอายุได้มากขึ้น เพื่อเป็นการดำรงไว้ซึ่งความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ

3. หน่วยงานหรือสมาคมต่าง ๆ จะมีส่วนช่วยลดความกลัวสภาพการสูงอายุนั้นวัยสูงอายุได้ด้วยการจัดโครงการเพื่อสร้างเสริมเจตคติที่ดีต่อชีวิตในวัยสูงอายุ เช่น นำผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จงานการสร้างสรรคสิ่งใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง และสังคมในขณะที่เป็นผู้สูงอายุ มาเผยแพร่ให้บุคคลทั่วไปและผู้สูงอายุได้เห็นเป็นตัวอย่าง ซึ่งจะทําให้บุคคลเกิดเจตคติที่ดีต่อชีวิตในวัยสูงอายุ เพราะไม่ว่าคนเราจะอยู่วัยใดก็สามารถที่จะสร้างสรรค์โอกาสและความพึงพอใจใหม่ ๆ ให้กับตัวเองได้ โดยเฉพาะในวัยสูงอายุเป็นช่วงเวลาของการมีประสบการณ์ ความเฉลียวฉลาด ความสนใจ ความอดทน เป็นวัยของการเพิ่มเติมสิ่งเหล่านี้ให้มากขึ้น ไม่ขาดลงเป็นวัยแห่งการเรียนรู้ ควบคู่ไปกับการมีวุฒิภาวะมากกว่าสูญเสียความเป็นหนุ่มสาว เป็นวัยของการปฏิบัติมากกว่าการถดถอย จึงสามารถที่จะสร้างสรรค์ สิ่งที่ทำประโยชน์ให้กับตนเองและสังคมได้ แม้ว่าสภาพร่างกายจะเสื่อมถอยไปตามวัยแล้วก็ตาม ซึ่งตัวอย่างของผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ

ในวัยสูงอายุจะทำให้บุคคลและผู้สูงอายุทั่วไปได้ลดความกลัวสภาพการสูงอายุลงได้ และจะส่งผลให้เป็นผู้สูงอายุที่มีความผาสุกในชีวิต

4. บุคคลที่อยู่ในวัยกลางคนควรได้มีการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการดำรงชีวิตและการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ในวัยสูงอายุ เพื่อที่จะเป็นแนวทางในการนำไปวางแผนการดำเนินชีวิตของตนได้อย่างเหมาะสม เพื่อจะเป็นผู้สูงอายุที่มีความผาสุกในชีวิต

5. หน่วยงานในภาครัฐและเอกชน ควรส่งเสริมด้านบริการการศึกษาออกโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุให้มากขึ้น เพราะการศึกษาจะช่วยเตรียมความพร้อมแก่ผู้สูงอายุให้สามารถจัดการกับชีวิตอันปลายของตนได้อย่างมีความสุข และยังช่วยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกที่ทันสมัยอยู่เสมอ ส่วนการจัดเนื้อหาสาระในการสอนผู้สูงอายุ ควรเป็นเรื่องที่สอดคล้องกับวิถีการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาตัวแปรทางความเข้มแข็งในการมองโลกว่ามีตัวแปรอะไรบ้าง เพื่อที่จะส่งเสริมให้บุคคลมีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น

2. การวิจัยครั้งนี้ศึกษากับผู้สูงอายุที่อยู่ในสภาพปกติ ควรชักกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุที่ต่างไปจากกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ เช่น ผู้ป่วยสูงอายุ หรือผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานสงเคราะห์คนชรา เพื่อศึกษาว่า ความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม และความกลัวสภาพการสูงอายุสามารถอธิบายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุในกลุ่มดังกล่าวได้มากน้อยเพียงใด เพื่อที่จะส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีความผาสุกในชีวิตมากขึ้น

3. ควรมีการศึกษาตัวแปรความเข้มแข็งในการมองโลก ในกลุ่มอายุต่าง ๆ เพื่อศึกษาพัฒนาการในแต่ละวัยว่า มีความเข้มแข็งในการมองโลกต่างกันอย่างไร

4. ควรมีการศึกษาเพื่อค้นหาวิธีการพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคลตั้งแต่อายุในวัยผู้ใหญ่ เพื่อที่จะส่งผลให้เป็นผู้สูงอายุที่มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงขึ้น เช่น การศึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา จะมีอิทธิพลต่อความเข้มแข็งในการมองโลกหรือไม่

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- ✓ กังสกาล สุทธิวิริสรค์. ความเข้มแข็งในการมองโลก แรงสนับสนุนทางสังคม และความ
เหนียวแน่นของพยาบาลในหอภิบาลผู้ป่วยหนัก. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535. อัดสำเนา.
- เกษม ตันติผลาชีวะ และกุลยา ตันติผลาชีวะ. การรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุ. กรุงเทพฯ :
อรุณการพิมพ์, 2528.
- ขนาน หัสศิริ และคนอื่น ๆ. รายงานการวิจัยเรื่อง การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุเมื่อกรุง
รัตนโกสินทร์ครบ 200 ปี พ.ศ.2525. เชียงใหม่ : โรงพยาบาลสวนมรุ้ง, 2525.
อัดสำเนา.
- X เขมิกา ยามะรัต. ความพึงพอใจในชีวิตของคนชรา : ศึกษากรณีข้าราชการบำนาญกระทรวง
เกษตรและสหกรณ์. วิทยานิพนธ์ สส.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,
2527. อัดสำเนา.
- คณะกรรมการการศึกษาวัฒนธรรมและกิจการเพื่อผู้สูงอายุ. ผู้สูงอายุในสังคมไทย. กรุงเทพฯ :
กรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ, 2525.
- จริยวัตร คมพัคฆ์. "แก้อย่างมีความสุข," รามารัตน์. 18 : 43-48; กันยายน 2525.
- จารุวรรณ เหมะธร และพิมพ์พรณ ศิลปสุวรรณ. "ความต้องการทางสุขภาพอนามัยของ
ผู้สูงอายุ," วารสารสุขศึกษา. 8 : 68-69; กรกฎาคม-กันยายน 2527.
- จินตนา บุญพันธ์. "วัยท่ายวัยสุข," ใน อนุสรณ์งานพระราชทานเพลิงศพนายแช่ บุญพันธ์.
บทนำ. กรุงเทพฯ : สามเจริญพานิช, 2529.
- X จงรักษ์ สุภกิจเจริญ. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการยอมรับตนเอง สัมพันธภาพในครอบครัว
และพฤติกรรมเพิกเฉยภาวะเครียดในผู้ป่วยสูงอายุ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527. อัดสำเนา.
- ✓ จวีวรรณ แก้วพรหม. ความสัมพันธ์ระหว่างโครงสร้างเครือข่ายทางสังคมและการสนับสนุนทาง
สังคมที่รับรู้กับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์
ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530. อัดสำเนา.
- ชูศรี วงษ์เครือวัลย์. "การเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุราชการ," พยาบาลสาร เชียงใหม่.
17(4) : 47-49; ตุลาคม-ธันวาคม 2533.

ดวงฤดี ลาสุขะ. ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบคัดสรรกับการปรับตัวของผู้สูงอายุในจังหวัด เชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

อัคราเสนา.

ธรรมเกียรติ์ กันนริ. "บ่ล่อบเลื่อจากถั่งเตริยมปลั่งก่อนเก็ชียณ," อาวุโส. 2: 47-50; ธันวาคม 2527.

ธนะ สุขวัจจน์. "ความทุกข์ของผู้สูงอายุ," หนังสือฉลอง 50 ปี แพทย์ศิริราช รุ่น 73. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด บ.สัมพันธ์พาณิชย์, 2525.

ธีรศรี วิวิธศิริ. จิตวิทยาการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527.

✕ ณาพร ชัยวรรณ มาลินี วงษ์สิทธิ์ และจันทร์เพ็ญ แสงเทียนฉาย. สรุปผลโครงการวิจัย ผลกระทบทางเศรษฐกิจ สังคม และประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย : ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย. กรุงเทพฯ : สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

นิภา นิธยาบณ. การปรับตัวและบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : สารศึกษาการพิมพ์, 2520.

บริบูรณ์ พรพิบูลย์. โลกยามชรา. กรุงเทพฯ : พรสิงห์การพิมพ์, 2526.

ประคอง กรรณสุด. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. (ฉบับปรับปรุงแก้ไข) กรุงเทพฯ : บริษัทศูนย์หนังสือ ดร.ศรีสง่า จำกัด, 2528.

ประภาพร จินนทุยา. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชมรมทางสังคมผู้สูงอายุดินแดง. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536. อัคราเสนา.

ปราโมทย์ วั่งสะอาด. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ จังหวัดกาฬสินธุ์. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536. อัคราเสนา.

แผนงานสาธารณสุข, กอง. สภาพและปัญหาสาธารณสุข นโยบายและกลวิธีการพัฒนาในแผนพัฒนาการสาธารณสุข ฉบับที่ 7 2535-2539. กรุงเทพฯ : โครงการเอกสารและตำรา กองแผนงานสาธารณสุข, 2535.

พันธุ์ทิพย์ รามสุด. "ความต้องการของผู้สูงอายุ," ข่าวบัณฑิตวิทยาลัย. 4(1) : 8-9; มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533.

พยอม อิงคตานุวัฒน์. ศัพท์จิตเวช. กรุงเทพฯ : วิทยาศาสตร์การพิมพ์, 2528.

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, 2525.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533.

- ไพศาล หวังพานิช. วิธีการวิจัย. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531.
- มารศรี นุชแสงพลี. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ : ศึกษากรณีผู้สูงอายุ ชุมชนบ่อนไก่. วิทยานิพนธ์ สส.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2532. อุดສຳເນາ.
- วิฑูร แสงสิงแก้ว. "แผนการจัดบริการสุขภาพผู้สูงอายุ," ใน รายงานการสัมมนาระดับชาติ ครั้งที่ 2 เรื่อง บริการสุขภาพของผู้สูงอายุ พ.ศ. 2533. ณ โรงแรมรอยัลริเวอร์ วันที่ 25-26 เมษายน 2533. หน้า 13. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2533.
- ✕ วรรณต์ ตรีพรหม. "ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายในวัยสูงอายุ," พยาบาลสาร. 18(2) : 22-30; เมษายน-มิถุนายน 2534.
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. "ตัวแปรทางสังคมจิตวิทยาที่สัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุไทย," วารสารจิตวิทยาคลินิก. 21(1) : 1-13; มกราคม-มิถุนายน 2533.
- ศึกษา วิโรจน์รัตน์ และลักขณา ธรรมไพโรจน์. "สุขภาพจิตของผู้สูงอายุ," รามารับดี. 13 : 49-52; กันยายน 2525.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. สารประชากร. 1(3) : 1; มกราคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536.
- สาธิตา รัควงบุญงาม. ตัวแปรทางสังคมและจิตวิทยาที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุวัยกลางคน ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2533. อุดສຳເນາ.
- สุวิมล พนาวิวัฒนกุล. อัตมโนทัศน์ ความสามารถในการดูแลตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2534. อุดສຳເນາ.
- สมจิต หनुเจริญกุล. ประคอง อินทรสมบัติ และพรณวดี พุทธิวงษ์. "สิ่งรบกวนในชีวิตประจำวัน ความเข้มแข็งในการมองโลกและการรับรู้ถึงความผาสุกในชีวิตของอาจารย์พยาบาลในมหาวิทยาลัย," วารสารพยาบาล. 38(3) : 169-189; กรกฎาคม-กันยายน 2532.
- อัมพา วรวัฒน์ชัย. การศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวของข้าราชการบำนาญ สังกัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งอยู่ในและนอกชมรมผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อุดສຳເນາ.
- อำพล สุอำพัน. "จิตวิทยากับการดำรงชีวิตประจำวัน," เอกสารการสอนชุดจิตวิทยาทั่วไป หน่วยที่ 8-15. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. 2534.

- Adams, Raymond D. "Alterations of Nervous Function," in Harrison's Principles of Internal Medicine. 8th ed. edited by W. Thom, and others. p.70-72. Tokyo : Mc Graw-Hill, 1977.
- Antonovsky, A. Health Stress and Coping. 4th ed. San Francisco : Jossey-Bass Publishers, 1982.
- Antonovsky, A. Untraveling the Mystery of Health : How People Manage Stress and Stay Well. San Francisco : Jossey-Bass Publishers, 1987.
- ✓ Barrow, G.M. and P.A. Smith Aging, Ageism and Society. Minnesota : West Publishing company, 1979.
- Bortner, R.W. and D.F.Hultsh. "A Multivariate Analysis of Correlation of Life Satisfaction in Adulthood," Journal of Gerontology. 25 : 41-47; April, 1979.
- Browner, C.H. "Job Stress and Health : The Role of Social Support at Work," Research in Nursing and Health. 10 : 93-100; 1987.
- Campbell, A. "Subjective Measures of Well-Being," American Psychologist. 117-124; February, 1976.
- Carmel, S. and J. Bernstein. "Trait-Anxiety and Sense of Coherence a Longitudinal Study," Psychological Reports. 65 : 221-222; 1989.
- Chatfield, W.F. "Economic and Sociological factors influencing Life Satisfaction of the aged," Journal of Gerontology. 32 : 593-599; March, 1977.
- ✓ Cobb, S. "Social Support as a Moderator of Life Stress," Psychosomatic Medicine. 38 : 300-313; September-October, 1976.
- Collette, John. "Sex Differences in Life Satisfaction :Australia Data," Journal of Gerontology. 39 : 243-245; May, 1983.
- Cronewett, L.R. "Network Structure, Social Support and Psychological Outcomes of Pregnancy," Nursing Research. 34 : 93-99; March-April, 1985.

- David, Ekerdt. "An Empirical Test for Phases of Retirement : Findings from the Normative Aging Study," Journal of Gerontology. 40 : 90-101; January, 1985.
- Dowd, James J. "Aging as Exchange A Preface to Theory," Journal of Gerontology. 30 : 587-596; March, 1975.
- Dye, C. and M.Pattilo. "Our own aging : Development of a tool and assesment of health professional's attitudes," The Gerontologist. 23 : 144-145; 1983.
- Erikson, E. Identity : Youth and Crisis. New York : Norton, 1968.
- Eysenck, H.J. Fact and Fiction in Psychology. Middlesex, England : Penguin Books Ltd., 1970.
- Field, D. and M. Minkler. "Continuity and Change in Social Support between young-old and old-old or very-old age," Journal of Gerontology. 43 : 100-106; 1988.
- Flannery, B.R. "Sense of Coherence, Life Stress and Psychological Distress : A Prospective Methodological Inquiry," Journal of Clinical Psychology. 46(4) : 415-420; July, 1990.
- Hilgard R.E. Introduction to Psychology. 3rd ed. New York : Harcourt Brace and World Inc., 1962.
- Jacobson, E.D. "Type and Timing of Social Support," Journal of Health and Social Behavior. 27 : 250-264; September, 1986.
- Jenkins, R.L. and N.K.Wethus. "The Nurse Role in Parent-infant Bonding : overview, assesment, Introduction," JOGNN. 19 : 114-116; March-April, 1981.
- Kalimo, R.K. and J. Vuori. "Work and Sense of Coherence Resources for Competence and Life Satisfaction," Behavioral Medicine. 76-89; summer, 1990.
- Klemmack, D.L. and L.L. Roff. "Fear of Personal Aging and Subjective Well-Being in Later Life," Journal of Gerontology. 34(6) : 756-758; 1984.

- Lang, B.J. "Stress; Coping and Social adjustment among depressed Black women," Dissertation Abstracts International. 50(12) : 4103 -A; June, 1990.
- Lawton, M.P. "The Varieties of Well-Being," Experimental Aging Research. 9(2) : 65-72; 1983.
- Levit, Eugene E. The Psychology of Anxiety. New York : Bobb-Merill Company, Inc., 1967.
- Lindgren, C.L. "Burnout and Social Support in Family Caregivers," Western Journal Nursing Research. 12(4) : 469-487; 1990.
- Markides, K.S. and H.W. Martin. "A causal model of life satisfaction among the elderly," Journal of Gerontology. 34 : 86-93; 1979.
- Mc Nett, Susan C. "Social Support, Threat and Coping Responses and Effectiveness in the Functionally Disabled," Nursing Research. 36 : 98-103; March-April, 1987.
- Palmore, E.B., G.G. Fillenbaum and L.K. George. "Consequences of Retirement," Journal of Gerontology. 39 : 109-116; January, 1984.
- Ryff, Carol D. "Happiness is Everything, or Is It ? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being," Journal of Personality and Social Psychology. 57(6) : 1069-1081; 1989.
- Scott, H.Berk. "Adjustment to and Satisfaction with Retirement," Journal of Gerontology. 37 : 616-624; September, 1982.
- Spreitzer, Elmer and Eldon E. Synder. "Correlates of Life Satisfaction Among the Aged," Journal of Gerontology. 29 : 454-458; April, 1974.
- Strack, F., N. Schwarz and E. Gschneidinger. "Happiness and reminiscing : The role of time perspective, mood and mode of thinking," Journal of Personality and Social Psychology. 49(6) : 1460-1469; 1985.

- Streib, Gordon F. and Rubye Wilkerson Beck. "Old Families : A Decade Review," Journal of Marriage and the Family. 42 : 937-956; November, 1980.
- Stull, Donald E. "Conceptualization and Measurement of Well-Being : Implications for Policy Evaluation," In Critical Issues in Aging Policy. Sage Publications, Inc., C.A. 1987.
- Talbot, Dorothy M. "Assessing needs of the rural elderly," Journal of Gerontological Nursing. 11 : 39-43; March, 1985.
- Thoits, P.A. "Conceptual Methodological and Theoretical Problems in studying Social as a Buffer against Life stress," Journal of Health and Social Behavior. 23 : 147-148; June, 1982.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

คุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตาราง 23 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งชุดของแบบสัมภาษณ์
ความกลัวสภาพการสูงอายุ

ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เป็นรายข้อ (r)
1	.6830
2	.8146
3	.7628
4	.6816
5	.8355
6	.8165
7	.6120
8	.6132
9	.6475
10	.5685

ตาราง 24 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งชุดของแบบสัมภาษณ์
ความเข้มแข็งงานการมองโลก

ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เป็นรายข้อ (r)
1	.3961
2	.6122
3	.4457
4	.6432
5	.6313
6	.6620
7	.6091
8	.6235
9	.6555
10	.6446
11	.5417
12	.4139
13	.4472
14	.5556
15	.5653
16	.6948
17	.4969
18	.3666
19	.3825

ตาราง 25 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายชื่อกับคะแนนรวมทั้งชุดของแบบสัมภาษณ์
การสนับสนุนทางสังคม

ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เป็นรายชื่อ (r)
1	.6567
2	.6582
3	.6084
4	.4281
5	.5719
6	.6640
7	.6473
8	.7032
9	.7157
10	.6404
11	.6204
12	.7072
13	.7218
14	.6723
15	.5229
16	.4853
17	.4425

ตาราง 26 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งชุดของแบบสัมฤทธิ์
การระลึกถึงความหลัง

ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เป็นรายข้อ (r)
1	.7460
2	.6701
3	.7145
4	.7248
5	.5995
6	.6484
7	.6241
8	.6759
9	.5714
10	.6654

ตาราง 27 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายชื่อกับคะแนนรวมทั้งชุดของแบบสัมภาษณ์
ความผาสุกในชีวิต

ข้อ	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เป็นรายชื่อ (r)
1	.4448
2	.3839
3	.4384
4	.5995
5	.5417
6	.5699
7	.3583
8	.3552
9	.3840
10	.4577
11	.6280
12	.6529
13	.6150
14	.6575
15	.3724
16	.5284
17	.5534
18	.5302
19	.6862
20	.6536

ภาคผนวก ข

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบ
- ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความกลัวสภาพการสูงอายุ
- ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความเข้มแข็งในการมองโลก
- ส่วนที่ 4 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการสนับสนุนทางสังคม
- ส่วนที่ 5 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดการระลึกถึงความหลัง
- ส่วนที่ 6 แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความผาสุกในชีวิต

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

วันที่ 1 พฤศจิกายน 2536

เรื่อง ขอความร่วมมือตอบแบบสัมภาษณ์

เรียน ผู้สูงอายุที่เคารพทุกท่าน

ด้วยข้าพเจ้า นางสาวเชอรี ทองเพ็ญ ซึ่งเป็นนักศึกษานิพนธ์ สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มีความสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความผาสุกในชีวิตของท่าน ฉะนั้น จึงไม่มีคำตอบที่ถูกต้องหรือผิด ขอให้ท่านตอบโดยคำนึงถึงความรู้สึกที่แท้จริงของท่านให้มากที่สุด เพื่อที่จะนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ครั้งนี้ไปเป็นแนวทางการส่งเสริมให้บุคคลในวัยเดียวกับท่าน รวมทั้งบุคคลที่เตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุ ได้มีความผาสุกในชีวิตต่อไป ขอขอบพระคุณในความร่วมมือ

ด้วยความเคารพอย่างสูง

เชอรี ทองเพ็ญ

นิสิตปริญญาโท

ส่วนที่ 2

คำชี้แจงในการตอบ

ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบตามที่ท่านผู้ตอบพิจารณาแบบสัมพัทธ์แต่ละข้อ
ว่าตรงกับความรู้สึกนึกคิดที่เป็นจริงของท่านเพียงใด

ข้อความ	เป็นความ จริง มากที่สุด	เป็นความ จริง มาก	เป็นความ จริง น้อย	ไม่เป็น ความ จริงเลย
เมื่อท่านมีอายุมากขึ้น.....				
1. ท่านวิตกว่าสุขภาพของท่านจะ เป็นอุปสรรคในการ ดำเนินชีวิต				
2. ท่านไม่สบายใจที่ท่านจะ เป็นภาระสำหรับบุคคลใกล้ชิด				
3. ท่านกังวลว่าท่านจะ เจ็บป่วยได้ง่ายขึ้น				
4. ท่านกลัวว่าท่านจะ เป็นคนหลง ๆ ลืม ๆ				
5. ท่านกังวลว่าบุคคลใกล้ชิดจะทอดทิ้งให้ท่านอยู่อย่าง โดดเดี่ยว				
6. ท่านกลัวว่าจะทำอะไรไม่เป็นที่ถูกใจของบุคคลใกล้ชิด				
7. ท่านกลัวว่าบุคคลใกล้ชิดจะตายไปก่อนท่าน				
8. ท่านกลัวว่าบุคคลจะไม่เคารพและไม่มาให้เกียรติท่าน เหมือนเดิม				
9. ท่านกลัวว่าสังคมและบุคคลใกล้ชิดจะไม่รักฟังความ คิดเห็นของท่าน				
10. ท่านกังวลว่ารายได้ที่เคยได้รับอาจไม่พอใช้				

ส่วนที่ 3

คำชี้แจงงานการตอบ

ข้อความต่อไปนี้เป็นการถามการมองชีวิตอันแง่มุมต่าง ๆ ของท่าน ขอให้ท่านพิจารณาว่า
ข้อความในแต่ละข้อตรงกับความเป็นจริงที่ท่านรู้สึกนึกคิดมากน้อยเพียงใด แล้วให้ทำเครื่องหมาย
ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกนึกคิดของท่านมากที่สุดเพียงข้อละ 1 คำตอบ

ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริงเป็นส่วนใหญ่	จริงเป็นบางส่วน	ไม่เป็นจริงเลย
1. เมื่อท่านพูดคุยกับบุคคลอื่นที่ท่านมีความรู้สึกว่าคุณอื่น ไม่เข้าใจท่าน				
2. ในอดีตที่ผ่านมา เมื่อท่านต้องการทำอะไรก็ตามที่ต้อง อาศัยความร่วมมือจากบุคคลอื่น ท่านมีความรู้สึกว่าคุณ ต้องทำอะไรอย่างแน่นอน				
3. นอกเหนือจากญาติหรือเพื่อนสนิทแล้ว ท่านรู้สึกว่าบุคคล ที่ท่านติดต่อยู่ในชีวิตประจำวัน เป็นคนแปลกหน้า				
4. ท่านมองชีวิตของท่านเต็มไปด้วยสิ่งที่น่าสนใจ				
5. ท่านคิดว่าคนเรามักจะหาทางแก้ปัญหาหรือความทุกข์ ที่เกิดขึ้นในชีวิตเสมอ				
6. เมื่อท่านพบกับสิ่งที่ไม่สมหวัง ท่านมักจะปล่อยปละตัวเอง เป็นทุกข์จนไม่เป็นอันกินอันนอน				
7. เมื่อท่านพบกับปัญหาที่ยุ่งยาก แนวทางแก้ไขของท่าน มักจะแจ่มชัดเสมอ				
8. ท่านรู้สึกแน่ใจว่าท่านจะควบคุมสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตได้				

ข้อความ	จริงมาก ที่สุด	จริงเป็น ส่วนมาก	จริงเป็น ส่วนน้อย	ไม่เป็น จริงเลย
9. ท่านมีความสนใจกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นรอบตัว ท่านเสมอ				
10. เมื่อท่านคิดถึงชีวิตของท่าน ท่านมักจะยินดีที่มีชีวิตอยู่				
11. บ่อยครั้งที่เดียวที่ท่านไม่แน่ใจว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นต่อไป				
12. ในอดีตที่ผ่านมา ท่านเคยพบกับความแปลกใจในการ กระทำของบุคคล ซึ่งท่านคิดว่ารู้จักเขาเป็นอย่างดี				
13. ในบางครั้งท่านมีความรู้สึกว่าคุณที่ท่านไว้วางใจทำให้ ท่านต้องผิดหวัง				
14. ท่านมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิตอย่างชัดเจน				
15. ท่านคิดว่าในช่วงบั้นปลายของชีวิตยังมีบางสิ่งที่ท่าน ต้องการจะกระทำและท้าทายความสามารถ				
16. ท่านมีความคิดว่าท่านจะประสบความสำเร็จในการ เอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างแน่นอน				
17. ท่านมักจะพบว่าท่านคาดคิดเหตุการณ์ได้ตรงกับความเป็นจริง ที่เกิดขึ้นเสมอ				
18. บ่อยครั้งที่เดียวที่ท่านมีความรู้สึกนึกคิดสับสน				
19. ท่านมีความรู้สึกว่าสิ่งที่ท่านกระทำลงไปในทุกวันนี้ ไม่ค่อยมีความหมาย				

ส่วนที่ 4

คำชี้แจงการตอบ

แบบสัมภาษณ์ส่วนนี้ต้องการทราบว่าท่านได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลในกลุ่มสังคมของท่าน
 มากน้อยเพียงใด ปล่อยให้ท่านผู้ตอบแสดงเครื่องหมาย / ลงในช่องคำตอบที่ท่านเห็นว่าตรงกับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับท่านมากที่สุด เพียงข้อละ 1 คำตอบ

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย
1. เมื่อท่านมีปัญหาด้านการเงินท่านคิดว่าจะมีผู้ช่วยเหลือท่านได้			
2. มีคนคอยช่วยเหลือในการทำงานเมื่อท่านต้องการ			
3. บุคคลใกล้ชิดที่ท่านพร้อมที่จะไปไหนมาไหนกับท่านเมื่อท่านต้องการ			
4. ท่านได้รับคำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติตนที่เหมาะสมในวัยสูงอายุ เช่น การออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร และการพักผ่อน เป็นต้น			
5. เมื่อท่านต้องการคำอธิบายเกี่ยวกับข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ จะมีผู้คอยชี้แจงให้แก่ท่าน			
6. ท่านมีบุคคลที่ไว้วางใจพอที่จะเล่าปัญหาต่าง ๆ ให้ฟังได้			
7. ท่านมั่นใจว่ามีบุคคลรอบข้างท่านให้ความช่วยเหลือเมื่อท่านมีทุกข์			
8. เมื่อท่านมีเรื่องไม่สบายใจหรือเดือดร้อนจะมีผู้แสดงความเห็นอกเห็นใจท่าน			
9. ท่านได้รับการดูแลเอาใจใส่จากคนใกล้ชิด			

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย
10. บุคคลรอบข้างทำให้ท่านรู้สึกอบอุ่นและปลอดภัย			
11. ท่านได้รับการชื่นชมหรือกำลังใจเมื่อท่านกระทำสิ่ง ถูกต้องเหมาะสม			
12. ท่านและบุคคลรอบข้างมีการร่วมมือกันเป็นอย่างดีในการทำ กิจกรรม			
13. ท่านรู้สึกว่าบุคคลรอบข้างมีความพอใจที่ได้ใกล้ชิดท่าน			
14. ท่านได้รับโอกาสในการแสดงความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่น			
15. มีผู้ให้ความเคารพยกย่องไม่ดูแคลนท่าน			
16. เมื่อท่านมีทุกข์ทางใจ ท่านไม่ทราบว่าจะระบายหาใครฟัง			
17. บุคคลใกล้ชิดไม่ค่อยมีเวลาให้ท่านเท่าที่ควร			

ส่วนที่ 5

คำชี้แจงในการตอบ

ประโยคต่อไปนี้ข้างล่างนี้ เป็นผลต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการคิดถึงความหลัง โปรดพิจารณา
ประโยคเหล่านี้ว่าเป็นประสบการณ์ที่เคยเกิดขึ้นกับตัวท่านเองบ่อยมากน้อยเพียงไร แล้วแสดง
เครื่องหมาย ✓ ในช่องคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกนึกคิดของผู้ตอบมากที่สุดเพียงข้อละ 1 คำตอบ

เมื่อย้อนคิดถึงความหลัง.....

	ไม่เคย เกิดขึ้นเลย	เกิดขึ้นเป็น บางครั้ง	เกิดขึ้น เสมอ
1. ท่านรู้สึกว่าคุณค่าของท่านเป็นชีวิตที่มีคุณค่า			
2. ท่านรู้สึกภูมิใจที่ท่านเคยได้ทำประโยชน์ให้สังคม			
3. ท่านได้แนวคิดแก้ไขความยากลำบากในปัจจุบัน			
4. ท่านหาความสงบทางใจไม่ได้			
5. ท่านปลงไม่ได้กับเหตุการณ์-ร้ายที่ผ่านมา			
6. ท่านคิดว่าในอดีตท่านสมหวังน้อยมาก			
7. ท่านมีกำลังใจในการต่อสู้ปัญหาชีวิตในปัจจุบัน			
8. ท่านคิดว่าได้ตัดสินใจในสิ่งที่ไม่ถูกต้องหลายอย่าง ในชีวิต			
9. ท่านปลานปล้ำใจในความสำเร็จที่ผ่านมาในชีวิต			
10. ท่านเสียใจกับการกระทำบางอย่างในอดีต			

ส่วนที่ 6

คำชี้แจงในการตอบ

แบบสัมภาษณ์ส่วนนี้ต้องการทราบความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของท่าน โดยให้ท่านแสดงความคิดเห็นว่าข้อความต่อไปนี้ ตรงกับความรู้สึกนึกคิดของท่านมากน้อยเพียงใด กรุณาแสดงเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด เพียงข้อละ 1 คำตอบ

ข้อความ	เห็นด้วย มากที่สุด	เห็นด้วย มาก	เห็นด้วย น้อย	ไม่เห็นด้วย
1. ท่านคิดว่าการที่ร่างกายทำหน้าที่ต่าง ๆ ลดลงนั้น เป็นการเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติ				
2. ท่านรู้สึกว่าคุณมีอายุเป็นตัวสร้างความภาคภูมิใจให้ท่าน				
3. ท่านรู้สึกพอใจในระดับความสามารถทางร่างกายของท่าน				
4. ท่านเข้าใจดีว่าเมื่อเป็นผู้สูงอายุการยอมรับนับถือจากผู้อื่นย่อมลดลง				
5. ท่านสามารถอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวได้เป็นอย่างดี				
6. ท่านรู้สึกว่าบุคคลบางคนไม่มีความจริงใจกับท่าน				
7. ท่านรู้สึกว่าท่านยังเป็นที่รักหรือเป็นที่สนใจของคนอื่น				
8. ท่านรู้สึกเสียใจที่เลี้ยงดูบุตรหลานมาแล้วไม่ได้รับการตอบสนองตามที่ต้องการ				
9. ท่านมักจะขอความคิดเห็นจากบุคคลอื่นก่อนกระทำใด ๆ				
10. ท่านไม่กล้าตัดสินใจในเรื่องที่ท่านเห็นว่าถูกต้อง				
11. ท่านไม่เคยเสียใจกับสิ่งที่ท่านได้ตัดสินใจกระทำลงไปแล้ว				

ข้อความ	เห็นด้วย มากที่สุด	เห็นด้วย มาก	เห็นด้วย น้อย	ไม่ เห็นด้วย
12. ท่านรู้สึกว่าคุณสิ่งทุกอย่างที่ท่านประสบดีกว่าที่ท่านคิดไว้มาก				
13. ท่านคิดว่าสิ่งที่ท่านทำเป็นสิ่งที่น่าสนใจหรือเพลิดเพลินเสมอ				
14. โดยทั่ว ๆ ไปแล้วอาจพูดได้ว่าท่านมีความสุข				
15. ท่านคิดว่าชีวิตท่านอยู่ไปวัน ๆ เพื่อรอความตาย				
16. ท่านรู้สึกว่าคุณโดยทั่ว ๆ ไปในชีวิตของท่านมักจะสมหวัง ในสิ่งที่ต้องการ				
17. ท่านคิดว่าชีวิตของท่านควรจะมีความสุขมากกว่าที่เป็น อยู่ปัจจุบัน				
18. ท่านพอใจที่ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น				
19. ท่านมีความยินดีในการเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ ๆ				
20. ท่านพอใจที่ได้ใช้ความรู้ความสามารถของท่านให้เกิด ประโยชน์				

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวเชอริ ทองเพ็ญ
เกิดวันที่	30 พฤศจิกายน พุทธศักราช 2504
สถานที่เกิด	อำเภอท่าฉลอม จังหวัดสมุทรสาคร
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	พยาบาล ระดับ 5
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	ตึกสูติกรรม ชั้น 5 โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2523	มัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสตรีมหาพฤฒาราม
พ.ศ. 2527	พย.บ. (วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2537	กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง
การสนับสนุนทางสังคมและปัจจัยทางจิตสังคมกับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
ในชมรมผู้สูงอายุ ในกรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ

ของ

เชอร์รี่ ทองเพ็ญ

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ

มีนาคม 2537

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายคือ ประการที่ 1 เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ในกรุงเทพมหานคร ประการที่ 2 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยทางชีวสังคม กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ประการที่ 3 เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ที่มีความแตกต่างกันทางเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพครั้งสุดท้าย และการระลึกถึงความหลัง ประการสุดท้าย เพื่อศึกษาตัวแปรที่สามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุ จำนวน 280 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย จากสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ซึ่งมีอายุตั้งแต่ 60-74 ปี และมาเข้าร่วมกิจกรรมในชมรมผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอตลอดปี พ.ศ.2536 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสัมภาษณ์ ได้แก่แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนตัว แบบสัมภาษณ์เพื่อวัดความกลัวสภาพการสูงอายุ ความเข้มแข็งในการมองโลก การระลึกถึงความหลัง การสนับสนุนทางสังคม และความพึงพอใจในชีวิต ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS^x

ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้คือ

1. ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครมีความพึงพอใจในชีวิต ระดับปานกลางค่อนข้างมาก
2. ความกลัวสภาพการสูงอายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับความพึงพอใจในชีวิตและความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจในชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนการระลึกถึงความหลังไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
3. ปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส แลอาชีพครั้งสุดท้ายของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01, .05 และ .01 ตามลำดับ ส่วนเพศ อายุ และฐานะทางเศรษฐกิจ ของผู้สูงอายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ
4. ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง มีความพึงพอใจในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษานานกลาง และต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่ มีความพึงพอใจในชีวิต มากกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสไม่มีคู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูง มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
7. ผู้สูงอายุเพศชายและเพศหญิงมีความผาสุกในชีวิตไม่แตกต่างกัน
8. ผู้สูงอายุที่มีอายุแตกต่างกันมีความผาสุกในชีวิตไม่แตกต่างกัน
9. ผู้สูงอายุที่มีอาชีพรับราชการ หรือทำงานในรัฐวิสาหกิจ มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีอาชีพอิสระ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
10. ผู้สูงอายุที่มีการระลึถึงความหลังทางด้านบวก มีความผาสุกในชีวิตมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการระลึถึงความหลังทางด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
11. ตัวแปรที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ในการทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ตามลำดับความสำคัญ คือ ความเข้มแข็งในการมองโลก การสนับสนุนทางสังคม ความกลัวสภาพการสูงอายุ และระดับการศึกษา โดยที่ตัวแปรกลุ่มนี้สามารถทำนายความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุได้ร้อยละ 56.75 ($R^2 = .5675$) และความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร มีค่าเท่ากับ 0.75 ($R = 0.75$)

THE RELATIONSHIP OF FEAR OF PERSONAL AGING, SENSE OF COHERENCE, REMINISCENCE,
SOCIAL SUPPORT, AND BIOSOCIAL FACTORS TO WELL-BEING OF THE AGED
IN SENIOR CITIZEN CLUBS IN BANGKOK

AN ABSTRACT

BY

CHERRY THONGPEN

Presented in partial fulfillment of the requirements for the
Master of Education degree in Developmental Psychology
at Srinakharinwirot University

March 1994

The purpose of this research was firstly to study the level of Well-being of the aged; secondly, to find out the relationship between fear of personal aging, sense of coherence, reminiscence, social support and biosocial factors and Well-being ; thirdly, to compare level of Well-being of the aged according to difference in sex, age, level of education, marriage status, economic status, the last occupation and reminiscence; and the last purpose was to discover the variables which could be used to predict levels of Well-being of the aged in senior citizen clubs in Bangkok.

The subjects consisted of 280 senior citizens selected by simple random sampling of persons 60 to 74 years of age who were members of senior citizen clubs in Bangkok and who had regularly associated in these clubs during the year 1993. The instruments used in the study were interviewing questionnaires asking about personal background, interviewing questionair which measured fear of personal aging, sense of coherence, reminiscence, social support and Well-being. The data were analyzed by using the SPSS^x (Statistical Package for Social Science version 10)

The results were as follows :

1. The aged in senior citizen clubs in Bangkok had Well-being at high moderate level.

2. There was a significantly negative relationship between fear of personal aging and Well-being and there was a positive relationship between sense of coherence, social support and Well-being at the level of significant .001. There was no relationship between reminiscence and Well-being of the aged in senior citizen clubs.

3. There was a significant relationship at the .01, .05, .01 levels respectively, between the level of education, the marriage status and the last occupation and Well-being of the aged in senior citizen

clubs. There was no relationship between sex, age and economic status and Well-being.

4. The aged who had a high level of education had a significantly greater Well-being than the aged who had a moderate or low level of education at the .05 level.

5. The aged who were still married had a significantly greater Well-being than the aged who had no spouse at the .05 level.

6. The aged at a high economic level had a significantly greater Well-being than the aged who were at moderate and low economic levels at the .05 level.

7. The male and the female aged were not significantly different in their Well-being.

8. Though the subjects ranged in age from 60 to 74 years, they were not significantly different in their Well-being.

9. Those subjects who were former civil servants or state enterprise employees had a significantly greater Well-being than those who had other occupations at the .01 level.

10. The aged who had positive reminiscence had a significantly greater Well-being than the aged who had negative reminiscence at the .01 level.

11. Factor that significantly predicted Well-being at the .001 level of the aged according to importance, were sense of coherence, social support, fear of personal aging and the level of education. These predictors accounted for 56.75 percent ($R^2 = .5675$) of the variance of Well-being, and the multiple correlation was .75 ($R = 0.75$).