



ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔  
ของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี  
กรุงเทพมหานคร

PERSONAL GROWTH ACCORDING TO THE FOUR NOBLE TRUTHS  
OF THE AGING IN THE WAT CHAICHIMPLEE COMMUNITY  
IN BANGKOK

พระมหาสมชาย โชติญาโณ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาชีวิตและความตาย

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



PERSONAL GROWTH ACCORDING TO THE FOUR NOBLE TRUTHS  
OF THE AGING IN THE WAT CHAICHIMPLEE COMMUNITY  
IN BANGKOK

Phramahasomchai Chotiyano

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of  
the Requirements for the Degree of  
Master of Arts  
(Life and Death Studies)

Graduate School  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย  
“ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร” เป็น  
ส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย

(พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบบัณฑิตวิทยาลัย

ประธานกรรมการ  
(พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินันโท, ผศ. ดร.)

กรรมการ  
(ผศ. ดร.สาระ มุขดี)

กรรมการ  
(ผศ. ดร.ประยูร สุขะใจ)

กรรมการ  
(ผศ. ดร.เริงชัย หมั่นชนะ)

กรรมการ  
(ดร. นवलวรรณ พูนวสุพลฉัตร)

คณะกรรมการควบคุมบัณฑิตวิทยาลัย

ผศ. ดร.เริงชัย หมั่นชนะ ประธานกรรมการ  
ดร. นवलวรรณ พูนวสุพลฉัตร กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระมหาสมชาย โชติญาโณ)

**ชื่อวิทยานิพนธ์** : ความมั่งคั่งแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชน  
วัดชัยฉิมพลี เขต ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

**ผู้วิจัย** : พระมหาสมชาย โชติญาโณ

**ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย

#### **คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์**

: ผศ.ดร. เรียงชัย หมิ่นชนะ ,พธ.บ.(ครุศาสตร์), M.Ed.(Higher& Teacher),  
Ph.D (Education&Guidance Psychology)

: ดร. นवलวรรณ พูนวสุพลฉัตร, วทบ.(พยาบาลและผดุงครรภ์),  
M.A.(Applied Economics), พธ.ด.(พุทธจิตวิทยา)

**วันสำเร็จการศึกษา** : ๑๘ มีนาคม ๒๕๖๒

#### **บทคัดย่อ**

การศึกษา ความมั่งคั่งแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี เขต ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาระดับความทุกข์ของอริยสัจของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี ๒) เพื่อศึกษาระดับความมั่งคั่งแห่งตนของผู้สูงอายุ ๓) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และอิทธิพลระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล และระดับความทุกข์ของอริยสัจกับความมั่งคั่งแห่งตนของผู้สูงอายุ ใช้รูปแบบการวิจัยสำรวจเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง แบบภาคตัดขวาง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่มีความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน ๓๕ ข้อคำถาม เท่ากับ .๙๓ ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบไม่ใช้ความน่าจะเป็น ได้จำนวนตัวอย่างซึ่งเป็นผู้สูงอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี จำนวน ๑๒๖ คน ผลการวิจัยพบว่า

๑.ลักษณะทางประชากรของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี เป็นผู้สูงอายุเพศชาย ร้อยละ ๕๔.๘ และเพศหญิง ๔๕.๒ ส่วนใหญ่มีช่วงอายุ ๖๐-๖๙ ปี ร้อยละ ๕๙.๕ (ค่าเฉลี่ยอายุ เท่ากับ ๖๙.๓ ปี) จบการศึกษาชั้นประถมศึกษา ร้อยละ ๗๖.๒ อาชีพเดิมทำการค้าขายหรือธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ ๔๗.๖ รองลงมารับจ้างทั่วไป ร้อยละ ๓๕.๗ สำหรับรายได้ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท ร้อยละ ๕๐.๘ ผู้สูงอายุใช้ชีวิตคู่ ร้อยละ ๔๙.๒ รองลงมาเป็นหม้าย/หย่าร้าง/แยกทาง ร้อยละ ๓๔.๙ และเป็นโสด ร้อยละ ๑๕.๙ โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่คงอยู่กับครอบครัวและลูกหลาน ๘๒.๕ และอาศัยอยู่ในบ้านของตนเอง ร้อยละ ๖๒.๗

๒.ด้านทุกข์ของอริยสัจของผู้สูงอายุ พบว่าปัญหาหรือทุกข์ของอริยสัจของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี มีระดับทุกข์ของอริยสัจ อยู่ในระดับพอใช้ โดยทุกข์เพราะสภาพร่างกายเสื่อมถอยลง ทุกข์เพราะสภาพจิตใจไม่สงบสุข ทุกข์เพราะครอบครัวและลูกหลาน ทุกข์เพราะไม่มีงานและไม่มีรายได้

๓. ด้านระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ โดยภาพรวมของระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีมี อยู่ในระดับพอใช้ พิจารณาตามองค์ประกอบความงอกงามแห่งตน ด้านกัลยาณชน อยู่ในระดับดี ด้านกัลยาณมิตร อยู่ในระดับพอใช้ และด้านตัวแบบผู้สูงอายุ อยู่ในระดับดี

๔. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ พบว่า เพศ รายได้ และสถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ส่วน ช่วงอายุ อาชีพ การอยู่อาศัยกับสมาชิกครอบครัว และ ความเป็นเจ้าบ้าน ไม่มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

๕. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ พบว่า เพศ รายได้ สถานภาพสมรส และ ระดับทุกขอริยสัจของผู้สูงอายุมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .๐๕ ทั้งนี้ไม่พบว่าตัวแปรทั้ง ๔ ตัว มีอิทธิพลร่วม(Covariance)ที่ส่งผลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ผลการวิจัยนี้ วัดชัยฉิมพลี ควรมีการจัดทำคลินิก”ความงอกงามแห่งรัตตัญญู” ด้วยกระบวนการให้คำปรึกษาตามแนวทางพุทธจิตวิทยาแก่ผู้สูงอายุทุกวันพระเพื่อเป็นแหล่งศึกษา เรียนรู้ และต้นแบบแลกเปลี่ยนเรียนรู้ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงวัยอายุยุค ๔.๐

**Thesis Title:** Personal Growth according to the Four Noble Truths of the Aging in the Wat Chaichimplee in Bangkok

**Researcher:** Phramahasomchai Chotiyano

**Degree:** Master of Arts (Life and Death Studies)

**Thesis Supervisory Committee:**

Asst.Prof. Dr. Rerngchai Muenchana, B.A.(Education),  
M.Ed.(Higher& Teacher), Ph.D (Education&Guidance Psychology)  
Dr. Nuarwan Punwasuponchat, B.Sc. (Nursing), M.A. (Applied  
Economics), Ph.D. (Buddhist Studies)

**Date of graduation:** March 18, 2019.

### Abstract

This Quantitative Research of Personal Growth according to the Four Noble Truths of the Aging in the Wat Chaichimplee community in Bangkok aimed 1) to study the level of the truth of suffering of the Aging in Wat Chaichimplee community 2) to study the level of Personal Growth according to the Four Noble Truths of the Aging in the Wat Chaichimplee community and 3) to study the relationship and influence between personal factors and the truth of suffering with of Personal Growth according to the Four Noble Truths. This research design is cross-sectional descriptive survey research. The questionnaire was a data collection instrument. The reliability of the overall questionnaire of 35 Items was 0.93. The sample, randomized by Nonprobability sampling, consisted of 126 aging of Wat Chaichimplee community. The results are as follows;

1. Demographic characteristics of the Aging of the Wat Chaichimplee community was 54.6% of male and 45.2 of female. Most of an age range is between 60-66 years was 56.5 % (average of age is 69.3 years), 7.2% of them is primary school graduates, 47.6% lived by trade or private business of occupation and following by being general employee 35.7 %. A most of them on 50.8 % had income less than 5,000 baht/ month. For marital status, it was found that most of them on 49.2% was married, 34.9% of them was widows/abandoned/separated and 15.6 % was singles, and 82.7% was living in own home.

2. The Level of the truth of suffering of the Aging was fair, such as Physical condition deteriorates, mental health is not peacefull, worrying about family and grandchildren, being Unable to work normally and losing income, being unable go anywhere.

3. Personal growth level of the Aging was fair. Considering in three components, kalyāṇajana was good, Kalyāṇamitta was fair and aging Buddhist Model was good.

4. Personal Growth related with sex, income and marital status, at the statistical significance level .05. As for the age range, occupation, living with family members and own home was no related.

5. This research found that sex, income, marital status, and the suffering level were influenced to Personal Growth, at the statistical significance level .05, but did not find that all 4 variables had a Covariance that affected the personal growth.

Based on this Research, it was suggestion that Wat Chaichimplee community, should have "Rattaññū (beautiful aging)" clinic, according to Buddhist counseling Psychology to give service to the Aging every Buddhist day as a source of study and Model of exchange learning for developing life quality of the Aging in the age of Thailand 4.0.

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้เสร็จสมบูรณ์ได้อย่างดี ด้วยความเมตตาอนุเคราะห์ช่วยเหลือจาก ผศ.ดร. พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินันโท ผศ.ดร.เรียงชัย หมื่นชนะ ผศ.ดร.ประยูร สุขะใจ ผศ.ดร.สาระ มุขดี ดร.วิษชุดา ฐิติโชติรัตน และ ดร.นवलวรรณ พูนวสุพลนัทร ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำการทำวิจัยที่ถูกต้อง พร้อมทั้งสละเวลาอันมีค่าช่วยตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัยให้มีความสมบูรณ์ได้มาตรฐานยิ่งขึ้น ตลอดจนการให้ความเมตตา เอาใจใส่ เป็นกำลังใจและติดตามความก้าวหน้าของวิทยานิพนธ์นี้ด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่งที่จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณ พระอุดมวรญาณ (สุวิทย์ สุจิตโต) เจ้าอาวาส เจ้าสำนักเรียนฯ และเจ้าสำนักปฏิบัติธรรมแห่งที่ ๔๑ วัดชัยฉิมพลี เขตภาษีเจริญ ที่ได้เมตตา อนุญาต และให้การส่งเสริม สนับสนุน การศึกษาหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย อย่างเต็มที่ ตามกำลังแห่งสติปัญญาของผู้วิจัย

พร้อมนี้ ขอขอบคุณ นายสมชีพ ไชยเขตต์ ผู้อำนวยการเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร พร้อมด้วย นางมะลิวัลย์ พรหมา นายพิสูตรศักดิ์ พิมพ์ชื่น และนายนภา ม่วงงาม ประธานชุมชน หมู่ที่ ๔ ๕ และ ๖ ชุมชนวัดวัดชัยฉิมพลี ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์และเอื้อเฟื้อในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในพื้นที่รับผิดชอบได้ครบถ้วนตามจำนวนขนาดตัวอย่างที่กำหนดและมีความสมบูรณ์ในทุกข้อคำถามของแบบสำรวจ

สุดท้ายนี้ ขอขอบคุณเพื่อนนิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาชีวิตและความตาย รุ่น ๑๐ ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ทุกรูป/คน ที่เป็นทั้งกัลยาณชน กัลยาณมิตร และกัลยาณธรรม ที่ให้คำปรึกษาและให้การช่วยเหลือตลอดระยะเวลาของการทำวิทยานิพนธ์นี้ และที่สำคัญเป็นอย่างยิ่งขอขอบพระคุณบุคคลในครอบครัวที่ให้การสนับสนุนด้วยความรัก ความเมตตา ความห่วงใย และเป็นกำลังใจด้วยดีเสมอมา

อนึ่งอนิสงส์บุญกุศลใดที่จักบังเกิดจากงานวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นกัตถุญญกตเวทิตาแด่ บุพการี บูรพาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านทั้งในอดีตชาติและปัจจุบันชาติ ขอให้อนุภาพแห่งบุญกุศลที่ข้าพเจ้าได้ทำในทุกชาติภพ ขอส่งผลให้ทุกท่านประสบแต่ความสุข ความเจริญ ปราศจากสิ่งใดที่ขอบประกอบด้วยธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น จงสำเร็จ สมดังเจตนาปรารถนา ทุกท่านทุกประการเทอญฯ

พระมหาสมชาย โชติญาโณ  
มีนาคม ๒๕๖๒



## สารบัญ

### หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
สารบัญแผนภาพ	ฌ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฎ
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์การวิจัย	๓
๑.๓ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๕ สมมติฐานการวิจัย	๔
๑.๖ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๗ ประโยชน์ที่ได้รับจากงานวิจัย	๕
<b>บทที่ ๒ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	
๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	๖
๒.๒ ความต้องการของผู้สูงอายุ	๘
๒.๓ ความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ของอริยสัจ ๔ กับผู้สูงอายุ	๙
๒.๔ การพัฒนาความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ	๑๓
๒.๕ ชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร	๑๗
๒.๖ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๒๐
๒.๗ กรอบแนวคิดงานวิจัย	๒๘
<b>บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย</b>	
๓.๑ รูปแบบการวิจัย	๒๙
๓.๒ ประชากรศึกษาและกลุ่มตัวอย่าง	
๓.๒.๑ ประชากรศึกษา	๒๙

## สารบัญ (ต่อ)

### หน้า

#### บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย (ต่อ)

๓.๒ ประชากรศึกษาและกลุ่มตัวอย่าง	
๓.๒.๑ ประชากรศึกษา	๒๙
๓.๒.๒ กลุ่มตัวอย่าง	๒๙
๓.๒.๓ การคำนวณขนาดตัวอย่าง	๒๙
๓.๒.๔ เทคนิคการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	๓๐
๓.๓ การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง	๓๐
๓.๔ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๓๑
๓.๕ การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	๓๒
๓.๖ การเก็บรวบรวมข้อมูล	๓๔
๓.๗ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๓๕

#### บทที่ ๔ ผลการศึกษา

๔.๑ คุณลักษณะทั่วไปของผู้อายุ	๓๖
๔.๒ ทุกขอริยสังสภาวะทางกาย	๓๘
๔.๓ ทุกขอริยสังสภาวะทางใจ	๓๙
๔.๔ ระดับทุกขอริยสัง ๔ ของผู้สูงอายุ	๔๐
๔.๕ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๔๑
๔.๖ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๔๒
๔.๗ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความงอกงามแห่งตน ของผู้สูงอายุ	๕๓
๔.๘ ความสัมพันธ์ระหว่างระดับทุกขอริยสัง ๔ กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๕๕
๔.๙ อิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๕๖

## สารบัญ (ต่อ)

### หน้า

#### บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

##### ๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ ๖๒

๕.๑.๒ ทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ ๖๒

๕.๑.๓ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ๖๓

๕.๑.๔ การสร้างความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ๖๕

๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย ๖๕

##### ๕.๓ ข้อเสนอแนะ

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ๖๗

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป ๖๗

บรรณานุกรม ๖๘

#### ภาคผนวก

ก ค่า IOC ของผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ ท่าน ๗๑

ข ค่าความเชื่อมั่น(Reliability)ของแบบสอบถามทั้งชุด ๗๔

ค แบบสอบถามเพื่อการวิจัย ๗๘

ประวัติผู้วิจัย ๘๔

## สารบัญตาราง

## หน้า

ตารางที่ ๔.๑	ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ	๔๒
ตารางที่ ๔.๒	ทุกขอรียสัจสภาวะทางกาย	๔๓
ตารางที่ ๔.๓	ทุกขอรียสัจสภาวะทางจิตใจ	๔๔
ตารางที่ ๔.๔	ระดับทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ	๔๕
ตารางที่ ๔.๕	ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๔๖
ตารางที่ ๔.๖	เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามเพศ	๔๗
ตารางที่ ๔.๗	เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามช่วงอายุ	๔๘
ตารางที่ ๔.๘	เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามระดับการศึกษา	๕๐
ตารางที่ ๔.๙	เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามอาชีพ	๕๑
ตารางที่ ๔.๑๐	เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามรายได้	๕๓
ตารางที่ ๔.๑๑	เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามสถานภาพสมรส	๕๕
ตารางที่ ๔.๑๒	เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามการอาศัยกับครอบครัว	๕๖
ตารางที่ ๔.๑๓	เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามเจ้าบ้าน	๕๗
ตารางที่ ๔.๑๔	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๕๘
ตารางที่ ๔.๑๕	ความสัมพันธ์ระหว่างระดับทุกขอรียสัจกับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๖๐
ตารางที่ ๔.๑๖	อิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๖๑
ตารางที่ ๔.๑๗	อิทธิพลระหว่างตัวแปรเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอรียสัจ ต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ (ANOVA-test)	๖๒
ตารางที่ ๔.๑๘	ค่าน้ำหนักอิทธิพลของเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอรียสัจ ต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ	๖๓

สารบัญตาราง (ต่อ)

หน้า

ตารางที่ ๔.๑๙ Multiple Comparisons ของความงอกงามแห้งต้นตามหลักอริยสัจ แยกตามเพศ	๖๔
ตารางที่ ๔.๒๐ Multiple Comparisons ของความงอกงามแห้งต้นตามหลักอริยสัจ แยกตามสถานภาพสมรส	๖๕
ตารางที่ ๔.๒๑ Multiple Comparisons ของความงอกงามแห้งต้นตามหลักอริยสัจ แยกตามรายได้	๖๖
ตารางที่ ๔.๒๒ Multiple Comparisons ของความงอกงามแห้งต้นตามหลักอริยสัจ แยกตามระดับทุกขอริยสัจ	๖๗

## สารบัญแผนภาพ

หน้า

ภาพที่ ๒.๑ กรอบแนวคิดการวิจัย ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔  
ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร

๓๓

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

### ๑. คำย่อภาษาไทย

#### ๑.๑ คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

อักษรย่อพระไตรปิฎกในงานวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ การอ้างอิงใช้ระบบระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ดังตัวอย่าง เช่น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖/๑๐ หมายถึง พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่มที่ ๑๐ ข้อ ๑๖ หน้า ๑๐.

#### พระสุตตันตปิฎก

ชื่อ	คำย่อ	ความหมาย
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค (ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ (ภาษาไทย)
สั .ส. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค (ภาษาไทย)
อง.เอก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต (ภาษาไทย)
อง.อฎฐก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย อฎฐกนิบาต (ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท (ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
ขุ.อิติ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตก (ภาษาไทย)

#### อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ชื่อ	คำย่อ	ความหมาย
ที.ม.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรค อรรถกถา (ภาษาไทย)

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พรรณนะของพุทธศาสนา “ผู้สูงอายุ” มีความหมายเช่นเดียวกับ “ชรา” และ “รัตัญญู” ซึ่งตามหลักคำสอนของพุทธศาสนา “ชรา” เป็นปรากฏการณ์หนึ่งของชีวิตทุกชีวิตที่เกิดขึ้นสืบเนื่องกันมาโดยตลอดตั้งแต่เป็นทารกกระทั่งตาย และเป็นกฎธรรมชาติหรือหลักความจริงที่มีอยู่โดยธรรมดา คือ เป็นไปตามหลักไตรลักษณ์ และปฏิเสธสมุปบาท โดยที่ “ชรา” มักจะปรากฏควบคู่กับ “พยาธิ” และ “มรณะ” เสมอ จึงมักเรียกติดกันว่า “ชราพยาธิมรณะ” เป็นการอธิบายความหมาย ผู้สูงอายุ โดยใช้อายุและลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางกายเป็นหลัก ดังพุทธพจน์ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็การชรามรณะเป็นไฉน ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หน้เป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้นๆ นี้เรียกว่า ชรา<sup>๑</sup>

หญิงหรือชายที่แก่แล้ว มีอายุ ๘๐ ปีบ้าง ๙๐ ปีบ้าง ๑๐๐ ปีบ้าง เป็นคนชรา หลังโกง ค่อม ถือไม้เท้าเดินงกเงิ่น กระสับกระส่าย สิ้นความเป็นหนุ่มสาวแล้ว ฟันหัก ผมหงอก หัวล้าน ตัวเป็นเกลียว ตกกระ<sup>๒</sup>

พุทธทาสภิกขุ ให้ความหมาย “ผู้สูงอายุ” หมายถึง ผู้เห็นอนิจจังมากขึ้น เห็นทุกข์มากขึ้น เห็นอนัตตามากขึ้น เห็นสูญญตามากขึ้น เห็นอิทัปปัจจยตามากขึ้น เห็นตถตามากขึ้น จนคงที่ไม่หวั่นไหว ไม่เปลี่ยนแปลง หรืออีกนัยหนึ่ง ผู้สูงอายุโดยแท้จริง คือผู้สูงด้วยคุณธรรมในจิตใจ มีธรรมะ มีความถูกต้องที่กายวาจาและใจ ความเป็นอยู่อย่างสงบ<sup>๓</sup>

อนึ่ง เพื่อทำความเข้าใจว่าผู้สูงอายุ เริ่มขึ้นเมื่อใด สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ทรงแบ่งช่วงชีวิตของมนุษย์ออกเป็น ๓ วัย คือ<sup>๔</sup>

๑. ประถมวัย เริ่มตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ ๒๑ ปี เป็นช่วงที่ร่างกายเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว

๒. มัชฌิมวัย เป็นช่วงหลังจากอายุ ๒๑ ปี จนกระทั่งอายุ ๖๐ ปี ร่างกายคงที่ไม่เจริญสืบไปมีแต่จะทรุดโทรมลง

๓. ปัจฉิมวัย เป็นช่วงพ้นอายุ ๖๐ ปีไปแล้ว ร่างกายยิ่งทรุดโทรมลงไปตามลำดับกาล ซึ่งนับว่าเป็นวัยของผู้สูงอายุ

<sup>๑</sup> (สง. นี. ๒๖/๖,๙๒,๑๒๐/๒๐,๑๕๑,๑๘๕)

<sup>๒</sup> (อง. ติก. ๓๔/๔๗๕/๑๔๘)๑๔

<sup>๓</sup> พุทธทาสภิกขุ, **ธรรมสำหรับผู้สูงอายุ**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๓๙), หน้า ๕๓.

<sup>๔</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **คู่มือชาวพุทธ ในสังคมไทยสมัยใหม่**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๒๙), หน้า ๓๓๗-๓๓๘.



สำหรับสภาวะทุกข์ที่เกิดประจำตนของผู้สูงอายุทุกคนในระดับโลกก็บุคคลในทางพุทธศาสนา ได้กำหนดไว้ ๑๒ กอง<sup>๔</sup> ได้แก่ชาติปี ทุกขา(แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์) ชะราปี ทุกขา (แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์) มาระณัมปี ทุกขัง (แม้ความตายก็เป็นทุกข์) โสกะปะริทเวหะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปี ทุกขา (แม้ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์ ) อับปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข (ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์) ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข (ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์ ) ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง (มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็นทุกข์) สังขิตเตนะ ปัญญาทานักขันธา ทุกขา ( ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์ ) รวมถึงสภาพทุกข์อันเกิดจากชราภรณ์อันมีความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก ศีรษะล้าน หลังโก่งหนังเหี่ยวยุ่น ร่างกายผอมไม่มีแรง ความจำไม่ดี และรวมถึงสภาพทุกข์ในทางจิตวิทยาอันเนื่องจากความแปรปรวนของจิตใจ เกิดความเครียด มีความวิตกกังวล หงุดหงิด เหนงา ว่าเหว่ จู้จี้ ขี้บ่น กลักรถูกทอดทิ้ง รู้สึกตนเองไม่มีคุณค่า นอนไม่หลับ ภาวะซึมเศร้า ทุกข์เพราะความกลัวตาย ร่วมกับความทุกข์ในเชิงพฤติกรรม ได้แก่ ทุกข์จากความเจ็บป่วย ทุกข์จากไม่มีรายได้ ทุกข์จากไปไหนมาไหนลำบาก ทุกข์เพราะห่วงลูกหลาน สมบัติ สัตว์เลี้ยงและต้นไม้

ชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแกว เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร เป็นชุมชนที่ผู้วิจัยได้ออกเดินรับบิณฑบาตในระแวกชุมชนใกล้เคียงกับวัดมาเป็นระยะเวลา ๒๖ พรรษา ได้สังเกตเห็นว่าพุทธศาสนิกชนที่ตักบาตรส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ที่บ้างอาศัยกับลูกหลาน บ้างอาศัยคนเดียว มีทั้งผู้สูงอายุที่เดินเองได้ ต้องพยุงเดินบ้าง นั่งรถเข็นบ้าง ส่งผลให้ผู้วิจัยได้เห็นความทุกข์สภาพหรือปัญหาของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี ในหลากหลายมิติ เช่น มิติด้านสุขภาพกาย พบว่าผู้สูงอายุบางรายสายตามองไม่ค่อยเห็น หูไม่ค่อยได้ยิน ปวดหลังปวดเอว ข้อเข่าเสื่อม หน้ามือ วิงเวียนศรีษะ เป็นลมบ่อยๆ หลงๆ ลืมๆ จากภาวะสมองเสื่อม การขับถ่ายไม่ปกติ ท้องผูก กระเพาะปัสสาวะเสื่อม เป็นต้น มิติด้านครอบครัว พบว่าผู้สูงอายุขาดการเอาใจใส่ดูแลจากบุตรหลานหรือบุคคลในครอบครัว การสูญเสียชีวิตคู่ครองหรือคู่ชีวิตได้ล้มหายตายจากไป สูญเสียญาติมิตรและเพื่อนสนิทไป บทบาทหน้าที่ลดลงและหรือหมดความสำคัญต่อครอบครัวและสังคม คราวเรือนของชุมชนวัดชัยฉิมพลีในปัจจุบันได้เปลี่ยนแปลงไปจากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยว ผู้สูงอายุ บุตรหลานและญาติ มีความห่างเหินกันมากขึ้น สำหรับมิติด้านสุขภาพจิต ผู้สูงอายุเกิดความวิตกกังวล มีความเครียดสูงขึ้น เบื่ออาหาร นอนไม่หลับ ว่าเหว่ มีความรู้สึกเจ็บเหงา มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย กลัดกลุ้มใจ กลัวตาย และความทุกข์ในเชิงพฤติกรรม ได้แก่ ความเจ็บป่วย ไม่มีรายได้ ไม่มีงานทำ จากไปไหนมาไหนลำบาก ห่วงลูกหลาน สมบัติ สัตว์เลี้ยงและต้นไม้ เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตาม ในความทุกข์ที่เห็นยังมีความงอกงามภายในจิตใจของ

<sup>๔</sup> พระอภิธรรมมัตถสังคหะ

ผู้สูงอายุปรากฏ ไม่ว่าจะเป็น การอุปถัมภ์ ทะนุบำรุงพระพุทธศาสนา การมีจิตใจเมตตาเกื้อกูลต่อผู้อื่น การเป็นกัลยาณชน กัลยาณมิตร และเป็นตัวแบบที่ดีต่อครอบครัวและชุมชนวัดชัยฉิมพลี

ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี โดยประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในเรื่อง “ทุกขอริยสัจ ๔” เพื่อพัฒนาความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุให้ดำรงตนด้วยความไม่ประมาท ไคร่ครวญพิจารณาด้วยโยนิโสมนสิการ และมีสติปัญญาที่จะดับทุกข์เฉพาะตนได้ตามหลักพุทธธรรม ส่งผลให้ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี เป็นผู้สูงอายุที่เป็นกัลยาณชน กัลยาณมิตร และตัวแบบที่เรียกว่า “ความงอกงามแห่งรัตตัญญู”

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาระดับความทุกขอริยสัจของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี
- ๑.๒.๔ เพื่อศึกษาอิทธิพลระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและระดับความทุกขอริยสัจที่ส่งผลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี

## ๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย

เพื่อให้การวิจัยนี้มีความเหมาะสมกับสภาพปัญหาในพื้นที่ ระยะเวลา และความเป็นไปได้ต่อความสำเร็จของงานวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยไว้ดังนี้

๑.๓.๑ **ขอบเขตด้านเนื้อหา** ประกอบด้วยการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับหลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนาเรื่องอริยสัจ ๔ ในผู้สูงอายุ และหลักพุทธจิตวิทยาแห่งความงอกงาม

๑.๓.๒ **ขอบเขตด้านพื้นที่ศึกษา** คือ ชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

๑.๓.๓ **ขอบเขตด้านประชากรศึกษาและกลุ่มตัวอย่างศึกษา**

**ประชากรศึกษา** คือผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่และมีชื่อในทะเบียนบ้าน หรือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่มากกว่า ๑ ปี แม้ไม่มีชื่อในทะเบียนบ้าน ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

**กลุ่มตัวอย่าง** คือ ผู้สูงวัยอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่และมีชื่อในทะเบียนบ้าน หรือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่มากกว่า ๑ ปี แม้ไม่มีชื่อในทะเบียนบ้าน พื้นที่ของหมู่ ๔ หมู่ ๕ และ หมู่ ๖ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร และไม่เป็นผู้ที่มีการะความจำเสื่อม

**๑.๓.๔ ขอบเขตด้านเวลา** การวิจัยนี้ใช้รูปแบบการวิจัยสำรวจเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง แบบตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Survey Studies) ดังนั้นช่วงระยะเวลาในการเก็บข้อมูลตัวอย่างระหว่าง เดือนมกราคม ๒๕๖๒ ถึง เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

## ๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๔.๑ ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีมีสภาวะทุกขอรียสัจของปุถุชนอยู่ในระดับใด?
- ๑.๔.๒ ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีมีระดับความงอกงามแห่งตนในระดับใด?
- ๑.๔.๓ ตัวแปรหรือปัจจัยใดที่มีความสัมพันธ์และมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี?

## ๑.๕ สมมติฐานการวิจัย

- ๑.๕.๑ ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี
- ๑.๕.๒ ปัจจัยส่วนบุคคลมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี
- ๑.๕.๓ ระดับทุกขอรียสัจมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี

## ๑.๖ คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

**๑.๖.๑ ผู้สูงอายุ(Aging)** หมายถึง ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่และมีชื่อในทะเบียนบ้าน หรือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่มากกว่า ๑ ปี แม้มไม่มีชื่อในทะเบียนบ้าน พื้นที่ของหมู่ ๔ หมู่ ๕ และ หมู่ ๖ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

**๑.๖.๒ ระดับทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ (The noble truth of suffering )** หมายถึง ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีมีความทุกข์ที่เกิดขึ้นทั้งทางกายและทางใจ สภาวะทุกขเวทนาที่เกิดกับ ผู้สูงอายุ เช่น ความเจ็บไข้ได้ป่วย ความปวดเมื่อย ความทิว ความกระหาย ความหนาวไป ความร้อนไป เป็นต้น และทุกขลักษณะประจำตนของผู้สูงอายุทุกคนในระดับโลกีย์บุคคลทางพุทธศาสนาแบ่งไว้ ๑๒ กอง ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความตาย ความโศก ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ความประสพกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น รวมถึงสภาพทุกข์อันเกิดจากชรามณะอันมีความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก ศีรษะล้าน หลังโก่ง หนังเหี่ยวย่น ร่างกายผอมไม่มีแรง ความจำไม่ดี และรวมถึงสภาพทุกข์ในทางจิตวิทยาอันเนื่องมาจากความแปรปรวนของจิตใจ เกิดความเครียด มีความวิตกกังวล หงุดหงิด เหนงว่าแห้ว จู้จี้ ขี้บ่น กลัวการถูกทอดทิ้ง รู้สึกตนเองไม่มีคุณค่า นอนไม่หลับ ภาวะซึมเศร้า ร่วมกับความ

ทุกข์ในเชิงพฤติกรรม ได้แก่ ทุกข์จากความเจ็บป่วย ทุกข์จากไม่มีรายได้ ทุกข์จากไปไหนมาไหนลำบาก ทุกข์เพราะห่วงลูกหลาน สมบัติ สัตว์เลี้ยงและต้นไม้ ทุกข์เพราะความกลัวตาย

**๑.๖.๓ ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ (Personal growth)** หมายถึง ผู้สูงอายุในชุมชน วัดชัยฉิมพลี มีการพัฒนาและเจริญงอกงามภายในจิตใจอย่างต่อเนื่องในทิศทางที่สะท้อนให้เห็นถึงการมีทัศนคติและการเกิดพฤติกรรมเชิงบวกต่อทุกขอริยสัจของตน สามารถรับรู้ เข้าใจและดำรงชีวิตตามหลักอริยสัจ ๔ ได้ตามสภาพความจริงของสภาวะทุกขเวทนาและทุกขอริยสัจในระดับโลกีย์ทุกข์ทั้งทางกายและทางใจ ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในการวิจัยนี้ประกอบด้วย ๓ องค์ประกอบ คือ ด้านกัลยาณธรรม ด้านกัลยาณมิตร และด้านตัวแบบแห่งพุทธศาสนิกชน

## ๑.๗ ประโยชน์ที่ได้รับจากงานวิจัย

๑.๗.๑ ทำให้ทราบถึงระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร

๑.๗.๒ ทำให้สามารถสร้างรูปแบบลักษณะความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร

๑.๗.๓ สามารถนำผลการศึกษานี้ไปขยายผลหรือใช้เป็นพื้นฐานการวิจัยด้านความงอกงามแห่งตนในกลุ่มอื่นๆได้ต่อไป

## บทที่ ๒

### แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาถึงความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยนิมิต กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ทบทวน แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

#### ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

##### ๒.๑.๑ แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท

##### ๒.๑.๒ แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุทั่วไป

#### ๒.๒ ความต้องการของผู้สูงอายุ

#### ๒.๓ อริยสัจ ๔ กับผู้สูงอายุ

#### ๒.๔ การพัฒนาความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ

#### ๒.๕ ชุมชนวัดชัยนิมิต แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

#### ๒.๖ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ๒.๗ กรอบแนวคิดงานวิจัย

### ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

#### ๒.๑.๑ แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท

ในทฤษฎีของพุทธศาสนา “ผู้สูงอายุ” มีความหมายเช่นเดียวกับ “ชรา” และ “รัตติกาล” ซึ่งตามหลักคำสอนของพุทธศาสนา “ชรา” เป็นปรากฏการณ์หนึ่งของชีวิตทุกชีวิตที่เกิดขึ้นสืบเนื่องกันมาโดยตลอดตั้งแต่เป็นทารกกระทั่งตาย และเป็นกฎธรรมชาติหรือหลักความจริงที่มีอยู่โดยธรรมดา คือ เป็นไปตามหลักไตรลักษณ์ และปฏิสนธิสมุပ္บาท โดยที่ “ชรา” มักจะปรากฏควบคู่กับ “พยาธิ” และ “มรณะ” เสมอ จึงมักเรียกรวมกันว่า “ชราพยาธิมรณะ” เป็นการอธิบายความหมายผู้สูงอายุ โดยใช้อายุและลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางกายเป็นหลัก ดังพุทธพจน์ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็การชรามรณะเป็นไฉน ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หน้างเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ในหมู่สัตว์นั้นๆ เรียกว่า ชรา<sup>๑</sup>

หญิงหรือชายที่แก่แล้ว มีอายุ ๘๐ ปีบ้าง ๙๐ ปีบ้าง ๑๐๐ ปีบ้าง เป็นคนชรา หลังโกง ค่อม กรานไม้เท้าเดินงกเงิ่น กระสับกระส่าย ลึนความเป็นหนุ่มสาวแล้ว ฟันหัก ผมหงอกเรียน หัวล้าน ตัวเป็นเกลียว ตกกระ<sup>๒</sup>

พุทธทาสภิกขุ ให้ความหมาย “ผู้สูงอายุ” หมายถึง ผู้เห็นอนิจจังมากขึ้น เห็นทุกข์มากขึ้น เห็นอนัตตามากขึ้น เห็นสูญญตามากขึ้น เห็นอิทัปปัจจยตามากขึ้น เห็นตถตามากขึ้น จนคงที่ไม่หวั่นไหว ไม่เปลี่ยนแปลง หรืออีกนัยหนึ่ง ผู้สูงอายุโดยแท้จริง คือผู้สูงด้วยคุณธรรมในจิตใจ มีธรรม มีความถูกต้องที่กายวาจาและใจ ความเป็นอยู่อย่างสงบ<sup>๓</sup>

<sup>๑</sup> (สง. นี. ๒๖/๖, ๙๒, ๑๒๐/๒๐, ๑๕๑, ๑๘๕)

<sup>๒</sup> (อง. ติก. ๓๔/๔๗๕/๑๔๘)๑๔

<sup>๓</sup> พุทธทาสภิกขุ, ธรรมสำหรับผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๓๙), หน้า ๕๓.

อนึ่ง เพื่อทำความเข้าใจว่าผู้สูงอายุ เริ่มขึ้นเมื่อใด สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ทรงแบ่งช่วงชีวิตของมนุษย์ออกเป็น ๓ วัย คือ<sup>๔</sup>

๑. ประถมวัย เริ่มตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ ๒๑ ปี เป็นช่วงที่ร่างกายเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว
๒. มัชฌิมวัย เป็นช่วงหลังจากอายุ ๒๑ ปี จนกระทั่งอายุ ๖๐ ปี ร่างกายคงที่ไม่เจริญเติบโตอีกแต่จะทรุดโทรมลง
๓. ปัจฉิมวัย เป็นช่วงพ้นอายุ ๖๐ ปีไปแล้ว ร่างกายยิ่งทรุดโทรมลงไปตามลำดับกาล ซึ่งนับว่าเป็นวัยของผู้สูงอายุ

เมื่อพิจารณาความหมาย ผู้สูงอายุ ตามความหมายทางพุทธศาสนา ผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีความเสื่อมโทรมของร่างกายที่สามารถสังเกตเห็นได้ชัดเจน เช่น ฟันหัก ผมหงอก ศีรษะล้าน หนังกเหี่ยว ตกกระ หลังโก่ง และเป็นผู้มีอายุมาก มีความเข้าใจในการดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดความสุข ตามคำสอนของพุทธศาสนา

### ๒.๑.๒ แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

องค์การอนามัยโลกให้ความหมายของผู้สูงอายุหมายถึง ผู้ที่มีอายุ ๖๐ ปีหรือมากกว่า เมื่อนับตามวัยหรือผู้ที่สังคมยอมรับว่าสูงอายุ จากการกำหนดของสังคมหรือผู้เกษียณอายุจากการทำงานเมื่อนับตามสภาพเศรษฐกิจ ในประเทศพัฒนาแล้วส่วนใหญ่จะใช้เกณฑ์ที่อายุ ๖๕ ปี สำหรับประเทศไทยคำว่า “ผู้สูงอายุ” ถูกบัญญัติขึ้นใช้ในปี พ.ศ. ๒๕๐๖ โดยมีความหมายว่า ผู้ที่มีสัญชาติไทย และมีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป แบ่งกลุ่มผู้สูงอายุ ได้ ๓ กลุ่ม คือ

ผู้สูงอายุวัยต้น (Early old age) มีช่วงอายุ ๖๐-๖๙ ปี เป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่มีความวิกฤตหลายด้าน เช่น การเกษียณอายุ การจากไปของบุคคลใกล้ชิด คู่ครอง เพื่อนสนิท รายได้ลดลง การสูญเสียตำแหน่งทางด้านสังคม โดยทั่วไปผู้สูงวัยนี้ยังคงแข็งแรง แต่อาจต้องพึ่งพิงบุคคลอื่นบ้าง หากผู้สูงอายุที่มีการศึกษาสูงจะมีการปรับตัวสมรรถภาพด้านต่างๆ ใกล้เคียงกับหนุ่มสาว การปรับตัวในช่วงนี้มักเป็นไปในรูปแบบ Engagement คือ เข้าร่วมกับ กิจกรรมต่างๆ ทางสังคมในครอบครัว และนอกครอบครัวให้มากขึ้น ดังนั้นจึงเป็นช่วงที่ยังมีพลังช่วยเหลือตนเองได้

ผู้สูงอายุวัยกลาง (Middle old age) มีช่วงอายุ ๗๐-๗๙ ปี เป็นช่วงวัยที่เริ่ม เจ็บป่วย เพื่อนและสมาชิกในครอบครัวที่มีอยู่ใกล้ ๆ กันอาจล้มหายตายจากกันมากขึ้น การเข้าร่วม กิจกรรมของสังคมลดน้อยลง การปรับตัวในระยะนี้มักเป็นไปในรูปแบบ Disengagement คือ ไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวกับกิจกรรมของครอบครัว และสังคม เป็นวัยเริ่มมีอาการเจ็บป่วยร่างกาย เริ่มอ่อนแอ มีโรคประจำตัวหรือโรคเรื้อรัง

ผู้สูงอายุวัยปลาย (Late old age) มีช่วงอายุ ๘๐ ปีขึ้นไป เป็นช่วงวัยที่ ผู้สูงอายุปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมยากขึ้น เนื่องจากสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับคนอายุวัยนี้ต้องมีความเป็นส่วนตัวมากขึ้น และไม่คุ้นเคย ผู้สูงอายุระยะนี้ต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่นมากกว่าในวัยที่ผ่านมา เริ่มย้อนนึกถึงอดีตมากขึ้น ดังนั้นผู้สูงอายุวัยนี้จะเจ็บป่วยบ่อยขึ้น อวัยวะเสื่อมสภาพอาจมีภาวะทุพพลภาพ

<sup>๔</sup> สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **คู่มือชาวพุทธ ในสังคมไทยสมัยใหม่**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๒๙), หน้า ๓๓๗-๓๓๘.

ความหมายของผู้สูงอายุดังกล่าว สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป มีการเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่เป็นภาวะวิกฤตทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม มีความเจ็บป่วยหรือมีโรค ต้องการพึ่งพิงและได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัวหรือบุคคลอื่น ๆ ในสังคม หากปรับตัวเข้ากับพัฒนาการของช่วงวัยได้ก็จะเป็นผู้สูงอายุที่มีความพึงพอใจในชีวิตสูง มีความแข็งแกร่ง มั่นคง และเป็นที่ยึดพิงของผู้อื่นได้

## ๒.๒ ความต้องการของผู้สูงอายุ<sup>๕</sup>

ความต้องการของผู้สูงอายุ แบ่งเป็น 3 ส่วนใหญ่ ดังนี้

**๒.๒.๑ ความต้องการด้านร่างกายของผู้สูงอายุ** การเปลี่ยนทางด้านร่างกายที่ถดถอยลง ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความต้องการ คือ

- ๑.๑ ต้องการมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์
- ๑.๒ ต้องการมีช่วยเหลือดูแลอย่างใกล้ชิด
- ๑.๓ ต้องการที่อยู่อาศัย อากาศดี สิ่งแวดล้อมดี
- ๑.๔ ต้องการอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะตามวัย
- ๑.๕ ต้องการมีผู้ดูแลเมื่อยามเจ็บไข้
- ๑.๖ ต้องการได้รับการตรวจสุขภาพ รักษาพยาบาลที่สะดวก รวดเร็ว
- ๑.๗ ต้องการได้รับบริการรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐ
- ๑.๘ ต้องการได้พักผ่อนนอนหลับอย่างเพียงพอ
- ๑.๙ ต้องการบำรุงรักษาร่างกาย และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- ๑.๑๐ ต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

**๒.๒.๒. ความต้องการทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ** การเปลี่ยนทางด้านร่างกายและสังคม ทำให้จิตใจของผู้สูงอายุเปลี่ยนไปด้วย ผู้สูงอายุจะปรับจิตใจและอารมณ์ไปตามการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและสิ่งแวดล้อม จะเห็นว่าผู้สูงอายุจะปรับปรุงและพัฒนาจิตใจตัวเองไปในทางที่ดีงามมากขึ้น และสามารถควบคุมจิตใจได้ดีกว่าหนุ่มสาว คนสูงอายุจะมีความสุขเยือกเย็นมากขึ้น แต่การแสดงออกขึ้นอยู่กับลักษณะของแต่ละบุคคล การศึกษา ประสบการณ์ และสิ่งแวดล้อมของคนนั้น ลักษณะการเปลี่ยนแปลงของจิตใจที่พบ ได้แก่

๒.๒.๒.๑ **การรับรู้** ผู้สูงอายุจะยึดติดกับความคิดและเหตุผลของตัวเอง การรับรู้สิ่งใหม่ ๆ จึงเป็นไปได้ยาก ความจำก็เสื่อมลง

๒.๒.๒.๒ **การแสดงออกทางอารมณ์** ผู้สูงอายุจะเกี่ยวกับการตอบสนองของจิตใจ ต่อการเปลี่ยนแปลง ทางสังคม ผู้สูงอายุจะรู้สึกต่อตนเองในแง่ต่าง ๆ เช่น เกิดความท้อแท้ น้อยใจ รู้สึกว่าสังคมไม่ให้ความสำคัญกับตนเอง มีอารมณ์ไม่มั่นคง หงุดหงิด หรือโกรธง่าย ผู้สูงอายุต้องการยอมรับและเคารพยกย่องนับถือ การแสดงออกถึงความมีคุณค่าของผู้สูงอายุโดยสมาชิกในครอบครัว

<sup>๕</sup>สมศักดิ์ ศรีสันติสุข, สังคมวิทยาภาวะผู้สูงอายุ: ความเป็นจริงและการคาดการณ์ในสังคมไทย.ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น

๒.๒.๒.๓ ความสนใจสิ่งแวดล้อม ผู้สูงอายุจะสนใจสิ่งแวดล้อมเฉพาะที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ และตรงกับความต้องการของตนเองเท่านั้น

๒.๒.๒.๔ การสร้างวิถีชีวิตของตนเอง การมีอายุมากขึ้น ทำให้เกิดการยอมรับกับสภาพดังกล่าว บางคนมุ่งสร้างความสวยงามให้แก่ตนเองมากขึ้น

๒.๒.๒.๕ ความผิดปกติในจิตใจและในวัยผู้สูงอายุ แบ่งแยกทางจิตเป็น ๒ กลุ่มใหญ่คือ

๒.๒.๒.๕.๑ กลุ่มอาการทางจิต เนื่องจากสมองเสื่อม ได้แก่ สมองเสื่อม มีอาการเพื่อ คลั่ง กลุ่มอาการหลงลืม กลุ่มอาการทางอารมณ์

๒.๒.๒.๕.๒ กลุ่มอาการผิดปกติทางด้านจิตใจ และอารมณ์

**๒.๒.๓ ความต้องการทางด้านสังคม-เศรษฐกิจของผู้สูงอายุ ได้แก่**

๒.๒.๓.๑ ต้องการได้รับความสนใจจากผู้อื่น

๒.๒.๓.๒ ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว สังคมและหมู่คณะ

๒.๒.๓.๓ ต้องการช่วยเหลือสังคม และมีบทบาทในสังคมตามความถนัด

๒.๒.๓.๔ ต้องการการสนับสนุนช่วยเหลือ จากครอบครัว และสังคม ทั้งทางด้านความเป็นอยู่ รายได้ บริการจากรัฐ ให้รัฐเป็นผู้จ่ายค่าเลี้ยงดูตลอดชีวิต หรือเรียกว่าเบี้ยยังชีพ

๒.๒.๓.๕ ต้องการมีชีวิตร่วมในชุมชน มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนและสังคม

๒.๒.๓.๖ ต้องการพึ่งพาคนอื่นให้น้อยลงไม่ต้องการความเมตตาสงสาร

๒.๒.๓.๗ ต้องการประกันรายได้ และประกันความชราภาพ ต้องการได้รับการรักษาฟรี และการรักษาที่ดีจากภาครัฐ

**๒.๓ ความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ของอริยสัจ ๔ กับผู้สูงอายุ**

อริยสัจ ๔ เป็นหลักพุทธธรรมสำคัญที่ครอบคลุมคำสอนทั้งหมดในพระพุทธศาสนาปรากฏในรูปลักษณะเป็นกระบวนการขั้นตอน โดยคำนึงถึงความสามารถที่จะเข้าใจและการใช้ประโยชน์ของมนุษย์เพื่อมุ่งสอนให้เข้าใจง่ายและปฏิบัติได้ผล

**๒.๓.๑ ความหมายของอริยสัจ ๔**

อริยสัจ ๔<sup>๖</sup> หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยเจ้า ความจริง ที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นพระอริยบุคคล ความจริงที่ทำให้จิตของบุคคลไกลจากข้าศึกคือกิเลส

สำหรับความหมายของอริยสัจแต่ละข้อ พึงทราบตามบาลี ดังนี้ “ภิกษุทั้งหลาย ขอนี้แล เป็นทุกขอริยสัจ คือ ชาติ (ความเกิด) ก็เป็นทุกข์ ชรา (ความแก่) ก็เป็นทุกข์ พยาธิ (ความเจ็บไข้) ก็เป็นทุกข์ มรณะ (ความตาย) ก็เป็นทุกข์ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ การพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น ก็เป็นทุกข์ โดยย่ออุปาทานชั้น ๕ เป็นทุกข์ “ภิกษุทั้งหลาย ขอนี้แลเป็นทุกขสมุทัยอริยสัจ คือต้นเหตุที่ทำให้มีภพใหม่ ประกอบด้วย ความเพิลิตเพลินและความติดใจ คอยเพิลิตเพลินอยู่ในอารมณ์นั้นๆ ได้แก่กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา” “ภิกษุทั้งหลายขอนี้แลเป็นทุกขนิโรธอริยสัจ คือ การที่ต้นเหตุเหล่านั้นแลดับไปได้ด้วยการสํารอกออกหมดไม่มีเหลือ การสละเสียได้

<sup>๖</sup> อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๑๔๕/๑๒๗.



สลัดออก ฟันไปได้ ไม่ห่วงเหนียวพัวพัน” “ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้แลเป็นทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ คืออริยมรรคมีองค์๘ นี้แหละ ได้แก่ สัมมาทิฐิ ฯลฯ สัมมาสมาธิ”<sup>๗</sup>

ขยายความออกไป ดังนี้<sup>๘</sup>

(๑) ทุกข์ แปลว่า ความทุกข์หรือสภาพที่ทนได้ยากได้แก่ปัญหาต่างๆ ของมนุษย์ กล่าวให้ลึกลงไปอีก หมายถึง สภาพของสิ่งทั้งหลายที่ตกอยู่ในกฎธรรมดาแห่งความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ซึ่งประกอบด้วยภาวะบีบคั้น กดดัน ชัดแย้ง ชัดข้อง มีความบกพร่องไม่สมบูรณ์ในตัวเอง ขาดแก่นสาร และความเที่ยงแท้ไม่อาจให้ความพึงพอใจเต็มอิมแท้จริง พร้อมทั้งจะก่อปัญหาสร้างความทุกข์ขึ้นมาได้เสมอ ทั้งที่เกิดเป็นปัญหาขึ้นแล้วและที่อาจเกิดเป็นปัญหาขึ้นมาเมื่อใดก็ได้ แก่ผู้ที่ยึดติดถือมั่นไว้ด้วยอุปาทาน

(๒) ทุกขสมุทัย เรียกสั้นๆ ว่าสมุทัย แปลว่า เหตุเกิดแห่งทุกข์หรือสาเหตุให้ทุกข์เกิดขึ้น ได้แก่ ความอยากที่ยึดถือเอาตัวตนเป็นที่ตั้ง โดยอาการที่เราซึ่งจะเสพส่วยที่จะได้ จะเป็น จะไม่เป็น อย่างนั้น อย่างนี้ทำให้ชีวิตถูกบีบคั้นด้วยความเร่าร้อนกระวนกระวาย ความหวงแหน เกลียดชัง หวั่นกลัว หวาดระแวง ความเบื้อหน่ายหรือความคับข้องติดขัดในรูปใดรูปหนึ่งอยู่ตลอดเวลา ไม่อาจปลดปล่อยโล่งเบาเป็นอิสระ สดชื่น เบิกบานได้อย่างบริสุทธิ์

(๓) ทุกขนิโรธ เรียกสั้นๆ ว่า นิโรธ แปลว่า ความดับทุกข์ ได้แก่ภาวะที่เข้าถึงเมื่อกำจัด อริยสัจ สාරอกตัดมหาสิ้นแล้ว ไม่ถูกตัณหาอ้อมใจหรืออุตุลากไป ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวน กระวาย ความเบื้อหน่าย หรือความคับข้องติดขัดอย่างใดๆ หลุดพ้นเป็นอิสระประสบความสุขที่บริสุทธิ์ สงบ ปลอดโปร่งโล่งเบา ผ่องใสเบิกบาน เรียกสั้นๆ ว่า นิพพาน

(๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาเรียกสั้นๆ ว่า มรรค แปลว่า ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับทุกข์ หรือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยอัฏฐังคิกมรรคหรือทางประเสริฐ มีองค์ประกอบ ๘ คือ สัมมาทิฐิ ฯลฯ ที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา เพราะเป็นทางสายกลางซึ่งดำเนินไปพอดีที่จะถึงนิโรธ โดยไม่ติดข้องหรือเอียงไปหาที่สุดสองอย่าง คือ กามสุขัลลิกานุโยค (ความหมกมุ่นในกามสุข) และอัตตกิลมณานุโยค (การประกอบความลำบากแก่ตน คือบีบคั้นทรมานตนเองให้เดือดร้อน)

### ๒.๓.๒ ความสำคัญของอริยสัจ ๔

อริยสัจ๔ เป็นหลักพุทธธรรมที่ครอบคลุมหลักพุทธธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนาเป็นหลักพุทธธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ คำสอนที่เกี่ยวกับความเป็นจริงของธรรมชาติดังที่ตรัสไว้ ในพุทธพจน์ว่า “ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย รอยเท้าของสัตว์ทั้งหลายที่เหยียบไปบนผืนแผ่นดินทั้งสิ้นทั้งปวง ย่อมประชุมลงในรอยเท้าช้าง รอยเท้าช้างนั้นกล่าวได้ว่าเป็นยอดเยี่ยมในบรรดารอยเท้าเหล่านั้นโดยความมีขนาดใหญ่ฉั้นใด กุศลธรรมทั้งสิ้นทั้งปวง ก็สงเคราะห์ลงในอริยสัจ ๔ ฉะนั้น”<sup>๙</sup> “ภิกษุทั้งหลาย เพราะไม่ตรัสรู้ ไม่เข้าใจในอริยสัจ ๔ ทั้งเราและเธอจึงได้วิ่งเล่นเร่ร้อนไป (ในชาติทั้งหลาย) สิ้นกาล

<sup>๗</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๖๖๕/๕๒๘.

<sup>๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรมฉบับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, (กรุงเทพมหานคร : สหธรรมมิก, ๒๕๕๕), หน้า ๘๙๖ - ๘๙๗.

<sup>๙</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๔๐/๓๔๙.

นานอย่างนี้”<sup>๑๐</sup> มีสิ่งหนึ่งที่ถือว่าเป็นลักษณะของคำสอนในพระพุทธศาสนา คือ การสอนความจริงที่เป็น ประโยชน์ กล่าวคือ ความจริงที่นำมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิตได้ ส่วนสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แม้เป็น ความจริงก็ไม่สอนและอริยสัจนี้ถือว่าเป็นความจริงที่เป็นประโยชน์ในที่นี้ โดยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงไม่ทรงสอนพระทัยและไม่ยอมทรงเสียเวลาในการถกเถียงปัญหาทางอภิปรัชญาต่างๆ พระพุทธเจ้าตรัสว่า สิ่งทีพระองค์ตรัสรู้มีมากมาย แต่ทรงนำมาสอนเพียงเล็กน้อยเหตุผลที่ทรงกระทำเช่นนั้น ก็เพราะ ทรงสอนแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ ใช้งานได้ ปัญหาได้ และสิ่งที่ประกอบด้วย ประโยชน์ใช้งานได้ นั่นก็คือ อริยสัจ ๔ ดังที่ตรัสในพุทธพจน์ว่า สมัยหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ ณ ป่าสีสพวัน ใกล้พระนคร โกสัมพี ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงหยิบใบประดู่ลายจำนวนเล็กน้อยถือไว้ด้วยฝ่าพระหัตถ์แล้ว ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายสำคัญว่าอย่างไร ใบประดู่ลายเล็กน้อยที่เราถือไว้ด้วยฝ่ามือ กับใบ ที่อยู่บนต้นทั้งป่าสีสพวัน ไหนจะมากกว่ากัน?”

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ใบประดู่ลายจำนวนเล็กน้อยที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงถือไว้ด้วยฝ่า พระหัตถ์ มีประมาณเล็กน้อย ส่วนที่อยู่บนต้นในป่าสีสพวันนั้นแลมากกว่าโดยแท้” “ฉนั้นเหมือนกัน ภิกษุทั้งหลาย สิ่งที่เรารู้อย่างแล้วมิได้บอกแก่เธอทั้งหลายมีมากกว่า เพราะเหตุไรเราจึงมิได้บอกเพราะ สิ่งนั้นไม่ประกอบด้วยประโยชน์มิใช่หลักเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ ไม่เป็นไปเพื่อนิพพิทาเพื่อวิราคะ เพื่อ นิโรธ เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อนิพพาน”

“ภิกษุทั้งหลาย อะไรเล่าที่เราบอก เราบอกว่านี้ทุกข์ เราบอกว่านี้ทุกข์สมุทัย เราบอกว่านี้ ทุกขนิโรธ เราบอกว่านี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา เพราะเหตุไรเราจึงบอก ก็เพราะข้อนี้ประกอบด้วย ประโยชน์ ข้อนี้เป็นหลักเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ ข้อนี้เป็นไปเพื่อนิพพิทา เพื่อวิราคะ เพื่อนิโรธ เพื่อ ความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อนิพพาน ฉะนั้นเราจึงบอก”

เพราะฉะนั้นแล ภิกษุทั้งหลาย เธอพึงกระทำความเพียร เพื่อรู้ตามเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกข์สมุทัย นี้ ทุกขนิโรธ นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา”<sup>๑๑</sup>

อริยสัจ ๔ เป็นหลักธรรมจำเป็นสำหรับบรรพชิตและคฤหัสถ์ พระพุทธเจ้าจึงทรงย้าให้ภิกษุ ทั้งหลายสอนให้ชาวบ้านรู้อริยสัจ ดังบาลีว่า “ภิกษุทั้งหลาย ชนเหล่าหนึ่งเหล่าใดที่พวกเขาพึง อนุเคราะห์ก็ดี เหล่าชนที่พอจะรับฟังคำสอนก็ดี ไม่ว่าเป็นมิตรเป็นผู้ร่วมงานเป็นญาติเป็นสายโลหิตก็ ตาม พวกเขาพึงชักชวนพึงสอนให้ดำรง อยู่ให้ประดิษฐานอยู่ในการตรัสรู้ตามเป็นจริงซึ่งอริยสัจ ๔ ประการ”<sup>๑๒</sup> ถ้าเข้าถึงพระรัตนตรัย ไม่หวังพึ่งปัจจัยภายนอก เช่น อ้อนวอนต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การบ นาน เช่น สรวงสังเวย การรอคอยการดลบันดาลของเทพเจ้าหรือนอนคอยโชคชะตา พระพุทธศาสนา สอนว่าสิ่งที่หวังพึ่งเช่นนั้นหรือการปล่อยตัวตามโชคชะตาเช่นนั้น ไม่เป็นทางแห่งความมั่นคง ปลอดภัย ไม่นำไปสู่ความพ้นทุกข์ วิธีแก้ไขทุกข์ที่ถูกต้องคือ มีความมั่นใจในคุณพระรัตนตรัย ทำใจให้สงบและ เข้มแข็ง แล้วใช้ปัญญามองดูปัญหาอย่างมีใจเป็นกลาง ให้เห็นตามสภาวะของมันและพิจารณาแก้ไข ปัญหาหน้าที่เหตุปัจจัย เมื่อมีศรัทธาในพระรัตนตรัย ก็คิดที่จะดำเนินวิธีแก้ปัญหามาตามหลักอริยสัจ ๔

<sup>๑๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๘๖/๑๐๗.

<sup>๑๑</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๗๑๒ - ๓/๕๔๘ - ๙.

<sup>๑๒</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๗๐๖/๕๔๔.

ประการ คือ กำหนดทุกข์ สืบสาวสาเหตุแห่งทุกข์ เล็งรู้ภาวะดับทุกข์ที่จะพึงบรรลุ แล้วปฏิบัติตามวิธีแก้ไขที่ตรงเหตุ ซึ่งพอดีที่จะให้บรรลุจุดหมาย เรียกว่า มรรคมืองค์ ๘ การปฏิบัติเช่นนี้ จึงจะเป็นทางพ้นทุกข์ที่แท้จริง ทั้งนี้สมดังพุทธพจน์ว่า

“มนุษย์มากหลายถูกภัยคุกคามแล้ว พากันหาสิ่งต่าง ๆ มากมายเป็นที่พึ่ง ยึดเอาภูเขาบ้าง ป่าบ้าง สวนและต้นไม้ศักดิ์สิทธิ์บ้าง เป็นสรณะ แต่สิ่งเหล่านั้น ไม่เป็นที่พึ่งอันเกษม นั้นไม่ใช่สรณะ อันอุดม คนยึดเอาสรณะอย่างนั้น จะพ้นไปจากสรรพทุกข์หาได้ไม่” ส่วนผู้ใดถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์เป็นสรณะ มองเห็นด้วยปัญญาโดยถ่องแท้ ซึ่งอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ขึ้น ความก้าวล่วงทุกข์ และอริยมรรคมืองค์ ๘ อันให้ถึงความสงบระงับทุกข์ นี้แหละ คือสรณะอันเกษม นี้คือสรณะอันอุดม คนถึงสรณะอย่างนี้แล้ว ย่อมปลอดภัยพ้นจากทุกข์ทั้งปวง”<sup>๑๓</sup>

### ๒.๓.๓ ประโยชน์ของอริยสัจ ๔

- (๑) ไม่ให้ประมาทในชีวิต รู้วิธีแก้ความทุกข์ตามขั้นตอนจนดับทุกข์ได้
- (๒) รู้วิธีแก้ปัญหาด้วยปัญญาและเหตุผลด้วยตัวเอง
- (๓) ยึดถือพระรัตนตรัยเป็นสรณะ ไม่ให้เชื่อในปัจจัยภายนอก
- (๔) เห็นและเข้าใจในสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง

สรุป พระพุทธเจ้าทรงสอนเรื่องทุกข์ มิใช่เพื่อให้เป็นทุกข์ แต่เป็นจุดเริ่มต้นที่จะดับทุกข์ เป็นปัญหา เป็นสิ่งที่แก้ไขได้ ให้รู้ว่าทุกข์หรือปัญหานั้นคืออะไร ผู้ที่จะดับทุกข์เมื่อเรียนรู้ทุกข์ ก็ต้องเรียนรู้กับชีวิตอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์ การดับทุกข์นั้นทำได้ด้วยการกำจัดสาเหตุของทุกข์ เมื่อกำจัดอวิชชา ตัณหาอันเป็นสาเหตุของความทุกข์ได้แล้วก็สามารถดับทุกข์ได้

### ๒.๓.๔ อริยสัจ ๔ กับผู้สูงอายุ

หลักพุทธธรรมข้อนี้มีความสำคัญต่อคนทุกคนตั้งแต่เกิดจนถึงวัยชรา ผู้สูงอายุจึงต้องศึกษาและประพฤติปฏิบัติในวิถีชีวิตของตนเอง ทุกข์ในไตรลักษณ์เป็นเรื่องธรรมดาของธรรมชาติ บางทีก็ไปเกิดเป็นทุกข์ในอริยสัจ เมื่อคนไม่รู้ไม่เข้าใจปฏิบัติกับทุกข์ก็ไม่ถูก ทุกข์ในธรรมชาติก็จะทำให้เกิดปัญหาขึ้น เมื่อคนมีปัญญาไม่ถึง มักไม่ได้ตั้งใจตัวเอง ทำให้เกิดเป็นความกดดัน อึดอัดขัดแย้ง บีบคั้นในชีวิตจิตใจ จึงเกิดทุกข์ในอริยสัจขึ้น ผู้สูงอายุจึงจะต้องรู้ว่าทุกข์ส่วนใหญ่เป็นทุกข์ในอริยสัจ เป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับคนเป็นปัญหาที่จะต้องแก้ไข เป็นสิ่งที่ควรคำนึง เพื่อปลดเปลื้องด้วยการปฏิบัติ ศึกษาเรียนรู้ความทุกข์ในอริยสัจให้เข้าใจว่า ชาติคือความเกิดเป็นทุกข์ ชราคือความแก่เป็นทุกข์ เป็นต้น อวัยวะทั้งหลายอ่อนแอ ทำหน้าที่ บกพร่อง ผิดเพี้ยน กำลังวังชาเสื่อมถอย หมดความคล่องแคล่วว่องไว ผิวพรรณไม่งดงามผ่องใส หนังเหี่ยวย่น ความจำเลอะเลือนผลอไหล เกิดความทุกข์ทางกายและทุกข์ทางใจได้มากขึ้น ยามจะสิ้นชีวิตเคยทำกรรมใดไว้ก็มองเห็นเป็นนิमितของสิ่งนั้น ทั้งกรรมดีและกรรมชั่ว แล้วแต่น้ำหนักในการกระทำสิ่งนั้นๆ สิ่งไหนมีน้ำหนักมากก็จะเป็นนิमितให้เห็น ส่วนต่างๆ ในร่างกายก็หยุดทำหน้าที่ ทุกข์ทางกายอาจมีมากทำอะไรจะแก้ไขอะไรก็ทำไม่ได้ คนที่รักก็จากไป ความเศร้าโศกเมื่อสูญเสียญาติหรือเพื่อนสนิทอันเป็นที่รัก บ่นเพ้อไปต่าง ๆ นานา ทุกข์ทางกายคือกายเจ็บปวด ถูกบีบ

<sup>๑๓</sup> ขุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๒๔/๔๐.

คั้น เกิดเป็นโรคต่างๆ ความทุกข์ใจคือเจ็บปวดรวดร้าวใจ ร้องไห้ ตีอกชกหัว โทษตนเองว่าเป็นคนผิด กินยาพิษฆ่าตัวตาย เกิดความคับแค้นหรือสิ้นหวัง เราร้อนถอดถอนใจ เมื่อความโศกเศร้าเพิ่มทวี การประสบกับสิ่งซึ่งไม่เป็นที่รัก ต้องเกี่ยวข้องกับคนที่ไม่ชอบหรือชิงชัง การพลัดพรากจากคนอันเป็นที่รัก ประารถนาสิ่งใดไม่สมหวัง สิ่งเหล่านี้เป็นความทุกข์ทั้งนั้น เหตุเกิดทุกข์หรือสาเหตุให้เกิดทุกข์ เช่น อยากรับเป็นโน่นเป็นนี่ ไม่อยากเป็นนั่นเป็นนี่ ทำให้ชีวิตถูกบีบคั้นด้วยความเร่าร้อน กระทบกระชวย หวงแหนเกลียดชังหวาดกลัว เกิดความเบื่อหน่ายในรูปใดรูปหนึ่งอยู่ตลอดเวลา ไม่อาจปลอดโปร่งสดชื่นเบิกบานได้ ไม่รู้จักความสุข เมื่อเกิดเหตุแห่งทุกข์ จะต้องหาทางดับความดับทุกข์ เป็นภาวะที่เข้าถึงเพื่อกำจัดอวิชชา ไม่ถูกตัณหาย้อมใจ ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกระวนกระวาย ความเบื่อหน่ายหลุดพ้นเป็นอิสระ ประสบความสุขที่บริสุทธิ์ สงบ ปลอดโปร่ง โล่งเบา ผ่องใส เบิกบาน เมื่อรู้ว่าความดับทุกข์เป็นอย่างไร จะต้องหาทางที่นำไปสู่ความดับทุกข์ เรียกว่า มรรค ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์คือทางประเสริฐ (มรรคมืองค์๘) เป็นทางสายกลางที่จะดำเนินไป ให้เข้าถึงนิโรธ โดยไม่ติดข้องหรือเอียงไปหาที่สุดสองอย่างคือ ความหมกมุ่นในกามสุขและการประกอบความลำบากแก่ตน คือ บีบคั้นทรมานตนเองให้เดือดร้อน หลักพุทธธรรมอริยสัจ๔ เป็นหลักธรรมที่ผู้สูงอายุจะต้องศึกษายึดถือประพฤติปฏิบัติเพื่อจะได้มองเห็นความทุกข์ที่เกิดขึ้น และหาทางแก้ไขทุกข์ที่เกิดขึ้นอันเนื่องมาจากทุกข์ในอริยสัจ โดยแก้ไขตามขั้นตอนตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้ เพื่อความสุขของผู้สูงอายุเองและลูกหลานในครอบครัว เป็นการป้องกันตนเอง เตรียมตนเองเพื่อรับเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นได้อย่างไม่สะทกสะท้านแต่อย่างใด รู้ทันในทุกข์ที่เกิดขึ้นด้วยปัญญาและแก้ไขทุกข์นั้นด้วยเหตุผล ไม่มีใครสามารถแก้ไขได้นอกจากตัวของเราเอง

สรุป ทุกขอริยสัจ จึงเป็นเรื่องที่ผู้สูงอายุต้องทำความเข้าใจ เพื่อปลดเปลื้องด้วยการปฏิบัติจริงตามสภาวะธรรม เมื่อผู้สูงอายุต้องเผชิญความทุกข์หรือปัญหาทางโลกธรรม จะต้องสืบหาสาเหตุเพื่อแก้ปัญหาให้ตรงจุด กำหนดเป้าหมายให้ชัด แก้ปัญหาตามวิธีการตามหลักอริยสัจ๔ เข้าใจในปัญหาไปจนถึงแก้ปัญหาจนบรรลุผลสำเร็จ จะต้องใช้หลักของอริยสัจ๔ ช่วยแก้ปัญหา หลักพุทธธรรมข้อนี้จึงมีความสำคัญในชีวิตของผู้สูงอายุจวบจนวาระสุดท้าย

## ๒.๔ การพัฒนาความองกามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ

อริยสัจ ๔ เป็นหลักธรรมสำคัญ ถือเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ครอบคลุมหลักธรรมคำสอนทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เป็นธรรมะที่พระพุทธเจ้ายกย่องว่าเป็นยอดของธรรมะทั้งหมด เป็นเสมือนรอยเท้าช้าง คือ ธรรมทั้งหลายรวมลงได้ในอริยสัจ ๔

**ทุกข์** แปลว่า สภาพที่ทนได้ยาก ได้แก่ ปัญหาต่างๆของมนุษย์ สภาพของสิ่งทั้งหลายที่ตกอยู่ภายใต้ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่อาจให้ความพึงพอใจเต็มอิมแท้จริง พร้อมทั้งจะก่อเกิดปัญหาขึ้นมาได้เสมอแก่ผู้ที่ยึดติดถือมั่นในสิ่งใดๆไว้ด้วยกิเลส บัณฑิตพึงรับรู้ความจริงเกี่ยวกับทุกข์ตามที่มีมันเป็นอยู่ และมองดูรู้จักชีวิต รู้จักโลกตามที่มันเป็น

ทุกข์ในอริยสัจ ๔ นั้น มองแคบกว่าทุกข์ในไตรลักษณ์ คือ เฟงที่ความทุกข์ในจิตใจของมนุษย์ ซึ่งมีต้นตอมาจากกิเลสเป็นเหตุแห่งทุกข์เท่านั้น ส่วนทุกข์ในไตรลักษณ์ มีความหมายกว้าง แปลว่า ความคงสภาพอยู่ไม่ได้ แสดงถึงสามัญลักษณ์ะทั่วไปของโลก

กล่าวโดยย่อ ทุกข์ (ในไตรลักษณ์) คือ ความคงสภาพอยู่ไม่ได้

กล่าวโดยย่อ ทุกข์ (ในอริยสัจ ๔) คือ ปัญหาต่างๆของมนุษย์อันเกิดจากความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใด ๆ ไว้ด้วยกิเลส

**วิธีการนำทุกข์มาใช้เพื่อนำไปดับทุกข์ของอริยสัจของผู้สูงอายุ** อันเกิดจากความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใด ๆ ไว้ด้วยกิเลส คือการกำหนดรู้ทุกข์หรือมองเห็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองให้ชัดเจนก่อน ว่าเป็นทุกข์เรื่องอะไร มีระดับความรุนแรงขนาดไหน ผู้สูงอายุต้องมีสติยอมรับทุกข์ได้อย่างตรงไปตรงมา เผชิญหน้ากับทุกข์ได้อย่างปกติสุข ซึ่งทางพุทธศาสนาเรียกแนวทางการปฏิบัติต่อทุกข์อย่างมีสตินี้ว่า “ปริยญา”

**สมุทัย** แปลว่า เหตุแห่งทุกข์หรือสาเหตุให้ทุกข์เกิดขึ้น ซึ่งตัวการสำคัญที่ทำให้เกิดทุกข์ คือสิ่งที่เรียกว่าตัณหา ๓ อันประกอบไปด้วย กามตัณหา คือความทะยานอยากในกาม ภวตัณหา คือความทะยานอยากที่จะเป็น จะได้ จะมีในสิ่งนั้นสิ่งนี้ และวิภวตัณหา คือ ความไม่ยอมไม่ได้ ไม่อยากมี ไม่อยากเป็นในสิ่งนั้นสิ่งนี้ โดยความอยากด้วยกิเลส ที่จะยึดถือเอาตัวตนเป็นที่ตั้ง โดยอาการที่มีเรา ซึ่งจะเสพ จะได้ จะเป็น จะไม่เป็น อย่างนั้นอย่างนี้ ทำให้ชีวิตถูกบีบคั้นด้วยความเร่าร้อน กระทบกระชวย หวงแหน เกลียดชัง หวั่นกลัว เบื่อหน่าย ในรูปใดรูปหนึ่ง อยู่ตลอดเวลา ไม่อาจปลอดโปร่งโล่งเบา เป็นอิสระ สดชื่นเบิกบาน ได้อย่างบริสุทธิ์สิ้นเชิง

กล่าวลงไปในเรื่องละเอียด อวิชชาและตัณหา ที่ทำให้วางใจ วางตัว ปฏิบัติตน แสดงออกสัมพันธ์ต่อชีวิตและโลกอย่างไม่ถูกต้อง อย่างไม่เป็นไปด้วยความรู้ตามเป็นจริง แต่เป็นไปด้วยความยินดียินร้าย ชอบชัง เป็นต้น ตลอดจนกิเลสทั้งหลายที่สืบเนื่องมา เช่น ความกลัว ความถือตัว ความริษยา ความหวาดระแวง ฯลฯ นั้นแหละ คือที่ไหลเนื่องมาแห่งปัญหาความทุกข์ของมนุษย์ ตัณหาเป็นตัวบังการ และมีอวิชชาคอยหนุน กล่าวโดยย่อ สมุทัย คือ กิเลสทั้งหลาย

**วิธีการนำสมุทัยมาใช้เพื่อนำไปดับทุกข์ของอริยสัจของผู้สูงอายุ** หลังจากผู้สูงอายุรู้จักทุกข์หรือปัญหา ขั้นตอนต่อมาคือ ต้องรู้ให้เห็นสาเหตุของทุกข์นั้นๆ ว่าเกิดจากกิเลสตัวใดที่ก่อให้เกิดทุกข์ เพื่อผู้สูงอายุจะสามารถหาวิธีควบคุมและจัดการทุกข์ได้อย่างตรงจุดด้วยตนเองต่อไป

**นิโรธ** แปลว่า ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่เข้าถึง เพื่อกำจัดอวิชชา สำรอกตัณหาซึ่งเป็นเหตุแห่งการสิ้นทุกข์ ไม่ถูกตัณหาย้อมใจหรือฉุดลากไป ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระทบกระชวย ความเบื่อก่อนหรือความคับข้องติดขัดอย่างไร หลุดพ้นเป็นอิสระ ประสบความสุขที่บริสุทธิ์ สงบ ปลอดโปร่งโล่งเบา ผ่องใส เบิกบาน หรือเรียกว่านิพพาน (ศัพท์คำว่า “นิโรธ” แปลว่า ดับ, ปลอด, ไม่เกิดขึ้น)

ถ้ารู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต แล้วเปลี่ยนวิธีสัมพันธ์เสียใหม่ โดยไม่สัมพันธ์ด้วยอวิชชา ตัณหา อุปาทาน (กิเลสต่างๆ) เป็นสัมพันธ์กับสิ่งทั้งหลายด้วยปัญญา เมื่อพัฒนาปัญญาจนถึงที่สุด สมุทัยก็หายไป กลายเป็นนิโรธ ความคับข้องติดขัดใดๆภายในจิตใจ กลายเป็นความหลุดพ้นเป็นอิสระ ปลอดโปร่งโล่งเบา ที่เกิดขึ้นและรับรู้ได้ในแต่ละระดับของบุคคล ตั้งแต่ ระดับปุถุชน และอริยบุคคล กล่าวโดยย่อ นิโรธ คือ นิพพาน

**วิธีการนำนิโรธมาใช้เพื่อนำไปดับทุกข์ของอริยสัจของผู้สูงอายุ** หลังจากผู้สูงอายุทราบสาเหตุแห่งทุกข์ หรือปัญหา รู้กิเลส ตัณหา และอุปทาน ที่ก่อให้เกิดทุกข์นั้นๆ ขั้นตอนต่อมาคือ การระงับทุกข์ คือ การดับความอยาก การตัดความวิตกกังวล `ที่เกิดขึ้นทั้งทางกายและทางใจ

**มรรค** แปลว่า ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับทุกข์ หรือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ มีองค์ ๘ ที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา เพราะเป็นทางสายกลาง ที่พอเหมาะพอดี ที่จะให้ถึงความดับทุกข์คือนิโรธ โดยไม่ติดข้องหรือเอียงไปหาที่สุดสองอย่าง คือ ความหมกมุ่นในกามสุข และการบีบคั้นทรมานตนเองให้เดือดร้อน เป็นกระบวนการวิวัฒนามนุษย์ไปสู่การมีปัญญา จนกระทั่งไม่ต้องอาศัย อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ในการดำเนินชีวิต ก้าวข้ามการดำเนินชีวิตโดยอาศัยแรงจูงใจจากกิเลส อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ ไปสู่การอยู่ด้วยปัญญา ดำเนินชีวิตด้วยแรงจูงใจจากความปรารถนาในสิ่งดีงาม กล่าวโดยย่อ มรรค คือ ทางดับทุกข์ มีองค์ ๘ ประการ

**วิธีการนำมรรคมาใช้เพื่อนำไปดับทุกข์ของอริยสัจของผู้สูงอายุ** ขั้นตอนการลงมือดับทุกข์คือการ มีสติ มีการคิด ไตร่ตรอง วิเคราะห์ พิจารณาสິงต่างๆตามที่มีนเป็นด้วยใจที่เป็นกลางและความมคิดเชิงบวก สร้างสรรค์ ตรงตามหลักอริยมรรคมีองค์ ๘

ทุกข์นั้นมียอยู่ในธรรมชาติตามธรรมดาของมัน สิ่งทั้งหลายในโลกเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นธรรมดาตามธรรมชาติของมัน แต่มนุษย์ไม่รู้ ไม่เข้าใจความจริง เข้าไปยึดมั่นถือมั่นด้วยกิเลส จึงตกเป็นทาส ถูกกฎธรรมชาติครอบงำ เช่นนี้แล้วเมื่อสิ่งที่ยึดมั่นถือมั่นไว้แปรปรวนไป จึงก่อเกิดเป็นทุกข์เวทนาขึ้นในจิตใจ พอรู้ความจริงเข้า จึงค่อยๆคลาย ค่อยๆพ้นออกมา ทุกข์ ก็น้อยลง สุขมากขึ้น จนกระทั่งในที่สุดความทุกข์ในจิตใจหมดไปไม่เหลือ โปร่งโล่ง เป็นอิสระ อยู่เหนือมัน ท่านผู้ปฏิบัติสำเร็จ ล่วงตามธรรม เข้าถึงธรรมแท้จริงแล้ว จึงเป็นอยู่ด้วยจิตใจที่ผาสุกทุกเมื่อ

ส่วนทุกข์ทางกาย ก็เป็นเรื่องของธรรมชาติไป ไม่มีใครจะแก้ไขทุกข์ในธรรมชาติได้ สิ่งทั้งหลายทั้งปวงกล่าวคือสังขารเป็นสภาพทุกข์ตามธรรมชาติ มนุษย์เราต่างหากที่ไปเอาทุกข์มาเก็บไว้ในใจจึงเกิดเป็นทุกข์เวทนาขึ้นภายในจิตใจของตนเอง แต่เมื่อรู้เท่าทันทุกข์แล้ว ปฏิบัติถูกต้อง เข้าถึงความจริง เข้าถึงธรรมแล้ว ทุกข์ที่มีในธรรมชาติ ก็เป็นทุกข์ตามธรรมชาติไป ไม่เข้ามาครอบงำจิตของเราได้ มนุษย์เราก็ไม่ทุกข์ไปด้วย เป็นอิสระเสรี หลุดพ้นจากทุกข์ได้

### **กิจในอริยสัจ**

สิ่งสำคัญยิ่งเกี่ยวกับอริยสัจ ๔ คือ การรู้และทำหน้าที่ต่ออริยสัจแต่ละข้อให้ถูกต้อง

**ทุกข์ : ควรกำหนดรู้** ศึกษาให้รู้จัก ให้เข้าใจสถานะที่เป็นทุกข์ ตามที่มีนเป็นของมัน จัดเป็นขั้นเริ่มต้น สสำรวจปัญหา รวมถึงเรียนรู้เข้าใจชีวิตซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งปัญหาด้วย

**สมุทัย : ควรละ** คือ การกำจัดเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป การแก้ไขกำจัดต้นตอของปัญหา จัดเป็นขั้นสืบค้นวิเคราะห์ วินิจฉัยมูลเหตุของปัญหา

**นิโรธ : ควรทำให้แจ้ง** หมายถึง การประจักษ์แจ้ง หรือ บรรลุถึงภาวะดับทุกข์ การเข้าถึงภาวะที่แก้ปัญหาคได้เสร็จสิ้น บรรลุจุดหมายที่ต้องการ จัดเป็นขั้นเล็งรู้ภาวะหมดปัญหาที่เอาเป็นจุดหมายว่าเป็นไปได้อย่างไรและเมื่อไปถึงแล้วผลสำเร็จคืออะไร

**มรรค : ควรเจริญ** คือ ทำให้เกิดขึ้นและเจริญเพิ่มพูนขึ้น การกระทำตามมรรควิธีที่จะนำไปสู่จุดหมาย จัดเป็นขั้นรับทราบวิธีการขั้นตอน และลงมือปฏิบัติ มรรคมีความหมายครอบคลุมธรรมภาคปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา เพื่อให้เป็นแนวทางในการวางแผนเอาชนะความทุกข์ สามารถเลือกปฏิบัติสิ่งที่ถูกตองเหมาะสมเฉพาะตนเพื่อยุติปัญหาทุกรูปแบบของตน องค์ประกอบทั้ง ๘ ของมรรค สามารถนำไปแยกแยะกระจายเนื้อหาออกและจัดรูปร่างระบบใหม่ โดยมีจุดเน้นต่างแห่งกันได้ตามความเหมาะสม เช่น ระบบสำคัญที่เป็นมาตรฐาน ได้แก่ ไตรสิกขา, สำหรับประชาชนทั่วไปใช้ กุศลกรรมบถ ๑๐ บุญกิริยาวัตถุ ถ้าจะเน้นหลักวิปัสสนาปัญญามุ่งตรงสู่จุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา ต้องใช้ วิสุทธิ ๗ เป็นต้น

เปรียบเทียบอริยสัจ ๔ โดยอุปมา : ทุกข์ เหมือน โรค, สมุทัย เหมือน สาเหตุของโรค, นิโรธ เหมือน ความหายโรค, มรรค เหมือน ยารักษาโรค

“ภิกษุทั้งหลาย การรู้การเห็นของเราตามเป็นจริง (ญาณทัศนะ) ครบ ๓ ปรีวัฏ ๑๒ อาการ ในอริยสัจ ๔ เหล่านี้ ยังไม่บริสุทธิ์แจ่มชัด トラบโด トラบนั้น เราก็กังปัญญาไม่ได้ว่าเราบรรลุอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ” (ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร, ๔/๑๓-๑๖)

#### ปรีวัฏ ๑๒ อาการ ในอริยสัจ ๔

อริยสัจ ๔	ญาณ ๓		
	สังญาณ	กิจญาณ	กตญาณ
ทุกข์	รู้ว่าทุกข์ คือดังนี้ รู้ว่าปัญหาคืออะไร ตัวปัญหาอยู่ที่ไหน	รู้ว่าทุกข์นี้ ควรกำหนดรู้ รู้ว่าปัญหานี้ต้องเข้าใจสภาพ และขอบเขตเป็นต้น	รู้ว่าทุกข์นี้ กำหนดรู้แล้ว รู้ว่าได้เข้าใจสภาพและ ขอบเขตของปัญหาแล้ว
สมุทัย	รู้ว่าสมุทัยคือดังนี้ (รู้ว่าต้นเหตุเป็นเหตุแห่งทุกข์) รู้ว่าสาเหตุของปัญหาคืออะไร	รู้ว่าสมุทัยนี้ ควรละเสีย (รู้ว่าต้นเหตุต้องละเสีย) รู้ว่าจะต้องแก้ไขที่สาเหตุนั้น	รู้ว่าสมุทัยนี้ได้ละแล้ว (รู้ว่าละต้นเหตุได้แล้ว) รู้ว่าสาเหตุนั้นได้แก้ไขกำจัด แล้ว
นิโรธ	รู้ว่านิโรธ คือ ดังนี้ รู้ว่าภาวะหมดปัญหาที่ ต้องการคืออะไร ตนต้องการ หรือควรต้องการอะไร	รู้ว่านิโรธ ควรทำให้แจ้ง (รู้ว่านิพพานควรบรรลุ) รู้ว่าภาวะนั้นเป็นจุดหมายที่ ต้องไปให้ถึง	รู้ว่านิโรธนี้ได้ประจักษ์แจ้ง แล้ว (รู้ว่าได้บรรลุนิพพานแล้ว) รู้ว่าได้บรรลุจุดหมายนั้นแล้ว
มรรค	รู้ว่ามรรคคือดังนี้ (รู้ว่ามรรคองค์ ๘ เป็นทางดับ ทุกข์) รู้ว่าวิธีการแก้ไขปัญหาเป็น อย่างไร	รู้ว่ามรรค ควรเจริญ (รู้ว่ามรรคมองค์ ๘ ควร ปฏิบัติ) รู้ว่าวิธีการนั้นจะต้องลงมือ ปฏิบัติหรือจัดการ	รู้ว่ามรรคนี้ได้เจริญแล้ว (รู้ว่าได้ปฏิบัติมรรคแล้ว) รู้ว่าได้ปฏิบัติตามวิธีการนั้น เสร็จสิ้นเรียบร้อยแล้ว

ที่มาของภาพ : หนังสือพุทธธรรม ฉบับปรับขยาย

## ๒.๕ ชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

### ๒.๕.๑ ข้อมูลเชิงพื้นที่ของชุมชนวัดชัยฉิมพลี

เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ตั้งอยู่ทางฝั่งตะวันตกของแม่น้ำเจ้าพระยา เป็นเขตพื้นที่รับผิดชอบ ๑ ใน ๕๐ ของกรุงเทพมหานคร ปัจจุบันรับผิดชอบพื้นที่ ๑๗.๑๘ ตารางกิโลเมตร มีอาณาเขตติดต่อกับแนวท้องที่สำนักงานเขตข้างเคียง ดังนี้

ทิศตะวันออก จรดเขตบางกอกใหญ่ และเขตธนบุรี ทิศตะวันตก จรดเขตบางแค

สำนักงานเขตภาษีเจริญ ตั้งอยู่เลขที่ ๔๖ ซอยเพชรเกษม ๕๔ ถนนเพชรเกษม แขวงบางหว้า เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

**พื้นที่การปกครอง** แบ่งพื้นที่การปกครองออกเป็น ๗ แขวง ๕๕ หมู่บ้าน คือ

- แขวงบางหว้า พื้นที่ ๕.๑๑ ตร.กม. มี ๑๕ หมู่บ้าน จำนวนประชากร ๓๗,๙๐๕ คน
  - แขวงบางด้วน พื้นที่ ๒.๕๑ ตร.กม. มี ๑๕ หมู่บ้าน จำนวนประชากร ๒๘,๙๐๘ คน
  - แขวงบางแวก พื้นที่ ๓.๐๒ ตร.กม. มี ๑๑ หมู่บ้าน จำนวนประชากร ๑๘,๘๑๘ คน
  - แขวงบางจาก พื้นที่ ๑.๓๙ ตร.กม. มี ๗ หมู่บ้าน จำนวนประชากร ๘,๒๑๙ คน
  - แขวงคลองขวาง พื้นที่ ๒.๙๙ ตร.กม. มี ๗ หมู่บ้าน จำนวนประชากร ๑๑,๐๙๓ คน
  - แขวงปากคลองภาษีเจริญ พื้นที่ ๑.๘๙ ตร.กม. ไม่มีระบบหมู่บ้าน จำนวนประชากร ๑๔,๗๗๘ คน
  - แขวงคูหาสวรรค์ พื้นที่ ๐.๙๑ ตร.กม. ไม่มีระบบหมู่บ้าน จำนวนประชากร ๖,๒๖๐ คน
- รวมทั้งหมดเขตภาษีเจริญ พื้นที่ ๑๗.๘๓ ตร.กม. มี ๕๕ หมู่บ้าน จำนวนประชากร ๑๒๕,๙๘๑

สำหรับชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร เป็นชุมชนที่สำนักงานเขตภาษีเจริญได้กำหนดไว้ ซึ่งประกอบด้วย ๓ หมู่บ้าน ได้แก่ ชุมชนหมู่ ๔ ชาวบางแวก ชุมชนหมู่ ๕ บางแวก และ ชุมชนหมู่ ๖ บางแวก ซึ่งมีลักษณะชุมชน ดังนี้

หมู่ ๔ แขวงบางแวก มีพื้นที่ดังนี้

ทางทิศเหนือติดคลองบางแวก ทิศตะวันออกติดกับหมู่บ้านลัดดาวัลย์ ทิศตะวันตกติดคลองชุมชนหมู่ ๕ ทิศใต้ติดหมู่บ้านนันทวัน คลองตันสะตือ

ครัวเรือนมี ๙๙ ครัวเรือน มีประชากร ๔๖๕ คน มีผู้สูงอายุ ๗๐ คน

เนื้อที่ประมาณ ๓๐๐ ไร่ อาชีพในชุมชนส่วนมากทำไบโอดีเซล (กระทงไบโอดีเซล) เป็นอาชีพที่ทำรายได้ให้แก่คนที่อยู่ภายในชุมชน เป็นอาชีพที่ยั่งยืน มีพื้นที่ปลูกไบโอดีเซลในชุมชน สำหรับใช้ในการทำกระทงไบโอดีเซลเป็นอาชีพ ส่วนใหญ่เป็นที่ของตนเอง ใช้รถมอเตอร์ไซด์และเรือพายเป็นพาหนะในการสัญจรไปมาในระหว่างชุมชน เพราะเป็นชุมชนที่อยู่ห่างจากถนน มีแผ่นปูนกว้างประมาณ ๑ เมตรเป็นทางเดินในระหว่างชุมชน เมื่อมีผู้ป่วยจำเป็นต้องใช้รถยนต์ จะต้องขออนุญาตใช้ถนนของหมู่บ้านฯ เข้า-ออก เฉพาะฉุกเฉินเท่านั้น

คณะกรรมการประธานชุมชน : จำนวน ๗ คน

อาสาสมัครสาธารณสุข : จำนวน ๕ คน



### ชุมชนหมู่ ๕ บางแกว

ตั้งอยู่ซอยเพชรเกษม ๔๘ แยก ๒๔ มีเนื้อที่ประมาณ ๒๐๐ ไร่ เป็นรูปสี่เหลี่ยม ติดคลอง ๓ ด้าน คือ ทางทิศเหนือ ติดคลองบางแกววัดชัยฉิมพลี ทิศตะวันออกจรดคลองศาลเจ้าบางแกว ติดกับหมู่ที่ ๔ ทิศตะวันตกจรดคลองศาลเจ้าเจีย ติดกับหมู่ที่ ๗ และทางทิศใต้สุดซอยอนามัย แยก ๕๑

อาชีพของชุมชนมีหลากหลาย เช่นค้าขาย ทำเครื่องเงิน ทำรองเท้า เย็บผ้า ร้านซ่อมจักรยาน มีโรงงานแปรรูป โรงล้างปับ โรงเหล็ก ร้านขายของชำ มีบ้านเช่า มีอาร์พาร์ทเมนต์ เป็นต้น

ชุมชนมีทั้งหมด ๑๑๗ หลังคาเรือน มีประชากร ๔๐๗ คน มีประชากรแฝง ๕๐๐ คน รวมประมาณ ๙๐๗ คน มีผู้สูงอายุ ๗๕ คน

คณะกรรมการประสานชุมชน : จำนวน ๗ คน

อาสาสมัครสาธารณสุข : จำนวน ๕ คน

### ชุมชนหมู่ ๖ บางแกว

ตั้งอยู่บริเวณถนนบางแกวซอย ๖๗- ๗๑ มีเนื้อที่ประมาณ ๒๐๐ ไร่ คือ ทางทิศเหนือ ติดถนนบางแกว หรือ ซอยจรัญสนิทวงศ์ ๑๓ ทิศตะวันออกติดกับโรงงานเป่ามัน ทางทิศตะวันตกจรดคลองลัดวัดชัยฉิมพลี และทิศใต้จรดคลองบางแกว

อาชีพที่สำคัญของชุมชนมี การค้าขาย ทำดอกไม้ประดิษฐ์ เย็บตัดเสื้อผ้า ทำขนมหลายชนิด รับจ้างทั่วไป เป็นต้น

จำนวนของครัวเรือนมี ๑๑๔ ครัวเรือน มีบ้าน ๑๐๕ หลัง มีประชากรประมาณ ๑,๐๐๐ คน มีผู้สูงอายุ ๑๕๗ คน

คณะกรรมการประสานชุมชน : จำนวน ๗ คน

อาสาสมัครสาธารณสุข : จำนวน ๕ คน

สรุปได้ว่า ประชากรกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุของผู้สูงวัยของชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแกว เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร จำนวน ๓๐๒ คน

## ๒.๕.๒ ปัญหา(ความทุกข์)และความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

### ๒.๕.๒.๑ ปัญหา(ความทุกข์)ของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี

#### ๒.๕.๒.๑.๑ ปัญหาทางด้านสุขภาพกาย

ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีส่วนมากมีความเสื่อมถอยของร่างกาย การเคลื่อนไหวขาดความคล่องแคล่ว เนื่องจากปัญหาเรื่องกระดูกและกล้ามเนื้อไม่แข็งแรงเหมือนปกติ การกลืนกินอาหารลำบาก ขับถ่ายยาก ท้องผูกง่าย บางรายขับถ่ายเลอะเทอะ เนื่องจากควบคุมการขับถ่ายได้ไม่ปกติ บางรายป่วยเป็นโรคกระดูกเปราะ โรคขาดสารอาหาร โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต โรคไต และโรคหัวใจ หูตึง ตาพร่ามัว บางรายมีอาการหลงๆลืมๆ บางรายมีความสับสนเรื่องวันเวลา ต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ สภาวะทุกข์ดังกล่าว แสดงให้เห็นอนิจจังสังขารที่ไม่เที่ยง มีเกิด แก่ เจ็บ และตาไปเป็นธรรมดา ทุกขอรียสัจนั้นท่านจึงสอนให้กำหนดรู้สภาวะนั้นๆ ว่าเป็นธรรมดาของชีวิตทุกชีวิต

### ๒.๕.๒.๑.๒ ปัญหาทางด้านสุขภาพจิตใจ

พบว่าผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีต้องเผชิญกับการเปลี่ยนไปของสถาบันครอบครัวจากครอบครัวขยายที่เคยมีปู่ย่าตายายมาเป็นครอบครัวเดี่ยวมีเฉพาะพ่อแม่และลูก ส่งผลให้ผู้สูงอายุในสังคมปัจจุบันถูกทอดทิ้งให้อยู่บ้านตามลำพัง บางรายอยู่เพียงคนเดียว อาศัยเงินเบี้ยผู้สูงอายุยังชีพ บางคนมีอาการเศร้า เบื่อหน่าย ท้อแท้ เหงา น้อยใจง่าย หงุดหงิดง่าย เกิดอาการย้ำคิดย้ำทำ บางคนเกิดอาการซึมเศร้า แยกตัว และสิ้นหวังในชีวิต บางรายเก็บตัวไม่พูดคุยกับคนในชุมชน และที่พบบ่อยคือความทุกข์ใจของผู้สูงอายุในเรื่องอดีตด้วยความเสียดาย และวิตกกังวลในอนาคต เป็นห่วงลูกหลาน หรือ ห่วงทรัพย์สินสมบัติ และกลัวลูกหลานทอดทิ้ง

### ๒.๕.๒.๑.๓ ปัญหาครอบครัว

พบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะรู้สึกว่าคุณไม่มีประโยชน์ เป็นภาระของลูกหลาน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่เคยเป็นผู้นำครอบครัวจะมีความรู้สึกว่าคุณหมดคุณค่า ยิ่งหากลูกหลานไม่เชื่อฟังก็จะเกิดอาการเครียดและเกิดภาวะซึมเศร้าอย่างรุนแรง

### ๒.๕.๒.๑.๔ ปัญหาทางด้านอาชีพ

พบว่า ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ ทำให้ไม่มีการจ้างให้ทำงาน แม้ผู้สูงอายุบางรายจะทำงานได้ ทำให้ไม่มีอาชีพ ส่งผลให้ไม่มีรายได้ ผู้สูงอายุจึงรู้สึกเป็นภาระของครอบครัวมากขึ้น เกิดความรู้สึกขาดความภูมิใจในตนเอง โดยเฉพาะผู้สูงอายุบางรายยังมีภาระหนี้สินติดตัวทำให้มีความทุกข์ทั้งกายและใจมากขึ้น

### ๒.๕.๒.๑.๕ ปัญหาทางด้านชุมชนและสังคม

เนื่องจากสภาพพื้นที่ของชุมชนวัดชัยฉิมพลีเปลี่ยนเป็นชุมชนเมือง มีหมู่บ้านจัดสรรมากขึ้นการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่ติดบ้าน ไม่สนใจเพื่อนบ้าน ไม่เข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน มีการเข้าสังคมลดลงหรือบางรายหนีสังคม แต่ถ้าเป็นหมู่บ้านสมัยเก่าผู้สูงอายุยังรู้จักกันไปมาหาสู่และเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน สมัยครเป็นจิตอาสา และเป็นผู้นำชุมชนด้วยความสมัครใจ ปัญหาสังคมที่สำคัญอีกประเด็นคือบางรายไม่มีลูกหลาน ญาติหรือพี่น้องดูแล

### ๒.๕.๒.๒ ความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีความเสื่อมแห่งวัยชราทั้งทางกายและทางใจ การจัดการสิ่งต่างๆแก่ผู้สูงอายุได้ตามความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุได้จะทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี

#### ๒.๕.๒.๒.๑ ความต้องการด้านสุขภาพกาย

ผู้สูงอายุมีความต้องการให้สุขภาพร่างกายที่แข็งแรงตามวัย การได้รับการตรวจสุขภาพ และการรักษาพยาบาลยามเจ็บป่วย ที่สะดวก รวดเร็ว ทันทีที่ และรักษาพยาบาลแบบให้เปล่าจากรัฐบาล มีความต้องการที่อยู่อาศัยที่สะอาด อากาศดี สิ่งแวดล้อมดี มีอาหารกินเพียงพอ สามารถนอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอ มีสถานที่ออกกำลังกาย และมีสิ่งอำนวยความสะดวกในชุมชน

#### ๒.๕.๒.๒.๒ ความต้องการด้านจิตใจ

ผู้สูงอายุมีความต้องการความมั่นคงในชีวิต ใช้ชีวิตแบบไม่วิตกกังวล ปราศจากความเครียด ความวิตกกังวล ต้องการการยอมรับและความเคารพจากครอบครัวและชุมชน ต้องการสร้างความดีและความงามให้แก่ตนเองเพิ่มมากขึ้น

### ๒.๕.๒.๒.๓ ความต้องการด้านครอบครัว

ผู้สูงอายุมีความต้องการให้ลูกหลานเห็นความสำคัญ ให้ความเคารพและเชื่อฟัง ไม่ต้องการให้ลูกหลานมองว่าเป็นภาระ หรือ เป็นส่วนเกินในครอบครัว

### ๒.๕.๒.๒.๔ ความต้องการด้านเศรษฐกิจและสังคม

ผู้สูงอายุต้องการได้รับการสนับสนุนการหาอาชีพที่เหมาะสมกับตนเพื่อเป็นหลักประกันการมีงานทำ ประกันรายได้ แม้จะมีเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุก็ตาม อยากให้รัฐมีสวัสดิการประกันสังคมแก่ผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุยังมีความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว ชุมชน และสังคม สามารถช่วยเหลือสังคมตามความสามารถของตน

## ๒.๖ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### ๒.๖.๑ ประเภทหนังสือ เอกสารและตำรา

**พุทธทาสภิกขุ** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “แก้อย่างฉลาดและเปนสุข” สรุปได้ว่า “ในพระพุทธศาสนานี้ ยกย่องหรือให้เกียรติแก่ผู้สูงอายุเป็นพิเศษ เรียกว่า เบนผู้รัตตัญญู แปลว่าเป็นผู้รูราตรามากหรือนานเพราะอายุมันมากมันผานวันคืนมานาน มันก็รู้วันคืนนั้นมาก อย่างนี้เรียกว่า รัตตัญญูพระพุทธเจ้าให้ความสำคัญถึงกับว่าเป็น เอตทัคคะตำแหน่งหนึ่ง”<sup>๑๔</sup>

**พระเทพวิสุทธิกวี** ได้กล่าวถึงจิตวิทยาในพระพุทธศาสนา (พุทธจิตวิทยา) ว่าตัวจิตโดยตรงว่าเป็นตัวการที่มีความสำคัญมากที่ทำให้คนเรา และสัตว์โลกทั้งหลายสุขหรือทุกข์ เสื่อมหรือเจริญ และกล่าวไว้ทุกแง่ทุกมุมอย่างละเอียดถี่ถ้วนมาก และจิตวิทยาตะวันตกนั้นยังไม่ยุติ คือยังคงค้นคว้าและพบทฤษฎีใหม่ๆ เพิ่มเติมกันอยู่อย่างไม่มีที่สิ้นสุด แต่จิตวิทยาทางพระพุทธศาสนานั้นเป็นการค้นพบที่สิ้นสุดยุติลงแล้ว จากการตรัสรู้ของพระพุทธองค์ไม่มีทฤษฎีใหม่อันใดที่ใครจะค้นพบขึ้นมาให้ นอกเหนือไปจากที่กล่าวไว้ในพระอภิธรรมนี้แล้ว ถ้าใครจะค้นพบทฤษฎีใหม่ให้เหนือขึ้นไปกว่านี้ ก็แสดงว่านั่นไม่ใช่จิตวิทยาในพระพุทธศาสนา<sup>๑๕</sup>

**พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)** ได้กล่าวถึงธรรมชาติของผู้สูงวัยไว้ในหนังสือ “ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ” สรุปความได้ว่า ๔ ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ คือ อิทธิบาท ๔ ถือเป็นหลักการสำคัญ ที่จะทำให้อายุยืน เพราะทำให้ชีวิตของเรามีกำลัง แลวกก็มีทางเดินที่มุ่งไปข้างหน้าสู่จุดหมาย ซึ่งทำให้ชีวิตมีความหมายที่จะอยู่ต่อไป ไม่ใช่อยู่อย่างเลื่อนลอย นอกจากนั้นยังเป็นตัวตัดอารมณ์ ป้องกันสิ่งที่ไม่ควร จะเขามารบกวนจิตใจและชีวิตของเราทำให้ชีวิตปลอดภัยปลอดโปร่งโล่งเบาด้วย เมื่อข้างในตัวก็มีพลัง ทางเดินที่จะไปข้างหน้าก็แน่ชัด ไม่มีอะไรขัดขวาง ชีวิตก็ยืนยาวยืดขยายอายุออกไป

<sup>๑๔</sup>พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวัฒน์). การพัฒนาจิต. กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย.(๒๕๓๘).

<sup>๑๕</sup>พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ,(กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา,๒๕๕๐),

**พระมหาวุฒิชัย ว. วชิรเมธี** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “หนึ่งในร้อย” สรุปได้ว่า ร้อยความดี ความกตัญญูมาเป็นหนึ่งอายุไม่เป็นปัญหาถ้ามีธรรมะ ถ้าไม่มีธรรมะแม้อายุมากก็เป็นอันตรายต่อบ้านเมือง ถ้าเราอายุมากขอให้อายุมากพร้อมๆ กับประโยชน์ที่เราได้ทำให้กับโลกหลายๆ แต่ถ้ามีอายุมากแล้วมีประโยชน์น้อยลง อย่างนั้นก็สมควรอายุมาก<sup>๑๖</sup>

**พระมหาวุฒิชัย ว. วชิรเมธี** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “วางเป็นเย็นได้” สรุปได้ว่า การยึดติดที่ถอดถอนยากที่สุดคือ การยึดติดในอัตตาหรือตัวตนจอมปลอมที่มนุษย์เราสร้างขึ้นมา ความรู้สึกยึดติดนี้มีมากเพียงใดความทุกข์มีมากเพียงนั้น ในทางกลับกันหากความยึดติดนี้มีน้อยเพียงใด ความสุข ก็มีมากขึ้นเพียงนั้น ความทุกข์ขยายตัวตามขนาดของอัตตา คำสอนที่ว่า “การปล่อยวาง” จึงเป็นคำสอนสำคัญที่มุ่งกำจัดความทุกข์ชั้นลึกของมนุษย์ทุกชั้นวรรณะและเป็นเอกลักษณ์ที่โดดเด่นของพระพุทธศาสนา ซึ่งผิดแผกแตกต่างจากศาสนาอื่นในโลก ซึ่งมุ่งเน้นให้มนุษย์ยึดติดกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งเสมอ ส่วนพระพุทธศาสนากับสอนให้เลิกยึดติดทุกอย่างแม้กระทั่งการยึดติด ในพระพุทธเจ้า<sup>๑๗</sup>

**วิไลวรรณ ทองเจริญ** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ศาสตร์และศิลป์การพยาบาลผู้สูงอายุ” สรุปได้ว่า คณะรัฐมนตรีได้ลงมติอนุมัติให้วันที่ ๑๓ เมษายนของทุกปี เป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาติและให้มีการจัดงานวันผู้สูงอายุขึ้น โดยเลือกดอกกลาดวนเป็นสัญลักษณ์ของผู้สูงอายุ เพราะต้นกลาดวนเป็นต้นไม้ ยืนต้นอายุยืนให้ความร่มเย็น มีใบเขียวตลอดปี ดอกมีสีนวล กลิ่นหอม กลีบแข็งแรง ไม่ร่วงง่าย เหมือนกับผู้ทรงวัยวุฒิที่คงคุณความดีงามไว้เป็นแบบอย่างแก่ลูกหลาน<sup>๑๘</sup>

**กุลยา ตันติผลาชีวะ** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “การพยาบาลผู้สูงอายุ” สรุปได้ว่า วัยสูงอายุเป็นช่วงสุดท้ายของอายุตั้งแต่ ๖๐ปีขึ้นไป ภาพความเสื่อมถอยของร่างกายและจิตใจมีมากในระยะนี้ ขาดความแคล่วคล่องว่องไว ความจำเสื่อม ความคิดอ่านล่าช้า ความขยันหมั่นเพียร ความก้าวหน้าลดลง สภาพร่างกายเสื่อมถอย หูตึง ตาพร่ามัว ผมหงอกและยังต้องพบกับปัญหาการปรับตัวให้เข้ากับสภาพร่างกายและสังคมในวัยสูงอายุด้วย<sup>๑๙</sup>

**ชุตินา หฤทัย** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “นโยบายคุณภาพชีวิตตามแผนพัฒนาสาธารณสุข” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุหมายถึง สภาวะที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป มีความอ่อนแอทางร่างกายและจิตใจ อาจเจ็บป่วยหรือความพิการเกิดร่วม เป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงสู่ความเสื่อมทางร่างกายและจิตใจ การเปลี่ยนแปลงจะมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับพันธุกรรม สิ่งแวดล้อมและโภชนาการ<sup>๒๐</sup>

<sup>๑๖</sup> พระมหาวุฒิชัย ว. วชิรเมธี, *หนึ่งในร้อย*, (กรุงเทพมหานคร:อมัรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๑), หน้า ๑๓.

<sup>๑๗</sup> พระมหาวุฒิชัย ว. วชิรเมธี, *วางเป็นเย็นได้*, (กรุงเทพมหานคร : สุภา, ๒๕๕๕), คำนำ.

<sup>๑๘</sup> วิไลวรรณ ทองเจริญ, *ศาสตร์และศิลป์การพยาบาลผู้สูงอายุ*, (โครงการตำราคณะแพทยศาสตร์ : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔), หน้า ๑ - ๒.

<sup>๑๙</sup> กุลยา ตันติผลาชีวะ, *การพยาบาลผู้สูงอายุ*, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญกิจ, ๒๕๒๔), หน้า ๒๔.

<sup>๒๐</sup> ชุตินา หฤทัย, *นโยบายคุณภาพชีวิต ตามแผนพัฒนาสาธารณสุข, วารสารกองการพยาบาล*, (กรุงเทพมหานคร : มปท., ๒๕๓๑), หน้า ๑.

**บริบูรณ์ พรพิบูลย์** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “โลกยามชราและแนวทางการเตรียมตัว เพื่อเป็นสุข” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีความเสื่อมโทรมของสังขารไปตามธรรมชาติ มีกำลังถดถอยเริ่ม เชื่องช้าและเป็นผู้ที่ถูกละเลยและสังคมควรให้การดูแลเอาใจใส่เป็นพิเศษ<sup>๒๑</sup>

**ประพิณ วัฒนกิจ** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “มโนคติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึงผู้มีอายุ ๖๐ ปี เป็นวัยที่พ้นจากการทำงานของทางราชการหรือรัฐวิสาหกิจหรือสำนักงาน ของเอกชนบางแห่ง โดยทั่วไปผู้ที่ก้าวสู่วัยนี้จะมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาอย่างเห็นได้ชัด<sup>๒๒</sup>

**ศรีธรรม ธนะภูมิ** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “พัฒนาการทางอารมณ์และบุคลิกภาพ” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึงผู้มีอายุร่วมตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ภาวะชรามีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับ การดูแลร่างกายพันธุกรรมและพัฒนาการในอดีต วัยชราเป็นวาระสุดท้ายของชีวิตอาจยาวนานถึง ๑๐-๒๐ ปี หรืออาจมากกว่านั้นแตกต่างกัน ถ้ามีการเตรียมตัวเตรียมใจไว้จะสามารถปรับตัวได้ และมีการพัฒนาจิตใจ<sup>๒๓</sup>

**ศรีเรือน แก้วกังวาน** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย” สรุปได้ว่า มนุษย์ทุกคนต้องการความรักและการยอมรับจากผู้อื่น<sup>๒๔</sup>

**เอก ธนะสิริ** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ทำอะไรชีวิตจะยืนยาวและมีความสุข” สรุปความได้ วารางกายหรือชีวิตมนุษย์นี้ประกอบด้วย ๒ ส่วน คือ (๑) รูปหรือร่างกายจับต้อง และมองเห็นได้ (๒) นามหรือจิตจับต้องไม่ได้ ไม่มีตัวตนและมองไม่เห็น สองส่วนคือกาย และจิตนี้ แยกกันทำงาน มีการทำงานปนระบบ ต่างฝ่ายต่างทำ แต่มีความสัมพันธ์ ประสานกันอย่างใกล้ชิด มนุษย์หรือคนนั้นประกอบ ขึ้นจาก รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ หรือที่เรียกว่า ชันธ ๕ ตามหลักธรรมะทาง พระพุทธศาสนา นั้น ให้ความสำคัญของจิตหรือนาม มากกว่าร่างกายหรือรูป ฉะนั้นจึงมีคำกล่าวเอาไว้ ว่า จิตเปนนาย กายเป็นบ่าว เอก ธนะสิริ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “เล่นกับตัวเองอย่างไรให้สุขภาพดี สุขใจ ปลอดภัยภัยเกิน ๑๐๐ ปี”<sup>๒๕</sup>

**นพวรรณ จงวัฒนา และคณะ** ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ฐานข้อมูลผู้สูงอายุที่น่าสนใจ” สรุป ความได้ว่า “ฐานข้อมูลผู้สูงวัยในประเทศไทยว่ามีจำนวนและสัดส่วนของประชากรสูงอายุเพิ่มสูงขึ้นมา อย่างต่อเนื่องจากอดีต และในอนาคตคาดว่าจะเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง เนื่องมาจากอายุขัยเฉลี่ยของ ประชากรประเทศไทยยืนยาวขึ้น”<sup>๒๖</sup>

<sup>๒๑</sup> บริบูรณ์ พรพิบูลย์, โลกยามชราและแนวทางการเตรียมตัวเพื่อเป็นสุข, (เชียงใหม่ : พระสิงห์ การพิมพ์, ๒๕๒๘), หน้า ๑๔ - ๑๕.

<sup>๒๒</sup> ประพิณ วัฒนกิจ, “มโนคติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ”, วารสารกองการพยาบาล, ( ๑๔ - ๑๕ มกราคม ๒๕๓๑), หน้า ๘.

<sup>๒๓</sup> ศรีธรรม ธนะภูมิ, พัฒนาการอารมณ์และบุคลิกภาพ, (กรุงเทพมหานคร : ชวนพิมพ์, ๒๕๓๕), หน้า ๑๐๕.

<sup>๒๔</sup> ศรีเรือน แก้วกังวาน, จิตวิทยาพัฒนาการชีวิต ทุกช่วงวัย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๘), หน้า ๗๐ - ๗๒.

<sup>๒๕</sup> เอก ธนะสิริ, ทำอย่างไรชีวิต จะยืนยาวและมีความสุข, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร:อนิ สบาย , ๒๕๕๔), หน้า ๑๕ - ๑๖.

<sup>๒๖</sup> นพวรรณ จงวัฒนา และคณะ, ข้อมูลผู้สูงอายุที่น่าสนใจ, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๖๘.

**ภักกรวินท์ ภักภิรมณ์**<sup>๒๗</sup> ได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ ใน “คู่มือดูแลผู้สูงอายุ”ว่า การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ง่ายและรวดเร็วมากสำหรับคนวัยนี้ อารมณ์แปรปรวนขึ้นๆ ลงๆ จึงมักทำให้คนใกล้ชิดรู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจได้ ดังนั้นผู้ดูแลใกล้ชิด จึงควรทำตาม เข้าใจกับสถานภาพความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวท่านด้วยความรู้สึกดี ๆ และยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้น เพื่อให้ท่านได้รู้ว่าท่านผิดและค่อย ๆ พุดกับท่านด้วยถ้อยคำอ่อนโยน จะช่วยผ่อนคลายอารมณ์เวลานั้นให้เบาบางลง อาการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจที่สำคัญก็คือ

**๑) อารมณ์เสีย** ผู้สูงอายุมักจะมีอารมณ์เสียบ่อยๆ จนกลายเป็นคนโมโห หงุดหงิดง่าย เพราะขาดสิ่งที่เคยได้และเคยมี จึงมักแสดงอารมณ์เสียออกมาเป็นการทดแทน นอกจากนี้ยังอารมณ์เสียกับตนเองในสิ่งที่เคยทำ แต่เมื่อมีอายุมากแล้วอาจจะทำไม่ได้อย่างที่อยากทำ จึงระบายออกมาทางอารมณ์

**๒) ความน้อยใจ** ผู้สูงอายุมักจะเป็นคนขึ้นน้อยใจ โดยเฉพาะคนที่มีผู้เอาใจดูแล ในขณะที่ยังทำงานอยู่เมื่อปลดเกษียณแล้วก็ต้องอยู่ตามลำพัง ขาดคนเอาใจใส่ดูแล จึงมีความน้อยใจว่าไม่มีคนรักไม่มีคนดูแล

**๓) โกรธง่าย** เมื่ออายุมากขึ้นอารมณ์ที่แปรปรวนและยังไม่อาจยับยั้งได้ อารมณ์โกรธง่ายจึงเป็นสิ่งที่คนวัยนี้มักแสดงออกมาได้อย่างรวดเร็ว ไม่ว่าใครจะพูดอะไรหากไม่เข้าหูก็จะโกรธและแสดงอารมณ์ใส่ทันที ดังนั้นผู้ดูแลจึงควรเข้าใจในตัวท่าน เพราะส่วนใหญ่แล้วคนแก่จะโกรธง่ายหายเร็ว และลืมสิ่งที่เคยกระทำได้อย่างรวดเร็ว หากใช้วาจาอ่อนโยนหรือคำขอโทษถึงแม้ว่าสิ่งที่ท่านทำอะไร ไม่ผิด แต่คำขอโทษเป็นสิ่งที่จะทำให้อารมณ์โกรธคลี่คลายลงได้

**๔) วิตกกังวล** คนที่ปลดเกษียณแล้วเมื่อไม่มีงานทำมักจะนั่งเศร้าสรว้อยคิดถึงชีวิตของตนเองว่าจะดำรงต่อไปได้อย่างไร เพราะขาดงาน ขาดเงิน ขาดเพื่อนและถ้าเจ็บไข้ได้ป่วยจะหาอย่างไร เมื่อมองปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนในอนาคตแล้วก็ยากที่จะหาคำมาเข้าใจและคอยเอาใจใส่ตนเอง ด้วยความเต็มใจ จึงมานั่งคิดและวิตกกังวลใจกับอนาคตที่ยังมาไม่ถึง

**๕) ความเครียด** จากปัญหากังวลใจดังกล่าวข้างต้น เมื่อคิดมากๆ เข้า ก็กลายเป็นความเครียด ทำให้กินไม่ได้ นอนไม่หลับ ดังจะเห็นได้จากคนแก่ที่มักบ่นเสมอๆ ว่า นอนไม่ค่อยหลับ เพราะกังวลใจในสิ่งคมต่างๆ มากเกินไป และบ่อยครั้งที่ความเครียดเกิดขึ้นทำให้เป็นโรคต่างๆ ได้ง่าย เช่น โรคความดันโลหิตสูง เส้นเลือดแตกในสมอง โรคหัวใจล้มเหลว หรือโรคกระเพาะเป็นต้น บางคนก็กลายเป็นประสาทไปเลยก็มี

**๖) ความสิ้นหวัง** คนวัยสูงอายุที่ปลดเกษียณแล้ว อยู่บ้านเฉยๆ ไม่ได้ทำอะไรปล่อยไว้วัน เวลาผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ มักจะมีความคิดหมดอะไรตายอยากในชีวิตของตนเองหรือกลายเป็นคนสิ้นหวังเพราะไม่ทราบว่าจะมีชีวิตอยู่ต่อไปเพื่อทำไม ตนเองไม่ได้เป็นประโยชน์ต่อผู้ใดชีวิตจึงเต็มไปด้วยความเศร้าสรว้อยและสิ้นหวัง

**๗) ความตาย** เนื่องจากอายุมากขึ้น ความตายก็คืบคลานเข้ามาใกล้ตัวทุกทีหากผู้สูงอายุเข้าวัดฟังเทศน์ฟังธรรมบ้าง ความตายจะกลายเป็นสิ่งไม่น่ากลัวสำหรับผู้สูงอายุ หากสามารถ

<sup>๒๗</sup> ภักกรวินท์ ภักภิรมณ์, คู่มือดูแลผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร : เครือเถา, ๒๕๕๐), หน้า ๑๙ - ๒๓.

ยอมรับ และทำใจกับสิ่งธรรมชาติสร้างมา เพราะทุกคนก็คงหลีกเลี่ยงไม่พ้นความตายด้วยกันทุกคน แต่ การดูแลสุขภาพตนเองเป็นสิ่งที่ดี เพราะโอกาสที่จะมีชีวิตอยู่อย่างยืนยาว เพื่อรอดูความสำเร็จ ของลูกหลานก็เป็นสิ่งที่ดี

**๘) การนึกถึงแต่อดีต** ผู้สูงอายุเกือบทุกคนมักจะชอบเล่าเรื่องในอดีตของตนให้คนอื่นฟังอยู่เสมอเพื่อแสดงความภาคภูมิใจในงานหรือสิ่งที่เคยทำมาในอดีตและชอบเล่าซ้ำๆกับคนอื่นๆ เดียวกันจนเป็นที่น่ารำคาญของคนฟัง แต่คนเล่าก็ยังอยากเล่าต่อไปทุกครั้งที่เจอกัน ผู้ใกล้ชิดจึงควร เข้าใจในสิ่งที่ท่านภูมิใจ ไม่ควรขัดคอควรปล่อยให้ท่านพูดไปถึงแม้ว่าจะเบื่อก็ดำเนินตาม

**๙) การดื้อรั้น** ผู้สูงอายุมักเป็นคนดื้อรั้นเอาแต่ใจตัวเอง เพราะถือว่าตนเองเกิดก่อน และมีประสบการณ์ชีวิตที่มากกว่า หากใครจะมาสั่งหรือสอนท่านก็จะไม่ฟัง และอาจกล่าวตักเตือน กลับไปอีก ดังนั้นการชี้แจงเพื่อให้เหตุผลในสิ่งที่พูดก็อาจจะทำให้ท่านอ่อนลงบ้าง แต่ก็ควรทำใจ หากไม่ได้รับความร่วมมือ

**๑๐) การถือดี** คนที่มีอายุมักจะถือดี เพราะถือว่าตัวเองก็มีดีเหมือนกัน ไม่เช่นนั้นไม่มีอายุยืนมาจนถึงบัดนี้ หรือก้าวหน้ามาถึงจุดนี้ จึงมีความรู้สึกภูมิใจในความสามารถของตนเอง หยิ่งใน ศักดิ์ศรีของตัวเอง ยิ่งบวกกับความรู้สึกดื้อรั้นของตัวเองเข้าไปด้วยแล้ว การถือดีก็ยิ่งแสดงออกมา ชัดเจนยิ่งขึ้น

**๑๑) จู้จี้ขี้บ่น** ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ผ่านประสบการณ์ชีวิตมาอย่างโชกโชน มีทั้งเรื่องดี และเรื่องไม่ดีด้วยกันทุกคน ดังนั้นเมื่ออายุมากขึ้น มีลูกหลานเต็มไปหมด อารมณ์ที่เคยแจ่มใสก็จะเริ่ม แปรปรวน หงุดหงิดรำคาญใจง่าย โดยเฉพาะเสียงดัง หากได้ยินบ่อยครั้งก็จะทำให้หงุดหงิด พูดมาก บ่นจู้จี้หรือไม่ก็ชอบบ่นจู้จี้ลูกหลานซ้ำๆ ซากๆ ทำให้เป็นที่น่าเบื่อ ผู้ใกล้ชิดควรทำความเข้าใจและไม่ ควรโกรธท่าน และไม่แสดงอาการปฏิกิริยาที่ไม่ดีใส่ท่านทำให้ท่านไม่สบายใจเพิ่มไปอีก

**๑๒) ชอบปรับทุกข์** ผู้สูงอายุแล้วมักชอบทำการปรับทุกข์กับคนอื่นไม่ว่าจะพบใครก็ มักจะมีเรื่องปรับทุกข์กับเขาเสมอ บางเรื่องก็ไม่น่าทุกข์ เพราะเป็นเรื่องของคนอื่น แต่คนแก่ก็มักจะเอา เรื่องต่างๆ มาเป็นทุกข์ของตัวเองหมดจึงกลายเป็นคนแบกแต่ทุกข์ และเมื่อพบใครก็พยายามแบ่งทุกข์ นั้นให้คนอื่นแบกต่อ หากเขาไม่ยอมรับแบกก็มีความน้อยอกน้อยใจว่าเขาไม่รักเราหรือไม่ยอม ช่วยเหลือเรา ผลที่สุดทุกข์ของตัวเองก็เพิ่มมากขึ้นทุกๆ วัน

**๑๓) ชอบแบกภาระ** ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักชอบเก็บเรื่องของลูกหลานทุกคนมาเป็น ภาระของตนเอง กลัวว่าลูกหลานจะลำบากบ้าง กลัวไม่มีกินบ้าง ปัญหาต่างๆ นานาในสิ่งที่ไม่ควรจะ นำมาเป็นภาระของตนเองก็เก็บมาเป็นภาระ เพราะในช่วงวัยอายุนี้แล้วควรปล่อยวาง ปล่อยให้ ลูกหลานเขาแก้ปัญหาตนเอง เพราะหากวันใดไม่มีเรา เขาสามารถดำเนินชีวิตด้วยตนเองได้

**๑๔) ชอบฝัน** เป็นที่น่าแปลกว่าคนมีอายุแล้วชอบฝันมากกว่าคนหนุ่มสาวอาจเป็น เพราะมีเวลาว่างมาก จึงมีความคิดมากและกลางคืนก็เลยเก็บเอาไปฝัน และมีบ่อยๆ ครั้นที่ชอบฝันถึง ความตายของตัวเอง เพราะเป็นสิ่งที่ตนเองคิดอยู่ตลอดเวลาตนเอง ไม่ต้องการให้ใครสงสาร คนที่ สูงอายุแล้ว โดยทั่วๆ ไป มักจะพยายามทำการช่วยเหลือตนเองบางครั้งคนเห็นว่าแก่แล้วมาพยุงให้เดิน ก็มักไม่ ต้องการหรือแสดงการปิดไม้ปิดมือออกให้เห็น เพราะไม่ต้องการให้ใครมาสงสาร ยิ่งคนที่ขาด ความเอา ใจใส่ดูแลอย่างใกล้ชิดจากครอบครัวด้วยแล้วยิ่งแสดงออกให้เห็นมากขึ้น ทั้งนี้อาจเป็นการ ยืนยันว่าสามารถอยู่ด้วยตนเองได้ ไม่เห็นต้องง้อใครหรือพึ่งใครนับเป็นวิธีอย่างหนึ่งของคนสูงอายุ

๑๕) **ต้องการเพื่อน** เมื่ออายุมากขึ้นความห่างเหินจากเพื่อนฝูงหรือเพื่อนคือนั้นจะเพิ่มมากขึ้นเป็นทวีคูณ ด้วยเหตุนี้คนแก่จึงมักจะคิดถึงเพื่อนและต้องการเพื่อนคุย หากครั้งใดมีโอกาสได้เจอ เพื่อนเก่าๆ ก็ารู้สึกดีและอยากอยู่กับเพื่อนนานๆ เพื่อเล่าเรื่องในอดีตและความเป็นอยู่ในปัจจุบันสู่กันฟัง ดังนั้นลูกหลานจึงไม่ควรปล่อยให้ท่านอยู่คนเดียวมานานๆ จะทำให้ท่านเป็นโรคซึมเศร้า เพราะขาดเพื่อนคุยและเข้าใจในตัวท่านได้

## ๒.๖.๒ ประเภทรายงานการวิจัย

**กฤษณา บุรณะพงศ** ใตศึกษาวิจัยเรื่อง “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแกเยาวชนในกรุงเทพมหานคร” สรุปผลได้ว่า เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ผ่านประสบการณ์ในทุกด้านมายาวนาน มองเห็นสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจนจึงมีความลงตัวของ ทั้งได้ผ่านความตกทุกข์มาหลากหลายของสังคม ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการทำหน้าที่ ในด้านการตักเตือนสั่งสอน อบรมพูดคุย ชี้แจง ในคุณธรรมต่างๆ นอกจากนั้น ยังเป็นการอบรมสั่งสอนทางอ้อมโดยการปฏิบัติศาสนกิจให้บุตรหลานเห็นและชักชวนบุตรให้ปฏิบัติด้วย เช่น การสวดมนต์ ไปวัด<sup>๒๘</sup>

**นิศารัตน์ ศิลปะเดช** ใตศึกษาวิจัย “ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต” มนุษย์ทุกคนมีความต้องการมีคุณภาพชีวิตที่ดีนำมาซึ่งความสุขทั้งกายและใจ ความสุขทางกายคือ การมีหรือได้รับ การตอบสนองความต้องการทั้งด้านอาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เครื่องมือ เครื่องใช้ เครื่องอำนวยความสะดวกต่าง ๆ พอสมควรและทางจิตใจคือ การมีความรัก ความอบอุ่นและความมั่นคงทางจิตใจ ได้รับการยอมรับและยกย่องจากบุคคลอื่น<sup>๒๙</sup>

**สุรกุล เจนอบรมใตศึกษา** “วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุ” กล่าวถึงความพึงพอใจในชีวิตว่าเป็นความพึงพอใจที่เป็นสุข ประกอบด้วยความสนุกสนาน ไม่ต้องเผชิญความเครียด ความไม่พึงประสงค์ ซึ่งความรู้สึกลักษณะนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้เปรียบเทียบกับสถานการณ์ปัจจุบันที่เป็นอยู่กับสถานการณ์ที่เขาคาดหวังให้เป็นซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ Cambell (๑๙๗๖) และ Powell (๑๙๘๓) ที่ได้ให้ความหมายเพิ่มเติมว่า ความสุขนั้นไม่จำเป็นต้องเกิดขึ้นจากการที่บุคคลได้รับการตอบอย่างสมบูรณ์ในทุกๆ สิ่งที่ต้องการ แต่หมายถึงความสุขที่เกิดขึ้นจากสิ่งต่างๆ หรือจากสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี<sup>๓๐</sup>

**เพชรรา สุนทรโรทก** ใตศึกษา “บทบาทของผู้สูงอายุในสังคมตามความรู้ของเยาวชนและผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร” โดยศึกษาบทบาทต่อครอบครัวพบว่าเยาวชนเห็นว่าผู้สูงอายุเป็นผู้มีบทบาทด้านการอบรมสั่งสอนบุตร ให้คำแนะนำเป็นที่ปรึกษาและช่วยเหลือแก้ปัญหาในครอบครัว<sup>๓๑</sup>

<sup>๒๘</sup> กฤษณา บุรณะพงศ , “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแกเยาวชนในกรุงเทพมหานคร”, *วิทยานิพนธ์สังคมวิทยา มหาวิทยาลัย*, (บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑๐.

<sup>๒๙</sup> นิศารัตน์ ศิลปะเดช, *ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต*, (กรุงเทพมหานคร : พิเศษการพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๑๙๑.

<sup>๓๐</sup> สุรกุล เจนอบรม, *วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุ*, (กรุงเทพมหานคร : นิชนแอควิธีไม่เชิงกรุป, ๒๕๔๑), หน้า ๔๘.



**จุฑาทิพย์ อภิรมย์** ได้ศึกษา “ข้อเท็จจริงและทัศนคติการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมของผู้สูงอายุ” พบว่าผู้สูงอายุให้ความสำคัญกับกิจกรรมทางศาสนามากที่สุด <sup>๓๑</sup>

**มัลลิกา มัติโก** ได้ศึกษา “ประมวลสถานภาพทางสุขภาพและสังคมของผู้สูงอายุไทย” พบว่าสุขภาพจิตของผู้สูงอายุมีผลต่อสุขภาพชีวิตของผู้สูงอายุภาวะสุขภาพขึ้นอยู่กับปัจจัยสิ่งแวดล้อม <sup>๓๒</sup>

**ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์** ได้ศึกษา “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะการทำงานของสูงอายุในประเทศไทย” พบว่า การมองผู้สูงอายุมี ๒ แนวทาง คือ แนวทางที่มองว่าผู้สูงอายุเป็นผู้ที่มีคุณค่าต่อสังคมและอีกแนวทางหนึ่งมองว่าผู้สูงอายุเป็นผู้ที่เป็นภาระของสังคม <sup>๓๓</sup>

**รุจิรงค์ แอกทอง** ได้ศึกษา “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัดนครปฐม” พบว่า ความหมายของผู้สูงอายุมีหลากหลายและแปรผันไปตามแต่ละประเทศขึ้นอยู่กับอายุเฉลี่ยของการทำงานหรือสภาพร่างกายรวมทั้งสภาพสังคมเศรษฐกิจและวัฒนธรรมของแต่ละประเทศเพื่อไว้เป็นเกณฑ์ในการพิจารณาผู้สูงอายุ โดยนำมาใช้ในการกำหนดการเข้าสู่ผู้สูงอายุ การจำแนกตามกาลเวลาและจำแนกตามสตรีวิทยา <sup>๓๔</sup>

**จารุวรรณ เหมะธร และพิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ** ได้ศึกษา “ความต้องการทางสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ” สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุหมายถึง การพัฒนาเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องในวาระสุดท้ายของช่วงอายุมนุษย์ ความสูงอายุนี้จะเริ่มตั้งแต่เกิดมาและดำเนินต่อไปจนสิ้นอายุขัย <sup>๓๕</sup>

**รุจิรงค์ แอกทอง** ได้ศึกษา “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัดนครปฐม” สรุปได้ว่า ความต้องการของผู้สูงอายุโดยทั่วไปต้องการการสนับสนุนจากครอบครัว การประกันรายได้ การมีส่วนร่วมต้องการเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวและสังคม <sup>๓๕</sup>

**ธรรณ ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม** พบว่าความรู้สึกไม่มั่นใจขาดเสถียรภาพทางจิตใจ (Insecure) ภาวะไม่มีเสถียรภาพทางจิตใจ เกิดจากการที่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่นในด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน ด้านเศรษฐกิจด้านความคุ้มครอง ให้ปลอดภัยทำให้ผู้สูงอายุหงุดหงิดง่ายโยกโย่งง่าย สะท้อนใจง่ายด้วยเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ทำให้กลายเป็น คนหุ้มหิมิ ใจน้อยฉุนเฉียวโกรธง่ายและวุ่นวายในกิจกรรมของผู้อื่นเป็นสาเหตุนำไปสู่การขัดแย้ง กับลูกหลานหรือผู้ดูแลได้ ความรู้สึกกลัว

<sup>๓๑</sup> จุฑาทิพย์ อภิรมย์, “ข้อเท็จจริงและทัศนคติการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาชุมชนเทศบาลเมืองนครราชสีมา”, **ปริญาสู้งคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๗), หน้า ๔๔.

<sup>๓๒</sup> มัลลิกา มัติโก, “ประมวลสถานภาพทางสุขภาพและสังคมผู้สูงอายุไทย”, **วิเคราะห์จากวิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**, (กรุงเทพมหานคร : กองบริหารงานวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๒), หน้า ๖ – ๗.

<sup>๓๓</sup> ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์, “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะการทำงานของสูงอายุในประเทศไทย” **วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๕), หน้า ๕.

<sup>๓๔</sup> รุจิรงค์ แอกทอง. “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัด นครปฐม”, **วิทยานิพนธ์ ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๔๙), หน้า ๑๓.

<sup>๓๕</sup> จารุวรรณ เหมะธรและพิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ, “ความต้องการทางสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ”, **รายงานการวิจัย**, ภาควิชาพยาบาลศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๖), หน้า ๖.

<sup>๓๕</sup> รุจิรงค์ แอกทอง. “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัด นครปฐม”, **วิทยานิพนธ์ ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๔๙), หน้า ๒๐.

ตาย ความรู้สึกหมดหวังสิ้นหวัง (Helplessness and Hopelessness) เนื่องจากความเสื่อมของสมรรถภาพทางด้านร่างกายและจิตใจ ผู้สูงอายุอาจมีความคิดสร้างสรรค์สิ่งที่เป็นประโยชน์ให้แก่ลูกหลาน ให้แก่สังคมอาจกระทำตนให้เป็นประโยชน์ แต่ถูกจำกัดด้วยความเสื่อมถอยทางร่างกายและจิตใจที่ผู้สูงอายุไม่อาจยับยั้งได้ ความรู้สึกหมดหวังทำให้เกิดความรู้สึกโกรธตนเองอาจกลายเป็นภาวะเศร้าได้ในที่สุด<sup>๓๖</sup>

**ณัฐรินทร์ นิธิกริตขานนท์** ได้ศึกษา “ลักษณะจิตตองกามตามหลักพุทธจิตวิทยาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เขตคลองสาน กรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะจิตตองกามตามหลักพุทธจิตวิทยา เป็นการฝึกฝนจิตมิให้ถูกนิวรณ์มาเบียดเบียน อยู่ท่ามกลางจิตตองกามและจิตตองกามร่าเริง การสร้างลักษณะจิตตองกามตามหลักพุทธจิตวิทยาเกิดขึ้นจากการศึกษาและการปฏิบัติตาม หลักไตรสิกขา และวัตถุประสงค์การพัฒนาตามหลักภาวนา ๔ ในลักษณะองค์รวม รูปแบบลักษณะจิตตองกามเกิดจากการดูแลสุขภาพร่างกายให้มีความสัมพันธ์ที่ดีกับ สิ่งแวดล้อม มีความเมตตากรุณา มีความสามัคคี เคารพพ่อแม่ ทำให้ผู้อื่นมีความสุข มีความเชื่อในการกระทำของตนเอง และให้อภัยและสรรเสริญผู้อื่นด้วยจิตใจที่เป็นอิสระ จากข้อมูล ทางสถิติวิเคราะห์ตามรูปแบบลักษณะจิตตองกามตามหลักพุทธจิตวิทยา พบว่า ผู้มีจิตตองกาม เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง ๔๑ – ๕๐ ปี สถานภาพเป็นหม้าย/หย่าร้าง การศึกษาระดับสูงกว่า ปริญญาตรี เป็นเกษตรกรหรือรับจ้าง มีรายได้ ๑๕,๐๐๑ – ๒๐,๐๐๐ บาท<sup>๓๗</sup>

**อิทธิพล สูงแข็ง และณัฐวุฒิ อรินทร** ได้วิจัยองค์ประกอบเชิงยืนยันความงอกงามทางจิตใจภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบของบุคลากรสาธารณสุข ในสามจังหวัดชายแดนใต้ กลุ่มตัวอย่างคือ บุคลากรสาธารณสุขในสามจังหวัดชายแดนใต้จำนวน ๕๑๐ คน วัดความงอกงามทางจิตใจภายใต้เหตุการณ์ ความไม่สงบ โดยมีความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ ๐.๙๓ ผลการศึกษาพบว่า การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิง ยืนยันของแบบวัดความงอกงามทางจิตใจภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบที่มีองค์ประกอบ ๕ ดาน (การมีสัมพันธ์ภาพและเข้าใจผู้อื่น การมีโอกาสในการพบกับสิ่งใหม่ ความแข็งแกร่ง ความลึกซึ้งในหลักศาสนาและปรัชญา และการเห็นคุณค่าของชีวิต) มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ค่าดัชนีความกลมกลืนผานเกณฑ์ ดังนี้ ค่าไค - สแควร์ = ๓.๑๒, df = ๑ (p = ๐.๐๘), GFI = ๑.๐๐, CFI = ๑.๐๐, NNF = ๐.๙๙ และ RMSEA = ๐.๐๖๓ โดยสรุปได้ว่า แบบวัดความงอกงามทางจิตใจ ภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบที่มีองค์ประกอบ ๕ ดานนั้น สอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎี สามารถ นำไปใช้ได้กับบริบทสังคมไทยได้ดี<sup>๓๘</sup>

<sup>๓๖</sup> ธราธร ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม. “พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม”, วิจัย, วิชาสาธารณสุขชุมชน, คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม , ๒๕๕๐, หน้า ๒๙ – ๓๐.

<sup>๓๗</sup> ณัฐรินทร์ นิธิกริตขานนท์ ได้ วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ หน้า ๑๒๔ ปีที่ ๑๓ ฉบับพิเศษ เล่ม ๒ มิถุนายน ๒๕๖๐ สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

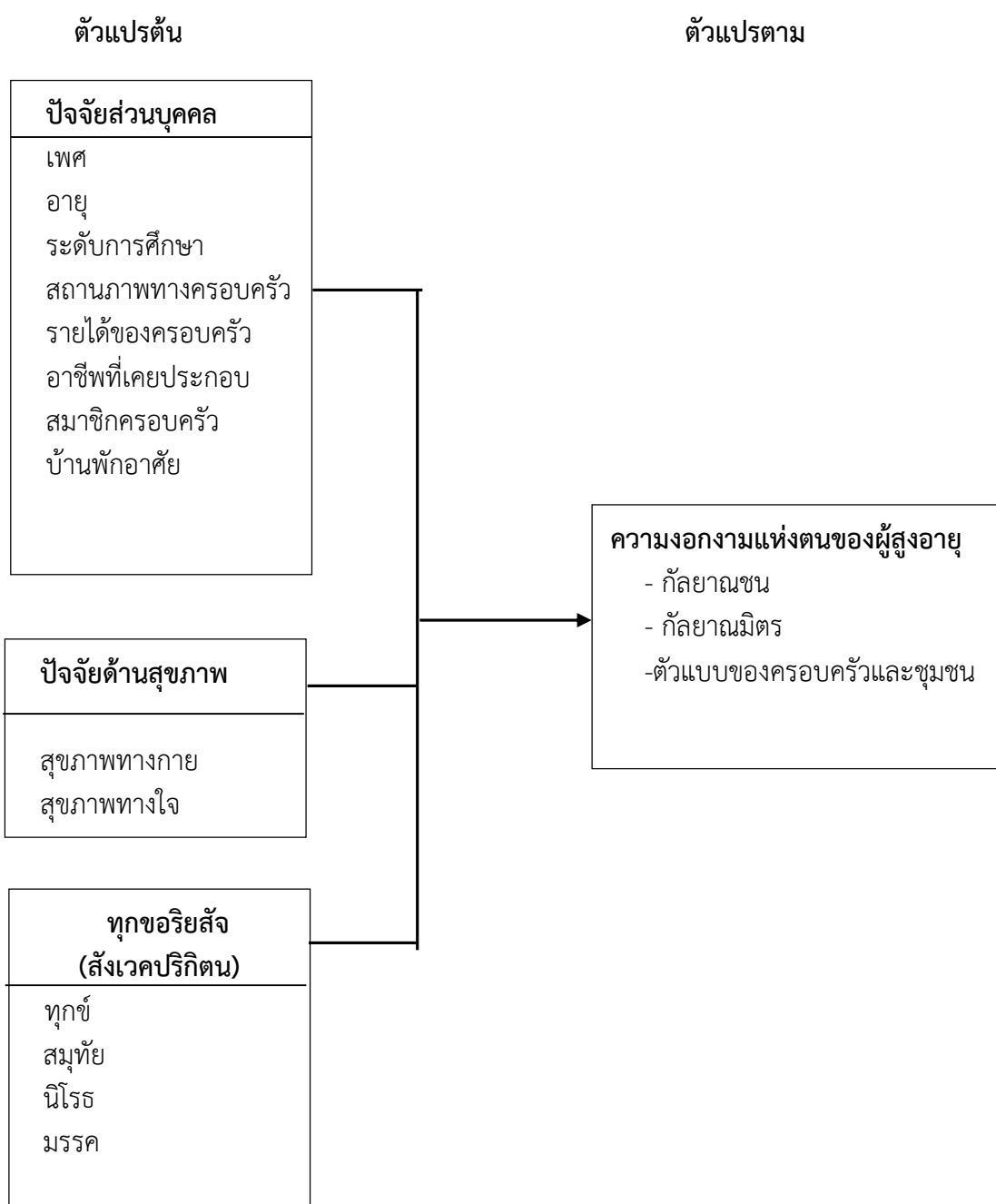
<sup>๓๘</sup> อิทธิพล สูงแข็ง และณัฐวุฒิ อรินทร, “การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันความงอกงามทางจิตใจภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบของบุคลากรสาธารณสุขในสามจังหวัดชายแดนใต้”, วารสารวิชาการสาธารณสุข. ปีที่ ๒๓ ฉบับที่ ๖ (พฤศจิกายน – ธันวาคม ๒๕๕๗) : ๙๖๗.

## ๒.๗ กรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework)

จากการศึกษาเอกสารและการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้สรุปตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลีกรุงเทพมหานคร สร้างกรอบแนวคิดการวิจัย ดังภาพที่ ๒.๑

ภาพที่ ๒.๑ กรอบแนวคิดการวิจัย

ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร



## บทที่ ๓

### ระเบียบวิธีการวิจัย

การศึกษาความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี เขตภาษีเจริญ จังหวัดกรุงเทพมหานคร มีรายละเอียดและขั้นตอนของการดำเนินการวิจัยดังนี้

#### ๓.๑ รูปแบบการวิจัย (Research Design)

การวิจัยนี้ใช้รูปแบบการวิจัยสำรวจเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง แบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Survey Research) ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี เขตภาษีเจริญ จังหวัดกรุงเทพมหานคร

#### ๓.๒ ประชากรศึกษาและกลุ่มตัวอย่าง (Population and Sample group)

๓.๒.๑ ประชากรศึกษา คือผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่และมีชื่อในทะเบียนบ้าน หรือ ผู้สูงอายุที่ไม่มีชื่อในทะเบียนบ้านแต่อาศัยอยู่มากกว่า ๑ ปี ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร จำนวน มีจำนวน ๒๐,๒๔๕ คน<sup>๑</sup>

๓.๒.๒ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่และมีชื่อในทะเบียนบ้าน หรือ ผู้สูงอายุที่ไม่มีชื่อในทะเบียนบ้านแต่อาศัยอยู่มากกว่า ๑ ปี พื้นที่ติดชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ได้แก่ หมู่ ๔ หมู่ ๕ และ หมู่ ๖

##### ๓.๒.๓ การคำนวณขนาดตัวอย่าง

ขนาดตัวอย่าง ใช้วิธีการคำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Krejcie and Morgan<sup>๒</sup> กำหนดความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ ๑๐ % ด้วยระดับความเชื่อมั่น ๙๕ % จากจำนวนผู้สูงอายุเขตภาษีเจริญ จำนวน ๒๐,๒๔๕ คน  
แทนค่าในสูตร Krejcie and Morgan ดังนี้

<sup>๑</sup> ฐานข้อมูลของสำนักงานเขตภาษีเจริญ ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๗. สำนักงานเขตภาษีเจริญ แขวงบางหว้า เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร.

<sup>๒</sup> Krejcie,R.V., and Morgan, D.W., *Determining Sample Size for Research Activities* , Educational and Psychological Measurement,1970 ,p.p.607–610.

$$n = \frac{\chi^2 N p (1-p)}{e^2 (N-1) + \chi^2 p (1-p)}$$

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N = ขนาดของประชากร

e = ระดับความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างที่ยอมรับได้

$\chi^2$  = ค่าไคสแควร์ที่ df เท่ากับ 1 และระดับความเชื่อมั่น 95% ( $\chi^2 = 3.841$ )

p = สัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร (ถ้าไม่ทราบให้กำหนด p = 0.5)

แทนค่าในสูตร

เมื่อ N = ๒๐,๒๔๕ , p = ๐.๕ e = ๐.๑

$$n = \frac{๓.๘๔๑ \times ๒๐,๒๔๕ \times ๐.๕ \times ๐.๕}{๐.๑ \times ๐.๑ \times (๒๐,๒๔๕ - ๐.๑) + ๓.๘๔๑ \times ๐.๕ \times ๐.๕}$$

$$= ๙๕.๗๖ \cong ๙๖$$

จากสูตรคำนวณนี้ต้องใช้กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ จำนวน ๙๖ ราย เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลและความสมบูรณ์ของข้อมูลในแบบสอบถาม ผู้วิจัยจึงได้เพิ่มจำนวนตัวอย่างอีก ร้อยละ ๑๐

$$n = ๙๖ + ๙๖ \times ๑๐\% = ๑๐๕.๖ \cong ๑๐๖$$

จากสูตรคำนวณนี้ต้องใช้กลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ ไม่น้อยกว่า ๑๐๖ ราย

### ๓.๒.๔ เทคนิคการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยใช้เทคนิคการสุ่มตัวอย่างแบบไม่ใช้หลักความน่าจะเป็นโดยวิธีการเก็บตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental sampling) ในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี หมู่ ๔ หมู่ ๕ และ หมู่ ๖ ได้จำนวนขนาดตัวอย่างในการวิจัยนี้ ทั้งหมด ๑๓๘ ราย แต่ข้อมูลมีความครบถ้วนสมบูรณ์ จำนวน ๑๒๖ ราย ซึ่งจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เก็บได้นี้ ไม่ต่ำกว่าขนาดตัวอย่างที่คำนวณได้จากสูตรของ Krejcie and Morgan ดังนั้น จำนวนขนาดตัวอย่างที่เก็บได้ในการวิจัยนี้ถือว่าเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นของการกำหนดขนาดตัวอย่างที่เหมาะสม

## ๓.๓ การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างและเกณฑ์การคัดผู้ยินยอมตนให้ทำการวิจัย

### ๓.๓.๑ การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง (Ethic )

ผู้วิจัยคำนึงถึงสิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัยตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

๑. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลภาคสนาม โดยแบบสำรวจที่ ไม่มีการระบุ ชื่อ-สกุล โดยข้อมูลทั้งหมดผู้วิจัยถือเป็นความลับ และไม่เปิดเผยถึงแหล่งที่มาของข้อมูลเป็นรายบุคคล

๒. การนำเสนอข้อมูลและการนำเสนอผลการวิจัยกระทำในภาพรวม ไม่นำเสนอข้อมูลเป็นรายบุคคล

๓. เมื่อผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์และเผยแพร่แล้ว ผู้วิจัยจะทำลายแบบสำรวจ

### ๓.๓.๒ เกณฑ์การคัดเลือกผู้ยินยอมตนให้ทำการวิจัย (Inclusion and Exclusion criteria)

#### ๓.๓.๒.๑ เกณฑ์การคัดเลือกผู้ร่วมโครงการ (Inclusion criteria)

๑. ผู้ตอบแบบสำรวจเป็นผู้สูงอายุตั้งแต่อายุ ๖๐ ปี เป็นต้นไป และสมัครใจยินดีตอบแบบสำรวจ

๒. เป็นผู้สูงอายุที่ที่อาศัยอยู่และมีชื่อในทะเบียนบ้าน หรือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่มากกว่า ๑ ปี แม้นไม่มีชื่อในทะเบียนบ้าน พื้นที่ของหมู่ ๔ หมู่ ๕ และ หมู่ ๖ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี แขวงบางแกว เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

#### ๓.๓.๒.๒ เกณฑ์การคัดออกผู้ร่วมโครงการ (Exclusion criteria)

๑. ผู้ตอบแบบสำรวจเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะความจำเสื่อม

๒. ผู้ตอบแบบสำรวจไม่ใช่แรงงานต่างด้าว

### ๓.๔ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่สร้างจากการทบทวนทฤษฎีและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ โดยแบบสอบถาม ๑ ชุด ประกอบด้วย ๔ ส่วน ดังนี้

#### ๓.๔.๑ แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง มีตัวแปรได้แก่

เพศสภาพ อายุ การศึกษา อาชีพเดิม รายได้ สถานภาพสมรส ภาวะสุขภาพทางกาย ภาวะสุขภาพทางใจ ที่อยู่อาศัย และการเป็นเจ้าของบ้านหรือที่อาศัย

#### ๓.๔.๒ แบบสอบถามทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ

เป็นแบบสำรวจที่ใช้คำถามปลายปิดเกี่ยวกับความคิดเห็นทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ จำนวน ๒๐ ข้อ โดยมีระดับคะแนนเป็น likert scale ให้เลือกตอบ ๑- ๕ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	คะแนนบวก	คะแนนลบ
มากที่สุด	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๕	๑
มาก	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๔	๒
ปานกลาง	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๓	๓
น้อย	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๒	๔
น้อยที่สุด	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๑	๕

เกณฑ์การแปลความหมายความคิดเห็นทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ เนื่องจากข้อคำถามทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ มี ๒๐ ข้อ ซึ่งมีข้อคำถามทางลบ (Reverse item) อยู่ ๖ ข้อ ได้แก่ ข้อ ๖ ข้อ๗ ข้อ๘ ข้อ๙ ข้อ๑๐ และ ข้อ๑๑ โดยแต่ละข้อมีคะแนน ๑-๕ คะแนน มีคะแนนต่ำสุด ๒๐ คะแนน และคะแนนสูงสุด ๑๐๐ คะแนน ดังนั้นคะแนนที่ได้นำมาหาค่าเฉลี่ยและแปลความหมายทุกขอรียสัจได้ดังนี้

คะแนนดิบมีค่าระหว่าง ๒๐ - ๑๐๐ คะแนน จัดคะแนนเป็น 3 กลุ่ม

$$\text{ค่าพิสัย} = \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} = \frac{๑๐๐ - ๒๐}{๓} = ๒๖.๗$$

ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ระหว่าง	๒๐.๐ - ๔๖.๗	คะแนน
ระดับพอใช้	คะแนนอยู่ระหว่าง	๔๖.๘ - ๗๓.๔	คะแนน
ระดับดี	คะแนนอยู่ระหว่าง	๗๓.๕ - ๑๐๐.๐	คะแนน

### ๓.๔.๓ แบบสอบถามความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

เป็นข้อคำถามความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ เป็นคำถามปลายปิดให้เลือกตอบ จำนวน ๑๕ ข้อ เป็นข้อคำถามเชิงบวกทุกข้อ โดยมีระดับคะแนนเป็น likert scale ให้เลือกตอบ ๑- ๕ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ข้อความ	ความหมาย	คะแนน
มากที่สุด	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๕
มาก	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๔
ปานกลาง	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๓
น้อย	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๒
น้อยที่สุด	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๑

เกณฑ์การแปลความหมาย ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ เนื่องจากข้อคำถามทุกขอรหัสจของผู้สูงอายุ มี ๑๕ ข้อ ซึ่งไม่มีข้อคำถามทางลบ (Reverse item) โดยแต่ละข้อมีคะแนน ๑-๕ คะแนน มีคะแนนต่ำสุด ๑๕ คะแนน และคะแนนสูงสุด ๗๕ คะแนน ดังนั้นคะแนนที่ได้นำมาหาค่าเฉลี่ยและแปลความหมายความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ได้ดังนี้

คะแนนดิบมีค่าระหว่าง ๑๕ - ๗๕ คะแนน จัดคะแนนเป็น 3 กลุ่ม

$$\text{ค่าพิสัย} = \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} = \frac{๗๕ - ๑๕}{๓} = ๒๐$$

ระดับต่ำ	คะแนนอยู่ระหว่าง	๑๕.๐ - ๓๕.๐	คะแนน
ระดับพอใช้	คะแนนอยู่ระหว่าง	๓๕.๑ - ๕๕.๐	คะแนน
ระดับดี	คะแนนอยู่ระหว่าง	๕๕.๑ - ๗๕.๐	คะแนน

### ๓.๕ การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม แบบสอบถามความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

#### ๓.๕.๑ ทดสอบดัชนีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ ( Index of Consistency : IOC)

นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นจากทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พร้อมข้อคำถามจากการวิจัยที่ผู้วิจัยสนใจ ให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิชีวิตและความตาย และด้านพุทธจิตวิทยา จำนวน ๕ ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ทั้งนี้ผู้วิจัยหาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of item objective congruence:IOC) โดยมีวัตถุประสงค์ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ โดยจะให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาข้อคำถามแล้วให้คะแนนดังนี้

- คะแนน +๑ ถ้าแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์
- คะแนน ๐ ถ้าไม่แน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์
- คะแนน -๑ ถ้าแน่ใจว่าข้อคำถามวัดได้ไม่ตรงตามวัตถุประสงค์

แล้วนำผลคะแนนที่ได้จากผู้ทรงคุณวุฒิคำนวณหาค่า IOC ตามสูตร

$$IOC = \Sigma R/N \quad \text{เมื่อ } \Sigma R = \text{ผลรวมขอคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด}$$

$$N = \text{จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด}$$

- โดยที่เกณฑ์ คือ
- ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ ๐.๕๐-๑.๐๐ มีค่าความเที่ยงตรง ใช้ได้
  - ข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า ๐.๕๐ ต้องปรับปรุง ยังใช้ไม่ได้

ทั้งนี้ ค่าค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC โดยผู้ทรงคุณวุฒิ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่าค่าที่ได้ นั้น มากกว่า ๐.๕ ทุกรายข้อ ถือได้ว่าเครื่องมือนี้มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาใช้ได้ โดยแบบสอบถามทั้งชุดนี้มีค่า IOC เท่ากับ ๐.๘๓ ซึ่งมากกว่าเกณฑ์ที่ยอมรับได้คือไม่น้อยกว่า 0.80

**๓.๕.๒ ทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ (try out)** โดยนำแบบสอบถามที่แก้ไขปรับปรุงแล้ว ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ไปทดลองใช้ (try out) กับผู้สูงวัยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง หนึ่งคนในบางแนว เขตภาษีเจริญ จำนวน ๓๐ ราย ทดสอบความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's Alpha Coefficient) ในแบบสอบถามที่เป็นแบบวัดประมาณค่า (Rating scale) โดยกำหนดระดับความน่าเชื่อถือไม่ต่ำกว่า ๐.๗ เป็นไปตามเกณฑ์ของ (Malhotra & Birks, ๒๐๐๗) ผลการทดสอบพบว่าแบบสอบถามทั้งชุดนี้มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .๘๘ หากความเชื่อมั่นของแบบสอบถามไม่ได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด ผู้วิจัยใช้วิธีทางสถิติที่เรียกว่า Modification index ที่ในการปรับแบบสอบถาม เช่น การตัดข้อคำถามบางข้อ หรือการแก้ไขปรับความชัดเจนของภาษาและความหมายต่อไป ( ตารางที่ ๓.๑)

**ตารางที่ ๓.๑** แสดงค่าการทดสอบ Reliability ตาม Cronbach Method

รายการ	Alpha Coefficient	
	Pilot study	Field study
๑. ทุกขอรหัสของผู้สูงอายุ ( ๒๑ ข้อ)	.๗๒	.๘๕
๒. ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำนวน (๑๕ ข้อ)	.๘๔	.๘๔
๒.๑ ด้านกัลยาณชน (๕ ข้อ)	.๘๒	.๘๗
๒.๒ ด้านกัลยาณมิตร (๗ ข้อ)	.๘๘	.๘๐
๒.๓ ด้านตัวแบบผู้สูงวัย (๓ ข้อ)	.๘๖	.๘๒
แบบสอบถามทั้งชุด ( ๓๖ ข้อ)	.๘๘	.๘๓

สรุปได้ว่าแบบสอบถาม”ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร” สามารถใช้ในงานวิจัยนี้ได้



### ๓.๖ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถาม กรณีที่กลุ่มผู้สูงอายุที่ตกเป็นตัวอย่างมีปัญหาเรื่องการอ่านแบบสอบถาม ผู้วิจัยจะเป็นผู้อ่านแบบสอบถามให้กับผู้สูงอายุ โดยมีขั้นตอนตามลำดับ ดังนี้

๑. ผู้วิจัยทำหนังสือจากคณบดีคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ถึง ผู้อำนวยการเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร เพื่อขออนุญาตดำเนินการวิจัยในพื้นที่ชุมชนวัดชัยฉิมพลี เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

๒. ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในพื้นที่และกลุ่มเป้าหมาย โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลใช้เพียงแบบสอบถามโดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บเองทั้งหมด

๓. ผู้วิจัยใช้พื้นที่หมู่ ๔ หมู่ ๕ และ หมู่ ๖ ซึ่งเป็นพื้นที่ที่เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร กำหนดให้เป็นพื้นที่ชุมชนวัดชัยฉิมพลี โดยใช้เทคนิคการเก็บตัวอย่างแบบบังเอิญ ในผู้สูงอายุตั้งแต่ ๖๐ ปี ในหมู่ ๔ หมู่ ๕ และ หมู่ ๖

๔. เมื่อได้พื้นที่เป้าหมายการเก็บตัวอย่างแล้วคือ หมู่ ๔ หมู่ ๕ และ หมู่ ๖ ชุมชนวัดชัยฉิมพลี ผู้วิจัยได้ประชุมประธานชุมชนทั้ง ๓ หมู่ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการเก็บข้อมูล แจ้งสิทธิการเข้าร่วมหรือปฏิเสธการวิจัยของกลุ่มตัวอย่าง และนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ และจำนวนผู้สูงอายุตัวอย่างของแต่ละหมู่ที่จะลงพื้นที่เก็บข้อมูล

๕. ในวันเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจะเป็นผู้แจกแบบสอบถามและชี้แจงสิทธิการเข้าร่วมหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย และอธิบายวิธีการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง เมื่อผู้สูงอายุที่ตกเป็นตัวอย่างเข้าใจจึงเริ่มดำเนินการเก็บตอบแบบสอบถาม โดยใช้ระยะเวลาประมาณไม่เกิน ๓๐ นาที ในกรณีที่ผู้สูงอายุมีปัญหาทางสายตา หรือ การอ่าน หรือการเขียน ผู้วิจัยได้อ่านแบบสอบถามให้ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างฟังตามข้อคำถามโดยไม่มี การเปลี่ยนแปลงข้อความใดๆทั้งสิ้น และหากกลุ่มตัวอย่างไม่สามารถเขียนคำตอบได้ ผู้วิจัยจะเป็นผู้ลงคำตอบตามที่ผู้วิจัยกลุ่มตัวอย่างเลือกเท่านั้นโดยไม่มี การเปลี่ยนแปลงใดๆ ทั้งนี้หากข้อคำถามข้อใดที่ผู้วิจัยไม่เข้าใจและมีข้อสงสัยในคำถามบางข้อ ผู้วิจัยจะเป็นผู้ชี้แจงเพื่อความกระจ่างในข้อคำถามนั้นๆอย่างเป็นมาตรฐานเหมือนกันหมดทุกรายจนเข้าใจ

๖. เมื่อผู้สูงวัยกลุ่มตัวอย่างตอบข้อคำถามเสร็จสิ้นและส่งคืน ผู้วิจัยจะตรวจความครบถ้วนของการตอบคำถามทุกข้อ หากมีข้อใดไม่ตอบผู้วิจัยจะให้กลุ่มตัวอย่างทำให้ครบทุกข้ออีกครั้ง

๗. ผู้วิจัยป้อนข้อคำถามพร้อมใส่รหัส (Code) โดยใช้โปรแกรมทางสถิติ และก่อนวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องและความเป็นไปได้อ้างอิงข้อมูล (Cleaning data) หากพบว่าแบบสอบถามมีความผิดปกติของคำตอบที่ไม่สอดคล้องกัน ผู้วิจัยจะตัดแบบสอบถามทิ้งทั้งชุด

๘. วิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์และสมมุติฐานการวิจัย โดยใช้สถิติที่เหมาะสมต่อไป

๙. นำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น และหากผู้วิจัยมีการนำเสนอผลการวิจัยในที่ต่างๆ ผู้วิจัยจะหลักการเคารพความเป็นบุคคล (Respect for person) โดยจะไม่ระบุชื่อจริง นามสกุลจริง ภาพถ่ายบุคคล และสถานที่ ที่ไม่ได้รับอนุญาตจากผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างมานำเสนอเป็นอันขาดเพื่อเป็นการปกป้องและเคารพสิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

### ๓.๗ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ตรวจสอบความถูกต้องของทุกข้อความเรียบร้อยแล้ว (Cleaning data) มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ มีรายละเอียดดังนี้

๓.๗.๑ การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา(Descriptive Statistics) รายงานข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง สถิติที่ใช้ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

๓.๗.๒ การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติอนุมาน(Inferential Statistics) ตามสมมุติฐานการวิจัย สถิติที่ใช้ได้แก่ ANOVA และ ANCOVA

## บทที่ ๔

### ผลการศึกษา

การศึกษาความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี จังหวัด กรุงเทพมหานคร ใช้รูปแบบการวิจัยสำรวจเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง แบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Survey Research) เก็บรวบรวมข้อมูลผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปี จำนวน ๑๒๖ คน โดยการประมวลผลข้อมูลจะนำเสนอเป็นภาพรวมทั้งหมด ผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีรายละเอียด ดังนี้

- ๔.๑ คุณลักษณะทั่วไปของผู้อายุ
- ๔.๒ ทุกขอริยสัจสภาวะทางกาย
- ๔.๓ ทุกขอริยสัจสภาวะทางใจ
- ๔.๔ ระดับทุกขอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ
- ๔.๕ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ
- ๔.๖ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ
- ๔.๗ ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทั่วไปกับระดับความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔
- ๔.๘ ความสัมพันธ์ระหว่างทุกขอริยสัจ ๔ กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ
- ๔.๙ การวิเคราะห์อิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

#### ๔.๑ ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่าผู้สูงอายุในการศึกษานี้เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง โดยเป็นเพศชาย ร้อยละ ๕๔.๘ และเพศหญิง ๔๕.๒ อายุส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ ๖๐-๖๙ ปี คิดเป็นร้อยละ ๕๙.๕ รองลงมาเป็นช่วงอายุ ๗๐-๗๙ ปี ร้อยละ ๒๑.๕ และ ช่วงอายุ ๘๐ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๑๙.๐ โดยค่าเฉลี่ยอายุของผู้สูงอายุตัวอย่างนี้ เท่ากับ ๖๙.๓ ปี ส่วนอายุผู้สูงอายุต่ำสุดที่ ๖๐ ปี และอายุมากที่สุด ๙๒ ปี

ระดับการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่จบชั้นประถมศึกษา ร้อยละ ๗๖.๒ มัธยมศึกษา ปวช/ปวส/อนุปริญญา และ ปริญญาตรี ร้อยละ ๑๔.๓ ๔.๐ และ ๕.๕ ตามลำดับ

อาชีพเดิมของผู้สูงอายุ มีอาชีพ ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ ๔๗.๖ รับจ้างทั่วไป ร้อยละ ๓๕.๗ เกษตรกร ร้อยละ ๗.๙ ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ ๔.๘ และแม่บ้าน ร้อยละ ๓.๒

รายได้ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท ร้อยละ ๕๐.๘ รายได้ช่วง ๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐ บาท ร้อยละ ๒๑.๔ รายได้ช่วง ๑๐,๐๐๑ - ๑๕,๐๐๐ ร้อยละ ๑๕.๑ และ รายได้สูงกว่า ๑๕,๐๐๐ ขึ้นไป ร้อยละ ๑๒.๗

สถานภาพสมรส พบว่าผู้สูงอายุมีชีวิตคู่ ร้อยละ ๔๙.๒ โสด ร้อยละ ๑๕.๙ และ เป็นหม้าย/หย่าร้าง/แยกทาง ร้อยละ ๓๔.๙

การอยู่อาศัยกับสมาชิกครอบครัว พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คงอยู่กับครอบครัวและลูกหลาน ๘๒.๕ อยู่ตัวคนเดียว ร้อยละ ๗.๙ และ อยู่กับญาติหรือเพื่อน ร้อยละ ๙.๖

ลักษณะบ้านที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ พบว่าส่วนใหญ่เป็นบ้านของตนเอง ร้อยละ ๖๒.๗ อาศัยอยู่บ้านลูก/หลาน ร้อยละ ๑๙.๘ บ้านญาติ/เพื่อน ร้อยละ ๗.๒ และ บ้านเช่า ร้อยละ ๑๐.๓

ตารางที่ ๔.๑ ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ ( n = ๑๒๖ คน)

ตัวแปร		จำนวน	ร้อยละ
เพศสภาพ	ชาย	๖๙	๕๔.๘
	หญิง	๕๗	๔๕.๒
อายุ (ปี)	๖0-๖๙	๗๕	๕๙.๕
	๗๐-๗๙	๒๗	๒๑.๕
	๘๐ ปี ขึ้นไป	๒๔	๑๙.๐
(ค่าเฉลี่ย±ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = ๖๙.๓±๘.๖ ; ค่าต่ำสุด-ค่าสูงสุด=๖๐-๙๒)			
การศึกษา	ประถมศึกษา	๙๖	๗๖.๒
	มัธยมศึกษา	๑๘	๑๔.๓
	ปวช/ปวส/อนุปริญญา	๕	๔.๐
	ปริญญาตรี	๗	๕.๕
อาชีพเดิม	ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	๖	๔.๘
	พนักงานบริษัทเอกชน	๑	๐.๘
	ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	๖๐	๔๗.๖
	รับจ้างทั่วไป	๔๕	๓๕.๗
	เกษตรกร	๑๐	๗.๙
	แม่บ้าน	๔	๓.๒
รายได้ (บาท)	ต่ำกว่า ๕,๐๐๐	๖๔	๕๐.๘
	๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐	๒๗	๒๑.๔
	๑๐,๐๐๑ - ๑๕,๐๐๐	๑๙	๑๕.๑
	สูงกว่า ๑๕,๐๐๐ ขึ้นไป	๑๖	๑๒.๗
สถานภาพสมรส	โสด	๒๐	๑๕.๙
	คู่	๖๒	๔๙.๒
	หม้าย/หย่าร้าง/แยก	๔๔	๓๔.๙

ตารางที่ ๔.๑ ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ ( ต่อ )

ตัวแปร		จำนวน	ร้อยละ
สมาชิก	คนเดียว	๑๐	๗.๙
ครอบครัว	ครอบครัว/ลูกหลาน	๑๐๔	๘๒.๕
	ญาติ/เพื่อน	๑๒	๙.๖
ลักษณะบ้าน	บ้านตนเอง	๗๙	๖๒.๗
	บ้านลูก/หลาน	๒๕	๑๙.๘
	บ้านญาติ/เพื่อน	๙	๗.๒
	บ้านเช่า	๑๓	๑๐.๓

## ๔.๒ ทุกขอริยสังสภาวะทางกาย

จากตารางที่ ๔.๒ พบว่า ผู้สูงอายุมีทุกขอริยสังสภาวะหรือปัญหาทางกาย โดย ผู้สูงอายุมีสุขภาพแข็งแรงเพียงร้อยละ ๑๓.๕ และมีสุขภาพไม่แข็งแรง ร้อยละ ๘๖.๕ โดยผู้สูงอายุที่มีสุขภาพไม่แข็งแรง ส่วนใหญ่ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง มากถึงร้อยละ ๗๐.๖ รองลงมาป่วยเป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ ๓๓.๙ โรคกระดูกเสื่อม ร้อยละ ๒๒.๐ ภาวะไขมันในเลือดสูง ร้อยละ ๒๑.๑ โรคหัวใจ ร้อยละ ๙.๒ โรคอ้วน ร้อยละ ๙.๒ โรคเก๊าท์ ร้อยละ ๖.๔ โรคไต ร้อยละ ๒.๘ และโรคอื่นๆ เช่น โรคต่อกระจก โรคหูตึง และโรคผิวหนัง ร้อยละ ๖.๔

ตารางที่ ๔.๒ ทุกขอริยสังสภาวะทางกาย

ทุกขอริยสังสภาวะทางกาย	จำนวน	ร้อยละ
สุขภาพแข็งแรง	๑๗	๑๓.๕
สุขภาพไม่แข็งแรง	๑๐๙	๘๖.๕
โรคความดันโลหิตสูง	๗๗	๗๐.๖
โรคเบาหวาน	๓๗	๓๓.๙
โรคกระดูกเสื่อม	๒๔	๒๒.๐
ภาวะไขมันในเลือดสูง	๒๓	๒๑.๑
โรคหัวใจ	๑๐	๙.๒
โรคอ้วน	๑๐	๙.๒
โรคเก๊าท์	๗	๖.๔
โรคความจำเสื่อม	๗	๖.๔
โรคไต	๓	๒.๘
โรคอื่นๆ (โรคต่อกระจก โรคหูตึง โรคผิวหนัง)	๗	๖.๔

### ๔.๓ ทุกขอริยสังสภาวะทางใจ

จากตารางที่ ๔.๓ พบว่า ผู้สูงอายุมีทุกขอริยสังหรือปัญหาทางใจ โดยพบว่า ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดี ร้อยละ ๕๖.๓ และอีก ร้อยละ ๔๓.๗ มีปัญหาสุขภาพจิต โดยผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพจิต ส่วนมากมีความวิตกกังวล ร้อยละ ๔๕.๕ มีภาวะเครียด ร้อยละ ๒๓.๖ รู้สึกท้อแท้ ร้อยละ ๒๐.๐ เกิดภาวะซึมเศร้า ร้อยละ ๑๖.๔ เบื่อหน่าย ร้อยละ ๑๖.๔ และรู้สึกหมดหวังในชีวิต ร้อยละ ๑๖.๔

ตารางที่ ๔.๓ ทุกขอริยสังสภาวะทางจิตใจ

ทุกขอริยสังสภาวะทางจิต	จำนวน	ร้อยละ
สุขภาพจิตดี	๗๑	๕๖.๓
ปัญหาสุขภาพจิตแรง	๕๕	๔๓.๗
วิตกกังวล	๒๕	๔๕.๕
ภาวะเครียด	๑๓	๒๓.๖
ท้อแท้	๑๑	๒๐.๐
ภาวะซึมเศร้า	๙	๑๖.๔
เบื่อหน่าย	๙	๑๖.๔
หมดหวัง	๙	๑๖.๔

#### ๔.๔ ระดับทุกขอริยสังข์ของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยนิมพลี มีระดับทุกขอริยสังข์อยู่ในระดับพอใช้ โดยมีค่าเฉลี่ย ๓.๓ คะแนน

ตารางที่ ๔.๔ ระดับทุกขอริยสังข์ของผู้สูงอายุ

	ข้อความ	ค่าเฉลี่ย $\pm$ sd.	ระดับ
๑	สุขภาพของท่านแข็งแรงดี สามารถทำงานได้ตามปกติ	๓.๒ $\pm$ ๐.๙	พอใช้
๒	แม้อายุมากขึ้นท่านสามารถปฏิบัติหน้าที่การทำงานได้เหมือนเดิม	๓.๐ $\pm$ ๐.๙	พอใช้
๓	ท่านสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่ว	๓.๐ $\pm$ ๐.๙	พอใช้
๔	ท่านสามารถพักผ่อน นอนหลับได้เป็นปกติ	๓.๐ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
๕	สภาพแวดล้อมในบ้านท่านมีความปลอดภัย	๓.๔ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
๖	ในขณะนี้ท่านไม่มีความกังวลใจเกี่ยวกับหนี้สิน	๓.๖ $\pm$ ๑.๒	ดี
๗	ท่านหดหู่ใจและเสียใจเมื่อบุคคลในครอบครัว ญาติมิตร หรือเพื่อนเสียชีวิต	๒.๙ $\pm$ ๑.๑	พอใช้
๘	ท่านทนยอมรับได้เมื่อท่านผิดหวัง	๓.๔ $\pm$ ๑.๐	พอใช้
๙	ท่านไม่รู้สึกร้อยใจหรือไม่เสียใจเมื่อลูกหลานไม่เชื่อฟัง	๓.๓ $\pm$ ๑.๑	พอใช้
๑๐	ท่านไม่รู้สึกรำคาญเมื่อท่านไม่ได้รับความสนใจ	๓.๔ $\pm$ ๑.๑	พอใช้
๑๑	ท่านไม่รู้สึกรำคาญเมื่อถูกทิ้งให้อยู่คนเดียว	๓.๓ $\pm$ ๑.๐	พอใช้
๑๒	ท่านวางแผนการใช้ชีวิตในวัยชรา	๓.๐ $\pm$ ๐.๙	พอใช้
๑๓	ท่านมีวินัยในการดำรงชีวิต	๓.๓ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
๑๔	ท่านช่วยเหลือเกื้อหนุนบุตรหลาน ญาติ และมิตร	๓.๔ $\pm$ ๐.๙	พอใช้
๑๕	ท่านทำบุญตักบาตร เข้าวัด ฟังธรรม	๓.๑ $\pm$ ๐.๙	พอใช้
๑๖	ท่านสวดมนต์ นั่งสมาธิ	๒.๖ $\pm$ ๑.๐	พอใช้
๑๗	ท่านเข้าใจธรรมชาติของชีวิตว่าต้องมีความเสื่อม	๓.๕ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
๑๘	ท่านเข้าใจและยอมรับความเจ็บปวดและความตายที่จะเกิดขึ้น	๓.๔ $\pm$ ๐.๙	พอใช้
๑๙	ท่านได้รับความยอมรับนับถือจากผู้คน	๓.๔ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
๒๐	ผู้มีจิตใจสงบ เยือกเย็น มักเป็นที่รักของผู้คน	๓.๕ $\pm$ ๐.๗	พอใช้
๒๑	ท่านให้อภัยแก่ผู้ทำผิดเสมอ	๓.๕ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
	ค่าเฉลี่ยทั้ง ๒๑ ข้อ คำถาม	๓.๓ $\pm$ ๐.๔	พอใช้

#### ๔.๕ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

จากตารางที่ ๔.๕ พบว่า ผู้สูงอายุมีระดับความงอกงามแห่งตน อยู่ในระดับพอใช้ (คะแนนเฉลี่ย ๓.๕ คะแนน) เมื่อแยกพิจารณากระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุด้านกัลยาณชน พบว่า อยู่ในระดับดี (คะแนนเฉลี่ย ๓.๗) ส่วนระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ด้านกัลยาณมิตร พบว่าอยู่ใน ระดับพอใช้ (คะแนนเฉลี่ย ๓.๓) และ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุด้านตัวแบบ ผู้สูงอายุ พบว่า อยู่ในระดับดี (คะแนนเฉลี่ย ๓.๖)

ตารางที่ ๔.๕ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ลำดับ	ข้อความ	ค่าเฉลี่ย $\pm$ sd.	ระดับ
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนที่โดยไม่หวังผลตอบแทน	๓.๗ $\pm$ ๐.๘	ดี
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	๓.๙ $\pm$ ๐.๗	ดี
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติ	๓.๕ $\pm$ ๐.๗	พอใช้
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	๓.๗ $\pm$ ๐.๘	ดี
๕	ท่านระลึกถึงผู้สืบทอดในขณะ คิด พูด และกระทำ	๓.๕ $\pm$ ๐.๗	พอใช้
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		๓.๗ $\pm$ ๐.๖	ดี
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	๓.๔ $\pm$ ๐.๗	พอใช้
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับ	๓.๔ $\pm$ ๐.๗	พอใช้
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	๓.๓ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ยอมรับ	๓.๓ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	๓.๔ $\pm$ ๐.๗	พอใช้
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	๓.๒ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	๓.๘ $\pm$ ๐.๘	ดี
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๓.๔ $\pm$ ๐.๖	พอใช้
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	๓.๘ $\pm$ ๐.๘	ดี
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	๓.๗ $\pm$ ๐.๘	ดี
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	๓.๔ $\pm$ ๐.๘	พอใช้
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		๓.๖ $\pm$ ๐.๗	ดี
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		๓.๕ $\pm$ ๐.๖	พอใช้



## ๔.๖ เปรียบเทียบความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

### ๔.๖.๑ เปรียบเทียบความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ รายข้อ จำแนกตามเพศ

จากตาราง ๔.๖ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติ t-test เปรียบเทียบความแตกต่างของ ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศ พบว่า ผู้สูงอายุเพศชายมีความงอกงามแห่งตน ที่แตกต่างกันกับผู้สูงอายุเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๒.๒๖๔$  ,  $p\text{-value} = .๐๒๕$ ) และเมื่อพิจารณารายด้าน อธิบายได้ว่า

ด้านกัลยาณกัลยาณชน พบว่าผู้สูงอายุเพศชายมีความงอกงามแห่งตนไม่แตกต่างกันกับผู้สูงอายุเพศหญิง ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๑.๖๒๒$  ,  $p\text{-value} = .๑๐๗$ )

ด้านกัลยาณมิตร พบว่าผู้สูงอายุที่เพศชายมีความงอกงามแห่งตนที่แตกต่างกับกับผู้สูงอายุเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๒.๐๘๘$  ,  $p\text{-value} = .๐๓๙$ ) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๒ ข้อ ได้แก่ ข้อ ๘ คือ ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ และ ข้อที่ ๑๐ คือ ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่เพศชายมีความงอกงามแห่งตนที่แตกต่างกับกับผู้สูงอายุเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๒.๖๙๓$  ,  $p\text{-value} = .๐๐๘$ ) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๒ ข้อ ได้แก่ ข้อ ๑๔ คือ ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว และ ข้อที่ ๑๕ คือ ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ

ตารางที่ ๔.๖ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายुरายข้อ จำแนกตามเพศ

ลำดับ	ข้อความ	t-test	P value
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนที่ไม่มีหวังผลตอบแทน	๑.๒๖๙	.๒๐๗
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	๑.๕๒๒	.๑๓๐
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติ	๑.๘๗๙	.๐๖๓
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	.๘๙๕	.๓๗๒
๕	ท่านระลึกถึงตัวในขณะที่ คิด พูด และกระทำ	๑.๐๓๗	.๓๐๒
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		๑.๖๒๒	.๑๐๗

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < .๐๕$  , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < .๐๐๑$

ตารางที่ ๔.๖ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามเพศ (ต่อ)

ลำดับ	ข้อความ	t-test	P value
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	๑.๖๕๘	.๑๐๐
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่พึ่งได้	๑.๖๕๓	.๑๐๑
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	๓.๑๑๓	.๐๐๒**
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ปรึกษาได้	๑.๘๑๘	.๐๗๑
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	๒.๓๗๑	.๐๑๙*
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	.๙๒๙	.๓๕๕
๑๒	ท่านมั่นคงในความคิด ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	.๔๑๐	.๖๘๒
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๒.๐๘๘	.๐๓๙*
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	.๙๑๕	.๓๖๒
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	๒.๔๑๘	.๐๑๗*
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	๓.๔๓๖	.๐๐๑**
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		๒.๖๙๓	.๐๐๘**
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		๒.๒๖๔	.๐๒๕*

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕ , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๐๑

**๔.๖.๒ เปรียบเทียบความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ รายข้อ แยกตามช่วงอายุ**

จากตาราง ๔.๗ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติ ANOVA เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามช่วงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่ช่วงอายุต่างกันมีความงอกงามแห่งตนที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = .๙๕๐, p\text{-value} = .๓๘๙$ ) และเมื่อพิจารณารายด้านอธิบายได้ว่า

ด้านกัลยาณชน ไม่พบว่าผู้สูงอายุที่ช่วงอายุต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = .๕๐๕, p\text{-value} = .๖๐๕$ )

ด้านกัลยาณมิตร ไม่พบว่าผู้สูงอายุที่ช่วงอายุต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณมิตร ที่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๑.๕๙๑, p\text{-value} = .๒๐๘$ )

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ ไม่พบว่าผู้สูงอายุที่ช่วงอายุต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านตัวแบบผู้สูงอายุ ที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = .๓๖๖, p\text{-value} = .๖๙๔$ )

ตารางที่ ๔.๗ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายुरายข้อ จำแนกตามช่วงอายุ

ลำดับ	ข้อความ	F-test	p-value
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนโดยไม่หวังผลตอบแทน	๑.๑๔๗	.๓๒๑
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	.๐๖๓	.๙๓๙
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติ	.๑๕๘	.๘๕๔
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	๒.๕๐๙	.๐๘๕
๕	ท่านระลึกถึงรู้สึกตัวในขณะ คิด พูด และกระทำ	.๔๖๖	.๖๒๙
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		.๕๐๕	.๖๐๕
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	.๔๔๖	.๖๔๑
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่พึงได้	๓.๕๑๙	.๐๓๓*
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	๑.๔๙๘	.๒๒๘
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ปรึกษาได้	๒.๓๗๕	.๐๙๗
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	๑.๖๖๔	.๑๙๔
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	.๖๐๘	.๕๔๖
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	.๔๔๖	.๖๔๑
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๑.๕๙๑	.๒๐๘
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	.๑๕๘	.๘๕๔
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	.๕๗๔	.๕๖๕
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	.๙๐๔	.๔๐๘
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		.๓๖๖	.๖๙๔
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		.๙๕๐	.๓๘๙

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕ , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๐๑

**๔.๖.๓ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา**

จากตาราง ๔.๘ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติ ANOVA เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่างกันไม่พบว่ามีความงอกงามแห่งตน ที่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๑.๕๓๘ , p\text{-value} = ๐.๐๘๘$ ) และเมื่อพิจารณารายด้าน อธิบายได้ว่า

ด้านกัลยาณชน ไม่พบว่ามีระดับการศึกษาต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๒.๕๙๕ , p\text{-value} = ๐.๐๕๖$ )

ด้านกัลยาณมิตร ไม่พบว่ามีระดับการศึกษาต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณมิตร ที่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๑.๕๘๕ , p\text{-value} = ๐.๐๙๗$ )

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านตัวแบบผู้สูงอายุ ที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๓.๒๐๕ , p\text{-value} = ๐.๐๒๖^*$ ) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๑ ข้อ คือ ข้อ ๑๓ คือ ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ

ตารางที่ ๔.๘ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามระดับการศึกษา

ลำดับ	ข้อความ	F-test	p-
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน	๑.๗๒๖	.๑๖๕
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	.๕๒๖	.๖๖๖
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความ	๑.๓๗๙	.๒๕๒
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	๑.๒๕๑	.๒๙๔
๕	ท่านระลึกถึงผู้รักในตัวในขณะ คิด พูด และกระทำ	๒.๗๗๓	.๐๔๔*
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		๒.๕๙๕	.๐๕๖
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	๒.๐๒๘	.๑๑๓
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับ	๒.๐๒๔	.๑๑๔
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	๓.๐๕๑	.๐๓๑*
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ยอมรับ	๑.๙๔๒	.๑๒๖
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	๓.๑๘๒	.๐๒๖*
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	๒.๐๖๘	.๑๐๘
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	๑.๑๓๑	.๓๓๙
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๑.๕๘๕	.๐๙๗
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	๒.๙๓๑	.๐๓๖*
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	.๔๕๔	.๗๑๕
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	๑.๐๔๖	.๓๑๕
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		๓.๒๐๕	.๐๒๖*
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		๑.๕๓๘	.๐๘๘

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕ , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๐๑

**๔.๖.๔ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามอาชีพ**

จากตาราง ๔.๙ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติ ANOVA เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามอาชีพ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีอาชีพต่างกันไม่พบว่ามีความงอกงามแห่งตน ที่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๑.๕๑๓$  ,  $p\text{-value} = .๒๑๔$  ) และเมื่อพิจารณาทางด้าน อธิบายได้ว่า

ด้านกัลยาณชน พบว่าผู้สูงอายุที่มีอาชีพต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๑.๐๖๙$  ,  $p\text{-value} = .๓๖๕$  )

ด้านกัลยาณมิตร พบว่าผู้สูงอายุที่มีอาชีพต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณมิตรที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = ๑.๕๑๓$  ,  $p\text{-value} = .๒๑๔$  )

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่มีอาชีพต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (  $t\text{-test} = .๘๔๒$  ,  $p\text{-value} = .๔๓๓$  )

ตารางที่ ๔.๙ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามอาชีพ

ลำดับ	ข้อความ	ค่าเฉลี่ย±sd.	ระดับ
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนที่ไม่มีหวังผลตอบแทน	.๒๙๗	.๘๒๗
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	๑.๒๐๖	.๓๑๐
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติ	๑.๕๒๖	.๒๑๑
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	.๙๓๔	.๔๒๗
๕	ท่านระลึกถึงตัวในขณะ คิด พูด และกระทำ	๒.๑๘๔	.๐๙๓
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		๑.๐๖๙	.๓๖๕
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	๑.๕๗๖	.๑๙๙
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับ	.๗๙๙	.๔๙๗
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	.๗๘๒	.๕๐๖
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ยอมรับ	๑.๕๗๖	.๑๙๙
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	.๗๙๙	.๔๙๗
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	.๗๘๒	.๕๐๖
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	๑.๕๗๖	.๑๙๙
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๒.๑๗๑	.๐๙๕
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	.๗๘๒	.๕๐๖
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	๑.๕๗๖	.๑๙๙
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	.๗๙๙	.๔๙๗
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		.๘๔๒	.๔๓๓
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		๑.๕๑๓	.๒๑๔

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < .๐๕$  , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < .๐๐๑$

#### ๔.๖.๕ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้

จากตาราง ๔.๑๐ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติ ANOVA เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามรายได้ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๓.๘๖๑, p\text{-value} = .๐๑๑^*$ ) และเมื่อพิจารณารายด้าน อธิบายได้ว่า

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านตัวแบบผู้สูงอายุที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๓.๒๐๕, p\text{-value} = .๐๒๖^*$ ) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๑ ข้อ คือ ข้อ ๑๓ คือ ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ

ด้านกัลยาณชน พบว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๖.๕๒๓, p\text{-value} = .๐๐๑^{**}$ ) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่า มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๒ ข้อ คือ ข้อที่ ๔ ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ และ ข้อที่ ๕ ท่านระลึกความรู้สึกตัวในขณะที่ คิด พูด และกระทำ

ด้านกัลยาณมิตร พบว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณมิตร ที่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๔.๘๘๙, p\text{-value} = .๐๐๓^{**}$ ) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๖ ข้อ ได้แก่ ข้อที่ ๖ ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น ข้อที่ ๗ ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับ ข้อที่ ๘ ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ ข้อที่ ๙ ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ยอมรับได้ ข้อที่ ๑๐ ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น ข้อที่ ๑๑ ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย และ ข้อที่ ๑๒ ท่านมั่นคงในความคิด ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านตัวแบบผู้สูงอายุที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๗.๒๐๑, p\text{-value} = .๐๐๑^{**}$ ) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๖ ข้อ ได้แก่ ข้อ ๑๔ คือ ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว และ ข้อที่ ๑๕ คือ ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ

ตารางที่ ๔.๑๐ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามรายได้

ลำดับ	ข้อความ	F-test	p-value
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนที่ไม่มีหวังผลตอบแทน	๒.๔๓๓	.๐๖๘
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	๒.๓๓๔	.๐๗๗
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติ	๒.๔๐๔	.๐๗๑
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	๔.๗๖๑	.๐๐๔**
๕	ท่านระลึกถึงผู้สวักในขณะ คิด พูด และกระทำ	๔.๗๕๕	.๐๐๔**
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		๖.๕๒๓	.๐๐๑**
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	๕.๕๒๘	.๐๐๑**
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับ	๕.๖๕๕	.๐๐๑**
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	๕.๔๐๔	.๐๐๒**
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ยอมรับ	๓.๐๕๙	.๐๓๑*
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	๔.๒๒๓	.๐๐๗**
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	๖.๒๓๙	.๐๐๑**
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	๒.๙๗๐	.๐๓๕*
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๔.๘๘๙	.๐๐๓**
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	๒.๕๖๑	.๐๕๘
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	๓.๗๑๔	.๐๑๓*
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	๒.๗๙๑	.๐๔๓*
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		๗.๒๐๑	.๐๐๑**
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		๓.๘๖๑	.๐๑๑*

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕ , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๐๑

#### ๔.๖.๖ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพสมรส

จากตาราง ๔.๑๑ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติ ANOVA เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามสถานภาพสมรส พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( t-test = ๕.๘๘๖, p-value = .๐๐๔\*\*) และเมื่อพิจารณารายด้าน อธิบายได้ว่า

ด้านกัลยาณชน พบว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( t-test = ๔.๖๒๔ , p-value = .๐๑๒\*) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๒ ข้อ ได้แก่ ข้อ ๔ ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ และ ข้อ ๕ ท่านระลึกความรู้สึกตัวในขณะที่ คิด พูด และกระทำ

ด้านกัลยาณมิตร พบว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณมิตรที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( t-test = ๔.๔๘๐ , p-value = .๐๑๓\*) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๓ ข้อ ได้แก่ ข้อ ๘ ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ ข้อ ๙ ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ปรึกษาได้ และ ข้อ ๑๑ ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( t-test = ๖.๖๘๒ , p-value = .๐๐๒\*\*) และเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายข้อ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จำนวน ๒ ข้อ ได้แก่ ข้อ ๑๔ ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว และ ข้อ ๑๕ ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ



ตารางที่ ๔.๑๑ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามสถานภาพสมรส

ลำดับ	ข้อความ	F-test	p-value
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนที่โดยไม่หวังผลตอบแทน	๒.๘๘๐	.๐๖๐
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	๑.๐๐๙	.๓๖๘
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติ	๒.๑๘๒	.๑๑๗
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	๔.๐๔๘	.๐๒๐*
๕	ท่านระลึกถึงตัวในขณะ คิด พูด และกระทำ	๗.๔๑๖	.๐๐๑**
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		๔.๖๒๔	.๐๑๒*
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	.๙๙๐	.๓๗๕
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่พึงได้	๑.๗๒๔	.๑๘๓
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	๔.๕๕๔	.๐๑๒*
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ปรึกษาได้	๖.๕๖๐	.๐๐๒**
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	๑.๙๘๖	.๑๔๒
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	๓.๔๙๖	.๐๓๓*
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	๒.๕๖๒	.๐๘๑
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๔.๔๘๐	.๐๑๓*
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	๒.๔๐๘	.๐๙๔
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	๖.๔๐๓	.๐๐๒**
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	๖.๔๕๒	.๐๐๒**
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		๖.๖๘๒	.๐๐๒**
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		๕.๘๘๖	.๐๐๔**

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕ , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๐๑

#### ๔.๖.๗ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ แยกตามการอาศัยกับครอบครัว

จากตาราง ๔.๑๒ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติ ANOVA เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามการอาศัยกับครอบครัว พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรส ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนแตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๑.๐๓๕, p\text{-value} = .๓๕๘$ ) และเมื่อพิจารณาทางด้าน อธิบายได้ว่า

ด้านกัลยาณชน พบว่าผู้สูงอายุที่การอาศัยกับครอบครัว ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = .๘๘๖, p\text{-value} = .๔๑๕$ )

ด้านกัลยาณมิตร พบว่าผู้สูงอายุที่การอาศัยกับครอบครัว ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณมิตรที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๑.๑๐๐, p\text{-value} = .๓๓๖$ )

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่การอาศัยกับครอบครัว ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = .๕๒๑, p\text{-value} = .๕๙๕$ )

ตารางที่ ๔.๑๒ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามการอาศัยกับครอบครัว

ลำดับ	ข้อความ	F-test	p-value
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนที่โดยไม่หวังผลตอบแทน	.๔๒๑	.๖๕๗
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	.๑๕๕	.๘๕๗
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความ	๗.๒๒๑	.๐๐๑**
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	.๗๕๔	.๔๗๓
๕	ท่านระลึกถึงผู้สืบทอดในขณะ คิด พูด และกระทำ	.๘๘๗	.๔๑๔
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		.๘๘๖	.๔๑๕
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	๒.๒๓๐	.๑๑๒
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับ	๑.๘๖๓	.๑๖๐
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ	๓.๘๘๙	.๐๒๓*
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ยอมรับ	.๕๔๑	.๕๘๔
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	.๕๙๔	.๕๕๔
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	.๐๖๑	.๘๔๑
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	.๑๒๙	.๘๗๙
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๑.๑๐๐	.๓๓๖
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	๓.๙๙๗	.๐๒๑*
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	.๗๘๓	.๔๕๙
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	.๔๗๒	.๖๒๕
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		.๕๒๑	.๕๙๕
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		๑.๐๓๕	.๓๕๘

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < .๐๕$  , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < .๐๐๑$

**๔.๖.๘ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ แยกความเป็นเจ้าบ้าน**

จากตาราง ๔.๑๓ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติ ANOVA เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ จำแนกตามความเป็นเจ้าบ้าน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสต่างกันมีความงอกงามแห่งตนแตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๑.๔๒๐, p\text{-value} = .๒๔๐$ ) และเมื่อพิจารณารายด้าน อธิบายได้ว่า

ด้านกัลยาณชน พบว่าผู้สูงอายุที่ความเป็นเจ้าบ้าน ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๒.๔๐๒, p\text{-value} = .๐๗๑$ )

ด้านกัลยาณมิตร พบว่าผู้สูงอายุที่ความเป็นเจ้าบ้าน ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = ๑.๔๗๕, p\text{-value} = .๒๒๕$ )

ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุที่ความเป็นเจ้าบ้าน ต่างกันมีความงอกงามแห่งตนด้านกัลยาณชนที่ไม่แตกต่างกัน ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ( $t\text{-test} = .๗๙๖, p\text{-value} = .๔๔๘$ )

ตารางที่ ๔.๑๓ เปรียบเทียบความแตกต่างความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุรายข้อ จำแนกตามเจ้าบ้าน

ลำดับ	ข้อความ	F-test	p-value
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนโดยไม่หวังผลตอบแทน	.๖๘๐	.๕๖๖
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	๑.๗๐๑	.๑๗๐
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติ	๔.๐๔๙	.๐๐๙**
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	๒.๐๔๖	.๑๑๑
๕	ท่านระลึกถึงผู้สืบทอดในขณะ คิด พูด และกระทำ	๑.๘๐๐	.๑๕๑
กัลยาณชน ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑-๕ ข้อ คำถาม		๒.๔๐๒	.๐๗๑
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	๑.๓๔๔	.๒๖๓
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับ	๑.๖๗๒	.๑๗๖
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	๑.๔๕๖	.๒๓๐
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ยอมรับ	.๗๑๒	.๕๔๖
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	.๕๗๗	.๖๓๑
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	๑.๔๒๙	.๒๓๘
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	๒.๒๔๑	.๐๘๗
กัลยาณมิตร ค่าเฉลี่ยทั้ง ๖-๑๒ ข้อ คำถาม		๑.๔๗๕	.๒๒๕
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	๒.๓๖๑	.๐๗๕
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	๑.๐๙๙	.๓๕๒
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	.๖๘๗	.๕๖๒
ตัวแบบผู้สูงอายุ ค่าเฉลี่ยทั้ง ๑๓-๑๕ ข้อ คำถาม		.๗๙๖	.๔๔๘
ค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนทั้ง ๑๕ ข้อ คำถาม		๑.๔๒๐	.๒๔๐

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < .๐๕$  , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่  $p\text{-value} < .๐๐๑$

#### ๔.๗ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

จากตารางที่ ๔.๑๔ การทดสอบความสัมพันธ์ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .๐๕ พบว่า เพศ สถานภาพสมรส และ รายได้ มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ส่วน อายุ อาชีพ การอยู่อาศัยกับสมาชิกครอบครัว และ ความเป็นเจ้าบ้าน ไม่มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ อธิบายรายละเอียดเพิ่มเติมได้ดังนี้

ผู้สูงอายุเพศหญิงมีความงอกงามแห่งตนระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุเพศชาย คิดเป็นร้อยละ ๓๕.๑ และ ๑๕.๙ ตามลำดับ สำหรับผู้สูงอายุที่มีรายได้มากขึ้นมีความงอกงามแห่งตนระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยกว่า โดยเรียงจากมากไปน้อยจากจำนวนร้อยละสูงไปต่ำของผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงกว่า ๑๕,๐๐๐ บาท ๑๐,๐๐๑-๑๕,๐๐๐ บาท ๕,๐๐๑-๑๐,๐๐๐ บาท และ ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๖๒.๕ ๒๖.๓ ๒๒.๒ และ ๑๕.๖ ตามลำดับ ส่วนผู้สูงอายุที่เป็น หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่ ส่วนใหญ่มีความงอกงามแห่งตนระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุที่มีชีวิตคู่ และ ใช้ชีวิตโสด คิดเป็นร้อยละ ๓๘.๖ ๑๗.๖ และ ๑๔.๓ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๑๔ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	จำนวน (n)	ความงอกงามแห่งตน						p-value
		ต่ำ		ปานกลาง		ดี		
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
เพศ							.๐๔๖	
หญิง	๕๗	๑๐	๑๗.๕	๒๗	๔๗.๔	๒๐	๓๕.๑	
ชาย	๖๙	๑๖	๒๓.๒	๔๒	๖๐.๙	๑๑	๑๕.๙	
อายุ							.๔๕๗	
๖๐-๖๙ ปี	๗๕	๑๒	๑๖.๐	๔๔	๕๘.๗	๑๙	๒๕.๓	
๗๐-๗๙ ปี	๒๗	๗	๒๕.๙	๑๒	๔๔.๔	๘	๒๙.๖	
๘๐ ปี ขึ้นไป	๒๔	๗	๒๙.๒	๑๓	๕๔.๒	๔	๑๖.๗	
การศึกษา#							.๕๗๑	
ประถมศึกษา	๙๖	๒๑	๒๑.๙	๕๔	๕๖.๓	๒๑	๒๑.๙	
มัธยมศึกษา	๑๘	๔	๒๒.๒	๙	๕๐.๐	๕	๒๗.๘	
ปวช/ปวส ขึ้นไป	๑๒	๑	๘.๓	๖	๕๐.๐	๕	๔๑.๗	
รายได้ #							.๐๐๑**	
>๑๕๐๐๐ ขึ้นไป	๑๖	๑	๖.๓	๕	๓๑.๓	๑๐	๖๒.๕	
๑๐๐๐๑-๑๕๐๐๐ บาท	๑๙	๐	๐.๐	๑๔	๗๓.๗	๕	๒๖.๓	
๕๐๐๑-๑๐๐๐๐ บาท	๒๗	๗	๒๕.๙	๑๔	๕๑.๙	๖	๒๒.๒	
< ๕๐๐๐ บาท	๖๔	๑๘	๒๘.๑	๓๖	๕๖.๓	๑๐	๑๕.๖	

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕ , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๐๑

# Pearson Chi-Square

## Yates continuity correction

ตารางที่ ๔.๑๔ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ (ต่อ)

ตัวแปร	จำนวน (n)	ความงอกงามแห่งตน						p-value
		ต่ำ		ปานกลาง		ดี		
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
อาชีพ#								.๓๑๙
ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	๖	๑	๑๖.๗	๒	๓๓.๓	๓	๕๐.๐	
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	๖๐	๘	๑๓.๓	๓๘	๖๓.๓	๑๔	๒๓.๓	
รับจ้างทั่วไป	๕๐	๑๕	๓๐.๐	๒๔	๔๘.๐	๑๑	๒๒.๐	
เกษตรกร	๑๐	๒	๒๐.๐	๕	๕๐.๐	๓	๓๐.๐	
สถานภาพสมรส #								.๐๔๖
โสด	๑๔	๕	๓๕.๗	๗	๕๐.๐	๒	๑๔.๓	
คู่	๖๘	๑๔	๒๐.๖	๔๒	๖๑.๘	๑๒	๑๗.๖	
หม้าย/หย่า/แยก	๔๔	๗	๑๕.๙	๒๐	๔๕.๕	๑๗	๓๘.๖	
อาศัยกับครอบครัว #								.๖๙๔
อยู่คนเดียว	๑๐	๓	๓๐.๐	๕	๕๐.๐	๒	๒๐.๐	
ครอบครัวและ ลูกหลาน	๑๐๔	๑๙	๑๘.๓	๕๙	๕๖.๗	๒๖	๒๕.๐	
เพื่อน/ญาติ	๑๒	๔	๓๓.๓	๕	๔๑.๗	๓	๒๕.๐	
เจ้าบ้าน #								.๖๖๖
บ้านตนเอง	๗๙	๑๕	๑๙.๐	๔๒	๕๓.๒	๒๒	๒๗.๘	
บ้านลูก/หลาน	๒๕	๕	๒๐.๐	๑๖	๖๔.๐	๔	๑๖.๐	
ญาติ/เพื่อน	๙	๓	๓๓.๓	๓	๓๓.๓	๓	๓๓.๓	
บ้านเช่า	๑๓	๓	๒๓.๑	๘	๖๑.๕	๒	๑๕.๔	

หมายเหตุ : \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value &lt; .๐๕ , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value &lt; .๐๐๑

# Pearson Chi-Square

## Yates continuity correction

#### ๔.๘ ความสัมพันธ์ระหว่างระดับทุกขอริยสังกับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

จากตารางที่ ๔.๑๕ การทดสอบความสัมพันธ์ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .๐๕ พบว่า ระดับความทุกขอริยสัง มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยผู้สูงอายุที่มีระดับทุกขอริยสังต่ำจะมีความงอกงามแห่งตนระดับดี สูงกว่าผู้สูงอายุที่มีระดับทุกขอริยสังปานกลาง และ สูง คิดเป็นร้อยละ ๖๐.๐ ๒๓.๕ และ ๐.๐ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๑๕ ความสัมพันธ์ระหว่างระดับทุกขอริยสังกับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ตัวแปร	จำนวน (n)	ความงอกงามแห่งตน						p-value
		ต่ำ		ปานกลาง		ดี		
		จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
ระดับทุกขอริยสัง								.๐๐๑*
ระดับต่ำ	๒๐	๔	๒๐.๐	๔	๒๐.๐	๑๒	๖๐.๐	
ระดับปานกลาง	๘๑	๑๐	๑๒.๓	๕๒	๖๔.๒	๑๙	๒๓.๕	
ระดับสูง	๒๕	๑๒	๔๘.๐	๑๓	๕๒.๐	๐	๐.๐	

\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕ , \*\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๐๑

### ๔.๙ อิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

#### ๔.๙.๑ การวิเคราะห์อิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

การวิเคราะห์อิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยวิเคราะห์อิทธิพลร่วมที่อาจส่งผลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ รายได้ สถานภาพสมรส และ ระดับทุกข์ขอรียสัจของผู้สูงอายุ โดยกำหนดค่าตัวแปร ดังนี้

ตัวแปรเพศ (A) มีค่า ๒ ค่า ได้แก่ เพศชาย และเพศหญิง

ตัวแปรรายได้ (B) มี ๔ ค่า ได้แก่ ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท ๕๐๐๑-๑๐๐๐๐ บาท

๑๐๐๐๑-๑๕๐๐๐ บาท และ สูงกว่า ๑๕๐๐๐ ขึ้นไป

ตัวแปรสถานภาพสมรส (C) มีค่า ๓ ค่า ได้แก่ โสด คู่ หม้าย/หย่า/แยก

ปัจจัยด้านความทุกข์ขอรียสัจของผู้สูงอายุ (D) ได้แก่ ระดับต่ำ ระดับปานกลาง และ ระดับมาก

จากตัวแปร/ปัจจัยทั้ง ๔ ตัว สามารถนำมาพิจารณาจำนวนของอิทธิพลร่วมที่ส่งผลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ได้ดังนี้ AB AC AD BC BD CD ABC ABD BCD และ ABCD

ตารางที่ ๔.๑๖ อิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

Source	SS	Df	MS	F	Sig.
Corrected Model	๒๕.๔๗๓ <sup>a</sup>	๔๐	.๖๓๗	๓.๑๔๕	.๐๐๑*
Intercept	๔๙๔.๗๗๐	๑	๔๙๔.๗๗๐	๒๔๔๓.๒๓๔	.๐๐๑*
A	๒.๖๔๔	๑	๒.๖๔๔	๑๓.๐๕๔	.๐๐๑*
B	.๒๐๘	๒	.๑๐๔	.๕๑๓	.๖๐๑
C	๑.๐๙๖	๓	.๓๖๕	๑.๘๐๕	.๑๕๒
D	๒.๙๘๓	๒	๑.๔๙๒	๗.๓๖๖	.๐๐๑*
AB	.๓๙๘	๒	.๑๙๙	.๙๘๓	.๓๗๘
AC	๑.๗๕๔	๓	.๕๘๕	๒.๘๘๘	.๐๔๐*
AD	.๓๕๕	๒	.๑๗๘	.๘๗๗	.๔๒๐
BC	๑.๐๘๓	๔	.๒๗๑	๑.๓๓๗	.๒๖๓
BD	๑.๑๕๖	๓	.๓๘๕	๑.๙๐๒	.๑๓๕
CD	๑.๐๗๗	๔	.๒๖๙	๑.๓๒๙	.๒๖๖
ABC	๑.๕๓๕	๓	.๕๑๒	๒.๕๒๗	.๐๖๓
ABD	.๑๓๓	๒	.๐๖๗	.๓๒๙	.๗๒๐
ACD	.๖๑๗	๒	.๓๐๘	๑.๕๒๓	.๒๒๔
BCD	.๑๑๓	๒	.๐๕๖	.๒๗๘	.๗๕๘
ABCD	.๐๑๐	๑	.๐๑๐	.๐๔๗	.๘๒๘
Error	๑๗.๒๑๓	๘๕	.๒๐๓		
Total	๑๖๑๑.๔๘๙	๑๒๖			
Corrected Total	๔๒.๖๘๖	๑๒๕			

R<sup>๒</sup> = .๕๙๗ (Adjusted R Squared = .๔๐๗) \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕

จากตาราง ANOVA สรุปได้ว่า

๑. ตัวแปรเพศ (A) มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ หมายความว่า เพศชายและเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยของความงอกงามแห่งตนต่างกัน
๒. ระดับทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ(D) มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ หมายความว่า ระดับทุกขอรียสัจที่ต่างกันมีผลต่อความงอกงามแห่งตนที่ต่างกัน
๓. สถานภาพสมรส(B) และรายได้(C) ไม่มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตน ทางสถิติ หมายความว่า สถานภาพสมรสที่ต่างกัน หรือรายได้ที่ต่างกันไม่ส่งผลต่อค่าเฉลี่ยความงอกงามแห่งตนที่ต่างกัน
๔. ไม่พบอิทธิพลของตัวแปรร่วมแต่ละคู่ ได้แก่ AB AD BC BD CD ABC ABD BCD และ ABCD อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ .๐๕ (ยกเว้น อิทธิพลของตัวแปรร่วมระหว่าง AC ) หมายความว่า ตัวแปรปรวนร่วมเหล่านี้ไม่มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตน ดังนั้น วิเคราะห์ใหม่อีกครั้งโดยไม่กำหนดตัวแปรปรวนร่วมในการวิจัยครั้งนี้

#### ๔.๙.๒ อิทธิพลของเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอรียสัจ ต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

##### ๔.๙.๒.๑ อิทธิพลของเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอรียสัจ ต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

จากตารางที่ ๔.๑๗ พบว่า เพศ รายได้ สถานภาพสมรส และทุกขอรียสัจของผู้สูงอายุ มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ .๐๕

ตารางที่ ๔.๑๗ อิทธิพลระหว่างตัวแปรเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอรียสัจ ต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ (ANOVA-test)

Source	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	๑๖.๐๒๒ <sup>a</sup>	๘	๒.๐๐๓	๘.๗๘๘	.๐๐๑*
Intercept	๖๖๑.๖๓๒	๑	๖๖๑.๖๓๒	๒๙๐๓.๒๒๗	.๐๐๑*
A	๑.๐๓๐	๑	๑.๐๓๐	๔.๕๑๘	.๐๓๖*
B	๑.๖๘๖	๒	.๘๔๓	๓.๖๙๙	.๐๒๘*
C	๓.๑๗๓	๓	๑.๐๕๘	๔.๖๔๑	.๐๐๔*
D	๖.๓๒๑	๒	๓.๑๖๐	๑๓.๘๖๘	.๐๐๑*
Error	๒๖.๖๖๔	๑๑๗	.๒๒๘		
Total	๑๖๑๑.๔๘๙	๑๒๖			
Corrected Total	๔๒.๖๘๖	๑๒๕			

a. R Squared = .๓๗๕ \* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕

##### ๔.๙.๒ คำนี้น้ำหนักอิทธิพลของเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอรียสัจ ต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

จากตารางที่ ๔.๑๘ แสดงค่าน้ำหนักอิทธิพลของเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอรียสัจ ที่ส่งผลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ พบว่า

ผู้สูงอายุเพศหญิงมีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนสูงกว่าเพศชาย โดยพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๑๘๕ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05



ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพโสดมีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความมั่งคั่งแห่งตนต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบหม้าย/หย่า/แยก โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า -.๓๐๒ ส่วนผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบคู่ก็เช่นเดียวกันมีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความมั่งคั่งแห่งตนต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบหม้าย/หย่า/แยก โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า -.๒๒๕

ตารางที่ ๔.๑๘ ค่าน้ำหนักอิทธิพลของเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอรียสัจ ต่อความมั่งคั่งแห่งตนของผู้สูงอายุ

Parameter	B	Std. Error	t	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
Intercept	๓.๐๒๙	.๑๒๘	๒๓.๖๘๙	.๐๐๑*	๒.๗๗๖	๓.๒๘๒
เพศ						
หญิง	.๑๘๕	.๐๘๗	๒.๑๒๖	.๐๓๖*	.๐๑๓	.๓๕๗
ชาย	๐ <sup>a</sup>	.	.	.	.	.
สถานภาพสมรส						
โสด	-.๓๐๒	.๑๓๔	-๒.๒๔๙	.๐๒๖*	-.๕๖๗	-.๐๓๖
คู่	-.๒๒๕	.๐๘๙	-๒.๒๗๓	.๐๒๕*	-.๔๒๑	-.๐๒๙
หม้าย/หย่า/แยก	๐ <sup>a</sup>	.	.	.	.	.
รายได้ (บาท)						
> ๑๕,๐๐๐	.๔๕๙	.๑๔๒	๓.๒๒๓	.๐๐๒*	.๑๗๗	.๗๔๑
๑๐,๐๐๐ - ๑๕,๐๐๐	.๓๖๕	.๑๓๖	๒.๖๘๕	.๐๐๘*	.๐๙๖	.๖๓๕
๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐	.๑๒๘	.๑๑๒	๑.๑๔๗	.๒๕๔	-.๐๙๓	.๓๔๙
< ๕,๐๐๐	๐ <sup>a</sup>	.	.	.	.	.
ทุกขอรียสัจ						
น้อย	.๗๑๗	.๑๔๗	๔.๘๖๘	.๐๐๑*	.๔๒๕	๑.๐๐๙
ปานกลาง	.๔๙๘	.๑๑๓	๔.๔๑๔	.๐๐๑*	.๒๗๔	.๗๒๑
มาก	๐ <sup>a</sup>	.	.	.	.	.

\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕

ผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงกว่า ๑๕,๐๐๐ บาท มีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความมั่งคั่งแห่งตนสูงกว่าผู้สูงอายุที่รายได้ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๔๕๙ ส่วนผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงกว่า ๑๐,๐๐๐ - ๑๕,๐๐๐ บาท มีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความมั่งคั่งแห่งตนสูงกว่าผู้สูงอายุที่รายได้ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๓๖๕ และ ผู้มีรายได้สูงกว่า ๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐ บาท มีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความมั่งคั่งแห่งตนสูงกว่า ผู้สูงอายุที่รายได้ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๑๒๘

ผู้สูงอายุที่ระดับทุกขอรียสัจในระดับน้อย มีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความมั่งคั่งแห่งตนสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีทุกขอรียสัจ ระดับมาก โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๗๑๗ ส่วนผู้สูงอายุที่ระดับทุกขอรียสัจ ระดับปานกลาง มีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความมั่งคั่งแห่งตนสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีทุกขอรียสัจ ระดับมาก โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๔๙๘ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕

**๔.๙.๓ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจของผู้สูงอายุ แยกตามเพศ รายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอริยสัจ**

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ รายคู่นี้ กรณี ตัวแปรเพศ มีเพียง ๒ กลุ่ม คือ เพศชายและเพศหญิง จะใช้สถิติ t-test ทดสอบ สำหรับตัวแปรรายได้ สถานภาพสมรส และระดับทุกขอริยสัจ จัดกลุ่มได้มากกว่า ๒ กลุ่ม จะใช้สถิติ Bonferroni test โดยการเปรียบเทียบที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕

**๔.๙.๓.๑ เพศ**

จากตารางที่ ๔.๑๙ พบว่า เพศหญิงมีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจสูงกว่าเพศชาย โดยมีความแตกต่างที่ .๒๓๓

ตารางที่ ๔.๑๙ Multiple Comparisons ของความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจแยกตามเพศ

ตัวแปร	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
						Lower	Upper
เพศหญิง	๒.๒๖๔	๑๒๔	.๐๒๕*	.๒๓๓	.๑๐๓	.๐๒๙	.๔๓๗

# เพศชาย = base line

\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕

**๔.๙.๓.๒ สถานภาพสมรส**

จากตารางที่ ๔.๒๐ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพโสดมีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจสูงกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตคู่ โดยมีความแตกต่าง .๓๓๙ แต่กลับมีความงอกงามแห่งตนฯ ต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตหม้าย/หย่า/แยก มีความแตกต่าง -.๑๘๑ สำหรับผู้สูงอายุที่มีการใช้ชีวิตแบบคู่ มีความงอกงามแห่งตนฯ ต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบหม้าย/หย่า/แยก มีความแตกต่าง -.๕๒๐

ตารางที่ ๔.๒๐ Multiple Comparisons ของความงอกงามแห่งตนแยกตามสถานภาพสมรส

(I) สถานภาพสมรส	(J) สถานภาพสมรส	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
โสด	คู่	.๓๓๙	.๑๒๓	.๐๒๐*	.๐๔๑	.๖๓๗
	หม้าย/หย่า/แยก	-.๑๘๑	.๐๙๔	.๑๗๒	-.๔๐๙	.๐๔๘
คู่	โสด	-.๓๓๙	.๑๒๓	.๐๒๐*	-.๖๓๗	-.๐๔๑
	หม้าย/หย่า/แยก	-.๕๒๐	.๑๒๘	.๐๐๑*	-.๘๓๓	-.๒๐๗
คู่	คู่	.๕๒๐	.๑๒๘	.๐๐๑*	.๒๐๗	.๘๓๓
	โสด	.๑๘๑	.๐๙๔	.๑๗๒	-.๐๔๘	.๔๐๙

\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕

**๔.๙.๓.๓ รายได้**

จากตารางที่ ๔.๒๑ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีรายได้มากกว่า ๑๕,๐๐๐ บาทต่อเดือน มีความมั่งคั่งมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ ๑๐,๐๐๐-๑๕,๐๐๐ บาท ๕,๐๐๐-๙,๙๙๙ บาท และน้อยกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ .๐๖๑ .๓๘๗ และ .๕๔๒ ตามลำดับ

สำหรับผู้สูงอายุที่มีรายได้ ๑๐,๐๐๐-๑๕,๐๐๐ บาทต่อเดือน มีความมั่งคั่งมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ ๕,๐๐๐-๙,๙๙๙ บาท และน้อยกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ .๓๒๖ และ .๔๘๑ ตามลำดับ

ส่วนผู้สูงอายุที่มีรายได้ ๕,๐๐๐-๙,๙๙๙ บาทต่อเดือน มีความมั่งคั่งมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ น้อยกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ .๑๕๕

ตารางที่ ๔.๒๑ Multiple Comparisons ของความมั่งคั่งแห่งตนตามหลักอริยสัจแยกตามรายได้

(I) รายได้	(J) รายได้ (บาท)	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	๙๕% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
> ๑๕,๐๐๐	๑๐,๐๐๐-๑๕,๐๐๐	.๐๖๑	.๑๖๒	.๑๐๐๐	-.๓๗๔	.๔๙๕
	๕,๐๐๐-๙,๙๙๙	.๓๘๗	.๑๕๑	.๐๖๘	-.๐๑๗	.๗๙๑
	< ๕,๐๐๐	.๕๔๒	.๑๓๓	.๐๐๑	.๑๘๔	.๙๐๐
๑๐,๐๐๐ - ๑๕,๐๐๐	> ๑๕,๐๐๐	-.๐๖๑	.๑๖๒	.๑๐๐๐	-.๔๙๖	.๓๗๔
	๕,๐๐๐-๙,๙๙๙	.๓๒๖	.๑๔๓	.๑๔๕	-.๐๕๗	.๗๑๐
	< ๕,๐๐๐	.๔๘๑	.๑๒๕	.๐๐๑	.๑๖๖	.๘๑๖
๕,๐๐๐ - ๙,๙๙๙	> ๑๕,๐๐๐	-.๓๘๗	.๑๕๑	.๐๖๘	-.๗๙๑	.๐๑๗
	๑๐,๐๐๐-๑๕,๐๐๐	-.๓๒๖	.๑๔๓	.๑๔๕	-.๗๑๐	.๐๕๗
	< ๕,๐๐๐	.๑๕๕	.๑๐๙	.๙๖๗	-.๑๓๙	.๔๔๙
<๕,๐๐๐ บาท	> ๑๕,๐๐๐	-.๕๔๒	.๑๓๓	.๐๐๑	-.๙๐๐	-.๑๘๔
	๑๐,๐๐๐-๑๕,๐๐๐	-.๔๘๑	.๑๒๕	.๐๐๑	-.๘๑๖	-.๑๖๖
	๕,๐๐๐-๙,๙๙๙	-.๑๕๕	.๑๐๙	.๙๖๗	-.๔๔๙	.๑๓๙

\* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕

#### ๔.๙.๓.๔ ระดับทุกขอริยสัง

จากตารางที่ ๔.๒๒ พบว่า ผู้สูงอายุที่มีทุกขอริยสังระดับต่ำมีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสังสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีทุกขอริยสังระดับปานกลาง และระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ .๒๗๗ และ .๘๔๑ ตามลำดับ

สำหรับผู้สูงอายุที่มีทุกขอริยสังระดับปานกลางมีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสังสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีทุกขอริยสังระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ .๕๖๕ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๒๒ Multiple Comparisons ของความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสังแยกตามระดับทุกขอริยสัง

(I) ทุกขอริยสัง	(J) ทุกขอริยสัง	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
ระดับต่ำ	ระดับปานกลาง	.๒๗๗	.๑๑๙	.๐๖๖	-.๐๑๓	.๕๖๖
	ระดับมาก	.๘๔๑	.๑๔๓	.๐๐๑*	.๕๙๔	๑.๑๘๙
ระดับปานกลาง	ระดับต่ำ	-.๒๗๗	.๑๑๙	.๐๖๖	-.๕๖๖	.๐๑๓
	ระดับมาก	.๕๖๕	.๑๐๙	.๐๐๑*	.๒๙๙	.๘๓๐
ระดับมาก	ระดับต่ำ	-.๘๔๑	.๑๔๓	.๐๐๑*	-๑.๑๘๙	-.๔๙๔
	ระดับปานกลาง	-.๕๖๕	.๑๐๙	.๐๐๑*	-.๘๓๐	-.๒๙๙

## บทที่ ๕

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเชิงสำรวจนี้ การศึกษาความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี จังหวัดกรุงเทพมหานคร ใช้รูปแบบการวิจัยสำรวจเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง แบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Survey Research) โดยเครื่องมือในการเก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถาม (Questionnaires) ที่มีความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งชุดเท่ากับ .๙๓ ได้จำนวนผู้สูงอายุตัวอย่าง ๑๒๖ ราย สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

#### ๕.๑ สรุปผลการวิจัย

##### ๕.๑.๑ ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีที่ตกเป็นตัวอย่างนี้ เป็นผู้สูงอายุเพศชายมากกว่าเพศหญิง โดยเป็นเพศชาย ร้อยละ ๕๔.๘ และเพศหญิง ๔๕.๒ ส่วนใหญ่มีช่วงอายุ ๖๐-๖๙ ปี ร้อยละ ๕๙.๕ (ค่าเฉลี่ยอายุ เท่ากับ ๖๙.๓ ปี) ผู้สูงอายุส่วนมากจบการศึกษาชั้นประถมศึกษา ร้อยละ ๗๖.๒ อาชีพเดิมทำการค้าขายหรือธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ ๔๗.๖ รองลงมารับจ้างทั่วไป ร้อยละ ๓๕.๗ สำหรับรายได้ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท ร้อยละ ๕๐.๘ สำหรับสถานภาพสมรส พบว่า ผู้สูงอายุมีชีวิตคู่ ร้อยละ ๔๙.๒ รองลงมาเป็นหม้าย/หย่าร้าง/แยกทาง ร้อยละ ๓๔.๙ และเป็นโสด ร้อยละ ๑๕.๙ โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่คงอยู่กับครอบครัวและลูกหลาน ๘๒.๕ อาศัยอยู่ตัวคนเดียว ร้อยละ ๗.๙ และ อาศัยอยู่กับญาติหรือเพื่อน ร้อยละ ๙.๖ สำหรับบ้านที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ พบว่าเป็นบ้านของตนเอง ร้อยละ ๖๒.๗ อาศัยอยู่บ้านลูก/หลาน ร้อยละ ๑๙.๘ บ้านญาติ/เพื่อน ร้อยละ ๗.๒ และ บ้านเช่า ร้อยละ ๑๐.๓

##### ๕.๑.๒ ทุกข์เพราะวัยของผู้สูงอายุ

ข้อค้นพบที่ได้ในประเด็นทุกข์เพราะวัยของผู้สูงอายุหรือสภาพปัญหาของผู้สูงอายุ ซึ่งผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีมีระดับทุกข์เพราะวัย อยู่ในระดับพอใช้ สามารถสะท้อนออกมาให้เห็นได้ใน ๕ ลักษณะ คือ ทุกข์เพราะสภาพร่างกายเสื่อมถอยลง ทุกข์เพราะสภาพจิตใจไม่สงบสุข ทุกข์เพราะครอบครัวและลูกหลาน ทุกข์เพราะไม่สามารถทำงานได้ตามปกติและไม่มีรายได้ และทุกข์เพราะไม่สามารถไปไหนมาไหนได้ตามปกติ

##### ๕.๑.๒.๑ ทุกข์เพราะสภาพร่างกายเสื่อมถอยลง

จากการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีนี้ส่วนใหญ่มีสุขภาพทางกายเสื่อมถอย ไม่แข็งแรง เกิดการเจ็บป่วยง่ายขึ้น ทั้งนี้พบว่าผู้สูงวัยกลุ่มนี้มีสุขภาพไม่แข็งแรงมากถึง ร้อยละ ๘๖.๕ โดยส่วนใหญ่ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคกระดูกเสื่อม ภาวะไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจ โรคอ้วน โรคเก๊าท์ โรคไต และโรคอื่นๆ เช่น โรคต่อกระฉก โรคหูตึง และโรคผิวหนัง เกิดข้อจำกัดของร่างกาย การใช้ชีวิตไม่สามารถทำได้ตามปกติ ไม่สามารถประกอบอาชีพได้ตามปกติ ทำกิจกรรมประจำวัน

ลดน้อยลง การเจ็บป่วยดังกล่าวส่งผลต่อสภาพจิตใจเชิงลบได้ง่าย บางรายเกิดความรู้สึกไม่เห็นคุณค่าในตน บางรายมองว่าตนเป็นภาระของครอบครัว รู้สึกหมดความสำคัญในครอบครัว เป็นต้น

#### ๕.๑.๒.๒ ทุกข์เพราะสภาวะทางใจไม่สงบสุข

ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีนี้ส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตดี ร้อยละ ๕๖.๓ และอีก ร้อยละ ๔๓.๗ เป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพจิตไม่ดี เกิดความวิตกกังวล มีภาวะเครียด รู้สึกท้อแท้ เกิดภาวะซึมเศร้า เบื่อหน่าย และรู้สึกหมดหวังในชีวิต

#### ๕.๑.๒.๓ ทุกข์เพราะครอบครัวและลูกหลาน

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความรัก ความผูกพันกับบุตร หลาน และครอบครัวมาก ความทุกข์ของผู้สูงอายุจึงเกี่ยวเนื่องจากการอยู่อาศัยกับสมาชิกครอบครัว ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีนี้ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับครอบครัว บุตร หลาน แต่ก็มีหลายรายที่อาศัยอยู่กับเพื่อน และหรือญาติ และที่สำคัญการดูแลเอาใจใส่ของครอบครัวต่อผู้สูงอายุ และที่สร้างความทุกข์แก่ผู้สูงอายุคือการไม่มีบ้านเป็นของตนเอง ต้องเช่าอยู่อาศัย ส่วนทางความทุกข์ที่เกิดจากการขาดการยอมรับของบุคคลในครอบครัว ทุกข์เพราะลูกหลานไม่เชื่อฟัง

#### ๕.๑.๒.๔ ทุกข์เพราะไม่สามารถทำงานได้ตามปกติและไม่มีรายได้

ผู้สูงอายุที่ไม่สามารถทำงานได้ก็ไม่มีอาชีพ ไม่มีรายได้ ไม่มีเงินสำหรับซื้อสินค้าอุปโภคและบริโภค จำเป็นต้องพึ่งพารายได้จากบุตร หลาน ญาติ และหรือเพื่อน ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความทุกข์ได้ง่ายหากผู้สูงอายุปรับตัวได้ยาก

#### ๕.๑.๒.๕ ทุกข์เพราะไม่สามารถไปไหนมาไหนได้ตามปกติ

ความทุกข์ของผู้สูงอายุที่มีอายุมากขึ้น มีข้อจำกัดเรื่องการเคลื่อนไหวที่ไม่สามารถบังคับให้เป็นไปตามปกติเหมือนเดิมได้ ส่งผลให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่อยากเดินเจ็บ ปวดเมื่อย และที่สำคัญกลัวล้ม ทำให้ผู้สูงอายุที่มีอายุมากขึ้นมีโอกาสติดเตียงมากขึ้น ส่งผลให้รู้สึกน้อยใจ คับข้องใจ และก่อให้เกิดความทุกข์ทั้งกายและใจได้ง่าย

#### ๕.๑.๓ ระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลีมีระดับความงอกงามแห่งตน อยู่ในระดับพอใช้ เมื่อแยกพิจารณาระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุด้านกัลยาณชน พบว่า อยู่ในระดับดี ส่วนระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ด้านกัลยาณมิตร พบว่าอยู่ในระดับพอใช้ เช่นกัน ส่วนระดับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุด้านตัวแบบผู้สูงอายุ พบว่า อยู่ในระดับดี

#### ๕.๑.๓.๑ ปัจจัยส่วนบุคคล

พบว่าปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ เพศ รายได้ และสถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ส่วน ช่วงอายุ อาชีพ การอยู่อาศัยกับสมาชิกครอบครัว และ ความเป็นเจ้าบ้าน ไม่มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ สามารถอธิบายรายละเอียดเพิ่มเติมได้ดังนี้

ผู้สูงอายุเพศหญิงมีความงอกงามแห่งตนระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุเพศชาย คิดเป็นร้อยละ ๓๕.๑ และ ๑๕.๙ ตามลำดับ

ผู้สูงอายุที่มีรายได้มากขึ้นมีความงอกงามแห่งตนระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยกว่า โดยผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงกว่า ๑๕,๐๐๐ บาท ๑๐,๐๐๑-๑๕,๐๐๐ บาท ๕,๐๐๑-๑๐,๐๐๐ บาท และต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท จะมีร้อยละความงอกงามแห่งตนในระดับดี คิดเป็นร้อยละ ๖๒.๕ ๒๖.๓ ๒๒.๒ และ ๑๕.๖ ตามลำดับ

ผู้สูงอายุที่เป็น หม้าย/หย่า/แยกกันอยู่ ส่วนใหญ่มีความงอกงามแห่งตนระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุที่มีชีวิตคู่ และ ใช้ชีวิตโสด คิดเป็นร้อยละ ๓๘.๖ ๑๗.๖ และ ๑๔.๓ ตามลำดับ

### ๕.๑.๓.๒ ปัจจัยส่วนบุคคลใดที่มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์ห้ออิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ พบว่า เพศ รายได้ สถานภาพสมรส และ ระดับทุกข์ขอรียสัจของผู้สูงอายุมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .๐๕ แต่ไม่พบว่าตัวแปรทั้ง ๔ ตัว มีอิทธิพลร่วมกันที่ส่งผลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุเพศหญิงมีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนสูงกว่าเพศชาย โดยพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๑๘๕ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 และพบว่าเพศหญิงมีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจสูงกว่าเพศชาย โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่าง ที่ .๒๓๓

ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพโสดมีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบหม้าย/หย่า/แยก โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า -.๓๐๒ ส่วนผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบคู่ เช่นเดียวกันคือมีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบหม้าย/หย่า/แยก โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า -.๒๒๕ ทั้งนี้ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพโสดมีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจสูงกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตคู่ โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ .๓๓๙ แต่กลับมีความงอกงามแห่งตน ต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตหม้าย/หย่า/แยก โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ -.๑๘๑ สำหรับผู้สูงอายุที่มีการใช้ชีวิตแบบคู่มีความงอกงามแห่งตนต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบหม้าย/หย่า/แยก โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ -.๕๒๐

ผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงกว่า ๑๕,๐๐๐ บาท มีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๔๕๙ ส่วนผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงกว่า ๑๐,๐๐๐ - ๑๕,๐๐๐ บาท มีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๓๖๕ และ ผู้มีรายได้สูงกว่า ๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐ บาท มีค่าน้ำหนักอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนสูงกว่า ผู้สูงวัยที่รายได้ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยมีค่า .๑๒๘ สำหรับผู้สูงอายุที่มีรายได้ ๑๐,๐๐๐-๑๕,๐๐๐ บาทต่อเดือน มีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ ๕,๐๐๐-๙,๙๙๙ บาท และ น้อยกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ .๓๒๖ และ .๔๘๑ ตามลำดับ ส่วนผู้สูงอายุที่มีรายได้ ๕,๐๐๐-๙,๙๙๙ บาทต่อเดือน มีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ น้อยกว่า ๕,๐๐๐ บาท โดยมีค่าเฉลี่ยความแตกต่างที่ .๑๕๕

#### ๕.๑.๔ การสร้างความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ

จากการวิจัยได้ข้อค้นพบว่า ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุในการวิจัยนี้ สามารถสร้างได้จาก ๓ องค์ประกอบ ได้แก่ ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุด้านกัลยาณชน ด้านกัลยาณมิตร และ ด้านตัวแบบผู้สูงอายุ

##### ๕.๑.๔.๑ ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุด้านกัลยาณชน มีองค์ประกอบคือ

- ๑) เต็มใจช่วยเหลือผู้คนที่โดยไม่หวังผลตอบแทน (เมตตากรุณา)
- ๒) ประกอบอาชีพการงานที่สุจริต (สัมมาอาชีพะ)
- ๓) สามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติดี (กามสังวร)
- ๔) เป็นผู้ที่มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ (สัจจะ)
- ๕) ระลึกถึงผู้ให้ในขณะ คิด พูด และกระทำ (สติสัมปชัญญะ)

##### ๕.๑.๔.๒ ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุด้านกัลยาณมิตร มีองค์ประกอบคือ

- ๑) ใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น (ปิโย)
- ๒) ประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่พึงได้ (ครุ)
- ๓) เป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ (ภาวนีโย)
- ๔) สามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ปรึกษาได้ (วัตตา)
- ๕) มีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น (วจนักขะโม)
- ๖) สามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย (คัมภีรญจะ กะถัง กัตตา)
- ๗) มั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย (โน จัญฺฐาเน นีโยชะเย)

##### ๕.๑.๔.๓ ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุด้านตัวแบบ มีองค์ประกอบคือ

- ๑) การเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ
- ๒) เป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว
- ๓) การขอความช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ

## ๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย

จากผลสรุปการวิจัย “การศึกษาความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี จังหวัดกรุงเทพมหานคร” อภิปรายผลการวิจัยตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้ได้ดังนี้

๕.๒.๑ สมมุติฐานข้อที่ ๑. ที่ว่า “ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี” จากการทดสอบสมมุติฐานโดยใช้สถิติ Pearson Chi-Square พบว่า เพศ รายได้ และสถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ สำหรับ อายุ อาชีพ การอยู่อาศัยกับสมาชิกครอบครัว และ ความเป็นเจ้าบ้าน ไม่มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นไปตามข้อสมมุติฐานที่ตั้งไว้บางส่วน โดยสามารถอธิบายได้ ดังนี้



เพศของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี” อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ หมายความว่า ผู้สูงอายุที่เป็นหญิงมีผลต่อความงอกงามแห่งตน ระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุเพศชาย ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้สอดคล้องกับการวิจัยของ ณัฐรินทร์ นิธิกริตชานนท์ ที่พบว่าผู้มีจิตงอกงามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย

รายได้ของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี” อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ หมายความว่า ผู้สูงอายุที่รายได้มากขึ้นมีความงอกงามแห่งตน ระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยกว่า ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้สอดคล้องกับการวิจัยของ ณัฐรินทร์ นิธิกริตชานนท์ พบว่าผู้มีรายได้ ๑๕,๐๐๑ – ๒๐,๐๐๐ บาท มีจิตงอกงามมากกว่าผู้มีรายได้น้อยกว่า

สถานภาพสมรสของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ หมายความว่า ผู้สูงอายุที่เป็น หม้าย/หย่า/แยกกัน อยู่ มีความงอกงามแห่งตนระดับดีมากกว่าผู้สูงอายุที่มีชีวิตคู่ ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้สอดคล้องกับการวิจัยของ ณัฐรินทร์ นิธิกริตชานนท์ พบว่าผู้มีสถานภาพสมรสเป็นหม้าย/หย่าร้างมีจิตงอกงามมากกว่าผู้มีสถานภาพโสด

๕.๒.๒ สมมุติฐานข้อที่ ๒. ที่ว่า “ปัจจัยส่วนบุคคลมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัยฉิมพลี” จากการทดสอบสมมุติฐานโดยใช้สถิติ ANOVA พบว่า เพศ รายได้ สถานภาพสมรส และ ระดับความทุกข์ขอรียสัจ มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ที่ระดับ นัยสำคัญทางสถิติ .๐๕ และ ไม่พบอิทธิพลร่วมระหว่าง เพศ รายได้ สถานภาพสมรส และ ระดับความทุกข์ขอรียสัจ ที่ส่งผลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ การทดสอบนี้เป็นไปตามข้อสมมุติฐานที่ตั้งไว้ บางส่วน โดยสามารถอธิบายได้ ดังนี้

เพศของผู้สูงอายุมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนสูงของผู้สูงอายุ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ หมายความว่า เพศหญิงมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ มากกว่าเพศชาย ซึ่งข้อค้นพบจากการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าผู้สูงวัยเพศหญิงนั้นเมื่อเข้าสู่วัยชรามีการเข้าวัดเพื่อทำบุญ ทำทาน ฟังเทศน์ ปฏิบัติธรรม มากขึ้นจึงส่งผลให้มีความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ มากกว่าเพศชาย

สถานภาพสมรสของผู้สูงอายุ มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ หมายความว่า ผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบหม้าย/หย่า/แยก มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตน สูงกว่า ผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตโสด และ คู่ และยังพบว่า ผู้สูงอายุที่ใช้โสด มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตน สูงกว่า ผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตคู่ ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบหม้าย/หย่า/แยก นั้นอย่างน้อยเคยผ่านประสบการณ์การผิดหวัง การพลัดพลา และหรือสูญเสีย จึงสามารถยอมรับและปล่อยวางทุกข์ได้ง่ายกว่าผู้สูงอายุที่ใช้ชีวิตแบบโสด และ คู่

รายได้ของผู้สูงอายุมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .๐๕ หมายความว่า ผู้สูงอายุที่มีรายได้ที่สูงขึ้นมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนมากขึ้น ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุที่มีรายได้ส่วนใหญ่จะมีความงอกงามแห่งตนมากกว่าผู้มีรายได้น้อย ซึ่งอาจกล่าวเชื่อมโยงถึงภาวะการไม่มีงานทำของผู้สูงอายุซึ่งส่งผลต่อการไม่มีรายได้ในการใช้ชีวิต

๕.๒.๒ สมมุติฐานข้อที่ ๓. ที่ว่า “ระดับความทุกข์ของวัยมีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในชุมชน วัดชัยฉิมพลี” จากการทดสอบสมมุติฐานโดยใช้สถิติ ANOVA พบว่า ระดับความทุกข์ของวัย มีอิทธิพลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .๐๕ โดยสามารถอธิบายได้ว่า ผู้สูงอายุที่มีความทุกข์ของวัยต่ำจะมีความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในระดับสูง ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุที่เข้าใจหลักธรรมในอริยสัจ ๔ สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีท่าทีต่อความทุกข์หรือปัญหาที่ต้องเผชิญทั้งทางกาย จิต ครอบครัวยุคและสังคม ได้อย่างปล่อยวาง สงบ สุข และมีสติมากขึ้น ส่งผลต่อความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุในระดับสูงเพิ่มขึ้น

### ๕.๓ ข้อเสนอแนะการวิจัย

#### ๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะการวิจัยเชิงปฏิบัติการ

๕.๓.๑.๑ วัด บ้าน และชมรมผู้สูงอายุ ควรจัดทำโครงการพัฒนาความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ เพื่อสร้างผู้สูงอายุที่เห็นคุณค่าในตน เป็นตัวแบบที่ดีและงดงามแก่บุตรหลานญาติ เพื่อนบ้านและชุมชน ตามแนวทางศาสนาสอดคล้องกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรมร่วมสมัยใหม่

๕.๓.๑.๒ วัดชัยฉิมพลี ควรมีการจัดทำคลินิก” ความงอกงามแห่งรัตตัญญู” ด้วยกระบวนการให้คำปรึกษาตามแนวทางพุทธจิตวิทยาแก่ผู้สูงอายุทุกวันพระเพื่อเป็นแหล่งศึกษา เรียนรู้ และต้นแบบแลกเปลี่ยนเรียนรู้ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุยุค ๔.๐

#### ๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

๕.๓.๒.๑ ควรทำการวิจัยเชิงทดลองโดยการจัดโปรแกรมการส่งเสริม( Intervention) ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ

๕.๓.๒.๒ ควรศึกษาเพื่อสร้างตัวแบบประเมินคัดกรอง “ความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ” ตามหลักอริยสัจ ๔ เพื่อใช้ค้นหาผู้สูงอายุที่เป็น ตัวแบบ”รัตตัญญู”สำหรับเป็นบุคคลตัวอย่างของบุตรหลานญาติ ชุมชนและสังคม ในยุคสังคมสูงวัย (Aging society)

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย:

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปล ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์

มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

##### (๑) หนังสือ:

กุลยา ตันติผลาชีวะ, การพยาบาลผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญกิจ, ๒๕๒๔), หน้า ๒๔.

เดก ธนะสิริ, ทำอย่างไรชีวิต จะยืนยาวและมีความสุข, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: อนิ สบาย,

๒๕๕๔), หน้า ๑๕ - ๑๖.

ชุตินา หลุทัย, นโยบายคุณภาพชีวิต ตามแผนพัฒนาสาธารณสุข, วารสารกองการพยาบาล,

(กรุงเทพมหานคร : มปท., ๒๕๓๑), หน้า ๑.

นพวรรณ จงวัฒนา และคณะ, ข้อมูลผู้สูงอายุที่น่าสนใจ, (กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ มหาวิทยาลัย,

๒๕๕๒), หน้า ๖๘.

ปรีบูรณ์ พรพิบูลย์, โลกยามชราและแนวทางการเตรียมตัวเพื่อเป็นสุข, (เชียงใหม่ : พระสังฆการพิมพ์,

๒๕๒๘), หน้า ๑๔ - ๑๕.

ประพิน วัฒนกิจ, มโนคติเกี่ยวกับผู้สูงอายุ, วารสารกองการพยาบาล, (๑๔-๑๕ มกราคม ๒๕๓๑), หน้า ๘.

พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวัฒน์โณ). การพัฒนาจิต. กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย. (๒๕๓๘).

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรมฉบับขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, (กรุงเทพมหานคร : สหธรรมมิก,

๒๕๕๕), หน้า ๘๙๖ - ๘๙๗.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๕๐), หน้า ๔๙.

พระมหาภูติชัย ว.วชิรเมธี, หนึ่งในร้อย, (กรุงเทพมหานคร: อัมรินทร์พรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๑), หน้า ๑๓.

พระมหาภูติชัย ว.วชิรเมธี, วางเป็นเย็นได้, (กรุงเทพมหานคร : สุภา, ๒๕๕๕), คำนำ.

พุทธทาสภิกขุ, ธรรมสำหรับผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๓๙), หน้า ๕๓.

ภัครวิฑ์ ภัคภิรมณ์, คู่มือดูแลผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: เครือเถา, ๒๕๕๐), หน้า ๑๙ - ๒๓.

วีไลวรรณ ทองเจริญ, ศาสตร์และศิลป์การพยาบาลผู้สูงอายุ, (โครงการตำราคณะแพทยศาสตร์ :

มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๔), หน้า ๑ - ๒.

สำนักงานเขตภาษีเจริญ, **ฐานข้อมูลของสำนักงานเขตภาษีเจริญ** ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๗.

สำนักงานเขตภาษีเจริญ แขวงบางหว้า เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร.

ศรีธรรม ณะภูมิ, **พัฒนาการอารมณ์และบุคลิกภาพ**, (กรุงเทพมหานคร : ชวนพิมพ์, ๒๕๓๕), หน้า ๑๐๕.

ศรีเรื่อน แก้วกังวาน, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิต ทุกช่วงวัย**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร :

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๘), หน้า ๗๐ – ๗๒.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **คู่มือชาวพุทธ ในสังคมไทยสมัยใหม่**, (กรุงเทพมหานคร :

โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๒๙), หน้า ๓๓๗-๓๓๘.

สมศักดิ์ ศรีสันติสุข, **สังคมวิทยาภาวะผู้สูงอายุ: ความเป็นจริงและการคาดการณ์ในสังคมไทย**. (ขอนแก่น :

มหาวิทยาลัยขอนแก่น).

## (๒) วิทยานิพนธ์และงานวิจัย :

กฤษณา บุรณะพงศ, “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแกैयाวชน

ในกรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑๐.

จารุวรรณ เหมะธร และพิมพ์พรรณ ศิลปะสุวรรณ, “ความต้องการทางสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ”,

**รายงานการวิจัย**, ภาควิชาพยาบาลศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๖),

หน้า ๖.

จุฑาทิพย์ อภิรมย์, “ข้อเท็จจริงและทัศนะการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อสังคมของผู้สูงอายุ : กรณี ศึกษาชุมชน

เทศบาลเมืองนครราชสีมา”, **ปริญญาสังคมนสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย :

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๗), หน้า ๔๔.

ณัฐรินทร์ นิธิกริตตานนท์. **วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์**, ปีที่ ๑๓ ฉบับพิเศษ เล่ม ๒

มิถุนายน ๒๕๖๐, สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, หน้า ๑๒๔.

ธราธร ดวงแก้ว และหิรัญญา เดชอุดม. “พฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง

**จังหวัดนครปฐม**”, วิจัย, วิชาสาธารณสุขชุมชน,คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี,

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม ,๒๕๕๐, หน้า ๒๙ – ๓๐.

นิศารัตน์ สลิปะเดช, **ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร: พิเศษการพิมพ์, ๒๕๔๐),

หน้า ๑๙๑.

ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์, “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะการทำงานของผู้สูงอายุในประเทศไทย”

**วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาสังคมนศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย :

มหาวิทยาลัยมหิดล,๒๕๓๕), หน้า ๕.

มัลลิกา มัติโก, “ประมวลสถานภาพทางสุขภาพและสังคมผู้สูงอายุไทย”, **วิเคราะห์จากวิทยานิพนธ์**

**มหาบัณฑิต**, (กรุงเทพมหานคร : กองบริหารงานวิจัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๒),

หน้า ๖ – ๗.

รุจิรงค์ แอกทอง. “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัดนครปฐม”,  
**วิทยานิพนธ์ ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร,  
 ๒๕๔๙), หน้า ๒๐.

\_\_\_\_\_ “การปรับตัวของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครปฐม จังหวัด นครปฐม”, **วิทยานิพนธ์  
 ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๔๙),  
 หน้า ๑๓.

สุรกุล เจนอบรม, **วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุ**, (กรุงเทพมหานคร : นิชนิแอกเว็ทริไมซิงกรุป, ๒๕๔๑), หน้า ๔๘.

อิทธิพล สูงแข็ง และณัฐวุฒิ อรินทร, “การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันความงอกงามทางจิตใจ  
 ภายใต้เหตุการณ์ความไม่สงบของบุคลากรสาธารณสุขในสามจังหวัดชายแดนใต้”,  
**วารสารวิชาการสาธารณสุข**. ปีที่ ๒๓ ฉบับที่ ๖ (พฤศจิกายน – ธันวาคม ๒๕๕๗) :  
 หน้า ๙๖๗.

### ๓. ภาษาอังกฤษ

#### (1) Books

Krejcie, R.V., and Morgan, D.W., **Determining Sample Size for Research Activities**,  
 Educational and Psychological Measurement, 1970, pp. 607–610.

ภาคผนวก ก

ค่า IOC ของผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ ท่าน

ตรวจแบบสอบถามงานวิจัยเรื่อง ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ  
ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร

## ค่า IOC ของผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ ท่าน

## ๑.แบบสอบถามทุกขอรหัสของผู้สูงอายุ

ลำดับ	ข้อความ	ลำดับผู้ตรวจ IOC					ค่า IOC	สรุป
		๑	๒	๓	๔	๕		
๑	สุขภาพของท่านแข็งแรงดี สามารถทำงานได้ตามปกติ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๒	แม้อายุมากขึ้นท่านสามารถปฏิบัติหน้าที่การทำงานได้เหมือนเดิม	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๓	ท่านสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่ว	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๔	ท่านสามารถพักผ่อน นอนหลับได้เป็นปกติ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๕	สภาพแวดล้อมในบ้านท่านมีความปลอดภัย	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๖	ในขณะนี้ท่านมีความกังวลใจเกี่ยวกับหนี้สิน	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๗	ท่านหดหู่ใจและเสียใจเมื่อบุคคลในครอบครัวญาติมิตร หรือเพื่อนเสียชีวิต	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๘	ท่านทนไม่ได้เมื่อท่านผิดหวัง	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๙	ท่านน้อยใจหรือเสียใจเมื่อลูกหลานไม่เชื่อฟัง	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๐	ท่านทุกข์ใจเพราะไม่มีใครให้ความสนใจต่อท่าน	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๑	ท่านรู้สึกเหงาเมื่อถูกทิ้งให้อยู่คนเดียว	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๒	ท่านวางแผนการใช้ชีวิตในวัยชรา	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๓	ท่านมีวินัยในการดำรงชีวิต	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๔	ท่านช่วยเหลือเกื้อหนุนบุตรหลาน ญาติ มิตร	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๕	ท่านทำบุญตักบาตร เข้าวัด ฟังธรรม	๐	๐	+๑	+๑	+๑	.๖	ใช้ได้
๑๖	ท่านสวดมนต์ นั่งสมาธิ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๗	ท่านเข้าใจธรรมชาติของชีวิตต้องมีความเสื่อม	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๘	ท่านเข้าใจและยอมรับความเจ็บปวดและความตายที่จะเกิดขึ้น	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๑๙	ท่านได้รับความยอมรับนับถือจากผู้คน	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๒๐	ผู้มีจิตใจ สงบ เยือกเย็น มักเป็นที่รักของผู้คน	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๒๑	ท่านให้อภัยแก่ผู้ทำผิดเสมอ	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้

## ๒ แบบสอบถามความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ลำดับ	ข้อความ	ลำดับผู้ตรวจ IOC					ค่า IOC	สรุป
		๑	๒	๓	๔	๕		
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนโดยไม่หวัง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติที่ถูกต้อง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๕	ท่านมักระลึกรู้สึกตัวในขณะที่ คิด พูด และ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	+๑	๐	+๑	+๑	+๑	.๘	ใช้ได้
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่พึง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้



## ภาคผนวก ข

ค่าความเชื่อมั่น ( Reliability)ของแบบสอบถามทั้งชุด

ตรวจแบบสอบถามงานวิจัยเรื่อง ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ  
ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร

### ค่าความเชื่อมั่น ( Reliability)ของแบบสอบถามทั้งชุด

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.๘๙	๓๖

ตาราง Item-Total Statistics

	ข้อคำถาม	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Deleted
๑	สุขภาพของท่านแข็งแรงดี สามารถทำงานได้ตามปกติ	๑๑๕.๕๐	๑๓/๐.๕๓	๐.๓๕	๐.๙๐
๒	แม้อายุมากขึ้นท่านสามารถปฏิบัติหน้าที่การงานได้เหมือนเดิม	๑๑๕.๖๓	๑๖๖.๙๙	๐.๔๕	๐.๙๐
๓	ท่านสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่ว	๑๑๕.๔๓	๑๓๒.๑๙	๐.๒๓	๐.๙๐
๔	ท่านสามารถพักผ่อน นอนหลับได้เป็นปกติ	๑๑๕.๑๓	๑๖๔.๒๑	๐.๕๘	๐.๘๙
๕	สภาพแวดล้อมในบ้านท่านมีความปลอดภัย	๑๑๔.๙๓	๑๓/๓.๔๘	๐.๒๖	๐.๙๐
๖	ในขณะที่ท่านมีความกังวลใจเกี่ยวกับหนี้สิน	๑๑๖.๒๓	๑๓/๘.๖๓	-๐.๐๔	๐.๙๑
๗	ท่านหดหู่ใจและเสียใจเมื่อบุคคลในครอบครัวญาติมิตร หรือเพื่อนเสียชีวิต	๑๑๕.๓๓	๑๖๘.๘๖	๐.๕๙	๐.๘๙
๘	ท่านทนไม่ได้เมื่อท่านผิดหวัง	๑๑๕.๔๓	๑๓/๔.๖๐	๐.๑๘	๐.๙๐
๙	ท่านน้อยใจหรือเสียใจเมื่อลูกหลานไม่เชื่อฟัง	๑๑๕.๓๓	๑๘๑.๒๑	-๐.๑๕	๐.๙๑

ตาราง Item-Total Statistics (ต่อ)

	ข้อความ	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
๑๐	ท่านทุกขใจเพราะไม่มีใครให้ความสนใจต่อท่าน	๑๑๕.๙๓	๑๓๖.๖๙	๐.๐๖	๐.๙๐
๑๑	ท่านรู้สึกเหงาเมื่อถูกทิ้งให้อยู่คนเดียว	๑๑๖.๐๓	๑๘๐.๘๖	-๐.๑๓	๐.๙๑
๑๒	ท่านวางแผนการใช้ชีวิตในวัยชรา	๑๑๕.๓๓	๑๖๖.๐๙	๐.๕๖	๐.๘๙
๑๓	ท่านมีวินัยในการดำรงชีวิต	๑๑๕.๐๓	๑๖๘.๔๑	๐.๕๑	๐.๘๙
๑๔	ท่านช่วยเหลือเกื้อหนุนบุตรหลาน ญาติมิตร	๑๑๕.๓๓	๑๓๐.๙๒	๐.๔๑	๐.๙๐
๑๕	ท่านทำบุญตักบาตร เข้าวัด ฟังธรรม	๑๑๕.๑๓	๑๖๙.๔๕	๐.๔๑	๐.๙๐
๑๖	ท่านสวดมนต์ นั่งสมาธิ	๑๑๕.๖๓	๑๖๔.๓๓	๐.๕๐	๐.๘๙
๑๗	ท่านเข้าใจธรรมชาติของชีวิตต้องมีความเสื่อม	๑๑๔.๘๓	๑๓๙.๕๐	-๐.๐๓	๐.๙๑
๑๘	ท่านเข้าใจและยอมรับความเจ็บปวดและความตายที่จะเกิดขึ้น	๑๑๔.๘๐	๑๘๑.๔๑	-๐.๑๔	๐.๙๑
๑๙	ท่านได้รับความยอมรับนับถือจากผู้คน	๑๑๕.๑๓	๑๖๖.๓๔	๐.๖๓	๐.๘๙
๒๐	ผู้มีจิตใจ สงบ เยือกเย็น มักเป็นที่รักของผู้คน	๑๑๕.๑๓	๑๖๔.๓๐	๐.๓๔	๐.๘๙
๒๑	ท่านให้อภัยแก่ผู้ทำผิดเสมอ	๑๑๕.๐๓	๑๖๔.๒๐	๐.๘๑	๐.๘๙
๒๒	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้คนโดยไม่หวังผลตอบแทน	๑๑๔.๙๓	๑๓๒.๐๐	๐.๒๘	๐.๙๐
๒๓	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต	๑๑๔.๖๐	๑๖๘.๖๖	๐.๕๘	๐.๘๙

ตาราง Item-Total Statistics (ต่อ)

	ข้อความ	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Deleted
๒๔	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และความประพฤติที่ถูกต้อง	๑๑๕.๐๓	๑๖๔.๖๕	๐.๓๒	๐.๘๙
๒๕	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ	๑๑๔.๘๐	๑๖๒.๒๓	๐.๘๒	๐.๘๙
๒๖	ท่านมักระลึกถึงตัวในขณะ คิด พูด และกระทำ	๑๑๕.๐๐	๑๖๖.๓๖	๐.๖๕	๐.๘๙
๒๗	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น	๑๑๕.๑๐	๑๖๖.๕๘	๐.๖๓	๐.๘๙
๒๘	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่พึงได้	๑๑๕.๑๓	๑๖๘.๖๓	๐.๖๑	๐.๘๙
๒๙	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ	๑๑๕.๐๓	๑๖๕.๕๕	๐.๖๓	๐.๘๙
๓๐	ท่านสามารถให้คำแนะนำตักเตือนและเป็นที่ปรึกษาได้	๑๑๕.๑๐	๑๖๔.๓๐	๐.๖๒	๐.๘๙
๓๑	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำตักเตือนของผู้อื่น	๑๑๕.๐๐	๑๖๔.๙๓	๐.๓๐	๐.๘๙
๓๒	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย	๑๑๕.๒๓	๑๖๕.๙๑	๐.๓๐	๐.๘๙
๓๓	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย	๑๑๔.๖๐	๑๖๕.๒๘	๐.๖๔	๐.๘๙
๓๔	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ	๑๑๔.๔๓	๑๖๕.๐๑	๐.๖๖	๐.๘๙
๓๕	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว	๑๑๔.๓๐	๑๖๕.๘๐	๐.๓๑	๐.๘๙
๓๖	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ	๑๑๔.๙๐	๑๖๔.๖๔	๐.๓๒	๐.๘๙

ภาคผนวก ค.

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ  
ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี กรุงเทพมหานคร

Personal Growth according to the Four Noble Truth of the Aging  
in the WAT CHAICHIMPEE in ANGKOK

คำชี้แจงแบบสอบถาม

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

ตอนที่ ๔ แบบสอบถาม ข้อเสนอแนะปัญหาและอุปสรรคความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสภาพปัญหาความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ เพื่อเปรียบเทียบระดับความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุ และเพื่อศึกษาน้ำหนักของอิทธิพลของตัวแปรที่ส่งผลต่อความงอกงามในตนของผู้สูงอายุ ในชุมชนวัดชัยฉิมพลี เขตกรุงเทพมหานคร การตอบแบบสอบถามนี้ท่านสามารถแสดงความรู้สึกรู้สึกหรือความคิดเห็นได้อย่างอิสระ คำตอบของท่านไม่มีผิดหรือถูก และไม่มีผลกระทบต่อตัวผู้ให้ข้อมูลแต่อย่างใด ในการตอบแบบสอบถามท่านไม่ต้องลงชื่อ คำตอบทั้งหมดจะเก็บเป็นความลับ ไม่มีการเปิดเผยให้ผู้อื่นทราบ

ขอขอบคุณในความร่วมมือการตอบแบบสอบถามครั้งนี้

(พระมหาสมชาย โชติญาโณ)

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาชีวิตและความตาย

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### ตอนที่ ๑ แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

**คำชี้แจง** แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปนี้ เมื่ออ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย✓ ลงใน ( )

หน้าข้อความที่เป็นจริงหรือเติมคำในช่องว่างซึ่งตรงกับความเป็นจริงในปัจจุบันของท่านให้ครบถ้วน

๑. เพศ ( ) ๑. ชาย ( ) ๒. หญิง

๒. อายุ ระบุ .....ปี .....เดือน.

๓. ระดับการศึกษา

( ) ๑. ประถมศึกษา ( ) ๒. มัธยมศึกษา

( ) ๓. ปวส/ปวชหรือเทียบเท่า ( ) ๔.ปริญญาตรี ( ) ๕. สูงกว่าปริญญาตรี

๔. สถานภาพทางครอบครัว

( ) ๑. โสด ( ) ๒. หม้าย ( ) ๓. คู่ ( ) ๔. หย่า, แยกกันอยู่

๕. รายได้ของครอบครัว เฉลี่ยต่อเดือน

( ) ต่ำกว่า ๕๐๐๐ บาท ( ) ระหว่าง ๕๐๐๑-๑๐๐๐๐ บาท

( ) ระหว่าง ๑๐๐๐๑-๑๕๐๐๐ บาท ( ) สูงกว่า ๑๕๐๐๐ ขึ้นไป

๖. อาชีพที่ท่านเคยประกอบในอดีต

( ) ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ( ) พนักงานบริษัทเอกชน

( ) ค้าขาย ( ) รับจ้างทั่วไป ( ) อื่นๆ โปรดระบุ.....

๗. ภาวะโรคทางกายที่ท่านเป็นอยู่ ( สามารถเลือกตอบได้หลายคำตอบ)

( ) สุขภาพแข็งแรงไม่เจ็บป่วย

( ) โรคความดันโลหิตสูง ( ) โรคหัวใจ ( ) ภาวะไขมันในเลือดสูง ( ) โรคอ้วน

( ) โรคเบาหวาน ( ) โรคไต ( ) โรคเก๊าท์ ( ) โรคกระดูกเสื่อม

( ) โรค อื่นๆ โปรดระบุ.....

๘. สภาพจิตใจของท่านในช่วงเวลานี้

( ) สุขภาพจิตดี

( ) ภาวะเครียด ( ) ภาวะซึมเศร้า ( ) วิตกกังวล ( ) เปื่อหน่าย

( ) ท้อแท้ ( ) หมดหวัง

( ) โรค อื่นๆ โปรดระบุ.....

๙. ปัจจุบันท่านอาศัยอยู่กับใคร

( ) อยู่คนเดียว ( ) อยู่กับครอบครัวและลูกหลาน ( ) อยู่กับเพื่อน/ญาติ ( ) อื่นๆ.....

๑๐. ปัจจุบันบ้านที่ท่านอาศัยเป็นบ้านของใคร

( ) บ้านของตนเอง ( ) บ้านลูก/หลาน ( ) บ้านเพื่อน/ญาติ ( ) บ้านเช่า

## ตอนที่ ๒ แบบสอบถามทุกขอรหัสของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง ให้ท่านอ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย  $\surd$  ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด เพียงช่องเดียว ซึ่งแบ่งออกเป็น ๕ อันดับ ได้แก่

ข้อความ	ความหมาย	คะแนน
มากที่สุด	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๕
มาก	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๔
ปานกลาง	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๓
น้อย	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๒
น้อยที่สุด	มีพฤติกรรมและการรู้คิดในระดับ	๑

ลำดับ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑	สุขภาพของท่านแข็งแรงดี สามารถทำงานได้ตามปกติ					
๒	แม้อายุมากขึ้นท่านสามารถปฏิบัติหน้าที่การงานได้เหมือนเดิม					
๓	ท่านสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่ว					
๔	ท่านสามารถพักผ่อน นอนหลับได้เป็นปกติ					
๕	สภาพแวดล้อมในบ้านท่านมีความปลอดภัย					
๖	ในขณะนี้ท่านมีความกังวลใจเกี่ยวกับหนี้สิน					
๗	ท่านหดหู่ใจและเสียใจเมื่อบุคคลในครอบครัวญาติมิตรหรือเพื่อนเสียชีวิต					
๘	ท่านทนไม่ได้เมื่อท่านผิดหวัง					
๙	ท่านน้อยใจหรือเสียใจเมื่อลูกหลานไม่เชื่อฟัง					
๑๐	ท่านทุกข์ใจเพราะไม่มีใครให้ความสนใจต่อท่าน					
๑๑	ท่านรู้สึกเหงาเมื่อถูกทิ้งให้อยู่คนเดียว					
๑๒	ท่านวางแผนการใช้ชีวิตในวัยชรา					

## ตอนที่ ๒ แบบสอบถามทุกขอรหัสของผู้สูงอายุ (ต่อ)

ลำดับ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑๓	ท่านมีวินัยในการดำรงชีวิต					
๑๔	ท่านช่วยเหลือเกื้อหนุนบุตรหลาน ญาติ และมิตร					
๑๕	ท่านทำบุญตักบาตร เข้าวัด ฟังธรรม					
๑๕	ท่านสวดมนต์ นั่งสมาธิ					
๑๖	ท่านเข้าใจธรรมชาติของชีวิตว่าต้องมีความเสื่อม					
๑๗	ท่านเข้าใจและยอมรับความเจ็บปวดและความตายที่จะเกิดขึ้น					
๑๘	ท่านได้รับความยอมรับนับถือจากผู้คน					
๑๙	ผู้มีจิตใจสงบ เยือกเย็น มักเป็นที่รักของผู้คน					
๒๐	ท่านให้อภัยแก่ผู้ทำผิดเสมอ					



ตอนที่ ๓ แบบสอบถามความงอกงามแห่งตนของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง ให้ท่านอ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย  $\surd$  ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด เพียงช่องเดียว ซึ่งแบ่งออกเป็น ๕ อันดับ ได้แก่

ข้อความ	ความหมาย	คะแนน
มากที่สุด	มีพฤติกรรมและการรู้จักในระดับ	๕
มาก	มีพฤติกรรมและการรู้จักในระดับ	๔
ปานกลาง	มีพฤติกรรมและการรู้จักในระดับ	๓
น้อย	มีพฤติกรรมและการรู้จักในระดับ	๒
น้อยที่สุด	มีพฤติกรรมและการรู้จักในระดับ	๑

ลำดับ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑	ท่านเต็มใจช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน					
๒	ท่านประกอบอาชีพการงานที่สุจริต					
๓	ท่านสามารถควบคุมตนเองได้ทั้ง การพูด ความคิด และ ความประพฤติที่ถูกต้อง					
๔	ท่านเป็นผู้มีสัจจะ รักษาคำพูดอยู่เสมอ					
๕	ท่านมักระลึกถึงตัวในขณะที่ คิด พูด และกระทำ					
๖	ท่านใส่ใจและรักษาประโยชน์สุขของผู้อื่น					
๗	ท่านประพฤติตนอย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับ					
๘	ท่านเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ					
๙	ท่านสามารถให้คำแนะนำคำเตือนและเป็นที่ยอมรับ					
๑๐	ท่านมีความพร้อมและอดทนต่อคำเตือนของผู้อื่น					
๑๑	ท่านสามารถอธิบายเรื่องที่ยุ่งยากให้เข้าใจได้ง่าย					
๑๒	ท่านมั่นคงในความดี ไม่ชักจูงใครไปในทางที่เสื่อมเสีย					
๑๓	ท่านเห็นคุณค่าของชีวิตเสมอ					
๑๔	ท่านเป็นแบบอย่างที่ดีของคนในครอบครัว					
๑๕	ท่านชอบช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นเสมอ					

ตอนที่ ๔ แบบสอบถาม ข้อเสนอแนะปัญหาและอุปสรรคต่อความมั่งคั่งแห่งตนของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง ให้ท่านแสดงข้อคิดเห็นปัญหาและอุปสรรคความมั่งคั่งแห่งตนของผู้สูงอายุ

๑. ท่านมีความคิดเห็นใน เรื่อง ทุกข์ อย่างไรบ้าง

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

๒.ท่านมีความคิดเห็นใน เรื่อง สมุทัย อย่างไรบ้าง

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

๓.ท่านมีความคิดเห็นใน เรื่อง นิโรธ อย่างไรบ้าง

.....  
.....  
.....  
.....

๔. ท่านมีความคิดเห็นใน เรื่อง มรรค อย่างไรบ้าง

.....  
.....  
.....  
.....

ขอขอบคุณและอนุโมทนาแก่ผู้ให้ข้อมูลทุกท่าน

ผู้วิจัย



ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
ต. ลำไทร อ. วังน้อย  
จ.พระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐

ที่ ศธ ๖๑๐๔.๔/วพจ.๐๙

๑๒ มีนาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ตอบรับความตีพิมพ์ลงวารสารพุทธจิตวิทยา

เรียน/เจริญพร พระมหาสมชาย โชติธญาโณ

ตามที่ท่านได้ส่งบทความ เรื่อง “ความงอกงามแห่งตนตามหลักอริยสัจ ๔ ของผู้สูงอายุในชุมชนวัดชัย  
ฉิมพลี กรุงเทพมหานคร” เพื่อลงตีพิมพ์ในวารสารพุทธจิตวิทยา ความทราบแล้วนั้น

กองบรรณาธิการขอแจ้งให้ท่านทราบว่า บทความของท่านได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ  
(Peer review) และได้รับการพิจารณาลงตีพิมพ์ในวารสารพุทธจิตวิทยา ปีที่ ๒ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน  
๒๕๖๒)

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

(พระมหาเพื่อน กิตติโสภโณ, ผศ.ดร.)

บรรณาธิการวารสารพุทธจิตวิทยา

## ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-สกุล : พระมหาสมชาย โชติญาโณ เดชาหุม
- วัน-เดือน-ปีเกิด : วันอังคารที่ ๒๑ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๑๔
- สถานที่เกิด : บ้านเนินสะอาด ตำบลนาราชควาย อำเภอเมือง จังหวัดนครพนม
- วุฒิการศึกษา : ปริญญาตรี (รัฐศาสตร์บัณฑิต) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พ.ศ. ๒๕๔๕
- : สอบพระปริยัติธรรมสนามหลวง นักธรรมชั้นตรี ปี พ.ศ. ๒๕๒๗
- : สอบพระปริยัติธรรมสนามหลวง นักธรรมชั้นโท ปี พ.ศ. ๒๕๒๘
- : สอบพระปริยัติธรรมสนามหลวง นักธรรมชั้นเอก ปี พ.ศ. ๒๕๓๐
- : สอบพระปริยัติธรรมสนามหลวง เปรียญธรรม ๗ ปี พ.ศ. ๒๕๕๕
- ประสบการณ์การทำงาน : ครูสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม
- : ผู้ช่วยเจ้าอาวาส วัดชัยฉิมพลี
- อุปสมบท : วันที่ ๖ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๓๖
- สังกัด : วัดชัยฉิมพลี
- ปีที่เข้าศึกษา : ๒๕๕๙
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : ๒๕๖๒
- ที่อยู่ปัจจุบัน : ๖๒ หมู่ ๖ วัดชัยฉิมพลี แขวงบางแวก เขตภาษีเจริญ จ.กรุงเทพมหานคร
- โทรศัพท์มือถือ : ๐๘๘-๕๐๘-๓๔๑๐
- e-mail : som๐๘๘๕๐๘๓๔๑๐@gmail.com