

บทความวิชาการ (Academic article)

การจัดการศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ตลอดชีวิต:
กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุธาราบาลุฒิวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่
Educational Management of the School for the Older people to
Promote Health and Lifelong Learning: A Case Study of
Charabanwutwittayalai's Older People School in Chiang Mai Province

พรพรรณ มนัสจกุล^{1*}, เพ็ชรี ฐปะวิเชตร์²

Pornpun Manasatchakun^{1*}, Phetcharee Rupavijetra²

*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding author e-mail: pornpun@bcnc.ac.th) โทรศัพท์ 065-4839877

(Received: May 19, 2020; Revised: June 17, 2020; Accepted: July 27, 2020)

บทคัดย่อ

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ จากอายุขัยเฉลี่ยที่เพิ่มขึ้น วัยสูงอายุมีความเสี่ยงต่อการเผชิญกับความเจ็บป่วยจากโรคในระยะเวลาเนิ่นนานและเรื้อรัง ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นการดำเนินงานหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

โรงเรียนผู้สูงอายุธาราบาลุฒิวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ มีเป้าหมายในการดำเนินการเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สนับสนุนให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่สังคม ผ่านหลักการศึกษาตลอดชีวิต ระบบการจัดการศึกษาของโรงเรียนผู้สูงอายุธาราบาลุฒิวิทยาลัยมีแนวทางเพื่อช่วยสนับสนุนผู้สูงอายุให้มีพื้นที่ส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุในชุมชน โดยพบว่า การจัดการศึกษาของโรงเรียนผู้สูงอายุธาราบาลุฒิวิทยาลัย มีระบบจัดการศึกษาผ่านการขับเคลื่อนงานโดยการมีส่วนร่วมของชุมชนและองค์กรส่วนท้องถิ่น การบริหารงานโดยกลุ่มแกนนำผู้สูงอายุ เครือข่ายการเรียนรู้และสังคม มีแนวทางการทำงานโดยให้ผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลาง กำหนดกิจกรรมที่ต้องการเรียนรู้ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่สมบูรณ์ มีศักยภาพ ส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่นล้านนา เกิดการเรียนรู้ที่ต่อเนื่อง เพิ่มพูนความสุขของชีวิต ความมีคุณค่าและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

คำสำคัญ: การจัดการศึกษา, การเรียนรู้ตลอดชีวิต, การส่งเสริมสุขภาพ, โรงเรียนผู้สูงอายุ

¹ อาจารย์ สาขาการพยาบาลอนามัยชุมชน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี เชียงใหม่

Community health nursing instructor, Boromarajonani College of Nursing, Chiangmai

² รองศาสตราจารย์ ภาควิชาอาชีวศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Associate professor, Department of vocational education and wellness promotion, Chiang Mai University

Abstract

Thailand is going into an aging society due to increasing life expectancy. The older people may encounter both acute and chronic diseases. These risks may have an impact on older people's quality of life. A school for the older people is considered as a part of operation to improve their quality of life.

Charabanwutwittayalai is one of the schools for the older people in Chiang Mai Province, Thailand. This school for older people aims to promote good health and support older people to keep their roles in the society through lifelong education principles. The educational management of Charabanwutwittayalai offers an educational management system through the community and local organizations' participation. It has been managed by a group of older leaders and learning networks. This educational management model and educational activities place older people at the center of the educational process. It has promoted older people to have good health and to live up to their full potential. Moreover, this school for the older people has promoted Lanna local wisdom, happiness in life, self-esteem and the quality of life of the older people.

Keywords: Educational management, Life-long learning, Health promotion,
School for the older people

บทนำ

สถานการณ์การเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงอายุเป็นความท้าทายของหลายประเทศทั่วโลก ในปีพ.ศ. 2593 จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มจำนวนขึ้นเป็น 15 เปอร์เซ็นต์ของจำนวนประชากรทั่วโลก จำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอาจมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย เช่น นโยบายการคุมกำเนิดในหลายประเทศ ส่งผลให้มีอัตราการเกิดลดลง ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีทางการแพทย์ส่งผลให้เพิ่มอายุขัยเฉลี่ย (World Health Organization, 2011) จากปัจจัยดังกล่าว ทำให้โครงสร้างประชากรของแต่ละประเทศมีการเปลี่ยนแปลง สำหรับประเทศไทยมีการประมาณการว่าในปี พ.ศ. 2591 จำนวนประชากรผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 30 ของประชากรในประเทศ (สมศักดิ์ ชุณหรัศมิ์, 2562) ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการบริหารจัดการภาครัฐ ผลต่อระบบเศรษฐกิจและสังคม รวมทั้งผลกระทบต่อระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชน (สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, 2561) โดยการทำผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวขึ้น อาจทำให้ผู้สูงอายุต้องเผชิญหน้ากับความเจ็บปวดจากภาวะแทรกซ้อนจากการมีโรคเรื้อรัง ความไม่สุขสบายจากการเจ็บป่วย ความกังวลต่อโรค หรือความกลัว (Quandt et al., 2013) จากผลการสำรวจภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุพบว่า เกือบร้อยละ 70 มีโรคเรื้อรังหรือโรคประจำตัว (สมศักดิ์ ภัทรกุลวณิช, 2553)

จังหวัดเชียงใหม่เป็นหนึ่งในพื้นที่ภาคเหนือ ที่มีจำนวนผู้สูงอายุมากเป็นอันดับ 3 ของประเทศ โดยข้อมูลปี พ.ศ. 2562 (กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2562)

ประชากรทั้งหมด 1,779,254 คน พบจำนวนผู้สูงอายุเพศชายและหญิงรวม 333,692 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 18.75 จากจำนวนดังกล่าวจะเห็นว่าจังหวัดเชียงใหม่ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging society) รวมถึงพบจำนวนของผู้สูงอายุที่ติดเตียง ป่วยเรื้อรัง ดำรงชีพด้วยการเร่ร่อน หรือเป็นผู้พิการที่ไม่มีแหล่งสนับสนุนด้านอุปกรณ์ในการช่วยเหลือตนเองถึงเกือบ 3,000 คน จากประเด็นของการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากร การเพิ่มจำนวนของผู้สูงอายุและการมีผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิงดังกล่าว จึงเป็นเรื่องจำเป็นที่ผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายโดยเฉพาะผู้ดูแลด้านสุขภาพของผู้สูงอายุต้องตระหนักถึงความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพและสนับสนุนการมีคุณภาพชีวิตที่ดีในกลุ่มประชากรสูงอายุ

การส่งเสริมสุขภาพตามคำนิยามขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 1998) ได้เน้นความสำคัญของกระบวนการส่งเสริมสุขภาพให้บุคคลมีการพัฒนาสุขภาพ จัดสภาพแวดล้อมและจัดการปัจจัยที่กระทบต่อสุขภาพเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขภายใต้กระบวนการสร้างความรู้ ทักษะ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้บุคคลสามารถดูแลสุขภาพ ลดปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลต่อสุขภาพ ซึ่งการดำเนินการควรครอบคลุมปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ การจัดการด้านนโยบายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ การส่งเสริมให้ประชาชนได้มีความรู้และได้รับข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ รวมถึงการมีทางเลือกให้บุคคลได้พัฒนาสุขภาพของตนเอง ในการส่งเสริมสุขภาพประชากรผู้สูงอายุ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นหน่วยงานหนึ่งที่มีบทบาทสำคัญโดยโรงเรียนผู้สูงอายุ (Aging school) เป็นการดำเนินการที่องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นจัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุ ช่วยส่งเสริมการดูแล คุ้มครองพิทักษ์สิทธิผู้สูงอายุ สนับสนุนให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม ซึ่งกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุมีส่วนช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ ส่งเสริมการมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีร่วมกับการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุ (กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2559)

โรงเรียนผู้สูงอายุชรบาบลวุฒิวิทยาลัย ตั้งอยู่ที่ตำบลเชิงดอย อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ ดำเนินการโดยเทศบาลตำบลเชิงดอยซึ่งเป็นไปอย่างต่อเนื่องนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2556 ถึงปัจจุบัน โดยในปี พ.ศ. 2563 โรงเรียนผู้สูงอายุชรบาบลวุฒิวิทยาลัยได้มีการสอนเนื้อหาและทักษะ การฝึกปฏิบัติ และการทำกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพให้ผู้สูงอายุอย่างเป็นรูปธรรมโดยมีการทำข้อตกลงเป็นทางการร่วมกับศูนย์พัฒนาสวัสดิการผู้สูงอายุภาคเหนือ พระสงฆ์ อาจารย์พิเศษ และวิทยากรผู้เชี่ยวชาญในด้านต่างๆ เช่น ดนตรี การใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ การประกอบอาชีพ รวมทั้งมีความร่วมมือกับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่เพื่อสนับสนุนกิจกรรมในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุชรบาบลวุฒิวิทยาลัยช่วยส่งเสริมให้เกิดการถ่ายทอดองค์ความรู้ภูมิปัญญาของผู้สูงอายุสู่ผู้ที่สนใจ โดยกระบวนการจัดการศึกษาเน้นการจัดการเรียนรู้ตามความต้องการและความสนใจของผู้สูงอายุเพื่อสร้างความสุข ความพอใจของผู้เรียน

การจัดการศึกษาของโรงเรียนผู้สูงอายุชรบาบลวุฒิวิทยาลัย เพื่อส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุถือเป็นตัวอย่างของการพัฒนาสุขภาพและส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดีภายใต้การดำเนินการที่มีจุดแข็งและมีต้นทุนทางสังคม ซึ่งสะท้อนจากการดำเนินกิจกรรมผ่านการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุและการมีชุมชนเป็นร่วมขับเคลื่อน ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้เขียนจึงได้เห็นความสำคัญของผู้

การศึกษากระบวนการจัดการศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุจากกรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุชราบาลวุฒิวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ บทความฉบับนี้จึงได้เน้นแก่นสำคัญของการจัดการศึกษาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต ได้แก่ แนวคิดหลักการจัดการศึกษา รูปแบบการจัดการศึกษา ลักษณะการจัดการศึกษาเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย การขับเคลื่อนการพัฒนาสุขภาพและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุผ่านการเรียนรู้ตลอดชีวิตของโรงเรียนผู้สูงอายุชราบาลวุฒิวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อนำเป็นแนวปฏิบัติในการส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพ การส่งเสริมสุขภาพและสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ ในพื้นที่อื่นๆ ที่มีบริบทคล้ายคลึงกัน

การจัดการศึกษาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Life-long learning)

แนวคิดการจัดการศึกษาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นการจัดการศึกษาที่มีความสอดคล้องตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 โดยมาตราที่ 4 ของพระราชบัญญัติฉบับนี้ ได้ให้ความหมายของการศึกษาว่าหมายถึง “กระบวนการเรียนรู้เพื่อความเจริญงอกงามของบุคคลและสังคม โดยการถ่ายทอดความรู้ การฝึก การอบรม การสืบสานทางวัฒนธรรม การสร้างสรรค์จรรโลงความก้าวหน้าทางวิชาการ การสร้างองค์ความรู้ขึ้นเกิดจากการจัดสภาพแวดล้อม สังคมการเรียนรู้และปัจจัยเกื้อหนุนให้บุคคลเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต” การศึกษาตลอดชีวิต หมายถึง การศึกษาที่เกิดจากการผสมผสานระหว่างการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต แก่นของการจัดการศึกษาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต ได้เปิดโอกาสให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยมีสิทธิขั้นพื้นฐานที่จะพัฒนาคุณภาพของตนเองอย่างต่อเนื่อง โดยเป็นการสนับสนุนให้ทุกกลุ่มวัยได้เรียนรู้เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของตนและเพื่อสามารถปฏิบัติกิจกรรมปรับตัว มีความพร้อมในการอยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลง และการแข่งขันอย่างมีความสุข

หลักการจัดการศึกษา

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ได้อธิบายเกี่ยวกับหลักการจัดการศึกษาในมาตราที่ 8 โดยครอบคลุม 3 ประเด็น (พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542, 2542) ได้แก่ 1) การจัดให้เป็นการศึกษาตลอดชีวิตสำหรับประชาชน ซึ่งการจัดการศึกษาต้องเกิดอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต ครอบคลุมในทุกด้านของการดำรงชีวิต เช่น ความเกี่ยวข้องต่อหน้าที่การงาน การพัฒนาชุมชน สังคม ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มคน การก้าวทันต่อความเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง (สกวเดือน พิมพ์ศาล, 2558) 2) การให้สังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา เช่น การมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมการศึกษา การสนับสนุนในด้านต่างๆ สนับสนุนทรัพยากร เช่น ทุนทรัพย์ ทรัพยากรมนุษย์ สิ่งสนับสนุนอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องต่อการจัดการศึกษา และ 3) การพัฒนาสาระและกระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของโลกที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา องค์ความรู้ที่ถูกมนุษย์ค้นพบมีมากขึ้นการพัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศที่ถูกพัฒนาอย่างรวดเร็ว รวมถึงการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับระบบเศรษฐกิจและสังคม ดังนั้น ในการจัดการศึกษาต้องมีความรวดเร็วต่อสถานการณ์ปรับเปลี่ยนและพัฒนาอยู่ตลอดเวลา

รูปแบบการจัดการศึกษา

การจัดการศึกษาสามารถจัดได้ในรูปแบบที่แตกต่างกัน รูปแบบการจัดการศึกษาสามารถแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะได้แก่ 1) การศึกษาในระบบโรงเรียน (Formal education) 2) การศึกษานอกระบบโรงเรียน (Non-formal education) และ 3) การศึกษาตามอัธยาศัย (Informal education) โดยการจัดการศึกษาทั้ง 3 รูปแบบเป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้คนทุกช่วงวัยสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตผ่านกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับสมาชิกในสังคม (อาชัญญา รัตนอุบล, 2562) ช่วยให้บุคคลได้มีความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม สร้างทักษะ และการมีเจตคติที่ดี ผ่านการเรียนรู้ที่มีระบบหรือไม่มีระบบ อาจจะตั้งใจหรือไม่ตั้งใจให้เกิดการพัฒนาตนเองของแต่ละบุคคล และเกิดการสร้างสรรค์สังคมแห่งการเรียนรู้ (อาชัญญา รัตนอุบล, วีรเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, วรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา, ปาน กิมปี, และระวี สัจโสภณ, 2554)

การจัดการศึกษาเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย

ประเทศไทยได้มีรูปแบบการจัดการศึกษา ภายใต้แนวคิดเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต มุ่งให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ มีคุณค่า ส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ตลอดจนสามารถปรับตัวต่อความเปลี่ยนแปลงของโลก และสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ (กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2559; สถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคใต้ กระทรวงศึกษาธิการ, 2558) โดยการสร้างโอกาสและกระจายโอกาสทางการศึกษาให้แก่ประชาชนในสังคมไทย ส่งเสริมให้เกิดการจัดการศึกษาตามวัยและให้ได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่องตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยสูงอายุ ซึ่งเป็นไปตามกฎหมายในการส่งเสริมการเรียนรู้ในผู้สูงอายุ หลักการของสหประชาชาติ และรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560 (ราชกิจจานุเบกษา, 2560) รวมทั้งปฏิญญาผู้สูงอายุ (กรมประชาสัมพันธ์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม, 2542) การส่งเสริมการเรียนรู้ในวัยสูงอายุเน้นความสำคัญของการให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสในการศึกษา เรียนรู้และพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่อง ซึ่งการจัดการเรียนสำหรับผู้สูงอายุนี้อาจจะทำให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข สามารถเรียนรู้เพื่อรับมือกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม เรียนรู้ที่จะสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ และเรียนรู้เพื่อใช้ชีวิตได้อย่างอิสระโดยมีความรับผิดชอบต่อตนเอง

การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทยถือว่า ส่งผลกระทบในหลากหลายมิติ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสในการเรียนรู้ตลอดชีวิต จะช่วยสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างเป็นอิสระ มีโอกาสในการมีส่วนร่วมกับชุมชนและสังคม ส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดีในกลุ่มผู้สูงอายุสำหรับการศึกษาตลอดชีวิต (Life-long education) จากการศึกษาของอาชัญญา รัตนอุบล และคณะ (2554) ได้สะท้อนภาพการศึกษาและการจัดการการเรียนรู้ตลอดชีวิตในผู้สูงอายุ 4 ประเด็น ได้แก่ 1) เป้าหมายของการจัดการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต ที่ครอบคลุมประเด็นการมีสุขภาพที่ดี สร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อครอบครัวและชุมชนของผู้สูงอายุ ให้ผู้สูงอายุมีการปรับตัวและดำเนินชีวิตภายใต้เศรษฐกิจที่พอเพียงมีความสุขตามอัตภาพ มีความสุขสงบด้านจิตใจ และมีการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมทางศาสนาและประเพณี สามารถทำประโยชน์ต่อผู้อื่นได้ 2) กิจกรรมการศึกษาและการเรียนรู้ของผู้สูงอายุครอบคลุม การจัดการศึกษาในโรงเรียน นอกโรงเรียน และ/หรือ การศึกษาตามอัธยาศัยแบบบูรณาการที่มีความหลากหลายของกิจกรรม และกลุ่มเป้าหมายที่สามารถจำแนกได้เป็นกลุ่มที่พึ่งตนเองได้ และพึ่งตนเอง

ไม่ได้ 3) เนื้อหาในการจัดการศึกษา ควรมีการบูรณาการทั้งความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ เป็นการเรียนรู้ ที่ช่วยก่อเกิดรายได้ตามความเหมาะสม สามารถทำประโยชน์ต่อชุมชนได้ มีบทบาทในการเปลี่ยนแปลง หรือมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงผู้สูงอายุคนอื่นในชุมชน และ 4) วิธีการจัดการเรียนรู้ เน้นการเสริม ประโยชน์ที่ผู้สูงอายุจะได้จากการเรียนรู้ มีการจัดการศึกษาและผู้ที่ถ่ายทอดความรู้ กิจกรรมการจัดการ เรียนรู้ เช่น การอบรมระยะสั้น ระยะยาว การจัดนิทรรศการเผยแพร่ความรู้ การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นเน้นการมี ส่วนร่วมของพหุวัย ซึ่งมีการเรียนรู้ในกลุ่มวัยต่างๆ เช่น เยาวชน ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ เป็นต้น มีเทคนิคและ สื่อการให้ความรู้ที่หลากหลาย มีแหล่งการเรียนรู้ที่สนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต เช่น วัด ศูนย์การเรียนรู้ ชุมชน พิพิธภัณฑ์ เป็นต้น มีกระบวนการประเมินผลที่เหมาะสม มีกระบวนการบริหารจัดการที่ส่งเสริมการ ให้เกิดการทำงานร่วมกันของภาคีเครือข่าย เช่น บุคคล ครอบครัว ชุมชน องค์กรภาครัฐและเอกชน องค์กร วิชาชีพ สถาบันศาสนา สถานประกอบการ และอื่นๆ

โรงเรียนผู้สูงอายุ: การขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุภายใต้การเรียนรู้ตลอดชีวิต

โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นรูปแบบหนึ่งในการจัดการศึกษาเพื่อต้องการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีศักยภาพ มี พลัง เข้าใจตนเองและสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลง ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคม โดยการ จัดการโรงเรียนผู้สูงอายุได้อยู่ภายใต้กระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนและกลุ่มภาคีเครือข่าย (กรมกิจการ ผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2559) ซึ่งการดำเนินการโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจะทำผ่านกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีคุณค่าและศักยภาพที่ ผู้สูงอายุแต่ละคนมี รวมทั้งเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจแก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับสุขภาพในมิติต่างๆ ส่งเสริมให้ ผู้สูงอายุเกิดภาคภูมิใจและมีมุมมองทางบวกต่อตนเอง การดำเนินกิจกรรมได้ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมี ความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกของโรงเรียนผู้สูงอายุที่วัยใกล้เคียงกัน โดยการดำเนินการโรงเรียนผู้สูงอายุ อาจจะดำเนินการผ่านหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ร่วมมือกับวิทยากรจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ หรือวิทยากร ผู้สูงอายุเองซึ่งมีองค์ความรู้ ประสบการณ์ และความสามารถในการถ่ายทอดแก่สมาชิกโรงเรียนผู้สูงอายุ

กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2559) ได้เสนอ รูปแบบของโรงเรียนผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 1) เครือข่ายการทำงานเพื่อขับเคลื่อนโรงเรียนผู้สูงอายุ ได้แก่ การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.) ผู้นำทางศาสนา อาสาสมัคร สำนักงานพัฒนา สังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด (พมจ.) และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) 2) ชมรม ผู้สูงอายุ ซึ่งโรงเรียนผู้สูงอายุหลายแห่งเริ่มต้นจากการริเริ่มของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุจะ ช่วยขับเคลื่อน ดำเนินการทำงานหรือกิจกรรม สนับสนุนด้านความคิดและแหล่งสนับสนุนเพื่อการ ดำเนินการของโรงเรียนผู้สูงอายุ และ 3) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ที่จะช่วยในการดำเนินการกิจกรรม สนับสนุนด้านทรัพยากร และประสานเครือข่ายความร่วมมือในหลายภาคส่วน จากรูปแบบของโรงเรียน ผู้สูงอายุพบว่า มีการดำเนินการของกลุ่มหรือบุคคลที่ทำงานร่วมกัน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุใน ชุมชนผ่านการทำกิจกรรมภายในโรงเรียนและนอกโรงเรียน การส่งเสริมมิติของกาย ใจ อารมณ์ สติปัญญา และสังคมของผู้สูงอายุ และการร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมสร้าง ของคณะกรรมการดำเนินงานของโรงเรียน ผู้สูงอายุ นอกจากการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุยัง มีจุดประสงค์ที่ต้องการพิทักษ์สิทธิของผู้สูงอายุ ส่งเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ให้ผู้สูงอายุได้

สร้างสรรค์ประโยชน์ต่อชุมชน เสริมสร้างคุณค่า และภูมิปัญญาของผู้สูงอายุ อันจะส่งผลต่อการดำรงไว้เพื่อ การส่งเสริมวัฒนธรรมท้องถิ่นให้สืบทอดเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน

สำหรับการจัดการศึกษาในโรงเรียนผู้สูงอายุมีความแตกต่างกันบางแห่งมีรูปแบบการเป็นหลักสูตร คล้ายกับการศึกษาในระบบ โดยมีการกำหนดเวลาเรียนที่ชัดเจน บางโรงเรียนมีการจัดตามความต้องการ ของนักเรียนผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุบางแห่งเน้นเพียงกิจกรรมเพื่อการสร้างสุขแก่ผู้เรียน หรือบาง แห่งให้ความสำคัญต่อการแก้ปัญหาของผู้สูงอายุในแต่ละบริบทชุมชน สำหรับการจัดการศึกษาในโรงเรียน ผู้สูงอายุที่มีรูปแบบเป็นหลักสูตรคล้ายกับการศึกษาในระบบ จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ามีหลักสูตร การเรียนรู้และชุดการเรียนรู้ซึ่งถูกพัฒนาขึ้นภายใต้แนวคิดการพัฒนาศักยภาพและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยดำเนินการสอนผ่านกิจกรรมที่ค่อนข้างหลากหลาย (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2559; ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, ภาวนา พัฒนศรี, และธนิกันต์ ศักดาพร, 2560; สถาบันพัฒนาการศึกษาชนอกระบบและการศึกษาตาม อรรถาธิบายภาคใต้ กระทรวงศึกษาธิการ, 2558) เช่น การมีลักษณะการจัดการศึกษาที่มีโครงสร้างและ รายละเอียดวิชา รวมถึงหน่วยชั่วโมงที่ค่อนข้างชัดเจน เช่น หลักสูตรการศึกษาตลอดชีวิต โดย สถาบัน พัฒนาการศึกษาชนอกระบบและการศึกษาตามอรรถาธิบายภาคใต้ กระทรวงศึกษาธิการ (2558) ประกอบด้วย 5 รายวิชา รวม 144 ชั่วโมง จำแนกเป็น รายวิชาการดูแลสุขภาพที่จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุ (27 ชั่วโมง) นันทนาการและการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุ (39 ชั่วโมง) การพัฒนาจิตสำหรับผู้สูงอายุ (39 ชั่วโมง) การใช้ชีวิตอย่างมีความสุขสำหรับผู้สูงอายุ (24 ชั่วโมง) และเทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารสำหรับผู้ สูงอายุ (15 ชั่วโมง) หลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยกรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2559) ในระยะเวลาการเรียนรู้ไม่น้อยกว่า 48 ชั่วโมง ครอบคลุมการเรียนรู้ทฤษฎีและปฏิบัติ มีการจัดการสอนประกอบด้วย 3 กลุ่มวิชา คือ วิชาชีพ วิชาชีพ และ วิชาการ นอกจากนี้ ยังพบว่ามีการจัดกลุ่มชุดความรู้ที่มีการจัดการสอนในโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุหรือ ชมรมผู้สูงอายุที่มีการจัดกิจกรรมเพื่อถ่ายทอดความรู้เพื่อพัฒนาผู้สูงอายุให้มีศักยภาพ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร และคณะ, 2560) โดยแบ่งได้เป็น 3 กลุ่มชุดความรู้ แต่ละชุดความรู้มีการบรรจุรายวิชาพร้อมรายละเอียด การจัดกิจกรรม ซึ่งมีรายละเอียดชุดความรู้คือ ความรู้ที่ผู้สูงอายุต้องรู้ (จำนวน 48 ชั่วโมง) ความรู้ที่ ผู้สูงอายุควรรู้ (จำนวน 28 ชั่วโมง) และความรู้ที่ผู้สูงอายุอยากรู้ (จำนวน 20 ชั่วโมง) โดยการจัดการเรียนรู้ นี้มีการเลือกรายวิชาโดยผู้จัดการเรียนการสอนเลือกรายวิชาที่เหมาะสม

โรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย: แนวทางการจัดการศึกษาเพื่อส่งเสริมสุขภาพและ การเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ

โรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ ก่อตั้งขึ้นในปี พ.ศ. 2556 มีวิสัยทัศน์คือ “ถ่ายทอดภูมิปัญญา ศึกษาเทคโนโลยี แก่อย่างมีคุณค่า ชรอย่างมีคุณภาพ” (เทศบาลตำบลเชิงดอย, 2558) แรกเริ่มก่อนการก่อตั้งโรงเรียนพบว่าผู้สูงอายุในชุมชนเสนอให้เทศบาลตำบลเชิงดอย ได้จัดกิจกรรม ให้ผู้สูงอายุเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้พบปะกันเพื่อลดความเหงาและอาการซึมเศร้า เนื่องจากผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่ในพื้นที่มักอยู่แต่ในบ้านและไม่มิจิจกรรมอื่นในช่วงเวลาว่างจากการทำงานหรือปฏิบัติกิจวัตร ประจำวัน หลังจากทราบปัญหาดังกล่าวองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนำโดยนายกเทศมนตรี มีนโยบายและ ดำเนินการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อช่วยส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน กลุ่มเป้าหมายผู้เรียน

ได้แก่ ผู้สนใจที่มีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป สามารถช่วยเหลือตนเองและปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ มีความเต็มใจเข้าร่วมเป็นสมาชิกในโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยได้รับการสนับสนุนสถานที่จากเจ้าอาวาสวัดพระธาตุคอยสะแก พระอารามหลวงให้ใช้เป็นสถานที่ทำการโรงเรียน มีวิทยากรประจำโรงเรียนคือ สมาชิกสภาเทศบาลตำบลเชิงดอยที่มีทักษะการสื่อสารและเป็นผู้ที่ได้รับการอบรมการจัดกิจกรรมอบรมให้กับผู้สูงอายุของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) รวมทั้ง วิทยากรภายนอกชุมชนที่ช่วยอบรมให้ความรู้ส่งเสริมทักษะด้านต่างๆ

โรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย มีระยะเวลาการเรียนแบ่งออกเป็น 2 ภาคการศึกษา ภาคการศึกษาละประมาณ 4 เดือน (เดือนมกราคม-เมษายนและเดือนมิถุนายน-กันยายน) และมีการปิดภาคเรียนระหว่างภาคการศึกษาประมาณ 1-2 เดือน (เดือนพฤษภาคม-มิถุนายน และเดือนตุลาคม-ธันวาคม) โดยเปิดทำการทุกวันพุธของเดือน ทุกปีจะมีการจัดงานรับเกียรติบัตรปริญญาชีวิตสำหรับผู้สูงอายุเมื่อสำเร็จการศึกษาสำหรับผู้ที่มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของเวลาเรียนทั้งหมด โรงเรียนได้สร้างความภาคภูมิใจให้กับผู้สูงอายุและครอบครัวและบรรยากาศอันสะท้อนความสุข มีการประสานกับเครือข่ายทางสังคมให้ร่วมสนับสนุนการจัดงาน มีชุมชนผลงานเทศบาลและผู้สูงอายุ มีการเชิญบุคคลสำคัญในระดับประเทศมาเป็นผู้มอบเกียรติบัตร ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สนใจในการเข้าเรียนทุกปีต่อเนื่องจนพบว่าบางคนมาเรียนได้ประมาณ 5 ปีก็หยุดด้วยเหตุผลที่อายุมากขึ้น ในละปีก็จะมีผู้สูงอายุในพื้นที่มาสมัครเรียน บางคนก็อาจมาเรียนแบบมาไม่ประจำ ด้วยมีการกิจที่ครอบครัวหรือไม่สะดวกในการเดินทางมาเรียน ส่วนใหญ่สามารถเดิน ปั่นรถจักรยาน หรือมีการนัดหมายโดยมีรถตู้ของเทศบาลตำบลเชิงดอยรับส่ง บางพื้นที่ผู้สูงอายุมีการว่าจ้างรถประจำทางรับส่ง โรงเรียนผู้สูงอายุใช้งบประมาณการบริหารที่ได้รับจากเทศบาลตำบลเชิงดอยปีละประมาณ 1 ล้านบาท โรงเรียนแห่งนี้ถือเป็นแหล่งเรียนรู้แก่ผู้สนใจทั้งในระดับประเทศและต่างประเทศ

โครงสร้าง การกิจและการบริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย

โรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย ดำเนินการโดย 3 ฝ่าย ได้แก่ 1) คณะกรรมการบริหารโรงเรียน โดยมีประธานคณะกรรมการบริหารโรงเรียน และกรรมการ รวมทั้งสิ้น 10 คน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุในชุมชนที่ได้รับการคัดเลือกจากผู้นำและสมาชิกของ 13 หมู่บ้านที่อยู่ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของตำบลเชิงดอย 2) คณะที่ปรึกษาของโรงเรียนผู้สูงอายุ ได้แก่ ทีมงานผู้บริหารเทศบาลตำบลเชิงดอย โดยนายกเทศมนตรีตำบลเชิงดอยและคณะ รวม 11 คน และ 3) คณะส่งเสริมโรงเรียนผู้สูงอายุ นำโดยประธานสภาเทศบาลตำบลเชิงดอยและสมาชิกสภาเทศบาลตำบลเชิงดอย รวม 12 คน ซึ่งคณะกรรมการทั้ง 3 ฝ่าย มีหน้าที่บริหารจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัยให้เป็นไปตามนโยบายและภารกิจในการดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ของตำบลเชิงดอย ภายใต้ความร่วมมือของส่วนราชการ กลุ่มองค์กรและภาคประชาชน เพื่อดำเนินกิจกรรมการพัฒนาศักยภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ วัตถุประสงค์หลักการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย เพื่อส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ โดยสนับสนุนให้เกิดการจัดการศึกษาที่เหมาะสมกับวัยและความต้องการของผู้สูงอายุ สร้างขวัญกำลังใจให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ดูแลตนเองเพื่อการดำรงอยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่า รวมทั้งการช่วยเหลือดูแลบริหารด้านงบประมาณเพื่อสนับสนุนให้โรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัยเป็นศูนย์กลางในการพัฒนาระบบการดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่และส่งเสริมให้กิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุสามารถดำเนินการได้อย่างต่อเนื่อง

รูปแบบกิจกรรมการจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ในระยะแรกของการดำเนินงานการจัดการศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลุฒิวิทยาลัย การออกแบบกิจกรรมสำหรับผู้เรียนได้ทำตามกรอบหลักสูตรการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของกรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2559) ประกอบด้วย 3 กลุ่มวิชาหลัก ได้แก่ 1) กลุ่มวิชาชีวิต 2) กลุ่มวิชาชีพ และ 3) กลุ่มวิชาการ ระยะต่อมากิจกรรมการเรียนรู้และหัวข้อการเรียนรู้ถูกปรับให้เป็นไปตามความต้องการและความสนใจของผู้เรียนซึ่งเน้นให้ผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางและมุ่งหวังในการสร้างความสุขให้เกิดขึ้นแก่ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม โดยมีกิจกรรมครอบคลุม 4 ประเด็น ได้แก่ 1) การส่งเสริมสุขภาพ เป็นการให้ความรู้ด้านสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ 2) การส่งเสริมอาชีพและสวัสดิการทางสังคม เน้นการสอนเพื่อฝึกปฏิบัติจริงเพื่อการส่งเสริมรายได้ในผู้สูงอายุ 3) การส่งเสริมด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา เพื่อให้ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยนองค์ความรู้และส่งเสริมความรู้ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญาท้องถิ่น และ 4) การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้มีความรู้เกี่ยวกับเทคโนโลยีดิจิทัลที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ นอกจากนี้โรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลุฒิวิทยาลัยเริ่มแสวงหาเครือข่ายสถาบันอุดมศึกษาในพื้นที่เพื่อช่วยพัฒนาหลักสูตรการอบรมและหาวิทยากรเพิ่มเพื่อสร้างระบบรวมถึงส่งเสริมให้การเรียนการสอนเป็นรูปธรรมมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับภาควิชาอาชีวศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ได้มีนโยบายออกบริการชุมชนในด้านการส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุจึงได้ลงนามทำข้อตกลงร่วมดำเนินการและเป็นที่ปรึกษา มีการจัดวิทยากรในเครือข่ายเพื่อไปให้ความรู้ด้านสุขภาพและนันทนาการเป็นหลักร่วมกับโรงเรียนผู้สูงอายุ คณาจารย์ เจ้าหน้าที่ และนักศึกษา ไปดำเนินการเป็นวิทยากรเดือนละ 1 ครั้ง

การจัดกิจกรรมสำหรับโรงเรียนขรบาลุฒิวิทยาลัยด้านการส่งเสริมสุขภาพและส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต ใช้กระบวนการสอบถามความต้องการของผู้สูงอายุเป็นหลัก ใช้ผลการประเมินความต้องการจัดกิจกรรมของผู้สูงอายุร่วมกับสอบถามคณะผู้บริหารโรงเรียน วิทยากรหลักในโรงเรียน ทีมเครือข่ายวิทยากรจากสถาบันการศึกษาที่เกี่ยวข้อง และภาคีเครือข่ายเพื่อใช้ออกแบบกิจกรรมสำหรับผู้เรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ นอกจากนี้คณะวิทยากรได้วิเคราะห์องค์ประกอบกิจกรรมให้สอดคล้องต่อหลักการส่งเสริมสุขภาพและการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต อันเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เกิดประสบการณ์การเรียนรู้โดยสามารถนำความรู้ทักษะ แนวคิดที่ได้รับการพัฒนา แนะนำ หรืออบรมไปใช้เพื่อการดำรงชีวิต โดยเฉพาะการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะเห็นว่ามีสอดคล้องกับแนวคิดของอาชัญญา รัตนอุบล (2562) ที่อธิบายเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่และผู้สูงอายุว่า ควรให้ผู้ใหญ่หรือผู้สูงอายุได้ตัดสินใจร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามแต่ละคนสนใจ ตอบสนองความต้องการรายบุคคล สามารถระบุเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเอง ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ที่ช่วยให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ตามประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ให้ผู้ใหญ่หรือผู้สูงอายุได้เรียนรู้จากประสบการณ์ แสวงคำตอบที่ตนสงสัยเพื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคล อาจกล่าวได้ว่าการจัดการเรียนรู้ในผู้สูงอายุจะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่เกิดจากสภาพการณ์ทางธรรมชาติเพื่อส่งเสริมการดำรงชีวิตในสังคม มีทักษะเพื่อพัฒนาตนเองได้ (ภาพ)



ภาพ องค์ประกอบในออกแบบการจัดการจัดการเรียนรู้อาจารย์ผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ตลอดชีวิตโรงเรียนผู้สูงอายุราบาลวุฒิวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่

จากการวิเคราะห์พบว่า กิจกรรมสำหรับโรงเรียนผู้สูงอายุได้จัดผ่านรูปแบบการส่งเสริมการใช้ต้นทุนทางสังคมและทรัพยากรในท้องถิ่นเพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในพื้นที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยจะเห็นว่าการจัดการศึกษาสำหรับผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุราบาลวุฒิวิทยาลัย มีความสอดคล้องกับบริบทของท้องถิ่น สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชน รวมทั้งความสนใจของผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลเชิงดอย อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ และยังคงมุ่งหมายของการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอย่างเป็นองค์รวมโดยในประเด็นของการส่งเสริมสุขภาพนั้นทางภาคีเครือข่ายและวิทยากรได้เน้นการออกแบบกิจกรรมเพื่อให้เกิดการคงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีในวัยสูงอายุโดยสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ ส่งเสริมการกระทำที่บุคคลได้กระทำหรือปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอโดยสอดคล้องตามกรอบของส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เกิดผลลัพธ์ของสุขภาพ ส่งเสริมการตัดสินใจและการเตรียมพร้อมสำหรับการดำเนินการคงไว้ซึ่งการมีสุขภาพที่ดี (Pender, 2011) เพิ่มพูนความสุขของชีวิตและคุณค่าของตนเอง จากการพัฒนากิจกรรมโดยการมีส่วนร่วมของหลายฝ่ายพบว่ารายละเอียดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุราบาลวุฒิวิทยาลัยสามารถจำแนกได้เป็น 5 หน่วยการเรียนรู้ย่อยโดยครอบคลุมประเด็น การส่งเสริมสุขภาพซึ่งครอบคลุมในทุกมิติด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ การจัดการเรียนรู้นันทนาการ การส่งเสริมศิลปะและวัฒนธรรมท้องถิ่น การส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีและการสื่อสาร และกิจกรรมเพื่ออรรถประโยชน์ให้ผู้สูงอายุ โดยประเด็นการเลือกกิจกรรมหรือกำหนดระยะเวลาในแต่ละกิจกรรมเป็นไปตามความต้องการของผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุราบาลวุฒิวิทยาลัยเป็นหลัก กิจกรรมจะสลับและหมุนเวียนไปในแต่ละเดือนภายใต้ประเด็นหลักตาม 5 หน่วยการเรียนรู้ย่อย ซึ่งอาจจะกล่าวได้ว่าไม่มีรูปแบบที่เป็นทางการในการกำหนดเกณฑ์การเรียนรู้หรือเวลาการเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรมการเรียนรู้ที่ตายตัวเหมือนกับการจัดการศึกษาในระบบโรงเรียนที่เป็นการเรียนรู้อย่างเป็นทางการ

(Formal learning) เนื่องจากโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัยต้องการเน้นการเรียนรู้ที่อิสระและต้องการใช้วิธีที่เป็นทางการน้อยที่สุดเพื่อลดการวางกรอบรวมถึงการสร้างความคิดค้นแก่ผู้เรียนในวัยสูงอายุ (ตาราง)

ตาราง หน่วยการเรียนรู้สำหรับการจัดกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่

หน่วยเรียนรู้	ประเด็น/กิจกรรมการเรียนรู้	ตัวอย่างกิจกรรม
1	การส่งเสริมสุขภาพ	-การตรวจวัดสุขภาพและสมรรถนะของผู้สูงอายุ -ความรู้เรื่องหลักการโภชนาการที่ดีสำหรับผู้สูงอายุ -ความรู้เรื่องสมุนไพรใกล้ตัวของผู้สูงอายุ ผักพื้นบ้านที่ดีต่อสุขภาพผู้สูงอายุ -ความรู้เรื่องการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยสูงอายุ -ความรู้เกี่ยวกับโรคและการปฏิบัติตนในวัยสูงอายุ -ความรู้เรื่องการจัดการความเครียด -กิจกรรมเกมส์เพื่อส่งเสริมกระบวนการคิดในผู้สูงอายุ เช่นเกมส์จับผิดภาพ เกมส์ตอบคำถาม -กิจกรรมการบริหารจิตและเจริญปัญญา -กิจกรรมเจริญสมาธิด้วยการบริหารลมหายใจ
2	การจัดกิจกรรมนันทนาการ	- กิจกรรมการร้องเพลง สันทนาการ - กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ - กิจกรรมกีฬานันทนาการ
3	การส่งเสริมศิลปะและวัฒนธรรมท้องถิ่น	-ศิลปะการวาดลายเส้นสำหรับผู้สูงอายุ -ศิลปะการระบายสีสำหรับผู้สูงอายุ -ศิลปะการทำภาพจากเศษกระดาษสำหรับผู้สูงอายุ -การเรียนรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาไทย -การเขียนและอ่านภาษาล้านนา -การเรียนรู้เกี่ยวกับดนตรีพื้นบ้านล้านนา
4	การส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีและการสื่อสาร	-การเรียนรู้เกี่ยวกับสื่อเทคโนโลยี แอปพลิเคชัน และอินเทอร์เน็ต สำหรับผู้สูงอายุ
5	กิจกรรมเพื่อก่อรายได้ในผู้สูงอายุ	- การสอนทำน้ายาล้างจาน - การทำขนม - การทำอาหาร ทำชาเขย่า - การสานตะกร้า - การปักกระเป๋าคาด - การทำไม้กวาด

ลักษณะการจัดการเรียนการสอนและเทคนิคการให้ความรู้

การจัดการเรียนการสอนและเทคนิคการให้ความรู้สำหรับโรงเรียนราชบาลุฒิวิทยาลัย เน้นการสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีการต่อเนื่องของกิจกรรมการเรียนการสอน บริบทของชุมชน และความต้องการของผู้สูงอายุ สร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้ได้ดี มีความสุขระหว่างการทำกิจกรรมร่วมกัน สำหรับสิ่งสนับสนุนการเรียนมีการจัดห้องเรียน ซึ่งใช้ห้องประชุมในพื้นที่ห้องประชุมอาคารศรีศุภอักษร วัดพระธาตุตอดยสะเกิดอารามหลวง เป็นที่ทำการโรงเรียน มีการเปิดเครื่องปรับอากาศเพื่อให้เกิดความสะดวกสบายให้แก่ผู้เรียน มีการเตรียมอุปกรณ์การเรียนการสอนอย่างเพียงพอ สำหรับวิธีการจัดกิจกรรมและถ่ายทอดความรู้ในประเด็นต่างๆ วิทยากรมีการเลือกรูปแบบการจัดกิจกรรมเน้นการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ เช่น การบรรยาย การแบ่งกลุ่มทำกิจกรรม การซักถาม การสาธิตและสาธิตย้อนกลับ การเรียนรู้โดยสถานการณ์จำลอง การลงมือปฏิบัติ สำหรับสื่อที่ใช้มีการเลือกให้เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ ได้แก่ การใช้ของจริง สื่อการสอนด้วย PowerPoint โดยมีการเลือกใช้ขนาดตัวหนังสือที่ขนาดใหญ่พอและสีที่เห็นได้อย่างชัดเจน มีการใช้รูปภาพและข้อความที่สั้นเข้าใจง่ายสำหรับผู้สูงอายุ ระหว่างการจัดการเรียนการสอนวิทยากรมีการใช้เทคนิคการเรียนการสอนเพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้สูงอายุและวิทยากรผู้สอน วิทยากรได้ใช้การสอนภายใต้กิจกรรมที่หลากหลายเหมาะสมกับวัยของผู้สูงอายุและความแตกต่างแต่ละบุคคล อย่างไรก็ตามอาจจะพบสถานการณ์ว่าในบางกิจกรรมผู้สูงอายุให้ความสนใจในกิจกรรมนั้นมาก มีจำนวนผู้สูงอายุที่ค่อนข้างมากจึงมีกลุ่มผู้เรียนขนาดใหญ่ บางกิจกรรมจำนวนผู้สูงอายุสนใจเข้าเรียนมากกว่า 100 คน วิทยากรจำเป็นต้องเตรียมผู้ช่วยสอนที่เหมาะสมและการออกแบบกิจกรรมต้องสอดคล้องต่อจำนวนผู้สูงอายุเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในทุกช่วงของการจัดการเรียนการสอน โดยวิทยากรจำเป็นต้องมีความยืดหยุ่น มีความไวต่อความรู้สึก และตระหนักถึงความสามารถในการเรียนรู้ของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกัน มีความเคารพต่อการเป็นผู้สูงอายุ เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตนเองและส่งเสริมให้มีการใช้ประสบการณ์เดิมของตนมาประยุกต์ใช้ร่วมกับองค์ความรู้ใหม่ที่ได้รับจากโรงเรียนผู้สูงอายุ มีการสนับสนุนให้เกิดการร่วมมือกันภายในการจัดกิจกรรม ไม่สร้างความกดดันหรือทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกถูกคุกคาม วิทยากรมีการเสริมแรงและและการเสริมพลังโดยเฉพาะกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าใจเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของวัยสูงอายุและกระตุ้นให้เกิดการตัดสินใจหรือการทำการกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพหรือของตนเองหลังได้รับการอบรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ

การประเมินผลการจัดการเรียนการสอน

โรงเรียนผู้สูงอายุราชบาลุฒิวิทยาลัย มีการประเมินผลการเรียนรู้ของผู้สูงอายุโดยพิจารณาจากเป้าหมายเพื่อส่งเสริมให้เกิดสุขภาพที่ดีในผู้สูงอายุและให้ผู้สูงอายุมีความสุขภายใต้กระบวนการพัฒนาศักยภาพ คุณภาพชีวิต และการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นโดยผ่านการดำเนินงานในโรงเรียนผู้สูงอายุ อาจจะกล่าวได้ว่า การประเมินผู้เรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุไม่ได้เป็นการประเมินตามตัวชี้วัด เช่น การตัดสินผลการเรียน เป็นต้น แต่เน้นการประเมินผลภายใต้ความยืดหยุ่นตามสถานการณ์หรือตามกิจกรรมที่ทำ มีการสอบถามความรู้สึก ความพึงพอใจ การสัมภาษณ์ การสังเกตลักษณะท่าทางของ

ผู้สูงอายุระหว่างทำกิจกรรม การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม รวมทั้งวัดจากความสำเร็จและคุณค่าของกิจกรรมต่อผู้สูงอายุและชุมชน ในกรณีที่ต้องการวัดผลลัพธ์การจัดกิจกรรม อาจใช้การวัดก่อนหลังการอบรมตามแบบการศึกษาทั่วไป โดยข้อคำถามมีลักษณะสั้น กระชับ และเข้าใจง่าย หรืออาจประเมินผลจากสถิติการเจ็บป่วยลดลงหลังการทำกิจกรรม เป็นต้น อย่างไรก็ตามสิ่งที่สำคัญคือการจัดการเรียนรู้หรืออบรมให้แก่ผู้สูงอายุ จำเป็นต้องพิจารณาเป้าหมายว่าผู้สูงอายุมาเรียนเพื่อมารับฟังสิ่งที่ดีต่อสุขภาพ สิ่งที่ไม่ซับซ้อนหรือยากเกินความเข้าใจ เช่น ความรู้ทั่วไปในชีวิตประจำวันที่สุดคล้องต่อการมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมตามวัย หรือความรู้ใหม่ๆ ที่สามารถเข้าใจได้ง่าย ดังนั้น การสร้างการมีทัศนคติและมุมมองด้านบวกในวัยสูงอายุจึงสำคัญ ดังนั้น ในการการวัดประเมินผลวิทยากรอาจใช้การสังเกตสีหน้าท่าทาง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรม เช่น บุคลิกภาพของผู้สูงอายุที่เปลี่ยนแปลงไป การกล้าแสดงออก การมีส่วนร่วม ความถี่ในการเข้าเรียน หรือการซักถาม ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่กล้าซักถาม วิทยากรต้องสร้างแรงจูงใจ มีการเสริมแรง ขอความร่วมมือในการอาสาตอบคำถาม เป็นต้น

ปัจจัยส่งเสริมการขับเคลื่อนการจัดการเรียนรู้ในโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย

จากการศึกษาของเพ็ชรี รูปะวิเชตร (2560) ได้ศึกษาปัจจัยความสำเร็จของการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัยตามหลักการของกรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2559) พบว่าครอบคลุมปัจจัยทั้ง 6 ประการ ได้แก่ 1) การมีผู้นำได้แก่นายกเทศมนตรีที่มีความกล้าเปลี่ยนแปลง ทุ่มเท มุ่งมั่นที่จะสร้างสรรค์กิจกรรมสำหรับชุมชนโดยเฉพาะการทำงานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 2) การมีเป้าหมายที่ชัดเจนและมีกิจกรรมดำเนินอย่างต่อเนื่อง ร่วมกับการทำงานภายใต้แนวคิดการบูรณาการกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุกับกิจกรรมอื่นๆ ของชุมชน เช่น กิจกรรมธนาคารความดี เป็นต้น 3) การมีส่วนร่วมจากทุกฝ่ายทั้งในและนอกชุมชน เช่น การสนับสนุนจากเครือข่ายของชุมชน วัดในการสนับสนุนสถานที่จัดตั้งโรงเรียน เครือข่ายนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในรูปแบบการทำงานแบบคณะกรรมการ 4) การมีเครือข่ายทางสังคมที่เข้มแข็ง เช่น เครือข่ายอาสาสมัครด้านสาธารณสุขในชุมชน เครือข่ายวิทยากรจากแหล่งการศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน 5) มีการเรียนรู้และพัฒนาการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง ภายใต้ความร่วมมือของทุกฝ่ายทั้งผู้เรียนสูงอายุ ทีมผู้บริหารโรงเรียน กลุ่มวิทยากร และ 6) มีหน่วยงานที่เป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นผู้เป็นเจ้าของภาพหลักในการสนับสนุนงบประมาณ บุคลากร และทำหน้าที่ช่วยประสานความร่วมมือจากฝ่ายต่างๆ ที่สอดคล้องกับแนวคิดการตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุของกรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

แนวทางการพัฒนากระบวนการจัดการศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัยในอนาคต

สำหรับแนวทางการพัฒนากระบวนการจัดการศึกษาในโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย เพื่อส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ตลอดชีวิต สรุปได้ 2 ประเด็น คือ

1. ควรจะมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของโลก และความเสี่ยงต่อภาวะสุขภาพจากกระแสของการเปลี่ยนแปลงของโลก (Globalization) อันส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตแบบดั้งเดิมของผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาจากการกระจาย

ตัวของความเป็นเมืองที่เพิ่มขึ้น (Urbanization) หรือ การเผชิญต่อการได้รับผลกระทบซึ่งโลกโดยรวมได้รับผลกระทบร่วมกัน (Communization) เช่น การเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศ การเกิดวิกฤตการณ์ทางเศรษฐกิจ การเกิดโรคระบาดซึ่งมีการแพร่กระจายในทุกภูมิภาคของโลก เป็นต้น (สำนักวิชาการสำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, 2559)

2. ควรพัฒนาและส่งเสริมบทบาทของผู้สูงอายุให้สามารถเป็นวิทยากรได้เองในหน่วยการเรียนรู้ตามความถนัดและประสบการณ์ เพื่อให้สามารถขับเคลื่อนงานโรงเรียนผู้สูงอายุได้อย่างต่อเนื่อง และสามารถพึ่งตนเองได้

สรุป

การจัดการศึกษาในรูปแบบของโรงเรียนผู้สูงอายุ นับเป็นกระบวนการดำเนินงานเพื่อช่วยส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยมีแนวคิดเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตในผู้สูงอายุ ผลการดำเนินการโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ ได้ใช้กรอบการจัดการเรียนรู้โดยเน้นผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางและประสานองค์ประกอบหลายมิติ เพื่อการพัฒนากิจกรรมการจัดการเรียนการสอนผ่านกระบวนการส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัย เน้นการทำงานร่วมกันระหว่างภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรอิสระ สถาบันการศึกษาและชุมชน ตั้งแต่กระบวนการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้เกิดการดำเนินการเพื่อให้เกิดความต่อเนื่องของการจัดการโรงเรียนผู้สูงอายุโดยการสนับสนุนงบประมาณ วิทยากร สถานที่เรียน แหล่งสนับสนุนฯ อื่น เช่น อุปกรณ์การเรียน การเดินทาง รวมทั้งการสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางโดยเน้นความต้องการผู้สูงอายุเป็นสำคัญ การคัดเลือกกิจกรรมที่ดำเนินการในโรงเรียนผู้สูงอายุเน้นกิจกรรมที่เป็นความต้องการของผู้สูงอายุภายใต้ 5 ประเด็น คือ การส่งเสริมสุขภาพซึ่งครอบคลุมในทุกมิติด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมนันทนาการ การส่งเสริมศิลปะและวัฒนธรรมท้องถิ่น การส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีและการสื่อสาร และกิจกรรมเพื่อก่อรายได้ในผู้สูงอายุ โดยโรงเรียนผู้สูงอายุแห่งนี้ไม่เน้นรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเป็นทางการ ซึ่งผลการดำเนินงานที่สำคัญของโรงเรียนผู้สูงอายุขรบาลวุฒิวิทยาลัยนอกจากเกิดการส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ตลอดชีวิตในผู้สูงอายุ ยังสร้างให้เกิดความสุขระหว่างการจัดกิจกรรม ภายใต้การใช้เทคนิคที่หลากหลาย และเหมาะสมต่อการเรียนรู้ในวัยสูงอายุ

เอกสารอ้างอิง

- กรมประชาสัมพันธ์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม. (2542). *ปฏิญญาผู้สูงอายุไทย*. กรุงเทพฯ: กรมประชาสัมพันธ์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม. สืบค้นจาก <http://www.dop.go.th/th/laws/1/30/767>
- กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2559). *คู่มือโรงเรียนผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ: กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. สืบค้นจาก <http://www.dop.go.th/th/know/5/24>
- กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2562). *สถิติผู้สูงอายุประเทศไทย 77 ณ วันที่ 31 ธันวาคม 2562*. สืบค้นจาก http://www.dop.go.th/download/knowledge/th1580099938-275_1.pdf
- เทศบาลตำบลเชิงดอย. (2558). *โรงเรียนขรบาลวุฒิมหาวิทยาลัย*. ม.ป.ท.: เทศบาลตำบลเชิงดอย.
- พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542. (2542, 19 สิงหาคม). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่มที่ 116 ตอนที่ 74 ก. หน้า 1-23.
- เพ็ชร ฐประวิเชตร. (2560). ปัจจัยแห่งความสำเร็จของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเชิงดอย อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. ใน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, *Research Day*. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย. (2560, 6 เมษายน). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่ม 134 ตอนที่ 10 ก. หน้า 1-88. สืบค้นจาก <http://www.ratchakitcha.soc.go.th/DATA/PDF/2560/A/040/1.PDF>
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, ภาวนา พัฒนศรี, และธนิกานต์ ศักดาพร. (2560). *ชุดความรู้การพัฒนาเป็นผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ โรงเรียนผู้สูงอายุ*. นนทบุรี: มาตาการพิมพ์.
- สกวเดือน พิมพ์พิศาล. (2558). การศึกษาตลอดชีวิตและการพัฒนาชุมชนให้ยั่งยืนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง. *วารสารวิชาการแพรวากาฬสินธุ์*, 2(3), 153-172.
- สถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยภาคใต้ กระทรวงศึกษาธิการ. (2558). *หลักสูตรการศึกษาตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ โครงการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ*. สืบค้นจาก [http://www.lertchaimaster.com/doc/elderly people2559.pdf](http://www.lertchaimaster.com/doc/elderly%20people2559.pdf)
- สมศักดิ์ ภัทรกุลวณิช. (2553). *การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว*. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สมศักดิ์ ชุณหรัศมิ์ (บ.ก.). (2562). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2561*. นครปฐม: พรินเตอร์.
- สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (2559). *ประเทศไทย 4.0*. สืบค้นจาก https://library2.parliament.go.th/ejournal/content_af/2559/jul2559-5.pdf
- สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (2561). *สังคมผู้สูงอายุกับการขับเคลื่อนเศรษฐกิจไทย*. สืบค้นจาก https://library2.parliament.go.th/ejournal/content_af/2561/jul2561-1.pdf

- อาชญญา รัตนอุดม, วีรเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, วรรัตน์ ปทุมเจริญวัฒนา, ปาน กิมปี, และระวี สัจจโสภณ. (2554). รายงานการวิจัย เรื่อง การเรียนรู้และการศึกษาตลอดชีวิตของผู้สูงอายุไทย. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย.
- อาชญญา รัตนอุบล. (2562). การส่งเสริมการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่และผู้สูงอายุในสังคมไทย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Pender, N. J. (2011). *Health promotion model manual*. Retrieved from <http://hdl.handle.net/2027.42/85350>
- Quandt, S. A., Reynolds, T., Chapman, C., Bell, R. A., Grzywacz, J. G., Ip, E. H., &...Arcury, T. A. (2013). Older adults' fears about diabetes: Using common sense models of disease to understand fear origins and implications for self-management. *Journal of Applied Gerontology*, 32(7), 783-803. doi:10.1177/0733464811435506
- World Health Organization. (1998). *The WHO health promotion glossary*. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- World Health Organization. (2011). *Global health and aging*. Retrieved from https://www.who.int/ageing/publications/global_health.pdf