**การเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย**

**กรณีศึกษา กิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัยตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา**

**Preparing for Aging Society**

**A Case Study of the Community Project for Reducing Gapbetween Ages**

**Pawong Sub-district, Muang District, Songkhla Province**

มงคล เพชบูรณ์[[1]](#footnote-2)\*, นัยรัตน์ พงศ์กิจเจริญ2, รุจิรดา สุขสว่าง3, สมภพ ไชยธาดา4,

สุพรพรรณ มาศศรี5 และ หิรัญญา เพชรย้อย6

Mongkhon Phetboon1\*, Naiyarat Pongkitcharoen2, Rujirada Suksawang3, Sompop Chaitada4,

SupornpanMassri5, and Hirunya Pethyoy6

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย โดยเลือกตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา เป็นพื้นที่ศึกษา เนื่องจากพบว่า ตำบลพะวงกำลังจะก้าวสู่สังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ ผู้วิจัยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการทำการออกแบบโครงการสื่อสารเพื่อการพัฒนา **ซึ่งประกอบด้วยการศึกษาทัศนคติของเด็กที่มีต่อผู้สูงอายุ และการจัดกิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัยโดยใช้เด็กเป็นฐาน ผู้วิจัยใช้แนวคิดห้าภาษารัก** **(**Five Love Languages**) ของ ดร.แกรี แชปแมน เป็นแนวทางส่งเสริมการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้สูงอายุ ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษาวิจัย ในเชิงวิชาการ ช่วยจัดการความรู้เกี่ยวกับทัศนคติของเด็กที่มีต่อผู้สูงอายุ ในเชิงการพัฒนา ช่วยให้เด็กเห็นคุณค่าผู้สูงอายุและมีแนวทางในการพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ**

**คำสำคัญ**: ช่องว่างระหว่างวัย, ผู้สูงอายุ, สังคมสูงวัย

**Abstract**

This paper based on an action research in order to design a communication project for community development. Due to Pawong municipality is becoming a complete aged society, theresearchers aim to promotesocial activities for reducing age gap between children and the elders by adopting Chapman’s concept of five love languages. The researchfound that young participants in the project have more understanding in how to deal with the elderly. They could develop a better relationship with the elderly.

**Keywords:** Age Gap, Elderly, Aged Society

บทนำ

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรครั้งสำคัญ คือการเข้าสู่สังคมสูงวัย ทั้งนี้เนื่องมาจากการพัฒนาด้านสาธารณสุขและการแพทย์ ตลอดจนการวางแผนครอบครัว ทำให้อัตราการเกิดและอัตราการตายของประชากรลดลงอย่างต่อเนื่อง ประชากรสูงวัยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ในขณะที่ประชากรวัยเด็กและวัยแรงงานมีแนวโน้มลดลงสำนักงานสถิติแห่งชาติระบุว่าประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัย (Aging Society) ตั้งแต่ในช่วงปีพ.ศ.2547-2548 โดยมีจำนวนประชากรอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ร้อยละ 10.4 ของจำนวนประชากรทั้งหมด ต่อมาในปี พ.ศ.2559 ประเทศไทยมีจำนวนประชากรอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 16.5 ของจำนวนประชากรทั้งหมด และคาดประมาณว่า ประเทศไทยจะก้าวสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ (Aged Society) ในปี พ.ศ. 2564 กล่าวคือ มีจำนวนประชากรอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 20 ของจำนวนประชากรทั้งหมด และในปี พ.ศ.2574 ประเทศไทยจะก้าวสู่สังคมสูงวัยระดับสุดยอด (Super Aged Society) โดยมีจำนวนประชากรอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 28 ของจำนวนประชากรทั้งหมด นอกจากนั้น รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2559 ยังแสดงให้เห็นว่า หนึ่งในสามของผู้สูงอายุมีรายได้ต่ำกว่าเส้นความยากจน บุตรซึ่งเคยเป็นแหล่งรายได้สำคัญของผู้สูงอายุมีสัดส่วนลดลง ร้อยละของผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังคนเดียวหรืออยู่ลำพังกับผู้สูงอายุด้วยกันมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น เหล่านี้กลายเป็นประเด็นที่หน่วยงานทุกภาคส่วนจำเป็นต้องเตรียมการรองรับ และเนื่องด้วยสภาพสังคมไทยที่มีการให้ความสำคัญกับความกตัญญู การรู้จักทดแทนบุญคุณบุพการี การให้ความเคารพนับถือผู้สูงอายุจึงเป็นสิ่งที่กระตุ้นให้บุคคลในสังคมไทยเห็นคุณค่าผู้สูงอายุ [1]

กุศล สุนทรธาดา ระบุว่า การเห็นคุณค่าของผู้สูงอายุในสังคมไทยสามารถออกเป็น 2 ประเภท คือ การเห็นคุณค่าผู้สูงอายุในระดับครอบครัว และการเห็นคุณค่าผู้สูงอายุในระดับสังคม ซึ่งในระดับครอบครัวผู้สูงอายุเป็นผู้มีบทบาทในการดำเนินกิจกรรมของครอบครัว เช่น การดูแลลูกหลานภายในบ้าน การดูแลทรัพย์สินภายในบ้าน การทำความสะอาดบ้านเป็นต้น อีกทั้งผู้สูงอายุยังเป็นศูนย์กลางของครอบครัวและเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจของสมาชิกในครอบครัว รวมถึงเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกหลานในการประพฤติปฏิบัติตน ซึ่งจะเห็นได้ว่าบทบาทของผู้สูงอายุในครอบครัวมีความสำคัญอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ นอกจากนี้การทำงานของผู้สูงอายุยังเป็นการทำงานที่เข้ามามีส่วนในการช่วยเหลือสังคม เช่น การรวมกลุ่ม ในการปฏิบัติกิจกรรมซึ่งจะเกิดขึ้นในรูปแบบของอาสาสมัคร ซึ่งสะท้อนให้เห็นการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่ยังสามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคม เกิดความรู้สึกว่าผู้สูงอายุมิใช่เป็นปัญหาของสังคมแต่อย่างใด เมื่อผู้สูงอายุสามารถดำเนินกิจกรรมทั้งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัวและสังคมได้ผู้อื่นที่อยู่ในสังคมย่อมมองเห็นคุณค่าของผู้สงอายุเพิ่มขึ้นตามลำดับ [2]

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย โดยเลือกตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลาเป็นพื้นที่ศึกษา เนื่องจากพบว่า ตำบลพะวงกำลังจะก้าวสู่สังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ (A Complete Aged Society) โดยในปี พ.ศ. 2559 ตำบลพะวงมีจำนวนประชากรอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป เพิ่มสูงขึ้นจากจำนวน 4,131 คน ในปี พ.ศ.2559 เป็นจำนวน 4,677 คนในปีพ.ศ.2560 ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 14.69 ของจำนวนประชากรทั้งหมด [3] นอกจากนี้ยังพบว่า ในปัจจุบันเทศบาลตำบลพะวงยังจัดโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อเตรียมความพร้อมผู้สูงอายุสู่สังคมสูงวัยอีกด้วย โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นโครงการซึ่งได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ภายใต้แนวคิดการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ เปลี่ยนภาระให้เป็นพลัง ลดการพึ่งพิง โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นการจัดรูปแบบให้มีการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั้งทางกาย จิตใจ เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม ค่านิยม ปัญญา และความสุข กิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุจะเป็นเรื่องที่ผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต อย่างไรก็ตาม โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เน้นการเตรียมความพร้อมของผู้สูงอายุเป็นสำคัญ ในขณะที่สุขภาวะของผู้สูงอายุโดยเฉพาะด้านจิตวิทยาสังคม จำเป็นต้องอาศัยฐานความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในวัยอื่นด้วย [4] ปัญหาสำคัญประการหนึ่งเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่มีการกล่าวถึงกันเป็นเวลานานแล้วก็คือปัญหา “ช่องทางระหว่างวัย” ซึ่งเกิดจากความแตกต่างทางความคิดระหว่างคนกลุ่มวัยต่าง ๆ ผลของการเกิดช่องทางระหว่างวัยนี้ ทำให้ความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุตรหลานมีความห่างเหินกันมากขึ้น [5]

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ**ออกแบบการสื่อสารเพื่อการพัฒนา การดำเนินงานใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการ ซึ่งประกอบด้วยการศึกษาทัศนคติของเด็กที่มีต่อผู้สูงอายุ และการจัดกิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัยโดยใช้เด็กเป็นฐาน ผู้วิจัยใช้แนวคิดห้าภาษารักของ ดร.แกรี แชปแมน เป็นแนวทางส่งเสริมการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้สูงอายุ ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษาวิจัย ในเชิงวิชาการ ช่วยจัดการความรู้เกี่ยวกับทัศนคติของเด็กที่มีต่อผู้สูงอายุ ในเชิงการพัฒนา ช่วยให้เด็กเห็นคุณค่าผู้สูงอายุและมีแนวทางในการพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ**

ระเบียบวิธีการศึกษา

บทความวิจัยนี้ใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ขั้นตอนในการดำเนินงาน มีดังนี้

1. ระยะเตรียมการ (Preparation Phase) ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยทำการศึกษาข้อมูลพื้นฐานของตำบลพะวงจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง เช่น แผนพัฒนาชุมชนของเทศบาลตำบลพะวง ฐานข้อมูลผู้สูงอายุตำบลพะวงของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และทำการสำรวจชุมชนในภาคสนาม ตลอดจนสร้างสัมพันธภาพกับชุมชนซึ่งเป็นขั้นตอนที่สำคัญมากหากผู้วิจัยไม่สามารถบูรณาการตนเองเข้ากับชุมชนได้ก็จะเป็นการยากที่จะก้าวไปสู่การทำงานซึ่งต้องอาศัยการมีส่วนร่วมและความร่วมมือของชุมชนเป็นสำคัญ ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากแกนนำชุมชนประธานกลุ่มผู้สูงอายุ และอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้านในการช่วยแนะนำผู้วิจัยให้ชาวบ้านรู้จัก จนชาวบ้านเกิดความไว้วางใจและสนับสนุนการดำเนินงาน
2. ระยะทำวิจัย (Research Phase) ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยทำการศึกษาทัศนคติของเด็กที่มีต่อผู้สูงอายุ โดยเลือกพื้นที่ศึกษาเพียงหนึ่งหมู่บ้านเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกในเวลาที่จำกัด เนื่องจากต้องใช้เวลาในการพัฒนาความสัมพันธ์กับเด็กด้วย วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลใช้วิธีสัมภาษณ์กลุ่ม (Focus Group) กลุ่มเป้าหมายประกอบด้วย เด็กเล็ก (กำลังศึกษาระดับชั้นประถมศึกษา) จำนวน 10 คน และเด็กโต (ระดับชั้นมัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า) จำนวน 10 คน นอกจากนั้นแล้ว ระหว่างจัดกระบวนการกลุ่ม ผู้วิจัยยังได้ให้ความรู้แก่เด็กเกี่ยวกับปัญหาของผู้สูงอายุและการเข้าสู่สังคมสูงวัยเพื่อให้เด็กมีความรู้และเข้าใจผู้สูงอายุและการอยู่ร่วมกันในสังคมสูงวัยมากขึ้น ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านในการประชาสัมพันธ์เชิญชวนเด็กในหมู่บ้านเข้าร่วมโครงการจนได้จำนวนครบตามต้องการ
3. ระยะการจัดทำแผน (Planning Phase) ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยใช้แนวคิดห้าภาษารักของ ดร.แกรี แชปแมน เป็นแนวทางส่งเสริมการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้สูงอายุ ภาษารักเป็นแนวคิดที่มาจาก ดร.แกรี แชปแมน ซึ่งเขียนอยู่ในหนังสือชื่อ *The Five Love Languages* ตีพิมพ์ครั้งแรกเป็นภาษาอังกฤษในปี พ.ศ.2538 ซึ่งได้รับความนิยมจนถูกแปลเป็นภาษาต่าง ๆ กว่า 20 ภาษา สำหรับฉบับภาษาไทยนั้นแปลโดยกนกบรรณาสาร พิมพ์เป็นครั้งที่แปด ใจความสำคัญของหนังสือเสนอว่า คนเราสามารถแสดงออกซึ่งความรักได้ห้าแบบหลักๆ ได้แก่ คำพูด (word of affirmation) เวลาที่มีคุณภาพ (quality time) ของขวัญ (gifts) การดูแล (acts of service) และการสัมผัสทางกาย (physical touch) โดยทั่วไปแต่ละคนมักมีภาษารักไม่เหมือนกัน และแต่ละคนมักมีภาษารักมากกว่าหนึ่งแบบ สิ่งสำคัญคือ การเรียนรู้ภาษารักของคู่ความสัมพันธ์ และแสดงออกภาษารักให้สอดคล้องกับความต้องการของเขา [6]

*คำพูด* (word of affirmation) คือการบอกความรู้สึกดี ๆ เช่น คิดถึง เป็นห่วง ให้กำลังใจ หรือการพูดออกไปตรง ๆ ว่า “รัก” ภาษารักด้วยคำพูดเป็นการบอกให้อีกฝ่ายได้รับรู้ถึงความรักแบบตรงไปตรงมา และยืนยันความรักที่มีให้แก่กัน โดยไม่ต้องใช้วิธีคาดเดาหรือคอยสังเกตอย่างอ้อม ๆ สิ่งที่เด็กควรกระทำต่อผู้สูงอายุเพื่อลดช่วงว่างระหว่างวัยคือ การพยายามใช้คำพูดบอกรักให้มากขึ้นสิ่งสำคัญ คือ ‘พูดด้วยใจจริง’

*เวลาที่มีคุณภาพ* (quality time) คือการใช้เวลาร่วมกัน สิ่งที่เด็กควรกระทำต่อผู้สูงอายุเพื่อลดช่วงว่างระหว่างวัยคือ การแสวงหากิจกรรมที่สามารถกระทำร่วมกับผู้สูงอายุได้โดยทั้งสองฝ่ายมีความพึงพอใจร่วมกัน ไม่ได้มาจากความฝืนใจ แต่เต็มใจที่จะใช้เวลาด้วยกัน เวลาในที่นี้ไม่ได้เน้นปริมาณว่าจะต้องมีเวลาให้แก่กันมากเพียงใด แต่อย่างน้อยควรจะต้องมีเวลาให้แก่กันมากเพียงพอที่จะทำให้ทั้งสองฝ่ายไม่มีระยะห่างระหว่างกัน

*ของขวัญ* (gifts) คือการให้ของขวัญหรือของฝากในโอกาสพิเศษต่าง ๆ ภาษารักด้วยของขวัญนี้ไม่ได้เล็งถึงวัตถุนิยม เพราะความสำคัญไม่ได้อยู่ที่ราคา แต่เป็นการแสดงถึงความคิดถึงกัน การเอาใจใส่ และการเป็นคนสำคัญ

*การดูแล* (acts of service) ในที่นี้เน้นไปที่การกระทำ นั่นคือการดูแล ปรนนิบัติ และให้บริการเรื่องต่าง ๆ เพื่อสื่อถึงความรักที่มีให้กันเช่น ช่วยทำงานบ้าน ทำอาหารให้รับประทาน ช่วยทำธุระให้ คอยดูแลยามเจ็บป่วย เป็นต้น

*การสัมผัสทางกาย* (physical touch) ในที่นี้เช่น จับมือ หอมแก้ม โอบ กอด การสัมผัสเป็นการสื่อถึงความรัก ความห่วงใย และความใกล้ชิดที่มีระหว่างกัน ซึ่งการแสดงออกของเด็กต่อผู้สูงอายุนั้น เด็กจำเป็นต้องแสดงออกให้เหมาะสมกับบุคคล กาลเทศะ และวัฒนธรรมของสังคมไทย

แผนกิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัย สามารถจำแนกตามองค์ประกอบการสื่อสารเพื่อการพัฒนาได้ดังนี้

ตารางที่ 1 แผนกิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัย จำแนกตามองค์ประกอบการสื่อสารเพื่อการพัฒนา

|  |  |
| --- | --- |
| องค์ประกอบ | แผนการจัดกิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัย |
| ผู้ส่งสาร | ผู้วิจัย จำนวน 6 คน |
| ผู้รับสาร | กลุ่มเป้าหมายประกอบด้วย เด็กเล็ก (กำลังศึกษาระดับชั้นประถมศึกษา) จำนวน 10 คน และเด็กโต (ระดับชั้นมัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า) จำนวน 10 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 20 คน |
| สาร | สังคมไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัย ปัญหาสำคัญประการหนึ่งเกี่ยวกับผู้สูงอายุคือปัญหาช่องว่างระหว่างวัย ซึ่งทำให้ความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุตรหลานมีความห่างเหินกัน การช่วยกันแสวงหาแนวทางในการลดช่องว่างระหว่างวัยจึงมีความจำเป็นเด็กสามารถใช้ภาษารักในการลดช่องว่างในความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุได้ ภาษารักห้าแบบหลักๆ ได้แก่ คำพูด เวลาที่มีคุณภาพ ของขวัญ การดูแล และการสัมผัสทางกาย โดยทั่วไปแต่ละคนมักมีภาษารักไม่เหมือนกัน และแต่ละคนมักมีภาษารักมากกว่าหนึ่งแบบสิ่งสำคัญคือ เด็กควรเรียนรู้ภาษารักของผู้สูงอายุ และแสดงออกภาษารักให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม |
| สื่อ | ผู้วิจัยใช้สื่อกิจกรรม โดยเด็กมีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรม กิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัย ในวันผู้สูงอายุ จัดขึ้นในวันที่ 14 เมษายน 2561 ณ ศาลาอเนกประสงค์หมู่บ้านห้วยขัน ประกอบด้วย การบอกรักด้วยคำพูดและการแสดงประกอบเพลงบอกรักผู้สูงอายุ การร้อยกำไลลูกปัดเป็นของขวัญแด่ผู้สูงอายุ และการนวดคลายกล้ามเนื้อให้ผู้สูงอายุนอกจากนี้การมีส่วนร่วมของเด็กในงานประเพณีเนื่องในวันผู้สูงอายุยังเป็นอีกหนึ่งภาษารักได้ด้วยผู้วิจัยได้ทำการฝึกซ้อมและเตรียมความพร้อมกลุ่มเป้าหมายเด็กก่อนถึงวันงานประเพณี |
| ผลที่คาดหวัง | **เด็กเห็นคุณค่าผู้สูงอายุและการพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุเป็นไปในทางที่ดีขึ้น** |

1. ระยะการนำแผนไปปฏิบัติ (Implementation Phase) ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้ปรึกษาหารือผู้นำชุมชนและประธานชมรมผู้สูงอายุ โดยเห็นชอบร่วมกันว่า ในโอกาสวันผู้สูงอายุ ซึ่งหมู่บ้านห้วยขันจะจัดงานประเพณีรดน้ำดำหัวในวันที่ 14 เมษายน พ.ศ. 2561 ณ ศาลาอเนกประสงค์ของหมู่บ้าน ควรให้เด็กมีส่วนร่วมในงานด้วย เนื่องจากที่ผ่านมา ผู้เข้าร่วมงานประเพณีส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุด้วยกันเองทั้งนั้น การรดน้ำดำหัวมักคัดเลือกให้ผู้สูงอายุซึ่งมีอายุมากที่สุดในหมู่บ้าน ประมาณ 10-20 คน (อายุเฉลี่ย 80 ปีขึ้นไป) นั่งเป็นประธานให้ผู้สูงอายุคนอื่น ๆ ที่มีอายุน้อยกว่ารดน้ำดำหัวขอพร ด้วยเหตุนี้ หลังจากผู้วิจัยได้ให้ความรู้เรื่องแนวคิดห้าภาษารักแก่กลุ่มเป้าหมายเด็กกลุ่มเดิมแล้ว ผู้วิจัยจึงให้เด็กมีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรมลดช่วงว่างระหว่างวัยโดยใช้แนวคิดห้าภาษารัก เพื่อแสดงออกในงานประเพณีรดน้ำดำหัวเนื่องในวันผู้สูงอายุด้วย การใช้วันผู้สูงอายุเป็นโอกาสในการแสดงความรักต่อผู้สูงอายุนับเป็นการเริ่มต้นที่ช่วยให้ทั้งเด็กและผู้สูงอายุไม่รู้สึกขัดเขินในการแสดงออกถึงความรักต่อกัน

กิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัยในวันผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การบอกรักด้วยคำพูดและการแสดงประกอบเพลงบอกรักผู้สูงอายุ (word of affirmation) การร้อยกำไลลูกปัดเป็นของขวัญแด่ผู้สูงอายุ (gifts) และการนวดคลายกล้ามเนื้อให้ผู้สูงอายุ (acts of service and physical touch) โดยการมีส่วนร่วมของเด็กในงานประเพณีเนื่องในวันผู้สูงอายุยังเป็นภาษารัก (quality time) ได้ด้วย ผู้วิจัยได้ฝึกซ้อมกลุ่มเป้าหมายเด็กทั้งสามกิจกรรมก่อนถึงวันงานประเพณี

   

ภาพที่ 1 ประชุมวางแผนกิจกรรม ภาพที่ 2 ทำแบบทดสอบวัดความรู้ ภาพที่ 3-4 ซ้อมการแสดงของเด็กเล็กและเด็กโต

  

ภาพที่ 5 การสอนร้อยกำไลลูกปัด ภาพที่ 6-7 การสอนนวดผ่อนคลาย

ในการดำเนินงานพบอุปสรรคปัญหา คือ (1) เด็กบางคนไม่เข้าใจแนวคิดเรื่องห้าภาษารัก ผู้วิจัยแก้ปัญหาโดยมีการอธิบายซ้ำ และแยกอธิบายเป็นรายบุคคลพร้อมยกตัวอย่างเรื่องใกล้ตัวให้เยาวชนได้ทำความเข้าใจได้ง่ายขึ้น (2) เนื่องจากในวันที่จัดโครงการวันที่ 14 เมษายน 2561 ซึ่งตรงกับวันกิจกรรมรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุของคนในชุมชน จึงทำให้เกิดปัญหาในเรื่องของการจัดตารางเวลาและการจัดลำดับกิจกรรม ทำให้กิจกรรมของเยาวชนไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ มีการเลื่อนเวลา ผู้วิจัยแก้ปัญหาเฉพาะหน้าโดยพยายามรวบรวมตัวเด็กไว้และให้เด็กเตรียมความพร้อมไว้เสมอ

1. ระยะการติดตามและประเมินผล (Monitoring and Evaluation Phase) ผู้วิจัยติดตามและประเมินผลกลุ่มเป้าหมายเด็กที่เข้าร่วมโครงการ โดยใช้วิธีที่หลากหลาย ได้แก่ การทดสอบความรู้หลังการอบรม การสังเกตความสนใจ ท่าทีและการตอบสนองของเด็กในระหว่างจัดกิจกรรม การติดตามพฤติกรรมภายหลังกิจกรรม โดยการประเมินผลมุ่งสอบถามเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับเด็ก ทั้งด้านความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรม ที่มีต่อผู้สูงอายุ จากนั้นผู้วิจัยจึงสรุปผลที่ได้และนำผลที่ได้ไปสื่อสารแก่ผู้นำชุมชนเพื่อสนับสนุนให้มีการขยายผลการลดช่องว่างระหว่างวัยต่อไป

ผลการศึกษาและพัฒนา

ผลการศึกษาทัศนคติของเด็กที่มีต่อผู้สูงอายุ

**สังคมไทยเติบโตมาในครอบครัวที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ร่วมกัน การอบรมสั่งสอนภายในครอบครัวทั้งจากการสอนโดยตรงและจากการเรียนรู้การปฏิบัติต่อผู้สูงอายุของสมาชิกในครอบครัวตลอดจนอิทธิพลของการอบรมสั่งสอนที่เป็นทางการจากคำสอนทางศาสนาและในระบบโรงเรียน (ผ่านวิชาศีลธรรม หรือศาสนา) เช่น คำสอนของศาสนาพุทธที่เน้นเรื่องความกตัญญู หรือเรื่องทิศหกที่เน้นการปฏิบัติต่อคนในสังคมในสถานภาพต่างๆ** ผู้สูงอายุเป็นผู้ทรงความรู้ความสามารถ ผ่านร้อนผ่านหนาวมาเป็นเวลานาน มีประสบการณ์ที่ดีมีคุณค่าที่ถ่ายทอดไปสู่คนรุ่นหลังเพื่อนำไปใช้ประโยชน์ได้ การเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจสังคม อีกทั้งการพัฒนาวิทยาการและเทคโนโลยีที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่องทำให้เกิดคำถามขึ้นในใจหลาย ๆ คนว่า คนไทยในยุคโลกาภิวัตน์ที่เติบโตมาในบริบทของสังคมไทยยังคงให้คุณค่าผู้สูงอายุเหมือนในอดีตที่ผ่านมาหรือไม่ โดยเฉพาะผู้ที่เติบโตมาพร้อมๆกับการเปลี่ยนแปลงในสังคมที่การให้คุณค่ากับสิ่งต่าง ๆ เริ่มเปลี่ยนไป การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นย่อมน่าจะส่งผลกระทบต่อความคิดและความเชื่อของคนในสังคมที่มีต่อผู้สูงอายุไม่มากก็น้อย ในช่วงที่ผ่านมาจำนวนและสัดส่วนที่เพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุได้ก่อให้เกิดเรื่องของภาระการดูแลผู้สูงอายุของคนรุ่นลูกรุ่นหลาน โดยมองว่า หากทัศนะของคนรุ่นลูกรุ่นหลานต่อผู้สูงอายุเปลี่ยนไป เช่น มองว่าผู้สูงอายุเป็นภาระของลูกหลาน หรือเป็นภาระของสังคม ทัศนะเหล่านี้ย่อมส่งผลต่อการดูแลผู้สูงอายุในอนาคต ซึ่งทัศนคติของเด็กต่อผู้สูงอายุมีแนวโน้มไปในเชิงลบ เด็กมักมองความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับไม้เรียว รอยย่น เสื้อผ้าที่โบราณเชยๆ แต่ถ้าเด็กอยู่ในบริบทหรือสภาพแวดล้อมที่ดีกับผู้สูงอายุก็จะมีแนวโน้มทัศนคติในทางบวกต่อผู้สูงอายุ [7]

ผลการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับความรู้และทัศนคติที่มีต่อผู้สูงอายุ พ.ศ.2554 ที่ดำเนินการโดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า ประชากรร้อยละ 94.7 เห็นว่า ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่ควรได้รับการดูแลเอาใจใส่ รองลงมา คือ ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่ควรได้รับความเคารพนับถือเสมอ (ร้อยละ 90.7) และผู้สูงอายุสามารถเป็นตัวอย่างที่ดีแก่รุ่นลูกหลานเป็นบุคคลที่มีคุณค่าแก่สังคม (ร้อยละ 90.6) นอกจากนี้ ผู้สูงอายุยังมีคุณค่าในเชิงเศรษฐกิจต่อครอบครัวโดยสามารถเป็นผู้จุนเจือครอบครัว และยังเป็นผู้มอบมรดกให้แก่บุตรหลาน ในขณะเดียวกันผู้สูงอายุที่มีรายได้จากการทำงาน เงินบำนาญและมีเงินออม ย่อมไม่เป็นภาระของบุตรหลานในการเกื้อหนุนเศรษฐกิจ [8]

**จากการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย พบทัศนคติของเด็กที่มีต่อผู้สูงอายุที่น่าสนใจดังนี้**

***“น้องก็ไม่ค่อยสนิทกับย่าที่บ้าน เวลากลับจากโรงเรียน น้องก็แค่สวัสดีท่านและคุยบ้างนิดหน่อย เพราะส่วนใหญ่น้องจะไปเที่ยวเล่นกับเพื่อน กลับบ้านอีกทีก็ก่อนจะค่ำ น้องจึงรู้สึกว่าน้องไม่ได้สนิทกับย่า เพราะส่วนใหญ่ไม่ค่อยได้คุยกัน บางครั้งย่าก็บ่นน้องบ้าง ทำให้น้องไม่อยากคุยกับย่า และบางครั้งย่าก็ใช้ให้น้องทำงานบ้าน น้องไม่ทำ ย่าก็บ่นอีก น้องเลยไม่ชอบอยู่บ้าน จะไปเที่ยว ไปเล่นเกม”*** [9]

***“ปกติน้องสนิทกับยาย เพราะว่าพ่อกับแม่ไปทำงาน น้องจึงอยู่กับยายเกือบทุกวัน มีบ้างในช่วงวันหยุดเสาร์อาทิตย์น้องจะออกไปเล่นข้างนอกบ้านกับเพื่อน น้องช่วยยายทำงานบ้านเป็นบางครั้ง ยายก็บ่นน้องบ้าง น้องก็เชื่อฟังยายนะ แต่บ้างครั้งน้องเองก็รู้สึกเบื่อเวลายายบ่นและต้องอยู่กับยายทุกวัน แต่น้องก็รู้ว่าที่ยายบ่นเพราะอยากให้น้องเป็นคนดี น้องรักยายแต่ไม่ค่อยแสดงออกให้ยายรู้”*** [10]

***“ส่วนใหญ่น้องกับปู่ไม่ค่อยสนิทกัน ช่วงปิดเทอมน้องออกไปเล่นทุกวัน พอกลับมาเจอปู่ ปู่ก็บ่นว่าอยู่ไม่ติดบ้าน พอน้องอยู่บ้าน ปู่ชอบใช้งานให้รดน้ำต้นไม้บ้าง ทิ้งขยะบ้าง น้องเลยเบื่อ ไม่อยากอยู่บ้าน ออกไปนอกบ้านสบายใจกว่า ดีกว่าอยู่บ้านฟังปู่บ่น แต่น้องก็ไม่ได้รู้สึกเบื่อปู่ขนาดนั้นเพราะก็รู้ว่าที่ปู่บ่นเป็นความจริง น้องก็เข้าใจที่ปู่บ่น ปู่หวังดี อยากให้น้องอยู่บ้านกับปู่”*** [11]

ผลการจัดกิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัย

กิจกรรมลดช่องว่างระหว่างวัย ในวันผู้สูงอายุ ซึ่งจัดขึ้นในวันที่ 14 เมษายน 2561 ณ ศาลาอเนกประสงค์หมู่บ้านห้วยขัน ช่วยให้**เด็กเห็นคุณค่าผู้สูงอายุมากขึ้นและการพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้สูงอายุเป็นไปในทางที่ดีขึ้น โดยเด็กมีการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมที่มีต่อผู้สูงอายุ ดังนี้**

1. ด้านทัศนคติจากการสังเกตความสนใจ ท่าทีและการตอบสนองของเด็กในระหว่างจัดกิจกรรม พบว่า เด็กเห็นคุณค่าและความสำคัญของผู้สูงอายุมากขึ้น
2. ด้านความรู้จากการทดสอบวัดความรู้เด็กหลังการอบรมพบว่า เด็กมีความรู้ความเข้าใจการแสดงออกถึงความรักที่มีต่อผู้สูงอายุ ทั้งการใช้คำพูดบอกรัก การใช้เวลาร่วมกัน การใช้ของขวัญแทนใจ การดูแลปรนนิบัติและใช้การสัมผัสทางกาย
3. ด้านพฤติกรรมจากการติดตามพฤติกรรมภายหลังกิจกรรม พบว่าเด็กเริ่มปรับตัวเข้าหาผู้สูงอายุมากขึ้นโดยเฉพาะผู้สูงอายุในครัวเรือนของตนเอง

ตัวอย่างจากการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย ซึ่งสะท้อนการเปลี่ยนแปลง**ทั้งในด้านความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมที่มีต่อผู้สูงอายุ มีดังนี้**

***“น้องเห็นถึงความสำคัญของคนเฒ่าคนแก่ น้องได้รู้ว่าที่น้องเล่น กอด หอมแก้มกับแม่เฒ่า ช่วยแม่เฒ่าทำงานบ้านกวาดบ้าน ถูบ้าน ล้างจาน ก็เป็นภาษารักด้วย จากเมื่อก่อนที่น้องทำตั้งแต่เด็กน้องไม่เคยรู้เลยว่ามันคือการแสดงออกถึงภาษารัก คราวนี้น้องรู้แล้วว่าภาษารักห้าภาษาคือการแสดงความรักในแบบต่างๆ เหมือนการพูดจากที่เมื่อก่อนน้องไม่เคยบอกรักแม่เฒ่า ตอนนี้น้องบอกรักแม่เฒ่า พูดกับแม่เฒ่า การให้ของขวัญเหมือนกับน้องร้อยกำไลให้แม่เฒ่า การใช้เวลา เหมือนกับน้องได้นั่งเล่นกับแม่เฒ่า ดูทีวีด้วยกัน ช่วยแม่เฒ่าล้างผัก ช่วยทิ่มเครื่องแกงเวลาแม่เฒ่าทำกับข้าว การดูแลเหมือนกับน้องได้ช่วยแม่เฒ่าทำงานบ้านกวาดบ้าน ถูบ้าน ล้างจาน ช่วยดูแลแม่เฒ่าตอนแม่เฒ่าไม่สบาย ป้อนข้าวให้แม่เฒ่าและเข้าไปนวดแม่เฒ่าตามที่พี่สอน การสัมผัสทางกาย น้องไม่เคยรู้มาก่อนว่าหอมแก้ม กอด เป็นภาษารัก เพราะน้องทำทุกวัน หอมแก้มแม่เฒ่าจนแม่เฒ่ารำคาญ ที่น้องทำอยู่ทุกวันก็คือการแสดงออกถึงภาษารักนี่เอง น้องพึ่งรู้จากที่พี่สอน ทำให้น้องอยากกลับไปช่วยแม่เฒ่าทำงานบ้านทุกวันเลย แม่เฒ่าจะได้รู้ว่าน้องรักแม่เฒ่ามากที่สุด”*** [12]

***“น้องไม่เคยรู้มาก่อนว่าที่น้องกอดหอม เล่นกับแม่เฒ่า ช่วยแม่เฒ่าทำงานบ้าน ล้างจาน ช่วยรดน้ำต้นไม้ คือภาษารัก น้องคิดว่าที่ทำคือการช่วยแม่เฒ่า เล่นกับแม่เฒ่าอย่างเดียว น้องพึ่งมารู้จากพี่เนี่ยแหละว่าที่น้องทำอยู่ทุกวัน คือภาษารักเป็นการแสดงออกถึงความรักในแบบต่างๆ น้องเข้าใจแล้วว่าการใช้เวลาร่วมกัน คือการใช้เวลาร่วมกับแม่เฒ่า พาแม่เฒ่าไปเดินออกกำลังกายหวันเย็น ช่วยแม่เฒ่าทำข้าวต้มมัด การพูด คือการชวนแม่เฒ่าคุย การบอกรักแม่เฒ่า และพูดให้กำลังแม่เฒ่าตอนแม่เฒ่าไม่สบาย บอกแม่เฒ่าว่าหายไวๆนะ การให้ของขวัญ คือน้องเอากำไลที่นั่งร้อยกับเพื่อนในวันที่พี่สอนมาให้แม่เฒ่าที่บ้าน น้องชอบเด็ดใบเตยมาพับเป็นดอกกุหลาบให้แม่เฒ่าเกือบทุกวันเพราะบ้านน้องปลูกใบเตย การดูแล คือเวลาแม่เฒ่าเมื่อยตัวน้องก็ไปช่วยนวดโดยเอาท่าที่พี่สอนมานวด ช่วยทำงานบ้าน ช่วยจัดยาให้แม่เฒ่ากิน และการสัมผัสทางกาย คือ เข้าไปอ้อน กอด หอมแก้ม และน้องได้นำท่าที่พี่สอนนวดไปนวดให้แม่เฒ่าด้วย น้องได้รู้ว่าสิ่งที่น้องทำทุกวันคือการบอกรักในแบบต่างๆ ว่ามันคือการแสดงออกถึงภาษารักนี่เอง”*** [13]

***“แต่ก่อนไม่ชอบคุยกับย่าเพราะย่าขี้บ่น ชอบใช้น้องให้ทำนู้นทำนี่และรู้สึกว่าคนแก่นั้นน่าเบื่อ ออกไปเที่ยวเล่นกับเพื่อนมีความสุขและสนุกมากกว่า แต่พอพี่เข้ามาให้ความรู้เรื่องภาษารักห้าภาษาและสอนการทำตัวต่อผู้สูงอายุให้น้องนั้นทำให้น้องเกิดความรู้สึกรักและเป็นห่วงย่าของน้องมากขึ้นกว่าเมื่อก่อนที่น้องรู้สึกเบื่อและรำคาญย่า ทำให้น้องเห็นถึงความสำคัญของคนเฒ่าคนแก่มากขึ้น ทำให้น้องรักย่ามากขึ้น และทำให้น้องรู้สึกอยากที่จะให้ย่าอยู่กับน้องนานๆ และน้องก็เข้าใจแล้วที่ย่าบ่นเพราะย่ารักน้อง อยากให้น้องทำงานบ้านเป็น อยากให้น้องเป็นเด็กดีของพ่อแม่*** [**14**]

**เอกสารและบุคคลอ้างอิง**

[1] มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2560). **สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2559**. นครปฐม :

บริษัทพริ้นเทอรี่จำกัด.

[2] กุศล สุนทรธาดา.(2553). **ประชากรและสังคม 2553 คุณค่าผู้สูงอายุในสายตาสังคมไทย** (น. 65-81 ).

เอกสารวิชาการสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล หมายเลข 372. นครปฐม:

สำนักพิมพ์ประชากรและสังคม.

[3] สำนักงานสถิติจังหวัดสงขลา. (2560). **รายงานสถิติจังหวัดสงขลา พ.ศ.2560.** สงขลา :

เลิศวิถีการพิมพ์.

[4] เครือฟ้า พูนทอง (ผู้ให้สัมภาษณ์). ญาสุมินทร์ พรมแก้วและศธัญชนก อึ้งประเสริฐ (ผู้สัมภาษณ์).

ที่สำนักงานเทศบาลตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. เมื่อวันที่ 18 ตุลาคม พ.ศ.2560.

[5] กาญจนา ตั้งชลทิพย์, ปัทมา ว่าพัฒนวงศ์, เฉลิมพล แจ่มจันทร์, อุไรวรรณ คะนึงสุขเกษม, ภาณี วงศ์เอก,

และสุรีย์พร พันพึ่ง. (2553). **คุณค่าผู้สูงอายุ:ภาพสะท้อนมุมมองจากคนสองวัย**. (2553).

เอกสารวิชาการสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล หมายเลข 372. นครปฐม:

สำนักพิมพ์ประชากรและสังคม.

[6] แกรี แชปแมน. กนกบรรณสาร แปล. (2557). **ภาษารัก เคล็ดลับสู่ความรักที่ยืนยาว**. พิมพ์ครั้งที่ 8.

กรุงเทพมหานคร : กนกบรรณาสาร OMF.

[7] [สุรีย์ บุญญานุพงศ์](http://www.tnrr.in.th/?page=research_result&name=%E0%B8%AA%E0%B8%B8%E0%B8%A3%E0%B8%B5%E0%B8%A2%E0%B9%8C+%E0%B8%9A%E0%B8%B8%E0%B8%8D%E0%B8%8D%E0%B8%B2%E0%B8%99%E0%B8%B8%E0%B8%9E%E0%B8%87%E0%B8%A8%E0%B9%8C). (2534). **เยาวชนและคนหนุ่มสาวยุคปัจจุบันในทัศนะของผู้สูงอายุ**.

กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.

[8] กาญจนา ตั้งชลทิพย์ และคณะ. (2553). **คุณค่าผู้สูงอายุ : ภาพสะท้อนมุมมองจากคนสองวัย**.

ในสุชาดา ทวีสิทธิ์ และ สวรัย บุณยมานนท์ (บรรณาธิการ). ประชากรและสังคม :

คุณค่าผู้สูงอายุในสายตาสังคมไทย. เอกสารวิชาการสถาบันวิจัยประชากรและสังคม

มหาวิทยาลัยมหิดล หมายเลข 372. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม: สำนักพิมพ์ประชากรและสังคม.

[9] กัญณิชาภรณ์ อภัยรัตน์ (ผู้ให้สัมภาษณ์). มงคล เพชบูรณ์ และ สมภพ ไชยธาดา (ผู้สัมภาษณ์).

ที่ศาลาอเนกประสงค์ บ้านห้วยขัน ตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ.2561

[10] ฐนิต คุรุประดิษฐ์ (ผู้ให้สัมภาษณ์). นัยรัตน์ พงศ์กิจเจริญ และ หิรัญญา เพชรย้อย (ผู้สัมภาษณ์).

ที่ศาลาอเนกประสงค์ บ้านห้วยขัน ตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ.2561

[11] ณฐศวรรณ มูเก็ม (ผู้ให้สัมภาษณ์). นัยรัตน์ พงศ์กิจเจริญ และ หิรัญญา เพชรย้อย (ผู้สัมภาษณ์).

ที่ศาลาอเนกประสงค์ บ้านห้วยขัน ตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ.2561

[12] กุลนาต คำนึก (ผู้ให้สัมภาษณ์). นัยรัตน์ พงศ์กิจเจริญ และ หิรัญญา เพชรย้อย (ผู้สัมภาษณ์).

ที่ศาลาอเนกประสงค์ บ้านห้วยขัน ตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ.2561

[13] สกฤตรา ศรีษะสม (ผู้ให้สัมภาษณ์). นัยรัตน์ พงศ์กิจเจริญ และ หิรัญญา เพชรย้อย (ผู้สัมภาษณ์).

ที่ศาลาอเนกประสงค์ บ้านห้วยขัน ตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ.2561

[14] ธณวัฒน์ บุญแก้วคง (ผู้ให้สัมภาษณ์). นัยรัตน์ พงศ์กิจเจริญ และ หิรัญญา เพชรย้อย (ผู้สัมภาษณ์).

ที่ศาลาอเนกประสงค์ บ้านห้วยขัน ตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา. เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม พ.ศ.2561

1. -6นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาการพัฒนาชุมชน คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ จังหวัดสงขลา 90000

   1-6Undergraduate Student in B.A. (Community Development), the Faculty of Humanities and Social Sciences Thaksin University, Songkhla 90000

   \*Corresponding author: nesta0831939685@gmail.com Tel. 09 3683 8319

   บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของรายวิชาการสื่อสารเพื่อการพัฒนา โดยมี อาจารย์ ดร.ศันสนีย์ จันทร์อานุภาพ เป็นที่ปรึกษา [↑](#footnote-ref-2)