

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่าย เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะคน 3 วัย โดยผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิจัยเป็น 3 ส่วน ตามวัตถุประสงค์สำคัญของการวิจัย ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพ สถานการณ์กิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาวะของ คน 3 วัย ในชุมชนตำบลแดนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่

ตอนที่ 2 รูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสภาวะคน 3 วัย ให้เกิดความยั่งยืน

ตอนที่ 3 การสังเคราะห์รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาวะที่เหมาะสมกับคน 3 วัย

ตอนที่ 1 สถานภาพและสถานการณ์กิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาวะของ คน 3 วัย ในชุมชนตำบลแดนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่

การศึกษาการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะคน 3 วัย มีพื้นที่เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 5 พื้นที่ ซึ่งแต่ละพื้นที่มีความหลากหลายแตกต่างกันในด้านบริบทชุมชน ดังนั้นสถานภาพและสถานการณ์การจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะในแต่ละพื้นที่มุ่งไปในกลุ่มคนในวัยที่แตกต่างกันดังต่อไปนี้

สถานการณ์และสถานภาพองค์การบริหารส่วนตำบลแดนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่

องค์การบริหารส่วนตำบลแดนชุมพล เห็นความสำคัญต่อการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาวะเป็นอย่างมาก เนื่องจากประชาชนในชุมชนส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน คือ กาย ใจ ปัญญาและสังคม โดยคนที่มีสภาวะทางกาย จิต ปัญญาและสังคมสามารถห่างไกลจากโรคร้ายไข้เจ็บได้ ซึ่งจากการวิเคราะห์ปัญหาร่วมกับนักวิจัยในพื้นที่ทำให้ทราบว่าประชากรในตำบลแดนชุมพลมีอัตราการป่วยของโรคไม่เรื้อรัง คือ เบาหวานและความดันเป็นอันดับแรกของข้อมูลด้านสุขภาพของคนในตำบล โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุ ดังนั้นจึงมีการรวมตัวของผู้สูงอายุในตำบลแดนชุมพลจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้น เพื่อเป็นการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุได้มีโอกาสมาร่วมทำกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถนำมาสู่การแก้ไขปัญหาด้านสุขภาวะได้ ซึ่งกลุ่มผู้สูงอายุของตำบลแดนชุมพลได้เลือกกิจกรรมรำกลองยาวมาใช้เป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ของกลุ่มตนเอง เนื่องจากรำกลองยาวเป็นการแสดงพื้นบ้านของภาคกลาง แต่ที่สมาชิกกลุ่มเลือกนำมาเป็นกิจกรรมสร้างสรรค์ของตำบลนั้นเนื่องจากเห็นว่าการรำกลองยาวมีความสนุกสนานครื้นเครง จึงอยากนำมาใช้เป็นการละเล่นของชุมชนในงานเทศกาลต่างๆ ให้เกิดความครื้นเครงสนุกสนานสลับกับการเล่นชะล้อซอซึ่งเป็นการละเล่นพื้นบ้านของภาคเหนือ ซึ่งกลุ่มผู้สูงอายุได้เสนอไปยังองค์การบริหารส่วนตำบลแดนชุมพลเพื่อขอความเห็นชอบและสนับสนุนการดำเนินกิจกรรม เมื่อได้รับการสนับสนุนจาก อบต.แล้ว ได้มีการจัดสรรงบประมาณเพื่อนำไปซื้อกลองยาวจากจังหวัดอ่างทองและจัดหาคนมาสอนตีกลองยาวและรำประกอบเพลงกลองยาว

ในการดำเนินกิจกรรมรำกลองยาวของกลุ่มผู้สูงอายุของตำบลแดนชุมพล ในช่วงแรกได้ทำการฝึกสัปดาห์ละ 2 วัน คือทุกวันเสาร์และอาทิตย์ โดยใช้สถานที่ที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแดนชุมพล หลังจากฝึกตีกลองและรำจนคล่องกันแล้ว จะทำการซ้อมและแสดงกันเดือนละหนึ่งครั้งในวันที่มีการรับเบี้ย

ผู้สูงอายุ โดยจะทำการซ่อมและแสดงก่อนรับเบี้ยผู้สูงอายุ ในการรำกลองยาวนั้นวัฒนธรรมอำเภอสอง ได้ให้ข้อเสนอแนะว่าการรำกลองยาวไม่ใช่การละเล่นพื้นบ้านของภาคเหนือ ควรมีการประยุกต์ทำรำประจำถิ่นของอำเภอสอง จังหวัดแพร่ ให้เข้ากับการรำกลองยาวด้วย ดังนั้นการรำกลองยาวของตำบลแดนชุมพลจึงมีความแตกต่างจากของภาคกลางสำหรับทำรำในบางท่า จากการสัมภาษณ์สมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุและร่วมสังเกตการทำกิจกรรม ทำให้เห็นว่าสมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุมีความกระตือรือร้น ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมและมีความสุขในการได้ร่วมทำกิจกรรมทุกๆ ครั้ง นอกจากนี้ชมรมผู้สูงอายุตำบลแดนชุมพลยังมีกิจกรรมสร้างสรรค์ที่เป็นกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพทางจิตให้แก่สมาชิก คือ กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน โดยกิจกรรมมีการดำเนินการด้วยการบริจาคเงินเบี้ยผู้สูงอายุเดือนละ 10 บาท เพื่อนำมาใช้ในการซื้อของเยี่ยมสมาชิกผู้สูงอายุที่เป็นผู้ป่วยติดเตียง หรือเป็นอัมพฤกษ์อัมพาต ไม่สามารถออกไปไหนมาไหนได้แล้ว ดังคำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักว่า

“...ที่เลือกเอารำกลองยาวมาทำกิจกรรมในชุมชนเพราะเห็นว่ามันสนุกดี น่าจะสร้างความครื้นเครงให้กับเทศกาลรื่นเริงต่างๆ ในหมู่บ้านได้...”

(ประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลแดนชุมพล, ผู้ให้สัมภาษณ์, 18 สิงหาคม 2560)

“...จากการตรวจสุขภาพวัดค่าไขมันและน้ำตาลของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมทำกิจกรรมรำกลองยาว เห็นความแตกต่างก่อนและหลังมากเลย บางคนก่อนมาฝึกรำกลองยาวค่าไขมันกับน้ำตาลในเลือดสูงมาก ต้องแนะนำให้ควบคุมอาหาร แต่พอมาร่วมกิจกรรมรำกลองยาว ค่าไขมันและน้ำตาลลดลงอย่างเห็นได้ชัด และที่สำคัญจากการประเมินโดยภาพรวมของ รพสต. ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีขึ้นทั้งด้านร่างกายและจิตใจ...”

(พยาบาลชำนาญการ รพสต.แดนชุมพล, ผู้ให้สัมภาษณ์, 18 สิงหาคม 2560)

“...ที่เราบริจาคเงินเดือนละ 10 บาทนั้น เพื่อนำมาซื้อของไปเยี่ยมเพื่อนๆ สมาชิกของชมรมที่เราไปไหนมาไหนไม่ได้แล้ว ก็จะไปเยี่ยมเดือนละครั้งต่อคน ก็จะซื้อนมไปเยี่ยมบ้าง ผลไม้ไปเยี่ยมบ้าง จะซื้ออะไรไปเยี่ยมก็จะดูจากอาการของเพื่อนสมาชิกเป็นหลัก ...”

(สมาชิกชมรมผู้สูงอายุตำบลแดนชุมพล, ผู้ให้สัมภาษณ์, 18 สิงหาคม 2560)

“...สมาชิกบางคนพอได้เห็นเพื่อนๆ ไปเยี่ยมถึงกับร้องไห้ออกมาด้วยความดีใจ ที่เห็นว่าเพื่อนสมาชิกยังนึกถึงตนเอง โดยทางผู้ไปเยี่ยมก็จะพูดคุยให้กำลังใจแก่สมาชิกที่พวกตนไปเยี่ยมเพื่อผ่อนคลายความเครียดลงได้พอสมควร...”

(สมาชิกชมรมผู้สูงอายุตำบลแดนชุมพล, ผู้ให้สัมภาษณ์, 18 สิงหาคม 2560)

“...หลังจากรับเบี้ยผู้สูงอายุแล้ว พวกเราก็จะนัดกันว่าจะไปเยี่ยมสมาชิกของเราเมื่อไร ใครที่สามารถไปได้บ้าง เมื่อตกลงกันเรียบร้อยแล้วก็จะมอบหมายให้สมาชิกกลุ่มคนใดคนหนึ่งไปซื้อของ และไปเยี่ยมกันในวันที่ได้ทำการตกลงกันได้ โดยส่วนใหญ่จะไปเยี่ยมในช่วงกลางวัน...”

(สมาชิกชมรมผู้สูงอายุตำบลแดนชุมพล, ผู้ให้สัมภาษณ์, 18 สิงหาคม 2560)

ตอนที่ 2 รูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะคน 3 วัย ให้เกิดความยั่งยืน

จากการลงพื้นที่ร่วมกิจกรรมและสังเกตการณ์การทำกิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่ที่รับผิดชอบ ทั้ง 5 พื้นที่แล้วนั้น ทำให้เห็นว่ากิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่นั้นมีความหลากหลายและเหมาะสมกับความต้องการของชุมชนและบริบทชุมชนเป็นอย่างดี

ในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะคน 3 วัยนั้น แต่ละพื้นที่ไม่ได้มีการดำเนินการแค่เพียงผู้รับผิดชอบในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแค่เพียงฝ่ายเดียว แต่จะมีการเชิญภาคีเครือข่ายอื่นๆ เข้ามาร่วมทำกิจกรรมด้วย เช่น มีการเชิญครู กศน. มาร่วมเป็นวิทยากรสอนนักเรียนผู้สูงอายุ เชิญนักวิชาการสาธารณสุขของ รพสต. มาให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ดำรวจมาให้ความรู้ด้านกฎหมาย ประชาชนชาวบ้านมาให้ความรู้ด้านต่างๆ ตามศาสตร์ของตนเอง เป็นต้น เมื่อคนทั้ง 3 วัยได้รับความรู้แล้วก็ก่อให้เกิดการรวมกลุ่มกันที่เหนียวแน่นเพื่อทำกิจกรรมร่วมกันในโอกาสต่อไปอย่างต่อเนื่อง ส่งผลในด้านสุขภาวะด้านปัญญาที่นำไปสู่สุขภาวะทางทางจิตที่ดี เมื่อสังคมดี จิตดี ปัญญาดีแล้ว สิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวหนุนเสริมให้ร่างกายมีความแข็งแรงมากยิ่งขึ้น

การดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่อาจมีความถนัดในการจัดกิจกรรมไม่เท่ากัน เนื่องจากเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบการดำเนินกิจกรรมของแต่ละพื้นที่ไม่สามารถบริหารจัดการการดำเนินกิจกรรมตามความต้องการของชุมชนได้ เนื่องจากมีภารกิจในหน้าที่อื่นๆ ที่ต้องรับผิดชอบประจำอยู่แล้ว แต่จะมีแผนการดำเนินกิจกรรมของแต่ละ อบต. ที่กำหนดการทำกิจกรรมเป็นช่วงเวลา ถ้า อบต. ไหนที่กลุ่มเข้มแข็งและสามารถดำเนินกิจกรรมเองได้ อบต. ก็จะช่วยปล่อยให้ดำเนินการเอง โดยความเห็นชอบของ อบต. และให้งบประมาณสนับสนุนการดำเนินการให้ สามารถดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องโดยสมาชิกกลุ่มเอง เนื่องจากสมาชิกกลุ่มเห็นประโยชน์ของการดำเนินกิจกรรมที่สามารถสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีทั้ง 4 ด้าน คือ กาย จิต ปัญญาและสังคม โดยแต่ละพื้นที่มีรูปแบบดำเนินกิจกรรม ดังนี้

องค์การบริหารส่วนตำบลแดนชุมพล กิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาวะ คือ กิจกรรมรำกลองยาวที่มีการประยุกต์ทำรำให้เข้ากับทำรำของภาคเหนือและกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน ซึ่งทั้งสองกิจกรรมนี้ดำเนินการเองโดยสมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนเอง ที่มีการดำเนินงานมาเป็นเวลากว่าสองปีแล้ว และจะดำเนินต่อไปอีกอย่างต่อเนื่อง

ตอนที่ 3 การสังเคราะห์รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาวะที่เหมาะสมกับคน 3 วัย

องค์การอนามัยโลก ได้นิยามไว้ว่า “สุขภาพ หมายถึงสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย จิตใจ สังคม และปัญญา มิใช่เพียงการปราศจากโรคหรือความพิการเท่านั้น” (ตามนิยาม “สุขภาพ” ขององค์การอนามัยโลก และ พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550)” หรือสุขภาวะที่สมบูรณ์ทุกๆ ทางเชื่อมโยงกัน สะท้อนถึงความ เป็นองค์รวมอย่างแท้จริงของสุขภาพที่เกื้อหนุนและเชื่อมโยงกันทั้ง 4 มิติ นำมาสู่วิสัยทัศน์ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสุขภาพ (สสส.) คือ “คนไทยมีสุขภาวะยั่งยืน หมายถึงคนไทยมีสุขภาวะดีครบ ทั้งสี่ด้าน ได้แก่ กาย จิต สังคม และปัญญา อันได้แก่

1. สุขภาวะทางกาย หมายถึง การมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีเศรษฐกิจพอเพียง มีสิ่งแวดล้อมดี ไม่มีอุบัติเหตุ เป็นต้น
2. สุขภาวะทางจิต หมายถึง จิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย ไม่เครียด คล่องแคล่ว มีความเมตตา กรุณา มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น

3. สุขภาวะทางสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยดี ในครอบครัว ในชุมชน ในที่ทำงาน ในสังคม ในโลก ซึ่งรวมถึงการมีบริการทางสังคมที่ดี และมีสันติภาพ เป็นต้น

4. สุขภาวะทางปัญญา (จิตวิญญาณ) หมายถึง ความสุขอันประเสริฐที่เกิดจากมีจิตใจสูง เข้าถึงความจริงทั้งหมด ลดละความเห็นแก่ตัว มุ่งเข้าถึงสิ่งสูงสุด ซึ่งหมายถึงพระนิพพาน หรือพระผู้เป็นเจ้าหรือความดีสูงสุด สุกแล้วแต่ความเชื่อมโยงที่แตกต่างกันของแต่ละคน

ดังนั้นเราสามารถสรุปความหมายของคำว่า “สุขภาวะ” ได้ว่าหมายถึง การดำรงชีพของบุคคลอย่างมีความสุขทั้งกาย และ จิต อาจกล่าวได้ว่ามีใช้เพียงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แต่รวมถึงการมีชีวิตที่มีร่างกายแข็งแรง จิตแข็งแรง มีความสุขอยู่ในสังคม โลกในปัจจุบัน ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว บางอย่างที่เกิดขึ้นก่อให้เกิดภาวะคุกคามต่อสุขภาวะคนไทยเกิดเป็นปัญหาด้าน สุขภาพ มลภาวะที่เกิดขึ้น การเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวกับอาหาร วิถีชีวิต ค่านิยมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนไปแล้วแต่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา ทั้ง สิ้นก่อให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บเช่นเกิดโรคเอดส์ เกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด เกิดอุบัติเหตุสูงขึ้น เป็นต้น มีโรคหลายโรคที่อาจป้องกันหรือสามารถลดอัตราเสี่ยงลงได้ ซึ่งต้องการความร่วมมือร่วมใจจากหลายๆ ฝ่ายช่วยการสร้างเสริมสุขภาพให้กับสังคม

เมื่อพูดถึงคำว่า “สุขภาวะ” หลายคนจะมองแค่ด้านสุขภาวะทางกายของคนที่มีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บ ไม่ป่วยเท่านั้น แต่ไม่ได้มองในเรื่องสุขภาวะด้านจิต ด้านปัญญา และด้านสังคม ที่เป็นองค์ประกอบสำคัญที่สามารถทำให้เกิดสุขภาวะกายที่ดีได้เลย การจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาวะควรคำนึงถึงผู้เข้าร่วมกิจกรรมว่า เมื่อมาร่วมกิจกรรมแล้ว กิจกรรมจะช่วยส่งเสริมและพัฒนาให้มีสุขภาวะดีทั้ง 4 ด้านได้

รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาวะที่เหมาะสมกับคน 3 วัยของแต่ละพื้นที่นั้นมีความแตกต่างกันตามสภาพของบริบททั้งด้านสังคมและชุมชน ดังนั้นการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาวะจึงต้องคำนึงถึงความต้องการและความเหมาะสมของกลุ่มผู้ทำกิจกรรมด้วย การทำกิจกรรมสร้างสรรค์จึงต้องมุ่งไปที่ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมกิจกรรมของคนว่ากิจกรรมนั้นสามารถส่งเสริมพัฒนาการด้านกาย จิต ปัญญาและสังคมได้หรือไม่

การดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์ร่ากลองยาวเพื่อสุขภาวะและกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนของตำบลแดนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่ มีการจัดกิจกรรมโดยสมาชิกกลุ่มเองอย่างเป็นขั้นตอนอย่างเป็นระบบ การร่ากลองยาวถือว่าเป็นกิจกรรมการออกกำลังกายได้ด้วยเหมือนกัน เพราะมีท่ารำต่างๆ ที่ต้องมีการเคลื่อนไหวร่างกายทุกส่วน สมาชิกกลุ่มก็มาร่วมด้วยความสมัครใจ จึงเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาวะทั้ง 4 มิติได้เช่นกัน ส่วนกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนนั้น เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาวะทั้ง 4 มิติเช่นกัน การเสียสละเงินเพียงเดือนละ 10 บาทต่อคนและนำเงินนั้นไปซื้อของเยี่ยมเพื่อนสมาชิก ถือว่าเป็นการส่งเสริมสุขภาวะทั้งทางด้านจิตใจของผู้ให้ และทางด้านร่างกายและจิตใจของผู้รับ ทำให้คนมีจิตเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

จะเห็นได้ว่ารูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สร้างเสริมสุขภาวะนั้น ไม่ใช่การทำกิจกรรมที่มุ่งแต่การส่งเสริมสุขภาพทางกายให้ห่างไกลจากการเจ็บป่วยหรือลดจากอาการเจ็บป่วยที่เป็นอยู่แล้วเท่านั้น แต่เป็นการดำเนินกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญาและสังคม เมื่อจิตใจดีแล้ว ร่างกาย สติปัญญาและสังคมก็จะดีตามมาด้วย