

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่าย เพื่อสร้างเสริมสุขภาพคน 3 วัย โดยผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิจัยเป็น 3 ส่วน ตามวัตถุประสงค์สำคัญของการวิจัย ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพ สถานการณ์กิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพของ คน 3 วัย ในชุมชนตำบลนาปัง อำเภอกู่เพียง จังหวัดน่าน

ตอนที่ 2 รูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพคน 3 วัย ให้เกิดความยั่งยืน

ตอนที่ 3 การสังเคราะห์รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพที่เหมาะสมกับคน 3 วัย

ตอนที่ 1 สถานภาพและสถานการณ์กิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพของ คน 3 วัย ในชุมชนตำบลนาปัง อำเภอกู่เพียง จังหวัดน่าน

การศึกษาการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพคน 3 วัย มีพื้นที่เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 5 พื้นที่ ซึ่งแต่ละพื้นที่ที่มีความหลากหลายแตกต่างกันในด้านบริบทชุมชน ดังนั้นสถานภาพและสถานการณ์การจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อเสริมสร้างสุขภาพในแต่ละพื้นที่มุ่งไปในกลุ่มคนในวัยที่แตกต่างกันดังต่อไปนี้

สถานการณ์และสถานภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนาปัง อำเภอกู่เพียง จังหวัดน่าน

องค์การบริหารส่วนตำบลนาปัง มีการทำกิจการเพื่อสืบสานการละเล่นพื้นบ้าน คือ “ระวงมะเก่า” ที่มีการสืบสานเป็นรุ่นที่สอง โดยการนำของอาจารย์เดช ปันแก้ว อดีตประธานสภาวัฒนธรรมอำเภอกู่เพียง ซึ่งเห็นว่ารำวงมะเก่านี้เป็นการละเล่นพื้นบ้านที่มีการเล่นมาตั้งแต่อดีต ซึ่งในรุ่นที่หนึ่งของผู้เล่นรำวงมะเก่ามีอายุถึง 98 ปี และในรุ่นที่สองที่มีผู้เล่นอายุสูงสุดถึง 74 ปี ถ้าไม่มีการสืบสาน ก็จะหายไปกับคนรุ่นเก่า ซึ่งการสืบสานในครั้งนี้ได้เริ่มจากการรวมตัวของกลุ่มผู้สูงอายุของตำบลนาปังเข้ามารวมตัวกันพื้นเนื้อร้องและทำรำของรำวงมะเก่า แต่มีการผสมผสานนำเพลงสมัยใหม่มาเล่นประกอบด้วย ลักษณะการเล่นรำวงมะเก่าจะมีทั้งผู้ร้องและผู้เต้นรำ ลักษณะคล้ายกับการทำท่าทางประกอบเพลง การละเล่นพื้นบ้านรำวงมะเก่าของกลุ่มผู้สูงอายุมีการนำไปแสดงที่ช่วงเมืองเดือนละครึ่ง นอกจากเป็นการสืบสานการละเล่นพื้นบ้านแล้ว การเล่นรำวงมะเก่าถือว่าการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพได้อีกด้วย

นอกจากการสืบสานรำวงมะเก่าในกลุ่มผู้สูงอายุแล้ว โรงเรียนน่านนครซึ่งเป็นโรงเรียนมัธยมประจำอำเภอกู่เพียง ได้เห็นความสำคัญของการสืบสานการละเล่นรำวงมะเก่า จึงได้นำไปใช้สอนนักเรียนในช่วงโมงนาฏศิลป์ของนักเรียนทุกชั้นปีตั้งแต่ ม.1 ถึง ม.6 และใช้เป็นการแสดงหลักของกิจกรรมโรงเรียน โดยผู้บริหาร

ของโรงเรียนน่านครมีความเห็นว่ารางวัลมะเก่าเป็นการละเล่นพื้นบ้านของจังหวัดน่าน และมีการเล่นเป็นครั้งแรกที่อำเภอภูเพียง ดังนั้นถ้ามีการสืบสานการละเล่นนี้เฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุแล้ว อาจจะมีอายุหายไปเลยก็ได้ จึงมีความคิดว่าควรมีการสืบสานในกลุ่มของเด็กและเยาวชนที่เรียนในโรงเรียนน่านครด้วยเพราะจะทำให้อยู่กับชุมชนอย่างยั่งยืน

นอกจากกิจกรรมการสืบสานการละเล่นพื้นบ้านรางวัลมะเก่าแล้ว ตำบลนาปังยังมีกิจกรรมสร้างสรรค์ที่เป็นการปลูกฝังจิตใจของเยาวชนให้เป็นคนมีจิตใจอ่อนโยน ประพศิตีในศีลในธรรม คือกิจกรรมเยาวชนเข้าวัดนาปัง เป็นกิจกรรมในวันพระเพื่อให้เด็กและเยาวชนในชุมชนมีโอกาสได้เข้ามาปฏิบัติธรรมและฟังเกร็ดความรู้จากปราชญ์ชุมชน โดยในช่วงเช้าพระภิกษุจะมีการจัดกิจกรรมทุกวันพระ ส่วนช่วงออกพรรษาจะทำกิจกรรมเฉพาะวันพระใหญ่เท่านั้น ผู้ปกครองของเด็กในชุมชนให้การต้อนรับและให้ความร่วมมือในการกิจกรรมของเด็กเป็นอย่างดี กิจกรรมจะเริ่มตั้งแต่เวลา 17.30 – 19.00 น. ผู้ปกครองจะพาเด็กมาส่งที่วัดนาปัง ถ้าเด็กโตก็จะขี่รถจักรยานยนต์มาเอง เมื่อทำกิจกรรมเสร็จเรียบร้อยแล้วจะมีอาหารว่างให้เด็กรับประทานก่อนกลับบ้าน การดำเนินกิจกรรมเริ่มจากการสวดทำนองสรภัญญะ โดยจะมีพี่แกนนำเยาวชนเป็นผู้นำสวด หลังจากสวดมนต์เสร็จ จะมีการสอนเกี่ยวกับเกร็ดธรรมะจากปราชญ์ชุมชนตำบลนาปัง เวียนกันมาให้ความรู้แก่เด็กๆ ดังคำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักว่า

“...การละเล่นรางวัลมะเก่า เริ่มเป็นครั้งแรกที่บ้านนาปัง ไม่มีการจดบันทึกที่มาที่ไปของการละเล่นนี้ รุ่นแรกตอนนี้อายุ 98 ปีแล้ว เล่นไม่ไหวแล้ว ลูกสาวเขากลับมาจากกรุงเทพฯ เห็นว่าเป็นการละเล่นเก่าแก่ เลยอยากจะสืบสานไว้ให้คนรุ่นหลัง...”

(แกนนำผู้สูงอายุสมาชิกรางวัลมะเก่า “สะบันงา”, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...ตอนนี้อายุ 98 ปีแล้ว เล่นไม่ไหวแล้ว แต่ก็มาช่วยเค้าหยิบจับอุปกรณ์บ้าง และมาดูเขาซ้อมร้องรำกัน เพราะมีความสุขทุกๆ ครั้งที่ได้มาเขาซ้อมร้องรำกัน ...”

(แกนนำผู้สูงอายุอดีตสมาชิกรางวัลมะเก่า “สะบันงา”, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...การละเล่นรางวัลมะเก่า เริ่มเป็นครั้งแรกที่บ้านนาปัง ไม่มีการจดบันทึกที่มาที่ไปของการละเล่นนี้ รุ่นแรกตอนนี้อายุ 98 ปีแล้ว เล่นไม่ไหวแล้ว ลูกสาวเขากลับมาจากกรุงเทพฯ เห็นว่าเป็นการละเล่นเก่าแก่ เลยอยากจะสืบสานไว้ให้คนรุ่นหลัง...”

(สมาชิกรางวัลมะเก่า “สะบันงา”, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...ร่ำวงมะเก่า “วงสะบันงา” ได้รับเกียรติจากจังหวัดให้ไปแสดงที่ช่วงเมืองทุกเดือน โดยที่ไม่ได้รับค่าจ้างใดๆ ทั้งสิ้น พวกเราไปกันด้วยใจ ได้ไปแสดงให้คนภายนอกได้เห็นการละเล่นพื้นบ้านได้เห็นได้รู้จักก็มีความสุขแล้ว...”

(แกนนำผู้สูงอายุสมาชิกร่ำวงมะเก่า “สะบันงา”, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...กฎของกลุ่มคือ ถ้ามีการติดต่อให้ไปแสดงที่ไหนแล้ว สมาชิกขาดซ้อมบ่อยๆ ก็จะไม่ได้ไปร่วมแสดงในครั้งนั้น สมาชิกที่กลัวจะไม่ได้ไปแสดงก็จะขยันมาซ้อมกัน...”

(แกนนำผู้สูงอายุสมาชิกร่ำวงมะเก่า “สะบันงา”, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...ที่โรงเรียนของหนู นักเรียนจะได้เรียนร่ำวงมะเก่าในช่วงโมงนาฏศิลป์ทุกชั้นตั้งแต่ ม. 1 – ม. 6 คุณครูนาฏศิลป์ของโรงเรียนได้ทำวิทยานิพนธ์ปริญญาโทเกี่ยวกับการสืบสานร่ำวงมะเก่า จึงทำให้นักเรียนโรงเรียนน่านนครได้มีโอกาสเป็นส่วนหนึ่งของการสืบสานการละเล่นพื้นบ้านอันทรงคุณค่านี้...”

(แกนนำเด็กและเยาวชนตำบลนาปัง, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...ตำบลนาปังอยู่ห่างจากในตัวเมืองแค่สิบกกว่ากิโลเมตร แต่หนูเลือกที่จะเรียนมัธยมที่โรงเรียนน่านนคร เพราะถ้าหนูไปเรียนโรงเรียนในเมืองหนูจะไม่มีโอกาสได้ทำกิจกรรมต่างๆ กิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้น เพราะมีนักเรียนเยอะมาก แต่หนูเรียนที่โรงเรียนน่านนครหนูรู้สึกอบอุ่นมาก เพราะคุณครูสามารถเรียกชื่อหนูและเพื่อนๆ ได้ถูกต้อง และที่สำคัญพวกหนูมีโอกาสได้ทำกิจกรรมทุกกิจกรรมที่โรงเรียนจัด...”

(แกนนำเด็กและเยาวชนตำบลนาปัง, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...ในช่วงโมงนาฏศิลป์ครูก็จะคัดเลือกคนที่จะมาฝึก ร่ำวงมะเก่า โดยหาคนร้องก่อน 2-3 คน เพราะร่ำวงมะเก่ามีเพลงบังคับ 5 เพลง เมื่อหาคนร้องได้แล้วที่เหลือก็จะเป็นคนรำ หนูคิดว่าเพื่อนๆ ทุกคน สนุกกับการได้มาฝึกร้องและรำ ร่ำวงมะเก่าค่ะ...”

(แกนนำเด็กและเยาวชนตำบลนาปัง, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...การรำของเด็กๆ นั้น จะยังไม่ค่อยมีความพลีเหมือนกับผู้สูงอายุ เพราะเด็กยังมีความเขินอายในการทำท่าทางประกอบเพลงอยู่ แต่ถ้าฝึกบ่อยๆ ก็จะดีขึ้นเอง อาจจะมีรำได้ดีกว่าต้นฉบับก็ได้...”

(แกนนำผู้สูงอายุสมาชิกร่ำวงมะเก่า “สะบันงา”, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 สิงหาคม 2560)

“...ปัจจุบันเด็กไกลวัดกันมาก เพราะผู้ปกครองต้องออกไปทำงานนอกบ้าน บางบ้านก็ฝากไว้กับปู่ย่า ตายาย ดูแลไม่ทั่วถึง ถ้าไม่ขัดเกลาจิตใจตั้งแต่เด็กๆ โตขึ้นก็จะสอนยากขึ้น ให้มาเข้าวัดฟังธรรมตั้งแต่เด็กๆ นี่ แหะเลดีแล้ว...”

(แกนนำผู้สูงอายุ, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560)

“...การทำโครงการเยาวชนเข้าวัดนาบ่งที่เห็นผลชัดเจนเชิงประจักษ์คือ ลดปัญหาเด็กมั่วสุมกันใน ชุมชน ปัญหายาเสพติด และเด็กแว้นลงได้เป็นอย่างมาก...”

(แกนนำผู้สูงอายุ, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560)

“...หนูเคยเอากิจกรรมโครงการเยาวชนเข้าวัดนาบ่งไปประกวด โครงการ Gen A ของมูลนิธิธรรมดี แล้วได้รางวัลรองชนะเลิศในระดับภาคมาด้วยค่ะ พวกหนูได้ร่วมทำกิจกรรมจริงๆ แล้วได้นำไปเผยแพร่ให้ ภายนอกได้รับรู้ว่าบ้านเรามีกิจกรรมดีๆ อะไร และหนูก็ไม่เสียใจเลยที่ไม่ได้รางวัลชนะเลิศ แค่นี้พวกหนูก็รู้สึก ภาคใจเป็นอย่างมากแล้วที่กลุ่มของพวกตนเป็นเด็กมัธยมแต่ได้เข้าไปชิงกับทีมของพี่ๆ จากมหาวิทยาลัย เชียงใหม่...”

(แกนนำเด็กและเยาวชนตำบลนาบ่ง, ผู้ให้สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560)

ตอนที่ 2 รูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคีเครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะคน 3 วัย ให้เกิดความยั่งยืน

จากการลงพื้นที่ร่วมกิจกรรมและสังเกตการณ์การทำกิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่ที่รับผิดชอบ ทั้ง 5 พื้นที่แล้วนั้น ทำให้เห็นว่ากิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่นั้นมีความหลากหลายและเหมาะสมกับ ความต้องการของชุมชนและบริบทชุมชนเป็นอย่างดี

ในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ขององค์กรชุมชนและภาคี เครือข่ายเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะคน 3 วัยนั้น แต่ละพื้นที่ไม่ได้มีการดำเนินการแค่เพียงผู้รับผิดชอบในองค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่นแค่เพียงฝ่ายเดียว แต่จะมีการเชิญภาคีเครือข่ายอื่นๆ เข้ามาร่วมทำกิจกรรมด้วย เช่น มี การเชิญครู กศน.มาร่วมเป็นวิทยากรสอนนักเรียนผู้สูงอายุ เชิญนักวิชาการสาธารณสุขของ รพสต.มาให้ความรู้ เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ตำรวจมาให้ความรู้ด้านกฎหมาย ประชาชนชาวบ้านมาให้ความรู้ด้านต่างๆ ตามศาสตร์ ของตนเอง เป็นต้น เมื่อคนทั้ง 3 วัยได้รับความรู้แล้วก็ก่อให้เกิดการรวมกลุ่มกันที่เหนียวแน่นเพื่อทำกิจกรรม ร่วมกันในโอกาสต่อไปอย่างต่อเนื่อง ส่งผลในด้านสุขภาวะด้านปัญญาที่นำไปสู่สุขภาวะทางทางจิตที่ดี เมื่อ สังคมดี จิตดี ปัญญาดีแล้ว สิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวหนุนเสริมให้ร่างกายมีความแข็งแรงมากยิ่งขึ้น

การดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์ของแต่ละพื้นที่อาจมีความถนัดในการจัดกิจกรรมไม่เท่ากัน เนื่องจาก เจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบการดำเนินกิจกรรมของแต่ละพื้นที่ไม่สามารถบริหารจัดการการดำเนินกิจกรรมตาม ความต้องการของชุมชนได้ เนื่องจากมีภารกิจในหน้าที่อื่นๆ ที่ต้องรับผิดชอบประจำอยู่แล้ว แต่จะมีแผนการ

ดำเนินกิจกรรมของแต่ละ อปท. ที่กำหนดการทำกิจกรรมเป็นช่วงเวลา ถ้า อปท.ไหนที่กลุ่มเข้มแข็งและสามารถดำเนินกิจกรรมเองได้ อปท. ก็จะปล่อยให้ดำเนินการเอง โดยความเห็นชอบของ อปท. และให้งบประมาณสนับสนุนการดำเนินการให้ สามารถดำเนินกิจกรรมอย่างต่อเนื่องโดยสมาชิกกลุ่มเอง เนื่องจากสมาชิกกลุ่มเห็นประโยชน์ของการดำเนินกิจกรรมที่สามารถสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีทั้ง 4 ด้าน คือ กาย จิต ปัญญาและสังคม โดยแต่ละพื้นที่มีรูปแบบดำเนินกิจกรรม ดังนี้

องค์การบริหารส่วนตำบลนาบึง มีกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาวะ คือ กิจกรรมสืบสานรำวงมะเก่า และกิจกรรมเยาวชนเข้าวัดนาบึง โดยกิจกรรมทั้งสองอย่างเป็นการดำเนินงานของกลุ่มผู้สูงอายุที่มีจิตอาสา รวมตัวกันเข้ามาดำเนินกิจกรรมด้วยตนเองเพราะเห็นคุณค่าของการละเล่นพื้นบ้านว่า ถ้าไม่สืบสานไว้ให้ลูกหลานในชุมชน สิ่งดีๆ เหล่านี้ก็จะหายตามไปกับคนรุ่นเก่าที่มีอายุมากขึ้นไม่สามารถร้องรำทำเพลงรำวงมะเก่าได้แล้วและต้องล้มหายตายจากไปทุกวัน อีกทั้งยังเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุและเด็กและเยาวชนเข้ามาร่วมทำกิจกรรมสร้างสรรค์ที่มุ่งเน้นการหล่อหลอมจิตใจที่ส่งผลไปสู่ประโยชน์ต่อสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน การให้ความรู้และข้อคิดเกี่ยวกับธรรมะและภูมิปัญญาท้องถิ่นอันดีงามจากปราชญ์ชาวบ้านในชุมชน

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 เป็นองค์รวมอย่างแท้จริงของสุขภาพที่เกี่ยวพันและเชื่อมโยงกันทั้ง 4 มิติ นำมาสู่วิสัยทัศน์ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสุขภาพ (สสส.) คือ “คนไทยมีสุขภาวะยั่งยืน หมายถึงคนไทยมีสุขภาวะดีครบทั้งสี่ด้าน 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 หรือพระผู้เป็นเจ้าของหรือความดีสูงสุด สุดแล้วแต่ความเชื่อที่แตกต่างกันของแต่ละคน

ดังนั้นเราสามารถสรุปความหมายของคำว่า “สุขภาพ” ได้ว่าหมายถึง การดำรงชีพของบุคคลอย่างมีความสุขทั้งกาย และ จิต อาจกล่าวได้ว่ามิใช่เพียงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ แต่รวมถึง การมีชีวิตที่มีร่างกายแข็งแรง จิตแข็งแรง มีความสุขอยู่ในสังคม โลกในปัจจุบัน ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว บางอย่าง

เกิดขึ้นก่อให้เกิดภาวะคุกคามต่อสุขภาพของคนไทยเกิดเป็นปัญหาด้าน สุขภาพ ผลภาวะที่เกิดขึ้น การเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวกับอาหาร วิถีชีวิต ค่านิยมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนไปแล้วแต่ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา ทั้ง สิ้นก่อให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บเช่นเกิดโรคเอดส์ เกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจขาดเลือด เกิดอุบัติเหตุสูงขึ้น เป็นต้น มีโรคหลายโรคที่อาจป้องกันหรือสามารถลดอัตราเสี่ยงลงได้ ซึ่งต้องการความร่วมมือร่วมใจจากหลายๆ ฝ่ายช่วยการสร้างเสริมสุขภาพให้กับสังคม

เมื่อพูดถึงคำว่า “สุขภาพ” หลายคนจะมองแค่ด้านสุขภาพทางกายของคนที่มีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บ ไม่ป่วยเท่านั้น แต่ไม่ได้มองในเรื่องสุขภาพด้านจิต ด้านปัญญา และด้านสังคม ที่เป็นองค์ประกอบสำคัญที่สามารถทำให้เกิดสุขภาพกายที่ดีได้เลย การจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาพควรคำนึงถึงผู้เข้าร่วมกิจกรรมว่า เมื่อมาร่วมกิจกรรมแล้ว กิจกรรมจะช่วยส่งเสริมและพัฒนาให้มีสุขภาพดีทั้ง 4 ด้านได้

รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพที่เหมาะสมกับคน 3 วัยของแต่ละพื้นที่นั้นมีความแตกต่างกันตามสภาพของบริบททั้งด้านสังคมและชุมชน ดังนั้นการจัดกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อสุขภาพจึงต้องคำนึงถึงความต้องการและความเหมาะสมของกลุ่มผู้ทำกิจกรรมด้วย การทำกิจกรรมสร้างสรรค์จึงต้องมุ่งไปที่ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมกิจกรรมของคนว่ากิจกรรมนั้นสามารถส่งเสริมพัฒนาการด้านกาย จิต ปัญญาและสังคมได้หรือไม่

การดำเนินกิจกรรมสร้างสรรค์ของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลพระธาตุขิงแกง อำเภอจุน จังหวัดพะเยา แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่าเป็นกิจกรรมที่สามารถส่งเสริมการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ ปัญญาและสังคม เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นในสังคม ดังจะเห็นได้จากการดำเนินกิจกรรมของปีที่ 2 มีนักเรียนผู้สูงอายุรายเดิมเข้ามาร่วมทำกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุถึง 50% นักเรียนผู้สูงอายุยอมเสียรายได้ในวันที่ต้องมาเรียนเพื่อที่จะได้มาพบปะเพื่อนฝูง ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนในชั้นเรียนและวิทยากร

ในส่วนของกิจกรรมสร้างสรรค์รำกลองยาวเพื่อสุขภาพและกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนของตำบลแดนชุมพล อำเภอสอง จังหวัดแพร่ มีการจัดกิจกรรมโดยสมาชิกกลุ่มเองอย่างเป็นขั้นตอนอย่างเป็นระบบ การรำกลองยาวถือว่าเป็นกิจกรรมการออกกำลังกายได้ด้วยเหมือนกัน เพราะมีท่ารำต่างๆ ที่ต้องมีการเคลื่อนไหวร่างกายทุกส่วน สมาชิกกลุ่มก็มาร่วมด้วยความสมัครใจ จึงเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทั้ง 4 มิติได้เช่นกัน ส่วนกิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อนนั้น เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทั้ง 4 มิติเช่นกัน การเสียสละเงินเพียงเดือนละ 10 บาทต่อคนและนำเงินนั้นไปซื้อของเยี่ยมเพื่อนสมาชิก ถือว่าเป็นการส่งเสริมสุขภาพทั้งทางด้านจิตใจของผู้ให้ และทางด้านร่างกายและจิตใจของผู้รับ ทำให้คนมีจิตเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

กิจกรรมสร้างสรรค์การสืบสานรำวงมะเก่าและเยาวชนเข้าวัดนาปัง ของตำบลนาปัง อำเภอภูเพียง จังหวัดน่าน เป็นกิจกรรมที่มีการดำเนินงานร่วมกันระหว่างกลุ่มผู้สูงอายุและเด็กและเยาวชนในชุมชน ที่เห็นคุณค่าของการสืบสานการเล่นพื้นบ้าน “ระวงมะเก่า” ให้คงอยู่คู่กับชุมชนสืบไป ในส่วนของกิจกรรมเยาวชนเข้าวัดนาปัง เป็นกิจกรรมที่หล่อหลอมจิตใจเด็กและเยาวชนให้ห่างไกลอบายมุขต่างๆ มีความตระหนักและเห็นคุณค่าของการทำความดีละอายต่อบาป โดยการจัดกิจกรรมนี้ดำเนินการโดยกลุ่มผู้ใหญ่ใจดีในชุมชนที่มองเห็นปัญหาที่จะเกิดกับเด็กและเยาวชนในชุมชนในอนาคต กิจกรรมทั้งสองอย่างของตำบลนาปังจึงเป็น

กิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทั้ง 4 ด้านของทั้งผู้สูงอายุและเด็กและเยาวชน โดยการเริ่มจากการสร้างเสริมสุขภาพทางด้านจิต ปัญญา สังคมและกายตามลำดับ

จะเห็นได้ว่ารูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่สร้างเสริมสุขภาพนั้น ไม่ใช่การทำกิจกรรมที่มุ่งแต่การส่งเสริมสุขภาพทางกายให้ห่างไกลจากการเจ็บป่วยหรือลดจากอาการเจ็บป่วยที่เป็นอยู่แล้วเท่านั้น แต่เป็นการดำเนินกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญาและสังคม เมื่อจิตใจดีแล้ว ร่างกาย สติปัญญา และสังคมก็จะดีตามมาด้วย