

## บทที่ ๕

### สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษางานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา เพื่อพัฒนาสื่อเทคโนโลยีสร้างสรรค์เพื่อการสืบถอด ประเพณีวัฒนธรรมชุมชนที่เอื้อต่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและเศรษฐกิจสร้างสรรค์ อบต.น้ำบัว จังหวัดน่าน และเพื่อทดลองและประเมินผลการใช้สื่อสร้างสรรค์การสืบถอดประเพณีวัฒนธรรมชุมชนที่เอื้อต่อ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและเศรษฐกิจสร้างสรรค์ อบต.น้ำบัว จังหวัดน่านในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ รูปแบบการวิจัยแบบ เชิงปริมาณ โดยมีการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำมาประมวลผลและวิเคราะห์ ทางสถิติ สามารถสรุปผลวิจัยได้ดังนี้

๑. สรุปผลการวิจัย
๒. อภิปรายผลการวิจัย
๓. ข้อเสนอแนะ

## สรุปผลการวิจัย

จากผลการวิจัยได้ข้อสรุปประเด็นการอภิปรายได้ทั้งหมดดังนี้

**๑. ผลการศึกษาสถานสถานภาพ ศักยภาพ และแนวทางการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเสริมทักษะการจัดการตนเองเพื่อสุขภาวะเชิงสร้างสรรค์ด้วยกระบวนการ ๓ อ. ของกลุ่มผู้สูงวัยกับสถานศึกษาและภาคี** พบว่า อบต.ดอนไฟ มีศูนย์กลางแหล่งเรียนรู้ชุมชนนาบครอบครัวพอเพียงที่เป็นจุดรวมตัวของผู้สูงอายุเข้ามาศึกษาเรียนรู้และนำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในครอบครัว เช่น วิธีการทำปุ๋ยหมักก็เอ็ม เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ เพาะเห็ด และปลูกผักปลอดสารพิษ นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมออกกำลังกาย รำวงย้อนยุค เข้าวัดทำบุญนั่งสมาธิทุกวันพระ และพบปะสังสรรค์เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แต่ยังมีปัญหาการดูแลสุขภาพ เนื่องจากขาดสื่อการให้ความรู้ ความเข้าใจเรื่องการดูแลสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย อีกทั้งการป้องกันการเกิดโรคต่างๆ อย่างถูกต้อง และจากการจัดประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันกับมหาวิทยาลัยช่วยให้ได้แนวทางในการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเสริมทักษะการจัดการตนเองผู้กลุ่มผู้สูงอายุกับสถานศึกษากับภาคีโดยต่อยอดจากแหล่งเรียนรู้และภูมิปัญญาเด่นในพื้นที่ ได้แก่ การจัดการแหล่งเรียนรู้ชุมชนนาบครอบครัวพอเพียง อาหารพื้นบ้านเพื่อสุขภาพ การละเล่นเพลงพื้นบ้านและนันทนาการสำหรับผู้สูงวัย เป็นต้น

จากผลการศึกษาการศึกษาสภาพ ศักยภาพของชุมชน มีความสามารถจะจัดทำได้เป็นอย่างมาก เนื่องจากมีบริบทที่เอื้อต่อการจัดกิจกรรม มีวิถีชีวิต ประเพณี และวัฒนธรรมที่แสดงถึงความรักความสามัคคีในชุมชน สอดคล้องกับงานวิจัยของสุวิณา นิยมคำ (๒๕๔๗) ที่ศึกษาศักยภาพของชุมชนเวียงลอในการพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวพบว่าชุมชนที่มีประวัติศาสตร์อันยาวนาน งานประเพณีที่ดีตลอดจนการเข้าถึงที่สะดวก สาธารณูปโภคพื้นฐานที่เพียงพอมีผลต่อการพัฒนาต่อไปในอนาคตเป็นอย่างยิ่งและนอกจากนี้ผู้นำชุมชน ทั้งองค์การบริหารส่วนตำบล ผู้ใหญ่บ้าน กำนัน แกนนำต่างกลุ่มต่างๆ ในชุมชนพร้อมทั้งอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเป็นแกนนำหลักในการดำเนินกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ สอดคล้องกับงานวิจัยของคำประไพ รักษาพันธ์ (๒๕๔๘) พบว่าบทบาทของผู้นำในชุมชนมีผลต่อประสิทธิภาพการทำงานและความสำเร็จของการทำงานในชุมชน นอกจากนี้การมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายในชุมชนก็มีส่วนในความสำเร็จในการดำเนินงานต่าง ๆ ด้วยเช่นกัน การดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพที่ผ่านมาในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ผ่องศรี ศรีมรกต และคณะ (๒๕๕๑) ที่พบว่าการสร้างสภาพแวดล้อมที่สร้างเสริมสุขภาพ สร้างความเข้มแข็งในการทำกิจกรรมของชุมชนทำให้เกิดความรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ และกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพจะต้องจัดให้มีความสอดคล้องกับบุคคลและชุมชน

**๒. ผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเสริมทักษะการจัดการตนเองเพื่อสุขภาวะเชิงสร้างสรรค์ด้วยกระบวนการ ๓ อ. ของกลุ่มผู้สูงวัย กับสถานศึกษาและภาคี** มีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ ๑) เรียนรู้จากแบบปฏิบัติที่ดีและทำแผนเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการสุขภาวะ ภูมิปัญญาเด่นของแหล่งเรียนรู้และสถานการณ์ปัญหาความต้องการโดยผู้ร่วมกิจกรรมและผู้มีประสบการณ์ร่วม

แลกเปลี่ยนจากต้นแบบที่ดี ออกแบบกิจกรรมเสริมทักษะและจัดทำแผนปฏิบัติการดำเนินกิจกรรมตามประเด็นหลัก ๓ ด้าน ได้แก่ กิจกรรมเสริมทักษะด้านอาหาร กิจกรรมเสริมทักษะด้านอารมณ์ และกิจกรรมเสริมทักษะด้านออกกำลังกาย และจัดทำคู่มือเสริมทักษะการจัดการตนเองเพื่อสุขภาพ ด้วยกระบวนการเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ ๒) ปฏิบัติการและเรียนรู้กับผู้ที่มีประสบการณ์ โดยผู้ร่วมกิจกรรมทดลองปฏิบัติตามแนวคู่มือเป็นกลุ่มและร่วมเรียนรู้กับภาคีแหล่งเรียนรู้และภูมิปัญญาในพื้นที่ และ ๓) สานพลังเครือข่ายเรียนรู้เพื่อพัฒนาเป็นกลไกต่อเนื่อง โดยผู้ร่วมกิจกรรมนำผลที่ได้จากการทดลองปฏิบัติตามร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง รูปแบบการจัดกิจกรรม เกิดจากความร่วมมือของประชาชนในชุมชนพัฒนารูปแบบที่มีอยู่เดิมบางส่วนให้เป็นรูปแบบที่ปฏิบัติได้เหมาะสมกับ บริบทของชุมชน และวิถีชีวิตในปัจจุบัน มี ขับเคลื่อนพร้อมทั้งมีการ กำกับติดตาม สนับสนุนการดำเนินกิจกรรมโดยชุมชน และมีแกนนำที่ผ่านการพัฒนาศักยภาพ นำความรู้ความเข้าใจมาปฏิบัติและเผยแพร่ความรู้ให้กับครอบครัว เพื่อนบ้านและชุมชนจึงทำให้ประชาชนมีการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีขึ้นและมีการดำเนินกิจกรรมจนสามารถพัฒนาเป็นบุคคลต้นแบบ ชุมชนต้นแบบ และเป็นแหล่งเรียนรู้เรื่องสิ่งแวดล้อมสร้างสรรค์ในการสร้างเสริมสุขภาพได้เช่นกิจกรรมการออกกำลังกายที่สอดคล้องกับวิถีชีวิต การจัดทำเมนูสุขภาพสำหรับคนวัยแฉงมีการแสวงหาความสุขเพื่อความผ่อนคลายและมีวิธีจัดการกับอารมณ์ของตนได้ และชุมชนได้ถูกกระตุ้นจากผู้ที่เกี่ยวข้องได้แก่ผู้นำชุมชน อบต. โรงเรียนทำให้ประชาชนในพื้นที่เห็นความสำคัญในการสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมเพื่อสร้างเสริมสุขภาพของตนซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ มนัส สุนทรศุทรวัด (๒๕๔๙) พบว่าการจัดการระบบสุขภาพภาคประชาชนโดยความร่วมมือของชุมชนมีผลทำให้ประชาชนเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพมากขึ้น

๓. การทดลองใช้รูปแบบการกิจกรรมเสริมทักษะการจัดการตนเองในทุกกิจกรรมได้มีการประเมิน ทบทวน จากผู้เกี่ยวข้องโดยใช้เทคนิค AAR (After Action Review) และการประเมินตามสภาพจริงทั้ง โดยผู้ร่วมโครงการและผู้เกี่ยวข้อง ช่วยให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์เพื่อการปรับปรุงเป็นระยะ ๆ และช่วยให้ได้ข้อสรุปผลการทดลองปฏิบัติการจากการศึกษาค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ ๑๑.๑๒ คะแนน ซึ่งหลังจากเรียนแล้วมีคะแนนสูงขึ้นเฉลี่ยอยู่ที่ ๑๘.๙๒ คะแนน และ ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้ร่วมโครงการต่อประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมกิจกรรมในโครงการว่าผู้ร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อประโยชน์ที่ได้รับจากการร่วมกิจกรรมโครงการในระดับมากและมากที่สุดทุกรายการโดยมีความพึงพอใจในด้านได้แนวทางในการจัดการตนเองด้านสุขภาพของผู้สูงวัยด้วยกระบวนการ ๓ อ. ได้แก่ อาหาร อารมณ์ และออกกำลังกาย ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ความสำเร็จที่หลากหลายซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดการตนเองด้านสุขภาพ และ ภาพรวมได้รับประโยชน์และสามารถปรับใช้ในบริบทของตนเองได้อยู่ในระดับมากที่สุด ตามลำดับ

จากผลการศึกษา พบว่า มีการเปลี่ยนแปลงของค่าเฉลี่ยของระดับค่าคะแนนเฉลี่ยของความรู้ โดยรวมหลังการทดลองใช้รูปแบบฯเพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลองใช้รูปแบบฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ซึ่งผู้วิจัยอภิปรายตามกิจกรรมของการวิจัย ดังนี้

๓.๑ การสอนแบบการเห็นตัวอย่างจากของจริง จากวิทยากรที่มีประสบการณ์จริง ๆ พร้อมทั้งมีการเสนอความคิดเห็นจากประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมอบรมพร้อมทั้งได้รับการบรรยาย ทำให้ผู้ฟังมีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการเกิด รับรู้

ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ส่งเสริมเจตคติที่ดีในการดูแลสุขภาพ ซึ่งจะนำไปสู่การตัดสินใจในการปฏิบัติต่อไปและเป็นแรงจูงใจที่ทำให้คนเริ่มต้นปฏิบัติพฤติกรรม นอกจากนี้ยังกระตุ้นให้เกิดเจตจำนงในการปฏิบัติพฤติกรรมตามแผน และร่วมกับใช้เทคนิคการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วมในระหว่างสอนด้วย เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล และเพื่อเป็นการเสริมแรงในการปฏิบัติพฤติกรรม

๓.๒ การสาธิตการฝึกปฏิบัติจริง ทำให้กลุ่มตัวอย่างได้เห็น ถึงการกระทำ กระบวนการ ขั้นตอน และวิธีการอย่างชัดเจนและได้ทดลองปฏิบัติ ซึ่งทำให้เกิดการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติ การรับรู้อุปสรรคของการกระทำ และอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม ซึ่งทำให้บุคคลมีความมั่นใจว่าตนเองสามารถที่จะปฏิบัติกิจกรรม หรือพฤติกรรมนั้น ๆ ได้สำเร็จ และรู้สึกว่ามีอุปสรรคน้อยและสามารถผ่านปัญหาและอุปสรรคไปได้ รวมทั้งช่วงฝึกกิจกรรมกลุ่มตัวอย่างมีอารมณ์ทางบวกในการปฏิบัติกิจกรรม สังเกตจากพฤติกรรมของกลุ่มทดลองในขณะที่สาธิตและการสาธิตย้อนกลับ กลุ่มทดลองมีความสนุกสนานและร่วมกันฝึกปฏิบัติ อาจทำให้พฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพทั้งหมด ถูกนำมาปฏิบัติซ้ำ ๆ ทำให้เกิดความต่อเนื่องได้

๓.๓ การอภิปรายกลุ่มการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ภายในกลุ่ม เป็นกระบวนการให้บุคคลมีการวางแผนและกลวิธีที่เหมาะสมในการปฏิบัติพฤติกรรม โดยให้สมาชิกกลุ่มทดลองได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิดเห็นและตัดสินใจร่วมกัน ในการกำหนดเป้าหมายและแนวทางปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ มีวิธีการแก้ไขปัญหาอุปสรรค และการเสนอทางเลือกในการปฏิบัติพฤติกรรม รวมทั้งมีการเสริมแรงจากแรงบันดาลใจทางสังคมภายในสมาชิกกลุ่มกันเอง จากผู้วิจัย และอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน เพื่อกระตุ้นให้ปฏิบัติและคงไว้ซึ่งการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของกลุ่มทดลอง

๓.๔ การให้ความรู้และขวัญกำลังใจจากทีมงานและแกนนำของชุมชน เป็นการกระตุ้นเตือนในด้านความรู้ และการปฏิบัติพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพเป็นระยะ ๆ ส่งเสริมอิทธิพลจากปัจจัยระหว่างบุคคล โดยเป็นแรงสนับสนุนทางสังคมและเป็นแหล่งประโยชน์ในการสนับสนุนการคงไว้ซึ่งการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ รวมทั้งมีอิทธิพลด้านสถานการณ์ในด้านการรับรู้ หรือความคิดของบุคคลต่อสถานการณ์หรือสภาพแวดล้อม ได้แก่ การรับรู้ทางเลือกที่มีอยู่ ลักษณะของความต้อการ และสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพ

ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สุพิมพ์ อุ๋นพิมพ์ (๒๕๔๙) ที่พบว่าหลังจากการให้โปรแกรมการให้ความรู้ด้านสุขภาพกับประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานมีพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพสูงกว่าก่อนได้รับโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๑ และสอดคล้องกับอารีย์ สุขโข (๒๕๔๖) ที่ศึกษาผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบริโภคอาหารและการเคลื่อนไหวออกกำลังกายของสตรีวัยกลางคนที่มีความอ้วนน้ำหนักเกินมาตรฐาน พบว่ากลุ่มทดลองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคและการเคลื่อนไหวมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ .๐๕ และ อรุณีย์ ศรีนวล (๒๕๔๘) ที่พบว่าหลังการอภิปราย

กลุ่มย่อยร่วมกับการส่งเสริมแรงสนับสนุนทางสังคมทำให้ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานมีพฤติกรรมการปฏิบัติตนเพื่อการป้องกันโรคเบาหวานสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๑ ทุกด้าน และของนางนุช โอบะ (๒๕๔๙) พบว่า หลังการได้รับโปรแกรมการพยาบาลแบบตั้งเป้าหมายทำให้ผู้ป่วยโรคเบาหวานกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมการดูแลตนเองด้านการบริโภคอาหารสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๕ และผลของการศึกษาครั้งนี้เป็นไปตามแนวคิดของแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของ เพนเดอร์ (Pender, Murdaugh and persons, ๒๐๐๒) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ วันเพ็ญ รัตนกมลกันต์ (๒๕๔๖) พบว่าการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพแบบมีส่วนร่วมที่มีต่อภาวะสุขภาพ ๓ ด้านเมื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการทดลองโดยรวมหลังการทดลองจะดีกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และ สอดคล้องกับงานของศศิธร อตสาหกิจ (๒๕๕๐) ที่ศึกษาผลการใช้โปรแกรมการสร้างเสริมสมรรถนะแห่งตนเองต่อพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักและค่าดัชนีมวลกายในสตรีวันกลางคนที่มีภาวะน้ำหนักเกินผลการศึกษาพบว่า คะแนนพฤติกรรมของกลุ่มทดลอง หลังทดลอง สูงกว่าก่อนทดลอง ( $p < 0.05$ )

พิจารณาผลการพัฒนารูปแบบกิจกรรมเสริมทักษะการจัดการตนเองเพื่อสุขภาพเชิงสร้างสรรค์ด้วยกระบวนการ ๓ อ. ของกลุ่มผู้สูงวัย กับสถานศึกษาและภาคี ได้จากศึกษาครั้งนี้ พบว่า มีจุดเด่นสำคัญคือ การเรียนรู้จากแบบปฏิบัติที่เน้นการปฏิบัติจริงแบบร่วมมือและการสานพลังการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดและหลักการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมของฉัตรนภา พรหมา (๒๕๕๑) และสอดคล้องกับแนวคิดการจัดการเรียนรู้ของคอล์บ (David A. Kolb, ๑๙๗๔ : ๑๘) ซึ่งเน้นเริ่มต้นจากประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องสู่การเกิดความรู้เชิงหลักการแล้วนำไปปฏิบัติจริง นอกจากนี้ยังสอดคล้องแนวคิดที่ว่า การเรียนรู้เกิดจากการลงมือปฏิบัติจริง เพื่อแสวงหาความรู้ โดยสร้างความรู้ใหม่จากประสบการณ์เดิมและสามารถสรุปความรู้ได้ด้วยตนเองและนำไปใช้ในสภาพการณ์ที่แท้จริงของผู้เรียน (สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, ๒๕๔๒ : ๔๓ - ๔๒) จากการผลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้พบว่ารูปแบบการจัดกิจกรรมนี้พัฒนาจากการมีส่วนร่วมของชุมชนทำให้เกิดการยอมรับ สามารถประยุกต์นำไปปฏิบัติได้จริงตามบริบทของพื้นที่ ซึ่งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกับบุคคลที่นำไปใช้ปฏิบัติ

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

๑. จากการศึกษาพบว่ารูปแบบการจัดกิจกรรมพัฒนาจากการมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วนในชุมชนมีส่วนร่วมทุกในกระบวนการและทุกขั้นตอน ทำให้เกิดการยอมรับและนำไปสู่การสร้างค่านิยม ความร่วมมือ และมีคุณค่ามีประโยชน์ที่เกิดจากการดำเนินงานตามรูปแบบที่พัฒนาดังนั้นหน่วยงานทางด้านสุขภาพหรือหน่วยงานของท้องถิ่นควรนำรูปแบบนี้ไปเป็นแนวทางในการดำเนินงานและขับเคลื่อนต่อไป

๒. การจัดการเรียนรู้เพื่อเพิ่มศักยภาพของชุมชนในการจัดกิจกรรมนั้นพบว่าเป็นการใช้กระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากปัญหาปฏิบัติหรือบทเรียนที่เกิดจากการปฏิบัติ มีกระบวนการจัดการความรู้นำมาใช้ร่วมกับแนวการสอนแบบประสบการณ์ มีชุดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับบริบทและวิถีชีวิตของชุมชน จึงทำให้แกนนำที่เข้าร่วมในการฝึกมีความประสบการณ์และความมั่นใจในการนำความรู้ไปปฏิบัติต่อเนื่องจนประสบความสำเร็จ ดังนั้นหน่วยงานทางการศึกษาสามารถนำแนวทางการจัดการเรียนรู้พร้อมเอกสารประกอบหน่วยการเรียนรู้ไปเป็นแนวทางในการสร้างการเรียนรู้ให้กับประชาชนอื่นๆต่อไป

๓. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นควรมีการจัดเก็บข้อมูลและเชื่อมโยงฐานข้อมูลจากการศึกษาวิจัยนี้เพื่อใช้ในการจัดทำแผนพัฒนาตำบลอย่างเป็นรูปธรรม สร้างความเชื่อมโยงไปสู่สถานศึกษาในชุมชนและหน่วยงานอื่นๆในชุมชนเพื่อการพัฒนาอย่างต่อเนื่องต่อไป

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

อบต.ควรมีการเชื่อมโยงกิจกรรมการจัดการตนเองเพื่อสุขภาวะด้วยกระบวนการ ๓ อ. ของกลุ่มผู้สูงวัยสู่สถานศึกษาชุมชนและหน่วยงานอื่น ๆ ในชุมชนเพื่อพัฒนาเป็นหลักสูตรท้องถิ่นที่ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาวะให้กับทางสถานศึกษาและประชาชนทั่วไปเพื่อขยายผลการสร้างเสริมสุขภาวะให้กับกลุ่มเด็ก วัยรุ่น และประชาชนทั่วไป

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรมีการจัดทำวิจัยหลักสูตรท้องถิ่นที่ใช้ในการสร้างเสริมสุขภาวะให้กับทางสถานศึกษาและประชาชนทั่วไปเพื่อเป็นการสร้างเสริมสุขภาวะให้กับเด็ก วัยรุ่น และประชาชนทั่วไป

๒. ควรมีการศึกษาระยะยาวเกี่ยวกับผลกระทบด้านสุขภาวะที่เกิดจากการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรม