



บทความวิชาการ

จุฑารัตน์ แสงทอง

ผู้ช่วยนักวิจัย โครงการวิจัยเรื่องแนวทางการพัฒนาการ
ให้ความคุ้มครองสิทธิประโยชน์ในกองทุนประกันสังคม,
สำนักงานประกันสังคม และสถาบันวิจัยและให้คำปรึกษา
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ผู้สูงอายุ : การเรียกคืน “คุณค่าในตนเอง” ผ่านบทบาทอาสาสมัคร

เกริ่นนำ

ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสังคมไทยนั้นก่อให้เกิดการพัฒนาหลายๆ ด้าน โดยเฉพาะการพัฒนาเทคโนโลยีทั้งทางการแพทย์และสาธารณสุขที่มีการคิดค้นนวัตกรรมใหม่ๆ เพื่อการส่งเสริมความก้าวหน้าในการรักษาโรคภัยต่างๆ ยังผลให้ประชาชนมีอายุยืนยาวมากขึ้น โดยมีการดำเนินการควบคู่ไปกับการรณรงค์ให้มีการวางแผนครอบครัว

การพัฒนาเหล่านี้ทำให้โครงสร้างทางประชากรของสังคมไทยเปลี่ยนแปลงไป กล่าวคือ อัตราการเกิดลดต่ำลง เพราะคนแต่งงานมีครอบครัวแต่กลับไม่มีลูก และส่วนหนึ่งมีการแพร่กระจายของค่านิยมการครองตัวเป็นโสด ขณะเดียวกันนั้นอัตราการตายกลับลดน้อยลง ส่งผลให้ประชากรวัยเด็กและวัยแรงงานลดน้อยลง แต่กลับมีจำนวนประชากรวัยสูงอายุเพิ่มมากขึ้น ดังจะเห็นได้ จากการศึกษา สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย 2553 ที่พบว่า ประชากรสูงอายุมีอัตราเพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็วในปี 2553 เป็นร้อยละ 11.9 และในอีก 20 ปี ข้างหน้า (พ.ศ.2573) จะเพิ่มขึ้นเป็นมากกว่า 2 เท่าตัว อยู่ที่ร้อยละ 75 ซึ่งถือว่าเป็น “สังคมผู้สูงอายุ” (Aging Society) อย่างเต็มตัว ซึ่งหมายความว่า ในอีก 20 ปีข้างหน้าจะมีอัตราผู้สูงอายุที่มีอายุยืนยาวขึ้น โดยมีกลุ่มผู้สูงอายุวัยกลางและวัยปลายเพิ่มขึ้นด้วย ส่งผลให้ประชากรวัยแรงงานต้องรับภาระ ในการเกื้อหนุนดูแลผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น (สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2553, 2555)



การกำหนดนโยบายและแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ 2546 และยุทธศาสตร์และมาตรการของแผน โดยการระบุนิติที่ผู้สูงอายุควรจะได้รับ ความช่วยเหลือ ส่งเสริม และคุ้มครอง เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในปัจจุบันและอนาคตให้ดีขึ้น การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุนั้นจะต้องเริ่มจากตัวผู้สูงอายุที่มีความพร้อมในการใช้ชีวิตในวัยสูงอายุ ซึ่งก็สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ที่มุ่งเน้นด้านการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การส่งเสริมสุขภาพป้องกันการเจ็บป่วย และการดูแลตัวเองเบื้องต้นส่งเสริมการรวมกลุ่มและการสร้างความเข้มแข็งให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมด้านการทำงานและหารายได้ของผู้สูงอายุ และสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้นำศักยภาพที่มีในตัวออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมนั้นถือได้ว่าเป็นการเพิ่มคุณค่าในตัวเองของผู้สูงอายุด้วย ซึ่งอาจจะเป็นในลักษณะของการรวมกลุ่มทำกิจกรรมเพื่อประโยชน์ของชุมชน และสังคม หรืออาจจะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “อาสาสมัคร” หรือ “จิตอาสา” การรวมกลุ่มเหล่านี้จะอยู่ในรูปแบบสโมสรหรือชมรม โดยอาจจะยึดความพร้อมของผู้สูงอายุเป็นหลัก และใช้พื้นที่ชุมชน โรงพยาบาลของภาครัฐและเอกชน ศูนย์บริการสาธารณสุข ศูนย์อเนกประสงค์ และศาลาร่วมใจ ฯลฯ เป็นสถานที่ตั้งหรือขับเคลื่อนกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมเน้นระบบเครือข่ายเป็นศูนย์เชื่อมโยงความสัมพันธ์ของสมาชิกในชมรม ซึ่งผู้สูงอายุกลุ่มดังกล่าวจะอยู่ในกลุ่ม A และกลุ่ม B โดยใช้เกณฑ์ในการแบ่งช่วงอายุขององค์การอนามัยโลก (WHO) กล่าวคือ กลุ่ม A ได้แก่ คนสูงอายุ (Elderly) อายุระหว่าง 60 - 74 ปี (ผู้สูงอายุที่มีพลัง) ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีพลังและมีศักยภาพที่สามารถช่วยเหลือตนเอง บุคคลอื่น และสังคมได้เป็นอย่างดี ส่วนกลุ่ม B ได้แก่ คนชรา (old) มีอายุระหว่าง 75-90 ปี เป็นกลุ่มที่มีพลังและศักยภาพที่จะสามารถช่วยเหลือ

ตนเอง บุคคลอื่น และสังคมได้บ้างบางส่วน

ดังนั้น พลังและศักยภาพของผู้สูงอายุทั้งสองกลุ่มจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุเหล่านี้เป็นกลุ่มที่ยังสามารถช่วยเหลือชุมชนโดยผ่านการใช้ศักยภาพและความสามารถที่มีอยู่ของตัวตนให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมได้อย่างสูงสุด ด้วยเหตุผลที่ว่ามานี้ผู้สูงอายุจึงควรค่าแก่การนำมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตและการเรียกร้องคุณค่าความเป็นผู้อาวุโสเมื่อครั้งอดีตให้กลับคืนมามีคุณค่า มีเกียรติและศักดิ์ศรีกับสังคมอีกครั้ง ดังนั้น การส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้มีบทบาทเป็นอาสาสมัครนั้นจึงเป็นการเพิ่มคุณค่าในตัวเองของผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี

ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ (Action Aging) ถือว่าเป็นผู้สูงอายุรุ่นใหม่ในมุมมองของสังคมผู้สูงอายุปัจจุบัน การมองผู้สูงอายุว่าเป็นบุคคลที่สามารถเป็นพลังสำคัญในสังคมได้นั้นถือว่าเป็นสิ่งที่สังคมไทยนั้นควรแกการยึดถือเป็นแนวคิดหลัก เพราะปัจจุบันนั้นสังคมก็ถือได้ว่าเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์แล้ว แต่ถ้านับเพิ่มไปอีก 10 ปีข้างหน้าผู้สูงอายุก็จะมากขึ้นเป็นเท่าตัว และถ้าขณะเวลานั้นผู้สูงอายุยังคงเป็นวัยที่ต้องรอคอยการช่วยเหลือ การพึ่งพา และการอุปถัมภ์ จากบุคคลอื่นอยู่สิ่งที่จะส่งผลตามมานั้นจะเป็นอย่างไรต่อระบบต่างๆ



ในสังคมไทย ดังนั้น การสนับสนุนและส่งเสริม “ผู้สูงอายุ” ให้กลายเป็นกลุ่มคนที่มีศักยภาพในการช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม ผ่านการใช้ประสบการณ์ชีวิตและองค์ความรู้ที่ได้สะสมมายาวนานมาปรับใช้ให้เกิดเป็นพลังในการช่วยขับเคลื่อนเศรษฐกิจของสังคมไทยให้พัฒนาต่อไปอย่างไม่หยุดนิ่ง ถึงแม้ว่าโครงสร้างทางประชากรของกลุ่มวัยแรงงานจะเปลี่ยนแปลงไปก็ตาม

ภาพรวมของการพัฒนาดังกล่าว ด้านหนึ่งได้ส่งผลให้ผู้สูงอายุในสังคมถูกมองในเชิงลบว่าเป็นกลุ่มวัยที่มักเป็นภาระให้กับลูกหลาน ญาติพี่น้อง และสังคมเพียงเพราะผู้สูงอายุไม่ได้ทำงานที่จะสร้างมูลค่าในเชิงเศรษฐกิจ หรือถ้าทำงานก็สามารถช่วยขับเคลื่อนเศรษฐกิจได้น้อยไม่เหมือนวัยแรงงานที่มีเป็นพลังสำคัญในการช่วยสร้างผลผลิตในสังคมให้เจริญขึ้น สังคมได้ตีตรายอมรับความสามารถของผู้สูงอายุไว้เพียงก่อนวัยเกษียณอายุเท่านั้น แต่ความเป็นจริงแล้วในปัจจุบันผู้สูงอายุยังมีคุณค่า มีศักยภาพ และมีความสามารถ เพราะเป็นบุคคลที่สั่งสมประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตมาอย่างยาวนาน ผ่านฐานคิด มุมมอง และสามารถมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมเกิดประโยชน์แก่สังคมได้ ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ มีสุขภาพแข็งแรง และสามารถช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นได้มีเป็นจำนวนไม่น้อยเลย

ในสังคมไทยปัจจุบัน แต่ข้อจำกัดทางสังคมมากมายที่ส่งผลให้ไม่สามารถนำศักยภาพของประชากรกลุ่มนี้มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อประเทศชาติอย่างเต็มที่เท่าที่ควร บางครั้งการเปิดพื้นที่สาธารณะที่เรียกว่า “อาสาสมัคร” ให้แก่ผู้สูงอายุได้มีโอกาสนำศักยภาพ ความรู้ และความสามารถของตนเองออกมามีใช้ในการช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมได้อย่างเต็มที่ก็จะเป็นทางออกที่ดีสำหรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ในอนาคตอันใกล้

บทความนี้เป็นบทสังเคราะห์ที่เกิดขึ้นจากการศึกษาโดยการมีส่วนร่วม การสังเกต และการสัมภาษณ์ ลุ่มลึก (In-depth interview) และแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured or guided interviews) จากผู้สูงอายุจำนวน 8 คน ที่ปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครประจำโรงพยาบาลรัฐในพื้นที่กรุงเทพมหานครและปริมณฑล คือ โรงพยาบาลตำรวจ จำนวน 2 ราย และผู้สูงอายุที่เป็นอาสาสมัครอยู่ที่โรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดปทุมธานี จำนวน 2 ราย ส่วนในเขตพื้นที่จังหวัดภาคใต้ ได้แก่ ผู้สูงอายุที่เป็นอาสาสมัครในโรงพยาบาลสุราษฎร์ธานี อำเภอเมือง จำนวน 2 ราย และผู้สูงอายุที่เป็นอาสาสมัครในโรงพยาบาลป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง จำนวน 2 ราย ซึ่งได้ปฏิบัติหน้าที่ของอาสาสมัครผู้สูงอายุโดยตรง คือ ด้านการให้บริการ ให้คำปรึกษา และช่วยเหลือในด้านอื่นๆ แก่ผู้มาใช้บริการในโรงพยาบาลรัฐ พร้อมทั้งการให้บริการภายนอกพื้นที่ชุมชนใกล้เคียงโรงพยาบาลตามที่ได้รับมอบหมายภาระหน้าที่เพิ่มเติม

เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society)

“สังคมผู้สูงอายุ” (Aging Society) หมายถึง สังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่อยู่จริงในพื้นที่ต่อประชากรทุกช่วงอายุในพื้นที่เดียวกันในอัตราเท่ากับหรือมากกว่าร้อยละ 10 ขึ้นไป หรือมีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป ที่อยู่จริงในพื้นที่ต่อประชากรทุกช่วงอายุ





ในพื้นที่เดียวกัน ในอัตราเท่ากับหรือมากกว่าร้อยละ 7 ขึ้นไป (พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ, 2546. <http://www.google.co.th/url?sa=t&rct=j&q=>)

การก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัวถือได้ว่าเป็นการปรับตัวและเปลี่ยนแปลงครั้งยิ่งใหญ่ของสังคมไทย โดยเฉพาะการปรับตัวทางด้านโครงสร้างประชากรที่เห็นได้ชัดเจนจากจำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มสูงขึ้นในทุกๆ ปี จนส่งผลให้ภาครัฐเริ่มมีอุปสรรคและนโยบายที่เอื้อต่อผู้สูงอายุในสังคมไทยมากขึ้น อาทิ ปฏิญญาผู้สูงอายุไทย (พ.ศ.2542) แผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) และพระราชบัญญัติผู้สูงอายุแห่งชาติ พ.ศ.2546 เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม การปรับกลยุทธ์และนโยบายให้สอดคล้องกับสังคมผู้สูงอายุนี้ เป็นเพียงการรองรับการเปลี่ยนแปลงในระดับต้นเท่านั้น เนื่องจากสวัสดิการและการจัดบริการผู้สูงอายุข้างต้นไม่สามารถที่จะตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุที่อยู่ปัจจุบันและบุคคลที่กำลังจะย่างเข้าสู่ผู้สูงอายุในอนาคตอันใกล้ได้ทุกคน เพราะผู้สูงอายุแต่ละคนมีปัญหาและความต้องการที่แตกต่างกัน ฉะนั้น การที่จะปรับกลยุทธ์ให้รองรับสังคมผู้สูงอายุนั้นจะต้องเริ่มต้นจากการปรับทัศนคติการมองตัวตนของผู้สูงอายุก่อน การปรับกระบวนทัศน์เดิมจากที่เคยมองผู้สูงอายุเป็นภาระของสังคมที่สังคมจะต้องดูแล มาเป็นผู้ใช้ประสบการณ์ที่สะสมมายาวนานให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม

การปรับกระบวนทัศน์เช่นนี้จะทำให้สังคมพร้อมที่จะเปิดโอกาสและเปิดพื้นที่อิสระให้ผู้สูงอายุได้นำศักยภาพและความรู้ความสามารถที่มีอยู่ในตัวตนออกมาทำประโยชน์เพื่อส่วนร่วมได้มากขึ้น การได้รับการยอมรับจากสังคมว่าเป็นผู้ที่มีความสามารถ มีศักยภาพที่จะช่วยเหลือสังคม ไม่นั่งรอคอยความช่วยเหลือจากสังคมเพียงอย่างเดียว และไม่เป็นภาระของสังคม ถือเป็น การเรียกคืนความรู้สึกภูมิใจ มีคุณค่า มีเกียรติ และมีศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุให้กลับคืนมาเป็นพลังที่จะก้าวเดินต่อไป

“อาสาสมัคร” และ “จิตอาสา” เป็นทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้สูงอายุจะสามารถแสดงศักยภาพของตนเองให้ผู้อื่นได้รับรู้ อาสาสมัครผู้สูงอายุเป็นการทำงานที่ต้องใช้จิตใจที่เสียสละ และพร้อมที่จะใช้ศักยภาพในตัวตนเพื่อสร้างความสุขให้แก่ผู้อื่น และสังคมประชาชนส่วนใหญ่นั้นจะมีความเข้าใจกันว่าผู้สูงอายุที่มาทำงานเป็นอาสาสมัครนั้น

มักจะเป็นบุคคลที่มีความมั่นคงทางฐานะและเศรษฐกิจแล้ว จึงยอมที่จะใช้เวลาว่างมาช่วยเหลือผู้อื่น แต่ความเป็นจริงก็มีผู้สูงอายุอีกส่วนหนึ่งเช่นกันที่เข้ามาทำบทบาทนี้ด้วยใจรักที่จะทำงานจริงๆ และมักจะมีความสุขกับการที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งการทำหน้าที่เป็นอาสาสมัครนั้นจะมีจิตใจที่อาสาเสียสละ และพร้อมที่จะใช้ความรู้และความสามารถที่มีในตัวเองออกมาช่วยเหลือสังคม ผู้สูงอายุจึงถือเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่า เปี่ยมล้นไปด้วยประสบการณ์ชีวิตและองค์ความรู้ต่าง ๆ ซึ่งจะเป็นรากฐานที่สำคัญในการที่จะสร้างความเข้มแข็งให้แก่ครอบครัว ชุมชน สังคม

ผู้สูงอายุใช้ศักยภาพและความสามารถที่ยังคงมีอยู่ในตัวตนสร้างคุณประโยชน์ให้ตนเอง ผู้อื่น และสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยผ่านการทำหน้าที่เป็น “อาสาสมัคร” ซึ่งสำหรับผู้สูงอายุแล้วการที่ไม่เคยหยุดที่จะใช้พลังและศักยภาพของตัวตนเองนั้นไม่ใช่เป็นการทำเพื่อผู้อื่นและสังคมเพียงเท่านั้น แต่ยังทำเพื่อตนเองที่กลายเป็นช่วงวัยที่เริ่มถูกมองว่าเป็นภาระของสังคม ให้กลับมารู้สึกเพิ่มคุณค่าและศักดิ์ศรีในตัวตนเพิ่มมากขึ้นด้วย

การที่ผู้สูงอายุทำหน้าที่เป็นอาสาสมัครเช่นนี้ก็ถือได้ว่าเป็นการเรียกพื้นที่ของผู้สูงอายุให้ได้กลับคืนมามีความสำคัญกับสังคมอีกครั้งเหมือนเมื่อครั้งอดีตที่เคยถูกลดทอนจากการพัฒนาในสังคมไทย ทว่าปัจจุบันนี้เมื่อสังคมไทยได้กลายเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัวแล้ว ก็ยังเป็นเหตุให้ผู้สูงอายุจะต้องใช้ศักยภาพที่มีในตัวตนออกมาเพื่อเป็นการสร้างกลุ่มประชากรที่จะช่วยในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจและสังคม ให้เกิดการพัฒนาต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

“บทบาทอาสาสมัคร” สู่การมองคุณค่าในตัวตนของผู้สูงอายุ

การหวนกลับมามองคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุด้วยการใช้ศักยภาพและความสามารถที่มีในตนเองให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมในสังคม โดยผ่านบทบาทอาสาสมัครที่ใช้เป็นพื้นที่อิสระในการแสดงพลังของกลุ่มผู้สูงอายุที่เห็นคุณค่าในตนเองได้อย่างชอบธรรม ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทางสังคมดังกล่าวนี้ถือได้ว่าเป็นสัญญาณที่ดีกับสังคมที่เข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์” ในอีก 10-20 ปี ข้างหน้าที่จะถึงนี้ ซึ่งสังคมไทยของเรามีจำนวนประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้น และสามารถพบเจอกับผู้สูงอายุได้ในทุกๆ พื้นที่สาธารณะ ดังนั้น ปรากฏการณ์ทางสังคมที่เกี่ยวกับกลุ่มผู้สูงอายุที่เริ่มหันมามองถึงคุณค่า ความสามารถ และศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองเป็นสำคัญ ไม่ยอมยึดติดอยู่กับแนวคิดเดิมๆ ที่มองผู้สูงอายุเป็นภาระทางสังคม การลุกขึ้นมาเพื่อเรียกร้องความเป็นมนุษย์ของผู้สูงอายุ จะเป็นพลังที่สำคัญในการกระตุ้นให้สังคมได้เกิดการปรับเปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับผู้สูงอายุเสียใหม่ เพื่อการเพิ่มคุณภาพในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุจะเป็นการสร้างความรู้สึกด้านบวกให้กับตนเองได้รับรู้ในมุมมองที่อาจจะเคยมองข้ามไป ทั้งในเรื่องของความรู้ ความสามารถ ศักยภาพ และพลังที่มีในชีวิต ซึ่งการได้มองเห็นหรือรับรู้ในจุดตรงนี้จะเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุได้ลุกขึ้นนำศักยภาพ ความรู้ และความสามารถของตนเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

แต่ในทางกลับกันถ้าผู้สูงอายุมองตนเองเป็นเพียงบุคคลที่ไร้ความสามารถ ไร้ซึ่งพลังและศักยภาพ ไร้ซึ่งความรู้เทียบทันกับเด็กรุ่นใหม่ ๆ ที่เกิดขึ้นมาในปัจจุบัน และเป็นภาระให้กับสังคม การมีมุมมองและความรู้สึก



เช่นนี้เกิดขึ้นในจิตใจของผู้สูงอายุเมื่อไรแล้ว สิ่งก็ตามมาก็คือ การยอมรับตนเอง ต่อต้านสังคม ตีตัวออกห่างจากกลุ่มเพื่อนและสังคม และบางครั้งอาจจะเกิดการตำหนิตนเองจนส่งผลไปสู่การคิดฆ่าตัวตายเพื่อหลีกเลี่ยงปัญหา ก็ได้

ฉะนั้น การปรับมุมมองในการมองตนเองใหม่ สำหรับกลุ่มผู้สูงอายุจึงเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่ง สร้างความรู้สึกรับในตนเอง รู้สึกมีคุณค่ากับผู้อื่น มีประโยชน์ต่อสังคม และมีความรู้ความสามารถในสร้างความสุขให้กับตนเองและบุคคลอื่นในสังคม

ทั้งนี้ จากการศึกษาผู้สูงอายุกลุ่มดังกล่าว ผู้ศึกษาสามารถสังเคราะห์และพิจารณากิจกรรมและคุณค่าที่ได้จากการเป็นอาสาสมัครผู้สูงอายุ ได้เป็นประเด็นต่างๆ ดังต่อไปนี้



1. การออกกำลังกายภายใต้กิจกรรมอาสาสมัคร

การทำงานในบทบาทอาสาสมัครของผู้สูงอายุนั้น จะต้องใช้ทั้งร่างกายและจิตใจเป็นส่วนสำคัญในการปฏิบัติหน้าที่ในการให้บริการ ซึ่งในส่วนของด้านร่างกายนั้นจะต้องใช้พลังกำลังในการประชาสัมพันธ์ การช่วยเหลือในส่วนของกิจกรรมต่างๆ ที่ได้มอบหมายให้กับผู้สูงอายุรับผิดชอบ หรือไม่ก็เป็นกิจกรรมที่กลุ่ม

ผู้สูงอายุนั้นได้จัดทำหรือก่อตั้งกันขึ้นมาเพื่อการให้บริการอย่างทั่วถึงกัน

การปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครของผู้สูงอายุสามารถสร้างประโยชน์ในด้านสุขภาพในกับผู้สูงอายุในทางตรง เนื่องจากการปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครเป็นการช่วยเหลือกิจกรรมในส่วนหน่วยงาน เป็นการช่วยแบ่งเบาภาระที่เจ้าหน้าที่ของหน่วยงานไม่สามารถที่จะดูแลได้อย่างทั่วถึง ซึ่งงานก็จะเป็นในลักษณะของการต้อนรับ ประชาสัมพันธ์ งานบริการเล็กๆ น้อยๆ ของหน่วยงาน เป็นต้น โดยที่งานเหล่านี้ก็มีทีมอาสาสมัครผู้สูงอายุทุกคนไม่ได้ทำกันเพียงคนเดียวแต่จะทำงานเป็นทีม เป็นจุด และผลัดเปลี่ยนกันตามเวรที่ตั้งไว้ ซึ่งก็ไม่ได้ทำกันทั้งวันด้วย ดังนั้น เมื่อดูจากลักษณะงานแล้วก็ไม่มีความหนักจนเกินไปในเรื่องของการใช้กำลังเกินความสามารถเลย เหมือนเป็นการได้ออกกำลังกายไปในตัวด้วย การอยู่ในวัยสูงอายุเช่นนี้ต้องการงานที่มีการขยับร่างกายของตนเองบ้าง เพื่อไม่ให้ร่างกายเสื่อมถอยลงไปอย่างรวดเร็ว ไม่ใช่ไม่ยอมขยับร่างกายเลยซึ่งการทำเช่นนี้จะส่งผลเสียต่อสภาพร่างกายเป็นอย่างมาก นอกจากไม่ดีแล้วโรคร้ายก็จะเกิดขึ้นกับตัวได้ง่ายขึ้นอีกด้วย



2. “ความสุข” จากการ “ให้” โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน

การปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครนอกจากการได้ประโยชน์กับส่วนของสภาพร่างกายที่แข็งแรงขึ้น ปลอดภัยจากโรคภัยไข้เจ็บ และยังมีประโยชน์ที่ผู้สูงอายุจะได้รับอย่างเต็มที่กับการปฏิบัติหน้าที่นี้ นั่นก็คือ ด้านของสภาพจิตใจ การปฏิบัติงานอาสาสมัครของผู้สูงอายุจะต้องทำงานเกี่ยวกับคนมากมายและหลากหลาย ผู้สูงอายุที่เข้ามาทำงานตรงนี้มี ความตั้งใจและสมัครใจที่จะเข้ามาทำหน้าที่ด้วยความเต็มใจ ดังนั้น การปฏิบัติงานย่อมจะเป็นภาพแห่งความสุขและรอยยิ้มถึงแม้ว่าการให้บริการผู้ป่วยจะมีปัญหาและอุปสรรคบ้าง และอาจจะไม่ได้ค่าตอบแทน แต่สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่ส่วนสำคัญที่ผู้สูงอายุต้องการ “ความสุขจากการให้” เป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุต้องการแสดงออกมากที่สุด พร้อมทั้งกำลังใจที่ดีจากเพื่อนและครอบครัว การกระทำเช่นนี้ก็สามารถสร้างความสุขให้เกิดขึ้นได้กับผู้สูงอายุทุกคน ฉะนั้น เมื่อความสุขเกิดขึ้นในตัวผู้สูงอายุแล้วก็จะส่งผลให้สภาพจิตใจในส่วนลึกมีความสุขและดีขึ้นตามไปด้วย เพราะการที่เราได้ปฏิบัติหน้าที่หรือทำงานที่ตนเองรักต่อให้ต้องพบกับความเหนื่อยยากและลำบากเพียงไหนเราก็มีความสุขได้เช่นกัน

ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มคนที่อยู่ในช่วงวัยหนึ่งซึ่งเสี่ยงต่อการเกิดภาวะอารมณ์ซึมเศร้าได้ง่าย เพราะเป็นช่วงวัยที่ถูกลดทอนบทบาทและหน้าที่ทางสังคม ทั้งหน้าที่การงาน บทบาทหลัก ด้านเศรษฐกิจ และเรื่องสภาพร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปในทางเสื่อมถอย การเปลี่ยนผ่านที่รวดเร็วของผู้สูงอายุนั้นบางคนก็มีความรู้สึกต่อการปรับตัวได้อย่างว่องไวเช่นกัน แต่ในขณะที่บางคนกลับไม่ยอมรับในการเปลี่ยนแปลงเหล่านั้นจนอาจจะก่อให้เกิดเป็นปัญหาที่ตามมาได้ เช่น โรคความเครียด ภาวะซึมเศร้า เป็นต้น ถ้าผู้สูงอายุคนใดที่สามารถปรับชีวิตและความรู้สึกของตนเองได้เร็วก็จะส่งผลดีต่อตนเอง โดยการเข้าสู่การเป็นอาสาสมัครผู้สูงอายุในทันทีของผู้สูงอายุกลุ่มนี้หรือบางรายก็มีการเตรียมตัวมาก่อนตั้งแต่ในช่วงของวัยทำงานถึงจะเข้ามาทำงานตรงนี้อาจเต็มตัวเมื่ออายุครบ 60 ปี ก็ถือได้ว่าเป็นการปรับตัวที่ดี และการปรับตัวเช่นนี้ยังส่งผลดีต่อตนเองและผู้อื่นอีกด้วย

3. ผู้สูงอายุกับสังคมใหม่ที่เพิ่มคุณค่า

การปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครนอกจากได้รับประโยชน์ทางด้านร่างกายและด้านจิตใจแล้วก็มีอีกหนึ่งประโยชน์สำคัญที่ผู้สูงอายุจะได้รับโดยตรง นั่นก็คือ ประโยชน์ทางด้านสังคม เนื่องจากการเข้าสู่การเป็นอาสาสมัครของผู้สูงอายุแต่ละรายส่วนใหญ่ นั้นก็ได้มีโอกาสพบเจอกับสังคมใหม่ๆ ที่ไม่มีโอกาสได้สัมผัสในช่วงของวัยทำงาน เช่นที่ผ่านมา บางรายก็ได้เจอกับเพื่อนใหม่ๆ ที่พูดคุยหรือให้คำปรึกษากันอย่างถูกคอก การปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครตรงนี้ของผู้สูงอายุเหมือนเป็นการเปิดสังคมใหม่ให้ผู้สูงอายุได้สร้างความสัมพันธ์กันผ่านการปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัคร



ชีวิตของผู้สูงอายุในช่วงวัยสุดท้ายของชีวิตเช่นนี้ไม่มีสิ่งใดทำให้มีความสุขได้เท่ากับการอยู่กับครอบครัวอันเป็นที่รัก และการได้มีเพื่อนคุยกันพูดเรื่องเดียวกันที่เคยได้พบผ่านมาในอดีตอันจะทำให้การบอกเล่าซึ่งกันและกันอย่างมีความสุข การที่ผู้สูงอายุได้รวมกลุ่มกันเพื่อการมานั่งจิบน้ำชาหรือทำกิจกรรมเล็กๆ กัน มีวัตถุประสงค์หลักที่ตรงกันก็คือการที่อยากจะมาพบปะเพื่อรื้อฟื้นเรื่องราวเก่าๆ ไปด้วยกัน

4. “เงินทอง” ไหนจะสู้ “ความสุข” ในช่วงบั้นปลายของชีวิต

การเดินทางเข้าสู่เส้นทางของการเป็นอาสาสมัครผู้สูงอายุนั้นเป็นเหมือนการปลดปล่อยความรู้ ทัศนะภาวะความอยากความปรารถนาตามวิสัยทางโลกออกจากวงจรชีวิตของตนเองไปแล้วส่วนหนึ่ง จึงทำให้สภาพจิตใจของผู้สูงอายุสูงขึ้นพร้อมที่อยากจะสร้างสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นในช่วงบั้นปลายชีวิตของตนเอง เพราะการที่มีจิตใจที่พร้อมแก่การเสียสละให้กับผู้อื่นถือได้ว่าเป็นการให้ที่ยิ่งใหญ่ที่สุด อาสาสมัครผู้สูงอายุเข้ามาทำหน้าที่อาสาสมัครด้วยความสมัครใจที่พร้อมอยากนำศักยภาพ ความสามารถ พลัง และความรู้ของตนเองที่มีอยู่ไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับผู้อื่นภายหลังจากการเกษียณอายุราชการ โดยมีมุมมองที่ว่าไม่อยากให้ความรู้และความสามารถที่ตนเองยังคงมีอยู่ให้ต้องสูญเสียหรือตายไปกับตนเอง ในช่วงที่ไม่มีลมหายใจแล้ว การนำศักยภาพของตนเองออกมาใช้ตั้งแต่ที่มีชีวิตอยู่ยังคงสามารถสร้างประโยชน์ได้มากกว่า ถึงแม้ว่าหน้าที่ที่ผู้สูงอายุเหล่านี้ได้ปฏิบัตินั้นไม่ได้ค่าตอบแทนเป็นเงินทอง แต่ได้ด้วย “ความสุขกายและสุขใจ” การปฏิบัติหน้าที่ที่ทำความสมัครใจและการยินยอมสร้างประโยชน์เพื่อการช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมที่มีความต้องการเป็นการยกระดับจิตใจของตนเองให้สูงขึ้นถือได้ว่าเป็นการสร้างจิตใจของตนเองให้เป็นสุขในช่วงชีวิตบั้นปลายได้อีกด้วย

“สังคม” ภาคี่เครือข่ายที่สำคัญในการสร้างคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุ

1. “ลด” การกีดกันจากสังคมด้วยคำว่า “วัยสูงอายุ” หรือคำว่า “วัยชรา/ชราภาพ” ซึ่งแอบแฝงมาด้วยนัยยะความหมายของการเป็นกลุ่มบุคคลที่ขาดศักยภาพ ขาดความสามารถ ขาดความเชื่อมั่นในการสร้างประโยชน์ให้ผู้อื่น และขาดพลังในการช่วยขับเคลื่อนทางเศรษฐกิจของสังคม เป็นต้น การถูกกีดกันด้วยมโนทัศน์เกี่ยวกับวัยสูงอายุ หรือภาวะความชรา

ตามกฎหมายและมาตรการทางสังคมที่กำหนดว่า เมื่อไรที่บุคคลนั้นๆ อายุครบ 60 ปี บริบูรณ์ บุคคลนั้นก็จะกลายเป็นกลุ่มคนที่เป็นภาระของสังคม ต้องได้รับการช่วยเหลือหรือจัดสวัสดิการให้สอดคล้องกับความต้องการของบุคคลกลุ่มนี้ ด้วยการถูกตีตราแบบนี้มาหลายชั่วอายุคนและได้รับการประทับตรายอมรับอย่างเป็นทางการจากหน่วยงานราชการและบริษัทเอกชน จึงไม่ใช่เรื่องแปลกที่ปัจจุบันมุมมองเหล่านี้ก็จะฝังลึกกระทั่งกลายเป็นมายาคติเกี่ยวกับวัยของสังคมไทย มายาคติเช่นนี้ผู้สูงอายุที่เป็นอาสาสมัครก็ต้องเจอกับปัญหาและอุปสรรค ถูกมองอย่างตีตราว่ากลุ่มผู้สูงอายุไม่สามารถช่วยเหลือและแบ่งเบาภาระงานของทางหน่วยงานได้ และยังเป็นส่วนที่สร้างความวุ่นวายให้กับหน่วยงานด้วย

ภาวะกดทับทางวัยสูงอายุเกิดขึ้นใน 2 ระดับ คือ

1) ระดับครอบครัว และ 2) ระดับสังคม ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1) ระดับครอบครัว ภาวะกดทับที่เกิดขึ้นจะเป็นในลักษณะที่ถูกหลานมีมุมมองต่อหญิงสูงอายุว่า “แก่” ในความหมายว่า อ่อนแอ ควรพักผ่อน ลูกหลานไม่ยอมให้ทำอะไร อยากให้อยู่เฉยๆ ไม่เปิดโอกาสให้ผู้สูงวัยได้คิด และเลือกทำในสิ่งที่ตนเองต้องการ

2) ระดับสังคม เป็นผู้ถูกเติมหรือเพิ่มความหมายในฐานะภาระ และในฐานะวัยพึ่งพิงให้แก่หญิงสูงอายุ (รวมถึงชายสูงอายุด้วย) ผ่านนโยบายของรัฐ เช่นการจัดสวัสดิการเบี้ยยังชีพสำหรับผู้สูงอายุ แม้ว่าหญิงสูงอายุหลายท่านจะมองว่าเป็นเรื่องดีที่รัฐได้ให้การช่วยเหลือ แต่มีหญิงสูงอายุบางท่านได้แสดงทัศนะที่ต่างออกไปเพราะคิดว่าเป็นสิ่งที่ไม่จำเป็นสำหรับตน ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นกับอาสาสมัครผู้สูงอายุในการศึกษาครั้งนี้จะต้องใช้ความพยายามในการก้าวผ่านภาวะของการถูกกดทับจากบุคลากรในพื้นที่

โรงพยาบาล เพื่อการพิสูจน์ให้เห็นถึงความสามารถและศักยภาพ พร้อมทั้งความรู้ที่ผู้สูงอายุสามารถที่จะนำออกมาช่วยเหลือสังคมได้ ไม่ว่าจะเป็นผู้สูงอายุเพศไหน ทั้งชายและหญิงก็เป็นผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ได้ ถ้าสังคมเปิดโอกาสและเปิดพื้นที่ให้ผู้สูงอายุเหล่านี้ได้แสดงศักยภาพอย่างอิสระ (กรุณา ใจใส, 2553)

2. การสร้างมุมมองใหม่ในสังคมสำหรับ “ผู้สูงอายุ” อย่างที่กล่าวไว้ในหัวข้อข้างต้นเกี่ยวกับการมีมุมมองในสังคมที่กดทับวัยสูงอายุให้ต้องรอคอยแต่ความช่วยเหลือจากผู้อื่นเพียงอย่างเดียว แต่ความเป็นจริงการจัดสวัสดิการและการช่วยเหลือที่ผ่านมานั้นยังไม่ตอบโจทย์ของความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุมากนัก เพราะส่วนใหญ่แล้วลักษณะของสวัสดิการที่จัดสรรจะมีเป็นการช่วยเหลือเฉพาะหน้าที่ที่ไม่ยั่งยืนและไม่สร้างความมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุให้สูงขึ้น แต่กลับตอกย้ำในความรู้สึกถึงการไร้ศักยภาพและความสามารถของตนเอง ทั้งนี้ ผู้สูงอายุในปัจจุบันมีความรู้และความสามารถ พร้อมทั้งภูมิปัญญาที่จะนำมาแบ่งปันและช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมได้อย่างเต็มที่

อย่างไรก็ตาม ผู้สูงอายุที่ทำหน้าที่อาสาสมัครนี้ก็เป็นเสียงสำคัญอีกส่วนหนึ่งที่ช่วยสะท้อนความรู้สึกจากตัวแทนผู้สูงอายุในสังคมที่ต้องการบอกให้สังคมได้รับรู้และเปลี่ยนมุมมองในความต้องการที่แท้จริงของผู้สูงอายุในปัจจุบันว่าไม่ต้องการให้ช่วยเหลือในด้านสิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ แต่ผู้สูงอายุต้องการ “โอกาส” และพื้นที่ในการแสดงศักยภาพ เพราะสิ่งเหล่านี้จะเป็นส่วนสำคัญในการช่วยขยับเขยื้อนมุมมองและแนวคิดเดิมๆ เกี่ยวกับผู้สูงอายุให้หายไปจากสังคมไปไทย และเหลือไว้เพียงมุมมองใหม่ที่สร้างความภูมิใจให้กับผู้สูงอายุ

การมีมุมมองเกี่ยวกับ “ผู้สูงอายุ” เช่นนี้ได้หยั่งรากลึกในสังคมไทยมานาน และต้องใช้เวลา

ในการปรับเปลี่ยนให้มุมมองเช่นนี้ลดลง และหายไป ในที่สุด แต่ในช่วง 10 – 20 ปี ที่ผ่านมาเราก็ได้มีนักวิชาการ หลากหลายสาขาที่ทำให้ความสำคัญเกี่ยวกับเรื่องนี้ เนื่องด้วยสังคมอันใกล้ที่ต้องเป็น “สังคมผู้สูงอายุ” โดย สมบูรณ์ ดังนั้น การปรับมุมมองหรือปรับกลยุทธ์ในการ รองรับประชากรผู้สูงอายุที่จะเพิ่มขึ้นในอนาคตให้ สามารถกลายเป็นกลุ่มแรงงานที่มีบทบาทในการ ขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศได้อย่างมีคุณภาพ

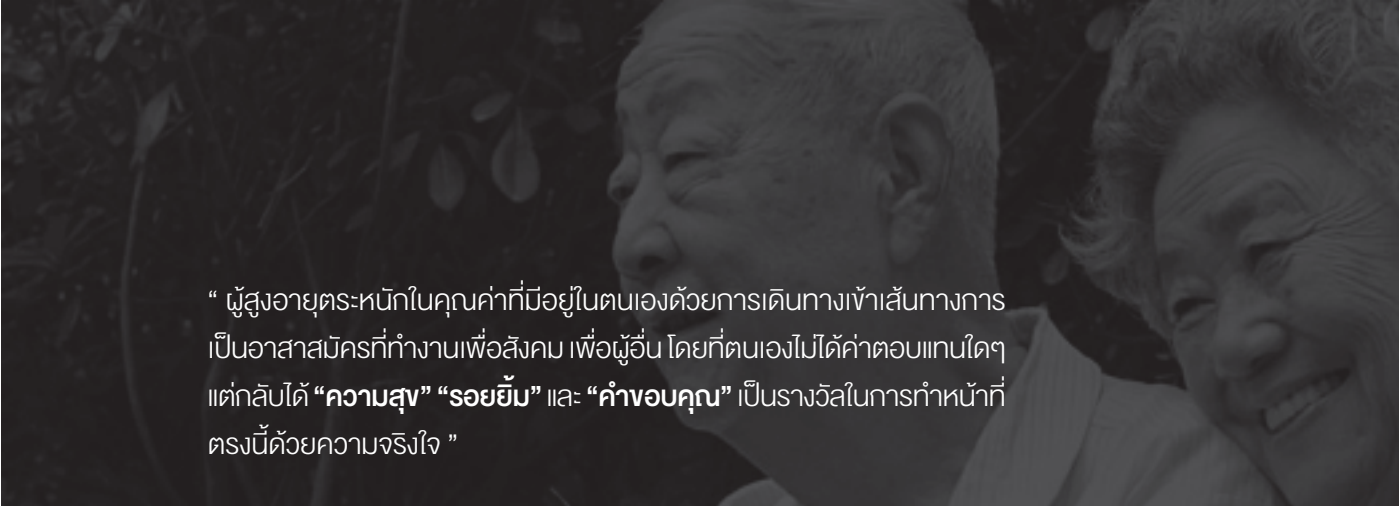
3. ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมเป็นแรงผลักดัน ที่สำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ การเห็นคุณค่าในตนเองพร้อมกับการย่างก้าวเข้าสู่ บทบาทอาสาสมัครของผู้สูงอายุมีเบื้องหลังที่เป็น แรงผลักดันหลักของการเข้ามาสู่เส้นทางนี้ ปัจจัยด้าน สภาพแวดล้อมที่ประกอบด้วยสมาชิกในครอบครัว เพื่อน สุขภาพ ชุมชน/สังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรม เป็นต้น

ปัจจัยเหล่านี้แสดงให้เห็นว่ามีส่วนในการผลักดัน หรือมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัคร สมาชิกในครอบครัวเป็นสภาพแวดล้อมหลักที่ผู้สูงอายุ จะต้องพบเจอ ฉะนั้น การที่ครอบครัวมีมุมมองในตัวตน ของผู้สูงอายุที่ดีก็ย่อมส่งผลให้การมองตัวเองมีคุณค่า ก็ที่ยังเกิดขึ้นได้เร็วสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อนเป็นกลุ่มคน ที่สร้างความมั่นใจที่จะดึงความสามารถของผู้สูงอายุ ออกมาใช้ได้อย่างเต็มที่ ขณะที่ความพร้อมของสุขภาพ ตนเองก็เป็นส่วนสำคัญในการพิจารณาเดินเข้าสู่เส้นทาง อาสาสมัคร เนื่องจากถ้าสุขภาพไม่พร้อมก็ไม่สามารถ ที่จะไปช่วยเหลือผู้อื่นได้ ขณะที่ชุมชน/สังคม ก็อีกเป็น กลุ่มหนึ่งที่เข้ามามีอิทธิพล เพราะเมื่อไรที่ชุมชนและ สังคมเปิดโอกาสเปิดพื้นที่ให้ผู้สูงอายุได้ใช้ความรู้ และความสามารถของตนเองได้อย่างเต็มที่ก็ส่งผล ให้ผู้สูงอายุกล้าที่จะเปิดเผยศักยภาพในตนเอง ส่วนเศรษฐกิจก็มีส่วนที่เข้ามามีอิทธิพลแต่น้อยกว่า

กลุ่มอื่นๆ เนื่องด้วยการศึกษาครั้งนี้เป็นการทำกิจกรรม ในเชิงบริการหรือการปฏิบัติงานที่เน้นการช่วยเหลือ เป็นหลัก ดังนั้น ผู้สูงอายุจะเน้นคำนึงถึงจิตใจที่อาสา เป็นหลักไม่เน้นฐานะทางสังคม และวัฒนธรรม/ ความเชื่อ การที่มีวัฒนธรรมและความเชื่อในการทำ ความดีของสังคมไทยก็เป็นส่วนช่วยให้การตัดสินใจ ของผู้สูงอายุเป็นสิ่งที่ง่ายขึ้น

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการทำงานช่วยเหลือสังคมของ ผู้สูงอายุเป็นปัจจัยดึงดูด ความต้องการทำประโยชน์ แก่สังคมเป็นปัจจัยผลักดัน และความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองเป็นปัจจัยสนับสนุน มีผลต่อการทำงานช่วยเหลือสังคมของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ที่มีการทำงานช่วยเหลือสังคมจึงทำงานช่วยเหลือสังคม ด้วยความรู้สึกว่าเป็นการทำงานเพื่อให้เกิดประโยชน์ ต่อสังคม ทำให้รู้สึกว่าการได้ช่วยเหลือผู้อื่น สุขใจ ที่ได้ทำงานช่วยเหลือสังคม การทำงานช่วยเหลือสังคม ของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสุขในชีวิต ทำให้ ชีวิตในวัยท่ายมีความสุข กิจกรรมการทำงานช่วยเหลือ สังคมของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นงานที่ไม่หวังตอบแทน แต่คาดหวังว่าจะได้โอกาสใช้ความรู้ความสามารถ และ ประสบการณ์ความชำนาญที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ต่อ ชุมชนและสังคม เพื่อยืนยันว่าตนเองยังเป็นผู้ทรงคุณค่า ในสังคม (จุฑาทิพย์ เล็กถ้วน, 2552)

การเกิดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของ ผู้สูงอายุนั้นบางครั้งจะต้องอาศัยปัจจัยทางสภาพ แวดล้อมที่รายรอบตัวผู้สูงอายุเองเป็นแรงผลักดันให้ ความรู้สึกเหล่านี้เกิดขึ้น การที่ครอบครัว ชุมชนและ สังคม เข้าใจและเปลี่ยนมุมมองในวัยสูงอายุเสียใหม่ก็ จะเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีในการสร้างผู้สูงอายุที่ยังประโยชน์ ในอนาคตให้มีคุณภาพ และมีความสุขในช่วงเวลา บั้นปลายของชีวิตด้วยการสร้างประโยชน์ให้จารึกไว้ กับลูกหลานตลอดไป



“ ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าที่มีอยู่ในตนเองด้วยการเดินทางเข้าเส้นทางการเป็นอาสาสมัครที่ทำงานเพื่อสังคม เพื่อผู้อื่น โดยที่ตนเองไม่ได้ค่าตอบแทนใดๆ แต่กลับได้ “ความสุข” “รอยยิ้ม” และ “คำขอบคุณ” เป็นรางวัลในการทำหน้าที่ตรงนี้ด้วยความจริงใจ ”

บทสรุป

เส้นทางในการก้าวเดินที่แตกต่างกัน การสร้างจุดเริ่มต้นทางความคิด การตระหนักที่ต้องการจะช่วยเหลือผู้อื่น และแม้กระทั่งการความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอกก็มีความแตกต่างกันเช่นกัน เนื่องด้วยปัจจัยทางด้านครอบครัว ด้านเศรษฐกิจ พร้อมทั้งการถูกละเลยจากทางสังคมที่ต่างกันจึงส่งผลให้การมีฐานคิดหรือแนวคิดของผู้สูงอายุแต่ละคนก็จะมี ความแตกต่าง และหลากหลายในประเด็นด้านของประสบการณ์ชีวิต แต่ท่ามกลางความแตกต่างของเส้นทางชีวิตในบางช่วงของผู้สูงอายุแต่ละรายก็ยังคงมีความเหมือนกันในส่วนของเป้าหมายในการมี “จิตอาสา” ที่อยากจะใช้ศักยภาพและความสามารถของตนเองให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นในสังคม การมองเห็นคุณค่าของตนเองที่ยังคงมีอยู่ภายหลังจากการเกษียณอายุราชการหรือแม้การประกอบอาชีพอิสระทั่วไปก็ยังผันชีวิตของตนเองในช่วงวัยบั้นปลายของชีวิตตนเองเข้ามาเป็นอาสาสมัครผู้สูงอายุที่ได้มีโอกาสช่วยเหลือและปฏิบัติหน้าที่ในหน่วยงานใกล้บ้านของตนเองด้วยความสมัครใจ พร้อมทั้งยังมองถึงจุดสิ้นสุดในการปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครผู้สูงอายุที่เหมือนกันว่า “การปฏิบัติหน้าที่อาสาสมัครผู้สูงอายุของตนเองจะยุติลงก็ต่อเมื่อสิ้นลมหายใจ แต่ถ้ายังคงมีแรง และพลังอยู่จะไม่มีวันหยุดทำงานตรงนี้อ่างแน่นอน” ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าที่มีอยู่ในตนเองด้วยการเดินทางเข้าเส้นทางการเป็นอาสาสมัครที่ทำงานเพื่อสังคม เพื่อผู้อื่น โดยที่ตนเองไม่ได้ค่าตอบแทนใดๆ แต่กลับได้ “ความสุข” “รอยยิ้ม” และ “คำขอบคุณ” เป็นรางวัลในการทำหน้าที่ตรงนี้ด้วยความจริงใจ

การสร้างคุณค่าในตนเองด้วยการผันตัวเองเข้าสู่การปฏิบัติหน้าที่เป็นอาสาสมัครเป็นส่วนหนึ่งของการที่จะสามารถนำความสามารถและศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองของผู้สูงอายุออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม เพราะการที่ผู้สูงอายุเล็งเห็นคุณค่าที่มีอยู่ในตนเองเป็นมุมมองสำคัญที่จะทำให้การดำเนินชีวิตในห้วงของช่วงชีวิตสุดท้ายนี้เป็นไปอย่างมีความสุขโดยเฉพาะความสุขที่เกิดจากจิตใจของตนเอง

นอกจากนี้ การมองตนเองด้วยความตระหนักรู้ถึงคุณค่าและประโยชน์ที่ตนเองสามารถนำไปช่วยเหลือผู้อื่นได้ของผู้สูงอายุ จะส่งผลให้เกิดเป็นความภาคภูมิใจที่ได้มีส่วนในการช่วยเหลือคนอื่นและสังคม ช่วยลดภาวะทางความคิดที่มองว่าตนเองเป็นกลุ่มช่วงวัยที่เป็นภาระของสังคมคอยที่จะรอรับการขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น กลุ่มอาสาสมัครผู้สูงอายุเหล่านี้สามารถที่จะแสดงหรือพิสูจน์ให้สังคมนั้นได้เห็นได้ว่าสภาพร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปให้กลายเป็นผู้สูงอายุที่มีความเสื่อมถอยทางด้านร่างกาย แต่ไม่เคยมีความเสื่อมถอยทางด้านจิตใจที่จะรอคอยการอุปถัมภ์จากผู้อื่น จึงอาจกล่าวได้ว่าผู้สูงอายุในปัจจุบันนั้นได้เปลี่ยนแปลงไปแล้ว กลายเป็นกลุ่มหนึ่งที่ยังคงสามารถใช้ศักยภาพและความสามารถที่มีอยู่ในตนเองขับเคลื่อนทางเศรษฐกิจของสังคมได้ และการเป็นผู้สูงอายุก็ไม่ใช่เพื่อรอการช่วยเหลือเพียงอย่างเดียวแต่กลับสามารถที่จะให้ความช่วยเหลือและแบ่งปันให้กับผู้อื่นในสังคมได้ด้วยดี

รายการอ้างอิง

- กิติพัฒน์ นนทปัทมะดุลย์. (2554). การวิจัยเชิงคุณภาพในสวัสดิการสังคม: แนวคิดและวิธีวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 2. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์: กรุงเทพมหานคร.
- กรรณา ใจใส. (2553). **พลังและศักยภาพของหญิงสูงอายุในการดำเนินชีวิต**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, วิทยาลัยสหวิทยาการ, สตรีศึกษา.
- จุฑาทิพย์ เล็กถ้วน. (2552). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อรูปแบบการทำงานช่วยเหลือสังคมของผู้สูงอายุอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (อพม.) ในกรุงเทพมหานคร**. พัฒนาแรงงานและสวัสดิการมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- จุฑารัตน์ แสงทอง. (2556). **ประสบการณ์ชีวิตและการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่ปฏิบัติงานอาสาสมัครในโรงพยาบาลของรัฐ**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, หมวดวิจัยทางสังคมสงเคราะห์.
- ศรีประภา ลุนละวงศ์. (2555). **มองไปข้างหน้า...ถึงเวลาเตรียมพร้อมรับ..สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society)**. เอกสารเผยแพร่ความรู้. ปีที่ 6 ฉบับที่ 6 : มิถุนายน 2555. เพื่อสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 5 จาก <http://hpc5.anamai.moph.go.th>
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส). (2555). **สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2553**. รายงานประจำปี.ที่ คิว พิ: กรุงเทพมหานคร
- เล็ก สมบัติ และคณะ. (2554). **ภาวะสูงวัยอย่างมีคุณภาพประโยชน์กับการพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจในประเทศไทย**. รายงานวิจัย. คณะสังคมสงเคราะห์. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546**. สืบค้นเมื่อวันที่ 19 กรกฎาคม 2556. สืบค้นจาก <http://www.nesac.go.th/document/images>

