

## สารบัญ

|                                                                | หน้า |
|----------------------------------------------------------------|------|
| กิตติกรรมประกาศ                                                | ก    |
| บทคัดย่อภาษาไทย                                                | ข    |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ                                             | ค    |
| สารบัญ                                                         | ง    |
| สารบัญตาราง                                                    | ฉ    |
| สารบัญภาพ                                                      | ช    |
| บทที่ 1 บทนำ                                                   |      |
| 1.1 ที่มาและความสำคัญ                                          | 1    |
| 1.2 คำถามวิจัยหลัก                                             | 4    |
| 1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย                                    | 4    |
| 1.4 ขอบเขตของการวิจัย                                          | 4    |
| 1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ                                  | 5    |
| 1.6 คำนิยามศัพท์                                               | 5    |
| บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง                  |      |
| 2.1 แนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบและการพัฒนารูปแบบ                     | 7    |
| 2.2 แนวคิดการจัดการ                                            | 10   |
| 2.3 แนวคิดเกี่ยวกับชีวิต                                       | 11   |
| 2.4 แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการชีวิต                              | 13   |
| 2.5 ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์                        | 15   |
| 2.6 ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลง                                        | 18   |
| 2.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง                                      | 19   |
| 2.8 กรอบแนวคิดในการวิจัย                                       | 29   |
| บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย                                  |      |
| 3.1 การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม                        | 31   |
| 3.2 การเลือกพื้นที่การศึกษา                                    | 31   |
| 3.3 การเลือกกลุ่มเป้าหมายและการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก      | 31   |
| 3.4 เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล                            | 32   |
| 3.5 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย                         | 33   |
| 3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล                                        | 34   |
| 3.7 การตรวจสอบข้อมูล                                           | 35   |
| 3.8 การวิเคราะห์ข้อมูล                                         | 36   |
| 3.9 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม | 36   |

## สารบัญ (ต่อ)

|                                                                         | หน้า |
|-------------------------------------------------------------------------|------|
| <b>บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล</b>                                     |      |
| 4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก                                     | 39   |
| 4.2 การปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม                                        | 44   |
| 4.3 การพัฒนารูปแบบการจัดการชีวิตของผู้สูงอายุบ้านบัวเหิง                | 54   |
| <b>บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ</b>                   |      |
| 5.1 สรุปผลการวิจัย                                                      | 60   |
| 5.2 อภิปรายผล                                                           | 63   |
| 5.3 ข้อเสนอแนะ                                                          | 64   |
| <b>เอกสารอ้างอิง</b>                                                    | 67   |
| <b>ภาคผนวก</b>                                                          |      |
| ก รายชื่อผู้ให้ข้อมูลหลัก และแหล่งใช้ไปของเงินทุน                       | 77   |
| ข แบบสัมภาษณ์ แบบบันทึกรายรับ-รายจ่ายและแบบตรวจสอบรายการเข้าร่วมกิจกรรม | 82   |
| ค ขั้นตอนการต้มน้ำสมุนไพร                                               | 88   |
| <b>ประวัติผู้วิจัย</b>                                                  | 91   |

## สารบัญตาราง

| ตารางที่ |                                                            | หน้า |
|----------|------------------------------------------------------------|------|
| 2.1      | สรุปผลการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง                        | 26   |
| 4.1      | ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก                            | 40   |
| 4.2      | ข้อมูลทั่วไปมิติด้านการเงิน                                | 42   |
| 4.3      | ข้อมูลทั่วไปมิติด้านสุขภาพ                                 | 43   |
| 4.4      | ข้อมูลทั่วไปมิติด้านสังคม                                  | 44   |
| 4.5      | ต้นทุนน้ำสมุนไพรต่อขวด/ครั้ง                               | 47   |
| 4.6      | การจัดสรรเงินปันผล                                         | 49   |
| 4.7      | เงินปันผลจากการจำหน่ายเครื่องต้มสมุนไพร 3 ครั้ง/รอบ        | 49   |
| 4.8      | ความถี่ของการตั้งเป้าหมายของผู้สูงอายุ                     | 55   |
| 4.9      | การเข้าร่วมกิจกรรมและความถี่ในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ  | 56   |
| 4.10     | ระยะเวลาและผลผลิตของเครื่องต้มสมุนไพร                      | 57   |
| 4.11     | ความถี่การซื้อยารับประทานเอง                               | 57   |
| 4.12     | จำนวนการจำหน่ายเครื่องต้มสมุนไพร                           | 57   |
| 4.13     | ค่าความดันโลหิตของผู้สูงอายุก่อน-หลังการทำกิจกรรม          | 58   |
| 5.1      | การพัฒนาารูปแบบการจัดการชีวิตสำหรับผู้สูงอายุในบ้านบัวเต็ง | 61   |

## สารบัญภาพ

| ภาพที่ | หน้า                                                   |
|--------|--------------------------------------------------------|
| 2.1    | ขั้นตอนการสร้างรูปแบบแสดงความสัมพันธ์                  |
| 2.2    | ลำดับชั้นความต้องการของมนุษย์ตามทฤษฎีของมาสโลว์        |
| 2.3    | Sample Theory of Change Diagram                        |
| 2.4    | กรอบแนวคิดในการวิจัย                                   |
| 3.1    | บางส่วนของ การลงพื้นที่สัมภาษณ์เบื้องต้น               |
| 4.1    | การใส่เสื้อทีม และการลงชื่อเข้าร่วมกิจกรรม             |
| 4.2    | เครื่องดื่มสมุนไพรที่ผลิตโดยกลุ่มผู้สูงอายุบ้านบัวเหิง |
| 4.3    | รายได้จากการจำหน่ายเครื่องดื่มสมุนไพร                  |
| 4.4    | กำไรจากการจำหน่ายเครื่องดื่มสมุนไพร                    |
| 4.5    | ทำบริหารเพื่อตรวจสอบการเป็นโรคสมองเสื่อม               |
| 4.6    | กลุ่มเป้าหมายใช้การปั่นจักรยานในการออกกำลังกาย         |
| 4.7    | รายได้จากการจำหน่ายเครื่องดื่มสมุนไพร                  |
| 4.8    | โมเดลการจัดการชีวิตของผู้สูงอายุบ้านบัวเหิง            |