

โครงการทำงานรับใช้สังคม

(รายวิชา SLM๔๖๐๒ การเตรียมฝึกประสบการณ์วิชาชีพการจัดการพัฒนาสังคมและวัฒนธรรม)

แขนงวิชาการจัดการพัฒนาสังคม ภาคสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

Social Work Project

๑.ชื่อโครงการ: แนวทางการพัฒนากิจกรรมศิลปะบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจ ของผู้สูงอายุในชุมชน

๒.หลักการและเหตุผล

ภาวะของผู้สูงอายุเป็นเรื่องสำคัญและควรคำนึงถึงในกลุ่มประชากรวัยสูงอายุ ปัจจุบันแนวโน้มของประชากรโลกกำลังเข้าสู่ยุคของสังคมผู้สูงอายุ เช่นเดียวกับที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพกล่าวว่า อีก ๓๐ ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะมีผู้สูงอายุที่มีอายุเกิน ๖๐ ปี จำนวนมากกว่า ๒๐ ล้านคน หรือ ๑ ใน ๔ ของประชากร อาจนำมาซึ่งปัญหาเรื่องค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลที่เพิ่มมากขึ้น จึงเกิดการตื่นตัวอย่างเต็มที่เพื่อเตรียมตัวรองรับสังคมผู้สูงอายุที่จะมาถึงในอนาคตอันใกล้นี้ หากกล่าวถึงวัยสูงอายุนั้นเป็นวัยที่พบความเสื่อมของร่างกาย เกิดภาวะเครียด วิตกกังวล เกิดภาวะซึมเศร้า และมีการเห็นคุณค่าในตนเองลดน้อยลง จนกระทั่งนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ต่ำลง ทั้งนี้คงปฏิเสธไม่ได้ว่าร่างกายกับจิตใจของมนุษย์นั้นเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องและเชื่อมโยงกัน ไม่สามารถแยกออกจากกันได้อย่างชัดเจน หนึ่งในวิธีการป้องกันความเสื่อมถอยของร่างกายและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งทางกายและจิตรวมไปถึงมีคุณภาพชีวิตที่ดีคือการเคลื่อนไหวออกแรงอย่างสม่ำเสมอ (ฐาปนีย์ สังสิทธิ์ ; สุรเดช ดวงทิพย์สิริกุล และคณะ, ๒๕๕๖) การสูงวัยอย่างมีสุขภาวะ (healthy ageing) นับว่าเป็นกระบวนการที่ช่วยเพิ่มโอกาสในการส่งเสริมและคงไว้ซึ่งความผาสุก ความเป็น อิสระและคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย สังคมและจิตวิญญาณ รวมถึงการส่งเสริมการเปลี่ยนผ่านความสำเร็จตลอดชีวิตของบุคคลที่สูงอายุ (Peel, McClure, & Bartleet, ๒๐๐๕)

เนื่องจากมีข้อมูลจำนวนกลุ่มประชากรผู้สูงอายุในเมืองสมุทรปราการสูงถึง ๔๘,๓๑๓ คน โดยมีลักษณะที่มีการเติบโตของอุตสาหกรรมอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดการขยายตัวของชุมชนที่อยู่อาศัยหลากหลายประเภท ทั้งในรูปแบบหมู่บ้านจัดสรร ชุมชนดั้งเดิม และชุมชนแออัด ผู้สูงอายุในสมุทรปราการมีสัดส่วนที่เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เนื่องจากการลดลงของอัตราการเกิดและการเพิ่มขึ้นของอายุขัย ซึ่งสร้างความท้าทายในการจัดการเรื่องสุขภาพและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุในพื้นที่

จึงต้องการนำศิลปะบำบัดที่มีศักยภาพในการเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจมาเป็นสื่อในการเรียนรู้แก่ผู้สูงอายุ ด้านกิจกรรมส่งเสริมการออกแบบทางศิลปะ ซึ่งผู้วิจัยคาดว่าแนวทางการพัฒนากิจกรรมศิลปะบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุในชุมชน จะสามารถทำให้ผู้สูงอายุภายในชุมชนได้มาทำกิจกรรมศิลปะบำบัดวิถีเซน โดยเป็นการฝึกการใช้กล้ามเนื้อ และใช้ความคิดสร้างสรรค์ในการสร้างผลงาน เพื่อเป็นการลดความเสี่ยงของปัญหาสุขภาพที่อาจจะตามมาได้ เนื่องจากวัยสูงอายุเป็นวัยที่มีประสิทธิภาพในร่างกายลดลง

ทำให้มีความเสี่ยงที่ก่อให้เกิดการเจ็บป่วยได้ง่ายขึ้น อีกทั้งเป็นการใช้ใบไม้มาพิมพ์ซึ่งเป็นการใช้วัสดุที่อยู่ในชีวิตประจำวันที่สามารถเกิดผลประโยชน์และเป็นการลดขยะ ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้กับชุมชนอื่น ๆ ได้ในอนาคต เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตให้กับผู้สูงอายุในวงกว้าง

๓. วัตถุประสงค์

- เพื่อศึกษาวิเคราะห์องค์ความรู้และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการพัฒนากิจกรรมศิลปะบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุในชุมชน

- เพื่อพัฒนากิจกรรมศิลปะบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุในชุมชน

๔. ขอบเขตการทำงาน

๔.๑ ด้านพื้นที่

- กลุ่มตัวอย่างในการทดลองใช้กิจกรรม คือ ผู้สูงอายุในกลุ่มสตรีของเทศบาลตำบลด่านสำโรง ที่มีอายุตั้งแต่ ๕๕-๖๐ ปีขึ้นไป

๔.๒ ด้านเนื้อหา

- ศิลปะแบบ Zen หรือ Zen Art เป็นศิลปะที่ได้รับอิทธิพลจากแนวคิดและปรัชญาของศาสนา Zen ซึ่งเป็นหนึ่งในสาขาพุทธศาสนาในประเทศญี่ปุ่น เน้นการบรรลุถึงความสงบและความเข้าใจลึกซึ้งซึ่งผ่านการทำ

- ศิลปะแบบ Zen มีลักษณะเฉพาะหลายประการ ได้แก่ ความเรียบง่าย คือ ศิลปะแบบ Zen มักจะใช้รูปสมมติและสมาธิและการฝึกฝนทางจิตใจแบบที่เรียบง่ายและน้อยมาก เพื่อเน้นความเป็นอันหนึ่งอันเดียวและความสงบในผลงาน องค์ประกอบที่มีมากเกินไปจะถูกหลีกเลี่ยงธรรมชาติ คือ ศิลปะ Zen มักจะได้รับแรงบันดาลใจจากธรรมชาติและสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ เช่น ภูเขา, แม่น้ำ, และต้นไม้ ใช้สีที่เรียบง่ายและเน้นความงามตามธรรมชาติ ความรู้สึกของการว่างเปล่า คือ การสร้างพื้นที่ว่างในงานศิลปะมีความสำคัญเนื่องจากมันช่วยให้ความคิดและจิตใจได้พักผ่อนและสะท้อนความสงบ การทำงานอย่างมีสมาธิ คือ ศิลปะ Zen ต้องการการใส่ใจและสมาธิในการสร้างสรรค์ ผลงานศิลปะจึงมักมีความลึกซึ้งและมีความหมายที่ลึกซึ้งต่อผู้ชม การใช้วัตถุธรรมดา คือ วัตถุที่ใช้ในศิลปะแบบ Zen มักจะเป็นสิ่งที่ธรรมดา เช่น ก้อนหิน, ไม้, หรือกระดาษ เพื่อแสดงถึงความงามที่สามารถพบได้ในสิ่งที่ธรรมดา

ประเภทของศิลปะที่มักเกี่ยวข้องกับแนวคิด Zen ได้แก่

- การวาดภาพแนว Zen: มักจะใช้สีน้ำหรือหมึกดำในการสร้างภาพที่เรียบง่ายและมีลักษณะเป็นธรรมชาติ

- การปั้นศิลปะ Zen: การปั้นที่เน้นการแสดงออกถึงธรรมชาติและความเป็นธรรมชาติ

- การจัดสวนแบบ Zen (Zen Garden): การจัดสวนที่ใช้ทราย, หิน, และพืชเพื่อสร้างพื้นที่ที่สงบและสะท้อนความสงบภายใน การศึกษาและการปฏิบัติศิลปะแบบ Zen นำมาซึ่งความสงบและการตระหนักรู้ในปัจจุบัน ซึ่งเป็นเป้าหมายหลักของการปฏิบัติ Zen โดยรวม

๔. ด้านการดำเนินการ

๔.๓.๑ ชั้นเตรียมงาน

- หาข้อมูลที่เหมาะสมแก่การทำโครงการ
- เขียนร่างโครงการเพื่อขอความคิดเห็นจากอาจารย์ที่ปรึกษา
- ประสานงานการลงพื้นที่กับพนักงานที่ปรึกษา
- นัดหมายการดำเนินกิจกรรม

๔.๓.๒ ชั้นการดำเนินงาน

- วิทยากรให้ความรู้เกี่ยวกับประวัติและสอนวิธีการวาดภาพของศิลปะแบบ Zen
- ถ่ายรูประหว่างทำกิจกรรมเพื่อนำมาเป็นหลักฐานการทำกิจกรรม

ด้านตัวแปรต้น ตัวแปรตาม

๔.๓.๓ ชั้นสรุปงาน

- จัดทำความพึงพอใจเพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการประเมินการทำโครงการ

๕. กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้สูงอายุในกลุ่มสตรีของเทศบาลตำบลด่านสำโรง ที่มีอายุตั้งแต่ ๕๕-๖๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๒๐ คน

๖. ระยะเวลาในการดำเนินงาน

กิจกรรม	ระยะเวลาการดำเนินการ
วางแผนออกแบบโครงการ	๘ สิงหาคม ๒๕๖๗
จัดหากลุ่มผู้เข้าร่วมโครงการ	๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๗
ดำเนินโครงการเพื่อทำชิ้นงานศิลปะสำหรับผู้สูงอายุ	๗ กันยายน ๒๕๖๗
ประเมินผลที่ได้จากการทำโครงการ	๑๓ กันยายน ๒๕๖๗

๗. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๗.๑ ผลผลิต

- ได้ผลงานศิลปะบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุในชุมชนที่ลงมือทำด้วยตนเอง

๗.๒ ผลลัพธ์

- ได้วิธีการจัดกิจกรรมศิลปะบำบัดที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้เข้ามามีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์ศิลปะบำบัดสุขภาวะทางจิตใจ

๗.๓ ผลกระทบ

- ได้แนวทางการพัฒนากิจกรรมศิลปะบำบัดเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุในชุมชนที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในบริบทชุมชนอื่น ๆ ได้

๘.งบประมาณโครงการ

รายการ	อัตรา (จำแนกรายละเอียด)	งบประมาณ (บาท)
งบดำเนินการ		
๑.ค่าตอบแทน	กระเป๋าสตางค์ จำนวน ๒๐ ใบ	๓๐๐ บาท
๒.ค่าใช้สอย	ค่าอาหารว่าง จำนวน ๒๐ขวด	๗๐๐ บาท
๓.ค่าวัสดุ	ค่าปรีนแบบผลงาน ค่าดินสอสีไม้	๒๕๐ บาท ๒๕๐ บาท
	รวม	๑,๕๐๐ บาท

๙.การติดตามโครงการ

- มีการนำข้อเสนอแนะแบบประเมินจากการทำโครงการมาวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงจุดอ่อน

๑๐.ความเสี่ยงและปัญหาอุปสรรค

ความเสี่ยงและปัญหา	แนวทางแก้ไข
หลักของการทำผลงานตามหลักZen ต้องใช้สีนำในการวาดรูปผลงาน	ปรับเปลี่ยนเป็นการใช้สีไม้แทนเพื่อความสะดวกต่อการวาดผลงาน
ผลงานต้องใช้ทักษะการวาดในส่วนบุคคล เพื่อให้ได้ผลงานที่ออกมามีความประณีตและสวยงาม	มีการทำเป็นบล็อกสีให้เป็นอย่างดีให้ผู้เข้าร่วมโครงการเพื่อได้ทำผลงานได้อย่างสะดวก ให้ผลงานที่ออกมามีความสวยงาม
ผู้ที่เข้าร่วมโครงการ อาจมีความต้องการทำผลงานมากกว่า ๑ ชิ้น หรืออาจเกิดความผิดพลาดระหว่างการทำผลงาน	เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ให้มากกว่าจำนวนผู้เข้าร่วมเพื่อสนองความต้องการของผู้เข้าร่วมโครงการ

๑๑. ผู้รับผิดชอบโครงการ

๑๑.๑ หัวหน้าโครงการ

นางสาวชนกนันท์ นาคะพันธุ์ (๐๘๐๕๙๕๕๖๓๑)

๑๑.๒ ผู้ร่วมทำงาน/ประสานงาน

๑.นางสาวเจนจิรา ปิติวรยุทธ (หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมและสวัสดิการสังคม)

๒.นางสาวพิมพ์ชนก ชัตติยะ (วิทยากร)

๑๒.ลายเซ็นหัวหน้าโครงการ

ลงชื่อ ชณกันท์

(นางสาวชนกนันท์ นาคะพันธ์)

หัวหน้าโครงการ

ลงชื่อ [ลายเซ็น]

(นางสาววีระวรรณ ไผ่พงษ์พรรณ)

หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชน

[ลายเซ็น]

ลงชื่อ

(นางสาวเจนจิรา ปิติวรยุทธ)

หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมและสวัสดิการสังคม

ลงชื่อ [ลายเซ็น]

(นางสาวธิดารัตน์ ปิยะอารีธรรม)

ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม

ลงชื่อ [ลายเซ็น]

(รองศาสตราจารย์ ดร.ภูสิทธิ์ ภูคำชะโนด)

อาจารย์ที่ปรึกษา