

กิจกรรมทางสังคม: ความเข้าใจ และปัจจัยที่สนับสนุน ให้ผู้สูงอายุจีนมีศักยภาพ กรณีเทศบาลนครเซี่ยงไฮ้ (Shanghai) เขตจิ้งอัน (Jing' An)

ปริญญา สมบุญยิ่ง¹
ธีระ สินเดชารักษ์²
ศุภธิดา ชวนวัน³

บทคัดย่อ

สังคมจีนและสังคมไทยได้ก้าวเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” เป็นที่เรียบร้อยแล้ว และในขณะที่เรามีอาจจะปฏิเสธได้ว่า โลกกำลังจะเต็มไปด้วยผู้สูงอายุ และผู้คนต่างก็กำลังเฟลิดเฟลีนกับการมีชีวิตที่ยืนยาวได้มากขึ้นกว่าในอดีต อันเป็นผลจากการพัฒนาของเทคโนโลยี จนอาจหลงลืมไปว่า ชีวิตที่ยืนยาวนั้นมีความมั่นคง มีความหมาย และได้ดำรงอยู่อย่างที่เราควรจะเป็นอย่างดีที่สุดแล้วหรือไม่

พวกเราแทบทุกคน มีอาจหลีกเลี่ยงไม่พ้นจากสถานะของการเป็น “ผู้สูงอายุ” ไปได้ในอนาคตรอนไกล หากแต่เรา (บุคคล) และชาติ มีความพร้อมที่จะก้าวไปสู่จุดนั้นได้อย่างมั่นคงแล้วหรือไม่ จึงเป็นประเด็นที่ควรให้ความสำคัญ เพื่อเตรียมความพร้อมให้กับผู้สูงอายุ ศึกษาวิธีการ และการให้การดูแลผู้สูงอายุในสังคม

บทความชิ้นนี้ เป็นบทความวิจัยซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโครงการ “ผู้สูงอายุในสังคมจีน: การจัดสวัสดิการ ต้นแบบการดูแล และกิจกรรมทางสังคม” ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ผู้เขียนทำการศึกษา กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อทำความเข้าใจ และค้นหาปัจจัยที่สนับสนุนให้ผู้สูงอายุจีนมีศักยภาพ โดยกำหนดพื้นที่ศึกษาที่เทศบาลนครเซี่ยงไฮ้ (Shanghai) เขตจิ้งอัน (Jing' An) ซึ่งถือเป็นเขตเมืองที่มีประชากรผู้สูงอายุอาศัยอยู่เป็นจำนวนมาก นอกจากนั้นแล้วกลุ่มผู้สูงอายุยังแสดงบทบาท

¹ นักวิชาการอิสระ

² อาจารย์ประจำคณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

³ อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

เป็นผู้ขับเคลื่อนกิจกรรมทางสังคมในที่สาธารณะมากมายอย่างเห็นได้ชัด

คณะผู้วิจัยมีสมมุติฐานสำคัญของการวิจัย ว่าความสำเร็จของกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในประเทศจีน มีปัจจัยที่ส่งอิทธิพลสำคัญ ได้แก่ การแสดงบทบาทของผู้สนับสนุน คือ ภาครัฐ และครอบครัว ที่ทำให้กิจกรรมทางสังคมเกิดขึ้นได้อย่างราบรื่น และยังรวมถึงความเข้มแข็งของการรวมตัวกันของผู้สูงอายุ เกิดขึ้นได้จากความต้องการของผู้สูงอายุโดยตรง มิได้ถูกจัดตั้งขึ้นโดยบุคคลภายนอก

คณะผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการศึกษาด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ สืบค้นเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประเด็นผู้สูงอายุในประเทศจีน กิจกรรมของผู้สูงอายุก่อนลงศึกษาภาคสนาม ทั้งภาษาไทย ภาษาอังกฤษ และภาษาจีน เพื่อใช้ในการเปรียบเทียบข้อเท็จจริงจากหลากหลายมุมมอง เพิ่มความน่าเชื่อถือ และความหนักแน่นของข้อมูล และใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกในภาคสนามกับผู้ที่เกี่ยวข้องกับประเด็นศึกษา ได้แก่ ผู้สูงอายุในพื้นที่เป็นหลัก และเจ้าหน้าที่ผู้ให้การดูแลผู้สูงอายุในหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อเพิ่มเติมรายละเอียดของข้อมูลที่ได้ทำการสืบค้น รวมถึงทำให้สามารถตรวจสอบข้อเท็จจริงของข้อมูลที่ได้ศึกษาไปก่อนหน้านี้ นอกจากนี้แล้วคณะผู้วิจัยยังได้ใช้การสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วมอย่างใกล้ชิด (Non-Participant Observation) เพื่อเฝ้าดูกิจกรรมทางสังคมในที่สาธารณะต่าง ๆ ในพื้นที่ศึกษาอีกด้วย

อย่างไรก็ดี การศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีข้อจำกัดในการศึกษาโดยเฉพาะในเรื่องภาษา เพื่อใช้ในการสื่อสารระหว่างคณะผู้วิจัยและผู้สูงอายุในประเทศจีนต้องกระทำผ่านล่าม อีกต่อหนึ่ง ถึงกระนั้นคณะผู้วิจัยก็ยังได้คำนึงถึงความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงกำหนดให้ผู้ทำหน้าที่เป็นล่ามเป็นหนึ่งในคณะคณะผู้วิจัยซึ่งเข้าใจถึงความสำคัญ และรับรู้ถึงเป้าประสงค์ของการวิจัยอย่างชัดเจน นอกจากนี้คณะผู้วิจัยยังต้องพบกับปัญหาด้านสภาพอากาศแปรปรวน ซึ่งเป็นปัจจัยภายนอก กอปรกับข้อจำกัดในด้านเวลาในการลงพื้นที่ ทำให้คณะผู้วิจัยต้องเสียโอกาสในการได้รับข้อมูลที่สำคัญบางครั้งในภาคสนาม จึงแก้ไขปัญหาเหล่านั้นด้วยการค้นคว้าเพิ่มเติม และเดินทางไปยังพื้นที่ใกล้เคียงเพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงเปรียบเทียบ

ผลการศึกษาพบว่า กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุมีรูปแบบที่หลากหลาย และมีผู้เข้าร่วมเป็นจำนวนมาก พบเห็นได้ทั่วไปในที่สาธารณะโดยรอบเขตจิ้งอัน เทศบาลนครเซี่ยงไฮ้ ล้วนเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการรวมตัวกัน สร้างเสริมสุขภาพกายในทางตรง และสภาพจิตใจในทางอ้อม รวมถึงส่งผลต่อการขับเคลื่อนสังคมให้มีคุณภาพในทุก ๆ ด้านต่อไปอีกด้วย กิจกรรมทางสังคมได้ “เกิดขึ้น” จากความต้องการของผู้สูงอายุโดยตรง เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่เรียบง่าย ไม่ซับซ้อน ต้นทุนต่ำ ในขณะที่ “ดำรงอยู่” ได้อย่างมั่นคง ด้วยการรวมกลุ่มเพื่อสนองตอบความต้องการที่ชัดเจนเป็นที่เข้าใจตรงกัน อันได้รับการ

สนับสนุนจากปัจจัยแวดล้อมทางสังคมทั้งครอบครัวที่ส่งเสริม และรัฐฯ ในบทบาทผู้จัดการ สิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐาน (Facilities) ที่เปิดกว้าง เหมาะสม และทั่วถึง รวมถึงมี “ความยั่งยืน” หนักแน่น และยืดหยุ่นสูง อันเกิดขึ้นได้จากความสม่ำเสมอของการเข้าร่วม กิจกรรม และการพบปะสังสรรค์กันผ่านการทำกิจกรรม การพูดคุยในหมู่สมาชิกที่มีความ คล้ายคลึงกันในภูมิหลัง ชีวิต และความต้องการร่วมกัน จึงก่อให้เกิดเป็นภาพ “กิจกรรมทาง สังคมของผู้สูงอายุ” ในประเทศจีน อันควรค่าแก่การศึกษา ทำความเข้าใจ เรียนรู้จุดแข็ง และจุดด้อย เพื่อเป็นบทเรียนแก่ประเทศไทยให้นำไปปรับใช้ โดยคำนึงถึงความเหมาะสม ของวัฒนธรรม นำไปสู่ความมีศักยภาพของผู้สูงอายุไทยให้ได้ในอนาคต

Abstract

Both Chinese and Thai societies have nowadays become the elderly association. Undeniably, elderly people are going to be the majority of our future world. People can enjoy living lives in the long run more than in the past as the result of many improved technologies but sometimes they ignore whether their long lives are sufficiently stable, meaningful and efficient or not.

Nobody can escape from turning to be an aged person in the near future; however, the necessary question required to be answered is that are we and our nation adequately ready or not to provide the essential need, learning method and taking care of the elders in the society.

This research article are taken part in the research project on the topic of “Elderly in Chinese Society: Welfare Services, Model for Elderly Care and Social Activity” funded by **Thailand Research Fund (TRF)**. The writer conducted series of research on social activities of retiring people in order not only to realize but also to figure out factors that are supporting the potential of Chinese aged population. The research was taken place in Jing’An, Shanghai, China which is recognized as the town having the most elderly population. Moreover, the elderly group has obvious influence on running plenty of social activities in the public.

The important assumption of this research is that the factors to the success of elderly activities in China were mainly the influences by roles of sponsors namely the government and families who bring smoothly and sustainably social activities. In addition, the strong association of the elderly depends on the direct needs of them not the outsider measurement.

The researchers assorted the qualitative research as the way to study and retrieve the information in Thai, Chinese and English language concerned with the topic of the Chinese elder, elderly activities before investigation in order to compare the evidences from various aspects to gain more trustworthiness, firmness of the data collected. Seemingly to interview thoroughly is also necessary to acquire an additionally useful details when processing the fieldwork with people related to the topic studied such as the staff taking care of the elderly people in the different organizations. Furthermore, this method can examine the evidences of the

information previously studied. Besides these advantages, the researchers could process their work by Non-Participant Observation to monitor the social activities in the public which is the studied area.

Nonetheless, there is a limitation on this research which is the language used in communication between the researchers and the local people. As the problem is spotted importantly, the interpreter is considered as a member of the research party who realizes the importance and perceives the objective of the research comprehensively. Moreover, the researchers encountered an unpredictable weather atmosphere, the external factor. Also, the limit of the investigating time made the researchers lost the opportunity to gain some essential facts from the fieldwork. Consequently, they solved this problem by delving additionally and travelled to the nearby area to gain the comparison information.

As can be seen in the public around Jing'An, Shanghai, the research results found that the social activities of the elder have various patterns, and participated by a number of audiences entirely support the retiring people to form a group in order that they would maintain their physical health directly and indirectly, and propel the society to the absolutely all-around quality. The social activities can be established from the personally demands of the elder owing that the activities supported by the government and families are not sophisticated, but simple, and low cost while they can spend their lives firmly by forming a group of people to satisfy the apparent requirement. The government plays a role as the provider of basic facilities which are an appropriate, wide-open, sufficient, permanent, strong and flexible built up from regular participation and association through the activities and deliberation of members who have a resemble background, lives and mutual needs. These create the picture of the social activity of the retiring people in China which is worthy to study, endeavor to grasp and realize their strength and weakness. It could also be a role model to adjust to Thailand regarding of culture suitability and to bring about the potential of Thai elder in the long run.

บทนำ

ในขณะที่เรามีอาจจะปฏิเสธได้ว่า โลกกำลังจะเต็มไปด้วยผู้สูงอายุ และผู้คนต่างก็กำลังเฟลิดเฟลีนกับการมีชีวิตที่ยืนยาวได้มากขึ้นกว่าในอดีต จนอาจหลงลืมไปว่าชีวิตที่ยืนยาวนั้นมีความมั่นคง มีความหมาย และได้ดำรงอยู่อย่างที่เราจะเป็นอย่างดีที่สุดแล้วหรือไม่...บทความนี้กำลังพูดถึง “ผู้สูงอายุ” ที่กำลังเพิ่มขึ้นอย่างมาก จากการสำรวจสถิติประชากรโลก พบว่า 1 ใน 10 จะมีผู้สูงอายุ (อายุตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไป) เพิ่มขึ้นมากกว่าประชากรกลุ่มอื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในประเทศกำลังพัฒนา (กฤษฎา พรหมเวศ)

ประเทศจีนเป็นประเทศแรก ๆ ที่ถูกพูดถึงในประเด็นผู้สูงอายุ โดยสถิติชี้ว่า ในปี 2556 จำนวนประชากรผู้สูงอายุในจีนมีจำนวนสูงถึง 202 ล้านคน สัดส่วนผู้สูงอายุจะสูงถึงร้อยละ 14.8 ของประชากรทั้งหมด โดยจากนี้เป็นต้นไปจนถึงปี 2568 จำนวนประชากรผู้สูงอายุที่ 80 ปีขึ้นไปจะมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น 1 ล้านคนต่อปี (ประกาศรายงานการพัฒนาธุรกิจผู้สูงอายุ งานแสดงสินค้าอุตสาหกรรมผู้สูงอายุนานาชาติกรุงปักกิ่ง, 2556) ในขณะที่มหานครเซี่ยงไฮ้ ซึ่งเป็นเขตเมืองที่มีความเจริญสูง เป็นแหล่งศูนย์กลางของเศรษฐกิจที่สำคัญมากมาย มีประชากรทั้งสิ้นกว่า 24 ล้านคน (The Wall Street Journal, 2013) โดยที่เป็นประชากรสูงอายุมากถึงร้อยละ 20 จึงเป็นเมืองที่เราจะพบเห็นผู้สูงอายุได้ง่ายในที่ต่าง ๆ

“ผู้สูงอายุ” คือผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป แน่นอนว่าเขาเหล่านั้น มักจะหลุดพ้นไปจากภาระหน้าที่การงานที่เคยแบกรับมากกว่าครึ่งก่อนชีวิตไปแล้ว แต่มนุษย์เราโดยธรรมชาติเป็นสัตว์สังคม มีอาจนั่งเฉยโดดเดี่ยวอยู่ได้อย่างเป็นปกติ จำเป็นจะต้องอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น สัมพันธ์กับผู้คนรอบข้าง ยึดโยงตนเองเข้ากับบางสิ่ง และนั่นเองที่ทำให้เกิดกิจกรรมต่าง ๆ ขึ้นในสังคม เขาเหล่านั้นออกมาสร้างและเข้าร่วมกิจกรรมมากมาย ใช้เวลาในพื้นที่สาธารณะกันได้อย่างกว้างขวางได้อย่างไร การศึกษาเพื่อทำความเข้าใจกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในประเทศจีน กรณีเทศบาลนครเซี่ยงไฮ้นี้ จึงมีความสำคัญที่จะทำความเข้าใจกิจกรรมทางสังคมที่มีอยู่ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยที่ทำให้กลุ่มผู้สูงอายุมีศักยภาพเกิดความยั่งยืนในสังคม ท้ายที่สุดเพื่อนำมาเป็นบทเรียน พัฒนาให้ก้าวหน้า ก่อเกิดเป็นประโยชน์สำหรับประเทศไทยต่อไปในอนาคต

บทความวิจัยชิ้นนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการ “ผู้สูงอายุในสังคมจีน: การจัดสวัสดิการ ต้นแบบการดูแล และกิจกรรมทางสังคม” ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ผู้เขียนทำการศึกษากิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ เพื่อทำความเข้าใจ และค้นหาปัจจัยที่สนับสนุนให้ผู้สูงอายุจีนมีศักยภาพ โดยกำหนดพื้นที่ศึกษาที่เทศบาลนครเซี่ยงไฮ้ (Shanghai) เขตจิ้งอัน (Jing' An) ซึ่งถือเป็นเขตเมืองที่มีประชากรผู้สูงอายุอาศัยอยู่เป็นจำนวนมาก นอกจากนั้นแล้วกลุ่มผู้สูงอายุยังแสดงบทบาทเป็นผู้ขับเคลื่อนกิจกรรมทางสังคมในที่สาธารณะมากมายอย่างเห็นได้ชัด

คณะผู้วิจัยมีสมมุติฐานสำคัญของการวิจัยว่า ความสำเร็จของกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในประเทศจีน มีปัจจัยที่ส่งอิทธิพลสำคัญ ได้แก่ การแสดงบทบาทของผู้สนับสนุน คือ ภาครัฐ และครอบครัว ที่ทำให้กิจกรรมทางสังคมเกิดขึ้นได้อย่างราบรื่นและยั่งยืน รวมถึงความเข้มแข็งของการรวมตัวกันของผู้สูงอายุ เกิดขึ้นได้จากความต้องการของผู้สูงอายุโดยตรง มิได้ถูกจัดตั้งขึ้นโดยบุคคลภายนอก

คณะผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการศึกษาด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ สืบค้นเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประเด็นผู้สูงอายุในประเทศจีน กิจกรรมของผู้สูงอายุก่อนลงศึกษาภาคสนาม ทั้งภาษาไทย ภาษาอังกฤษ และภาษาจีน เพื่อใช้ในการเปรียบเทียบข้อเท็จจริงจากหลากหลายมุมมอง เพิ่มความน่าเชื่อถือ และความหนักแน่นของข้อมูล และใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกในภาคสนามกับผู้ที่เกี่ยวข้องกับประเด็นศึกษา ได้แก่ ผู้สูงอายุในพื้นที่เป็นหลัก และเจ้าหน้าที่ผู้ให้การดูแลผู้สูงอายุในหน่วยงานต่างๆ เพื่อเพิ่มเติมรายละเอียดของข้อมูลที่ได้ทำการสืบค้น รวมถึงทำให้สามารถตรวจสอบข้อเท็จจริงของข้อมูลที่ได้ศึกษาไปก่อนหน้านี้ นอกจากนี้แล้วคณะผู้วิจัยยังได้ใช้การสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วมอย่างใกล้ชิด (Non-Participant Observation) เพื่อเฝ้าดูกิจกรรมทางสังคมในที่สาธารณะต่างๆ ในพื้นที่ศึกษาอีกด้วย

อย่างไรก็ดี การศึกษาวิจัยในครั้งนี้มีข้อจำกัดในการศึกษาโดยเฉพาะในเรื่องภาษา เพื่อใช้ในการสื่อสารระหว่างคณะผู้วิจัยและผู้สูงอายุในประเทศจีนต้องกระทำผ่านล่ามอีกต่อหนึ่ง ถึงกระนั้นคณะผู้วิจัยก็ได้คำนึงถึงความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงกำหนดให้ผู้ทำหน้าที่เป็นล่ามเป็นหนึ่งในคณะคณะผู้วิจัยซึ่งเข้าใจถึงความสำคัญ และรับรู้ถึงเป้าประสงค์ของการวิจัยอย่างชัดเจน นอกจากนี้คณะผู้วิจัยยังต้องพบกับปัญหาด้านสภาพอากาศแปรปรวน ซึ่งเป็นปัจจัยภายนอก ก่อปรกับข้อจำกัดในด้านเวลาในการลงพื้นที่ ทำให้คณะผู้วิจัยต้องเสียโอกาสในการได้รับข้อมูลที่สำคัญบางครั้งในภาคสนาม จึงแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วยการค้นคว้าเพิ่มเติม และเดินทางไปยังพื้นที่ใกล้เคียงเพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงเปรียบเทียบ

กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ: นิยาม ความเข้าใจ และความสำคัญ

“กิจกรรมสังคมของผู้สูงอายุ” ต่างมุ่งเป้าไปที่ความมีศักยภาพและคุณภาพชีวิตที่มีคุณค่าของผู้สูงอายุทั้งสิ้น กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุจึงมีรูปแบบที่กว้างขวางเป็นกิจกรรมในแง่ของการมีส่วนร่วมกับผู้อื่นในสังคม ไม่ว่าจะเป็นการเข้าสังคมพื้นฐานในรูปแบบของการพบปะ พูดคุย หรือกิจกรรมรวมกลุ่มในลักษณะของการออกกำลังกาย สังสรรค์ อาสาสมัคร

ทั้งนี้ กิจกรรมทางสังคมไม่ว่าในรูปแบบใด จะเป็นสิ่งที่จะช่วยให้สุขภาพของผู้สูงอายุ ทั้งทางร่างกาย และจิตใจ มีแนวโน้มเป็นไปในทางที่ดียิ่งขึ้น ช่วยทำให้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในชีวิต เพราะการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุใด ๆ ก็ตาม หมายถึงผู้สูงอายุเหล่านั้น ได้มีส่วนร่วม มีบทบาทอยู่ในสังคมระดับหนึ่ง กล่าวได้ว่า กิจกรรมที่จัดขึ้นให้กับผู้สูงอายุ มีจุดมุ่งหมายเพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้มีการรวมตัวกัน เพื่อพัฒนาตนเอง รวมถึงพัฒนาสังคม ใช้เวลาว่างไปกับการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อให้มีสิ่งยึดเหนี่ยว โดยมีสถาบันครอบครัว และชุมชนเป็นสถาบันพื้นฐานในการดำเนินการและให้การสนับสนุน

หากจะกล่าวถึงในประเทศไทยนั้น กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุมักถูกผูกโยงเข้ากับกิจกรรมในเชิงสุขภาพ ซึ่งมีลักษณะที่ใกล้เคียงกับประเทศจีน ดังที่ นายสี จิ้นผิง ประธานาธิบดีประเทศจีนได้เน้นว่า “การออกกำลังกายเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะทำให้ประชาชนมีร่างกายแข็งแรง ประชาชนที่มีสุขภาพดีจะเป็นปัจจัยหลักในการสร้างสังคมที่มีคุณภาพ และเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะทำให้ทุก ๆ คนเติบโต มีชีวิตที่เป็นสุขและมีความสุข เป็นอยู่ที่ดีขึ้น” (Ping, 2013)

จากข้างต้นนี้ ทำให้เห็นว่าสุขภาพของผู้คน มิได้เป็นเรื่องที่ส่งผลกระทบแก่ตัวปัจเจกแต่เพียงเท่านั้น กลับยังสัมพันธ์กับสังคมส่วนรวมในลักษณะของการขับเคลื่อนสังคมในทุก ๆ ด้านให้มีคุณภาพต่อไปอีกด้วย

กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในที่นี้ จึงเป็นการรวมตัวกันของผู้สูงอายุ ซึ่งโดยส่วนมากมักเกิดขึ้นในที่สาธารณะ ตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป ไม่เกิน 20 คน ทำกิจกรรมร่วมกันในหลายลักษณะขึ้นกับความพอใจของแต่ละบุคคล สิ่งสำคัญของการมีอยู่ของกิจกรรมทางสังคมนี้ นอกจากจะส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกายของผู้เข้าร่วมแล้ว ยังเกิดผลดีแก่สภาพจิตใจ อันที่สอดคล้องกันกับ “เป้าหมายงานผู้สูงอายุ”⁵ ของจีน คือ ผู้สูงอายุจะต้องมีความสุขในชีวิต และจะต้องมีความภาคภูมิใจในตนเอง

เมื่อเป็นเช่นนี้ รัฐฯ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องแสดงบทบาทเป็นแกนกลางสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุทุกรูปแบบได้รับการสนับสนุนอย่างสมควร ผ่านไปยังสถาบันครอบครัว ชุมชน และหน่วยงานอื่นๆ ที่ใกล้ชิดกับผู้สูงอายุให้ได้ช่วยผลักดัน ปลุกฝังให้กิจกรรมเหล่านี้เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอ จากความต้องการของผู้สูงอายุโดยตรง มีกิจกรรมที่เกิดจากงานเทศกาล โอกาสพิเศษ หรือการรวมตัวเพียงชั่วคราว ทั้งนี้เมื่อกิจกรรมทางสังคมมีการรวมตัวกันอย่างเข้มแข็ง ก็ยังผลให้เกิดสังคมที่มีความยึดโยงกันสูง มีความเป็นอยู่ทั้งทางสุขภาพ และทางสังคมที่ดีพร้อมสมบูรณ์

⁵เป้าหมายงานผู้สูงอายุของจีน 6 ประการ คือ 1) ผู้สูงอายุมีคุณค่า ไม่ถูกทอดทิ้ง 2) ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยได้รับการรักษาพยาบาล 3) ผู้สูงอายุต้องได้รับการศึกษาตามที่ต้องการ 4) ผู้สูงอายุมีงานทำตามประสงค์ 5) ผู้สูงอายุมีความสุขในชีวิต 6) ผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจในตนเอง

กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในเทศบาลนครเชียงใหม่ เขตจิงอัน

เชียงใหม่ จัดได้ว่าเป็นเมืองที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในประเทศจีน มีพื้นที่สาธารณะมากกว่า 20 แห่ง ซึ่งประชาชนสามารถเข้าไปใช้สอยได้อย่างเสรี และมีความกว้างขวางมาก เราจะสามารถพบเห็นกิจกรรมทางสังคมมากมาย กระจายตัวอยู่ทั่วไปในพื้นที่สาธารณะ และกิจกรรมทั้งหมดนั้นถูกขับเคลื่อนโดยผู้สูงอายุแทบทั้งสิ้น

กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในเมืองเชียงใหม่ เขตจิงอันนี้ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการรวมตัวกัน สร้างเสริมสุขภาพกายและใจ อันเกิดจากความต้องการของผู้สูงอายุเอง มิได้ถูกบังคับ หรือจัดขึ้นเป็นครั้งคราวเท่านั้น แต่เกิดขึ้นอย่างเป็นประจำและสม่ำเสมอ

กิจกรรมทางสังคมที่น่าสนใจมากมายในพื้นที่ สามารถจัดเป็นกลุ่มให้เข้าใจได้อย่างชัดเจน ดังนี้

1) การประสานเสียงร้องเพลงกลุ่มเล็ก ๆ

กิจกรรมการประสานเสียงร้องเพลงกลุ่มเล็กนี้ พบเห็นได้ทั่วไปโดยเฉพาะบนถนนหนานจิง (南京路/Nanjing Road) ซึ่งผู้สูงอายุจะจับกลุ่มกันกลุ่มละไม่เกิน 10 คน นั่งอยู่ตามเก้าอี้ในที่สาธารณะ และร่วมกันขับร้องเพลงไปพร้อม ๆ กัน มีทั้งเพลงโอบอประรา เพลงจีนดั้งเดิม โดยมีอุปกรณ์ประกอบจังหวะเล็กน้อย และมีการเปิดเพลงด้วยวิทยุขนาดเล็กพกพาประกอบการร้องไปด้วยกัน ซึ่งบรรยากาศโดยรวมก็เต็มไปด้วยผู้คนทั้งชาวจีนและชาวต่างชาติมากมายที่กำลังเดินช้อปปิ้ง และชมทัศนียภาพของเมืองไปพร้อม ๆ กับชมกิจกรรมทางสังคมในรูปแบบสันตนาการที่หลากหลายบนถนนสายนี้

ถนนหนานจิง กล่าวได้ว่าเป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่สำคัญของเมืองชางไห่ หรือเชียงใหม่ เป็นย่านช้อปปิ้ง ครอบคลุมพื้นที่จากทางด้านตะวันออกจรดด้านตะวันตกของย่านบันด์ (The Bund) ถนนสายนี้ยาวถึง 5-6 กิโลเมตร นักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อสินค้ารวมถึงแฟชั่นชั้นนำได้บนถนนสายนี้ ภายหลังสงครามฝิ่น (ค.ศ. 1839-1842) เชียงไ้ได้ถูกอังกฤษใช้เป็นท่าเรือนานาชาติโดยถนนแห่งนี้ เป็นที่แรกที่เปิดรับการนำเข้าสินค้าจากต่างประเทศเป็นจำนวนมาก ซึ่งต่อมากลายเป็นถนนช้อปปิ้งของเชียงใหม่ นับแต่นั้นจวบจนปัจจุบัน (Quality Express) รวมถึงว่ายังเป็นพื้นที่สาธารณะขนาดใหญ่และยาว ไม่มีรั้ว ไม่มีประตูกั้น จึงพบเห็นผู้คนมากมายที่มีได้มาเพื่อท่องเที่ยวช้อปปิ้งเท่านั้น แต่มาพบปะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นกลุ่มผู้สูงอายุนั่นเอง



รูปภาพกิจกรรมการขับร้องเพลงกลุ่มเด็ก

2) กิจกรรมออกกำลังกาย แอโรบิค

การออกกำลังกาย ถือเป็นกิจกรรมที่ประเทศจีนให้ความสำคัญเป็นอันดับต้นๆ ในแง่ของรัฐบาล ยังมองว่าการกีฬา เป็นเครื่องมือสำคัญในการแสดงพลังของชาติในเวทีระดับโลก สังเกตได้จากการแข่งกีฬามากมายในเวทีโลก เรามักพบว่าประเทศจีนสามารถแสดงความโดดเด่นในด้านนี้ได้เป็นอย่างดีเหลือเชื่อสำหรับกีฬาแทบทุกประเภท

นอกจากนี้แล้ว ไม่เพียงแต่ในกลุ่มผู้สูงอายุที่เรา มักสังเกตเห็นพวกเขาเหล่านั้นเป็นกลุ่มหลักที่เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายในที่สาธารณะกันอย่างแพร่หลาย รัฐฯ ยังได้แสดงความเป็นห่วงด้านสุขภาพลงไปในระดับเยาวชนอีกด้วย เมื่อเดือนกุมภาพันธ์ ปี 2556 สำนักข่าวไทย อสมท. ได้รายงานข่าวการเสียชีวิตของนักศึกษาจีน 2 คนที่เป็นลมหมดสติ และเสียชีวิตอย่างกะทันหันในขณะที่กำลังออกกำลังกายหลังจากที่ไม่ได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเป็นเวลานาน รัฐบาลจึงได้มีนโยบายกำหนดให้นักศึกษาทุกคนต้องผ่านเกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพในการวิ่ง 1,000 เมตร และวิ่ง 3,000 เมตร ทั้งนี้เพื่อปลูกฝังค่านิยมในการรักสุขภาพและหันมาออกกำลังกายกันให้มากขึ้นตั้งแต่ยังอยู่ในวัยรุ่น (สำนักข่าวไทย TNA News, 2013)

ภาพที่ปรากฏในพื้นที่สาธารณะในเขตจิ้งอัน สามารถกล่าวได้ว่า กิจกรรมออกกำลังกาย แอโรบิค สามารถพบเห็นได้มากที่สุดในพื้นที่ และถือเป็นกิจกรรมที่มีขนาดใหญ่ มีผู้เข้าร่วมในแต่ละกลุ่มเป็นจำนวนมาก และไม่เพียงแต่ในถนนหนทางเท่านั้น แต่ระหว่างการเดินทางไปตามที่ต่างๆ ในเมือง ก็ยังสามารถพบเห็นได้ตามมุมถนน พื้นที่โล่งหน้าอาคารสูง หรือได้ต้นไม้ใหญ่ในหลายๆ ที่ ก็มีให้เห็นอยู่ไม่น้อย

สำหรับการออกกำลังกายก็มีหลายชนิด ที่พบมากที่สุดคือการเต้นประกอบเพลง นอกจากนี้ก็ยังมี การออกกำลังกายกับต้นไม้ด้วยการออกแรงทุบหรือใช้ร่างกายกระทบต้นไม้เบา ๆ รวมถึงการออกกำลังกายบรรเทาอาการปวด รักษาโรค เพื่ออายุยืนยาว ตามตำราของอาจารย์ กู เดเฟง (Gu Daifeng) และ ดร.เกา ซิเซิ่ง (Cao Xizhen) ซึ่งเป็นดารารจีน เพื่อสุขภาพโบราณ (ไชยสุริยะ) หรือกิจกรรมการประคองลูกบอลด้วยไม้ระหว่างเต็นรำเดี่ยว และคู่

สถานวิทยุนานาชาติของประเทศจีน (China Radio International) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย ไว้ 4 ประการ ได้แก่ (Ying, 2013)

(1) ช่วยให้ระบบไหลเวียนของเลือดดีขึ้นโดยทำให้เลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ได้มากขึ้น และช่วยป้องกันโรคหัวใจ โรคความดันโลหิตต่ำ มีภูมิต้านทานโรคดีขึ้น และป้องกันโรคต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน โรคอ้วน โรคข้อเสื่อมต่างๆ

(2) ช่วยในการควบคุมน้ำหนักตัว ทำให้ทรงตัวดีขึ้น และทำให้เคลื่อนไหวคล่องแคล่วขึ้น

(3) ช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดีขึ้น

(4) ช่วยลดความเครียด และทำให้นอนหลับพักผ่อนดีขึ้น

กิจกรรมการออกกำลังกายไม่ว่าพบเห็นในที่ใด มักจะเป็นการรวมกลุ่มกันเป็นจำนวนมากกว่า 10 คนเสมอ และการเคลื่อนไหวจะเป็นไปอย่างพร้อมเพรียงกัน มีรูปแบบชัดเจน สังเกตเห็นได้ว่าสมาชิกที่เข้าร่วมมีความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหว สามารถจดจำท่วงท่าได้อย่างแม่นยำ และมักจะพบผู้นำในการทำกิจกรรมในทุกๆ ที่ กิจกรรมในลักษณะนี้จึงสะท้อนภาพความสามัคคี ความสนทนสนม และการร่วมกิจกรรมกันอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำ ถึงจะส่งเสริมให้สามารถดำรงความสัมพันธ์กันต่อไปได้อย่างต่อเนื่องและมั่นคง



รูปภาพกิจกรรมแอโรบิคที่ถนนหนานจิง

3) รำไทเก็ก (太極拳/Taijiquan)⁶

การรำไทเก็กเป็นกิจกรรมที่พบเห็นเฉพาะแต่ในตอนเช้าราว 6 โมงเรื่อยไปจนถึง 8 โมงเท่านั้น และเป็นกิจกรรมที่มีผู้เข้าร่วมจำนวนมากพอๆ กับกิจกรรมแอโรบิค คณะผู้วิจัยได้พบกิจกรรมนี้ที่ดูจะเป็นศูนย์รวมที่มีขนาดใหญ่มากในทุกๆ เช้าที่ลานหน้าถนนซางผิง (昌平路/Changping Road) เป็นการรำโดยใช้สมาธิ และการเคลื่อนไหวที่ช้าๆ แต่ดูมั่นคงหนักแน่น มีผู้นำในการทำกิจกรรม สะท้อนให้เห็นภาพผู้สูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงเป็นอย่างดี และด้วยลักษณะที่เป็นกิจกรรมออกกำลังกายแต่มีความชัดเจนมากกว่าถึงกระนั้นการจัดการ รวมถึงการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิกก็มีลักษณะไม่ต่างไปจากกิจกรรมการออกกำลังกายที่ได้กล่าวไปก่อนหน้านี้



รูปภาพกิจกรรมรำไทเก็กหน้าลานสาธารณะถนนซางผิง

4) เต้นรำ

กิจกรรมการเต้นรำมีลักษณะคล้ายกันกับกิจกรรมการประสานเสียงร้องเพลงกลุ่มเล็ก แต่เป็นการจับกลุ่ม และจับคู่กัน หรือโดยสลับคู่ไปมา เพื่อเต้นรำในจังหวะต่างๆ ประกอบเสียงเพลงนั่นเอง กิจกรรมนี้พบเห็นไม่มากนัก และรวมตัวกันไม่เกิน 10 คน แต่พบว่าเป็นกิจกรรมที่สามารถเรียกรอยยิ้ม และดึงความสนใจจากผู้คนโดยรอบได้ไม่น้อย

⁶วิชามวยไทเก็กเป็นศิลปะยุทธ์ที่มีชื่อเสียงในประเทศจีน เชื่อกันว่าปรมาจารย์ผู้ให้กำเนิดมวยไทเก็กคือนักพรตชื่อ จางซานฟง (เสียชีวิตในภาษาแต้จิ๋ว) ซึ่งมีชีวิตอยู่ในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 12-14 มวยไทเก็กมีลักษณะนุ่มนวล โอนอ่อน ผ่อนคลาย การเคลื่อนไหวลื่นไหลต่อเนื่อง การหายใจสอดประสานไปกับการเคลื่อนไหว พร้อมทั้งต้องตั้งใจติดตามการเคลื่อนไหวของร่างกายไปตลอด ทำให้เกิดสมาธิ เหมาะกับคนทุกเพศทุกวัย แม้แก่ชรา จะช่วยให้สุขภาพแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจสามารถใช้เป็นศิลปะป้องกันตัวได้หากได้รับการฝึกฝน

เนื่องจากสะท้อนให้เห็นภาพของผู้สูงอายุชายหญิงที่ร่วมกันเต้นรำในจังหวะต่าง ๆ อย่างคล่องแคล่วและร่าเริง



รูปภาพกิจกรรมเต้นรำที่ถนนหนานจิง

5) กิจกรรมแสดงดนตรีสด

กิจกรรมแสดงดนตรีสด พบเห็นได้ไม่มากนัก แต่พบว่าเป็นกิจกรรมที่แตกต่างไปจากกิจกรรมอื่น เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่มีผู้ชมมากมายนับร้อยที่ผ่านมาและหยุดชม มีความสัมพันธ์กับผู้ชม และสภาพแวดล้อม โดยวงดนตรีทั้งวงประกอบไปด้วยผู้สูงอายุ จับจองเครื่องดนตรีที่ตนเองถนัด และเล่นเพลงที่ดูเหมือนจะเป็นที่รู้จักกันดีในประเทศจีน ซึ่งก็สังเกตได้ว่ามีใช้เพลงในกลุ่มผู้สูงอายุเท่านั้น แต่กลุ่มวัยรุ่นหนุ่มสาวก็สามารถร้องตามได้เช่นกัน พบว่าผู้สูงอายุในวงมีเป็นจำนวนมาก สลับพลัดเปลี่ยน และมีเครื่องดนตรีและหน้าที่ที่หลากหลาย เช่น นักร้อง กลอง กีตาร์ เบสส์ แซกโซโฟน เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีการจัดเก้าอี้เป็นวงกลมขนาดใหญ่ไว้สำหรับผู้ชมที่ผ่านไปมาได้นั่งชมดนตรีและสนุกสนานไปได้อย่างใกล้ชิดอีกด้วย



รูปภาพกิจกรรมการแสดงดนตรีสดที่ถนนหนานจิง

การเกิดขึ้น ดำรงอยู่ และความยั่งยืนของกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ

กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุต่าง ๆ ที่ได้พบเห็นตามที่ได้นำเสนอไปแล้ว เห็นได้ว่าไม่ได้มีความซับซ้อน ล้วนแล้วแต่เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นได้ทั่วไปไม่ว่าสังคมใดในโลกก็ตาม เนื่องจากกิจกรรมในเชิงสุขภาพเหล่านี้ เป็นพื้นฐานที่มนุษย์จะพึงกระทำได้โดยง่าย ไม่ได้มีความซับซ้อนในเชิงวัฒนธรรมจารีตอันที่จะต้องมีการขั้นตอนและอุปกรณ์มากมาย ซึ่งจะตามมาด้วยการเพิ่มขึ้นของต้นทุน ทั้งเวลา สถานที่ และทรัพยากรเสมอ

แม้กระนั้นก็ตาม กิจกรรมที่ดูเรียบง่ายไม่ซับซ้อนดังกล่าว ก็ยังสามารถเกิดขึ้นได้อย่างสม่ำเสมอในหลาย ๆ พื้นที่ หรือในหลายประเทศก็ยังไม่สามารถพัฒนาให้มีศักยภาพและความยั่งยืนได้อย่างสมบูรณ์ ดังเช่นประเทศไทย ที่ยังขาดแรงจูงใจ และการรวมตัวด้วยความสมัครใจไปตามความต้องการของผู้สูงอายุโดยตรงอย่างแท้จริง

มโนทัศน์ของการทำกิจกรรม (Activity Theory) มองว่า ผู้สูงอายุจะมีความสุขทั้งกายและใจได้ หากมีการทำกิจกรรมและเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา และกิจกรรมก็จะทำให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและรู้สึกว่ามีประโยชน์

ผู้เกี่ยวข้องนอกจากจะต้องคำนึงถึงเรื่องสุขภาพแล้ว ยังจำเป็นต้องคำนึงถึงกระบวนการการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ และด้านสังคมที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับกระบวนการผู้สูงอายุ และมีผลกระทบต่อกัน โดยเชื่อว่า การที่ผู้สูงอายุได้ลดบทบาททางสังคมของตนลง ทำให้ไม่เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ไม่ได้รับการสนับสนุนจากสังคม และไม่ได้เป็นผู้ให้การสนับสนุนแก่สังคม ผลที่ตามมาจะทำให้ผู้สูงอายุไม่มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม

แต่เนื่องจากกิจกรรมเป็นสิ่งที่ทำให้สุขภาพของผู้สูงอายุดี ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ-อารมณ์ กิจกรรมจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีความเพลิดเพลิน มีความพึงพอใจในชีวิต มีบุคลิกที่กระฉับกระเฉง เกิดภาพพจน์ที่ดีแก่ตนเอง และสามารถปรับตัวให้เข้ากับกิจกรรม

ใด ๆ ก็ตาม นั่นหมายถึง ผู้สูงอายุได้มีบทบาท และสถานภาพอยู่ในระดับหนึ่งของสังคม และจากการที่ผู้สูงอายุได้มีบทบาท และสถานภาพทางสังคม ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึก ว่าตนเองมีคุณค่า มีความหมายต่อสังคม ไม่เป็นผู้ไร้บทบาท เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และสามารถที่จะกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคมได้ (อ้างถึงใน กรรณิกา เจริญลักษณ์, 2545)

“กิจกรรม” ในแง่นี้ จึงมอบสถานะและตัวตนให้แก่ผู้สูงอายุที่ถูกลดบทบาทในสังคม อันเป็นผลจากการเกษียณอายุ ว่างาน หรือขาดคนใกล้ชิด การได้เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งและ ทำกิจกรรมต่าง ๆ นั้น จึงทำให้ไม่โดดเดี่ยว เวลาว่างถูกใช้ไปกับตนเองและคนรอบข้าง ส่งผลให้ผู้สูงอายุไม่คิดฟุ้งซ่าน เกิดความรู้สึกว่าตนเองได้มีความเกี่ยวข้องและยึดโยง ผูกพันกับใครบางคน กลุ่มบางกลุ่ม และกิจกรรมบางอย่างที่ตนเองต้องการจะทำ เพื่อ ความสุขทั้งทางกาย และทางใจจากความต้องการของตนเองโดยตรง

แต่สิ่งที่น่ากังวลอยู่ที่ว่า จะทำอย่างไรให้กิจกรรมเหล่านั้น เกิดขึ้น และดำรงอยู่อย่าง ยั่งยืนได้ต่อไปอย่างมีเสถียรภาพ มิได้เกิดขึ้นเพียงชั่วคราวชั่วคราว มิเช่นนั้นแล้ว กิจกรรม ที่จัดขึ้นก็มิได้ก่อให้เกิดคุณูปการอันใดแก่สังคมและผู้สูงอายุ

ธรรมชาติของมนุษย์เป็นสัตว์สังคม มีอายุอยู่ได้อย่างโดดเดี่ยว ดังที่กล่าวไปแล้ว ในบทนำ จึงมีความต้องการพื้นฐานอยู่ลึก ๆ ว่าปัจเจกแต่ละคน ต้องการที่จะสัมผัสกับ คนรอบข้าง แม้สภาพแวดล้อมโดยรอบจะไร้ซึ่งผู้คน ก็ปฏิเสธไม่ได้ว่าเขาคนนั้นมีต้องการ ใครสักคนหนึ่งที่จะพูดคุยหรือสังสรรค์ด้วย ดังนั้นแล้วจึงเป็นเรื่องง่ายที่จะชักนำผู้คนหรือ ผู้สูงอายุให้ออกมาพบกัน แต่จะทำอย่างไรนั้นจะขอกกล่าวในส่วนตัวท้าย

อย่างไรก็ดี ในชีวิตประจำวัน เราใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มต่าง ๆ และได้เรียนรู้ สิ่งต่าง ๆ เกี่ยวกับวัฒนธรรม คุณค่าทางสังคม ตลอดจนแบบลักษณะของพฤติกรรม จากกลุ่มต่าง ๆ เหล่านี้ (สายใจ คุ่มขนาน, 2553)

คำว่า “กลุ่ม” คือคนจำนวนหนึ่ง มากหรือน้อยก็ได้ แต่คนในกลุ่มนี้จะต้องมีความ สัมพันธ์ของตนกับคนอื่น ในการกระทำ และความสัมพันธ์นี้ สมาชิกคนอื่น ๆ จะต้องให้ ความสนใจเพียงพอ

Park และ Burgess กล่าวว่า กลุ่มสังคมจะต้องประกอบด้วยบุคคลจำนวนหนึ่ง ที่สามารถกระทำการบางอย่างสอดคล้องกันได้อย่างดี และการกระทำนั้นจะต้องมี วัตถุประสงค์ร่วมกัน

Merton ให้คำจำกัดความว่า กลุ่ม คือบุคคลจำนวนหนึ่ง ซึ่งมีรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ มีความรู้สึกที่ตนเองเป็นสมาชิกของกลุ่ม และได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นว่าตนเป็น สมาชิกของกลุ่มนั้น ๆ

ดังนั้น คุณลักษณะของความเป็น “กลุ่ม” จึงมีอยู่ด้วยกัน 5 ประการ ดังนี้

(1) สมาชิกต้องมีการกระทำหรือติดต่อสัมพันธ์กันในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ไม่ว่าจะอยู่ในรูปของการพูด ทำทาง เขียน หรือดนตรี และมีอิทธิพลทางพฤติกรรมซึ่งกันและกัน ของสมาชิก มิใช่แค่การมารวมกันอยู่เฉยๆ (2) สมาชิกแต่ละคนจะบ่งชี้ว่าตัวเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และได้รับการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มโดยสมาชิกของกลุ่มคนอื่น ๆ

(3) สมาชิกแต่ละคนจะถูกคาดหวังโดยสมาชิกคนอื่น ๆ ให้อยอมรับความรับผิดชอบ และหน้าที่ที่มีขึ้นโดยบรรทัดฐานเฉพาะกลุ่ม และจะมีสิทธิ หน้าที่ เฉพาะในฐานะที่เป็นสมาชิกของกลุ่ม

(4) มีการแบ่งงานกันทำในกิจกรรมภายในกลุ่ม

(5) ความเชื่อมแน่นของกลุ่ม (Group Cohesiveness) สมาชิกจะต้องมีความผูกพัน ยึดแน่นกับกลุ่ม มากน้อยขึ้นกับกลุ่มนั้นๆ

อย่างไรก็ดี การรวมกลุ่มของคน ทำให้สามารถตอบสนองความต้องการเบื้องต้น 2 ประการ คือ

(1) การสนองความต้องการเชิงเครื่องมือ (Instrumental needs) การรวมกลุ่มทำให้ เขาสามารถทำกิจกรรมหรืองานต่างๆ ได้สำเร็จหรือมีประสิทธิภาพขึ้นมากกว่าการทำได้ เดี่ยว

(2) การสนองตอบความต้องการทางอารมณ์หรือจิตใจ (Expressive needs) เป็นการ ให้กำลังใจ ให้ความรัก ความเป็นมิตร

จากข้างต้นนี้ “กลุ่ม” จะเกิดขึ้นจากการออกมาพบปะกันด้วยเป้าประสงค์ส่วนตัว บางประการที่มีร่วมกันของกลุ่มนั้นๆ จึงจะทำให้กลุ่มเกิดขึ้น แต่หากจะดำรงอยู่ได้เป็น เรื่องของการส่งเสริมจากบริบทแวดล้อม เช่น ครอบครัว สังคม ชุมชน เป็นต้น จากนั้น ด้วยลักษณะธรรมชาติของกลุ่ม จะขับเคลื่อนให้กิจกรรมและการรวมตัวเกิดขึ้นซ้ำ เป็นประจำ และสม่ำเสมอได้เองโดยธรรมชาติ สมาชิกจะสัมพันธ์กันในการรับรู้ตัวตนระหว่างกัน แบ่งหน้าที่กันทำ ซึ่งทำให้ทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และรู้สึกว่าคุณตัวตนอยู่ในกลุ่ม

เห็นได้ว่าเมื่อผู้คนได้พบปะกันด้วยการสัมพันธ์กันบางอย่าง จำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะต้องส่งเสริมให้ความสัมพันธ์นั้น เกิดขึ้นซ้ำอีกในช่วงแรก อาจด้วยการส่งเสริมจาก ครอบครัว เช่น การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุออกไปพบปะเพื่อนวัยเดียวกัน หรือด้วยการ ส่งเสริมจากภาครัฐ เช่น การจัดการสิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐาน (Facilities) หรือการ คมนาคมอย่างทั่วถึง เป็นต้น

การดำรงอยู่ของกลุ่ม จึงจะนำมาซึ่งกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุที่จะส่งผลในทาง ตรงแก่สุขภาพร่างกายและจิตใจดังที่หมาย และผลทางอ้อมแก่สังคมที่มีความเข้มแข็ง มีความยืดหยุ่น และมีความสามัคคีของสมาชิกร่วมกันสูงกว่าสังคมที่มีลักษณะเป็นปัจเจก โดดเดี่ยว อันเป็นสาเหตุของปัญหาสังคมมากมายตามมา

การเกิดขึ้น และการดำรงอยู่ดังที่กล่าวเป็นเรื่องที่ต้องให้ความสำคัญ แต่การ “ดำรงอยู่อย่างยั่งยืน” นั้น ก็มีความสำคัญไม่แพ้กัน

ความยั่งยืนในที่นี้ คือ การดำรงอยู่อย่างถาวร คงทน พร้อมปรับตัว และมีความยืดหยุ่นสูง สิ่งนี้จะเกิดขึ้นได้จำเป็นที่จะต้องกล่าวถึง “ความเชื่อมั่นของกลุ่ม” (Group Cohesiveness) มีความน่าสนใจในการนำมาอธิบายภาพกิจกรรมสังคมผู้สูงอายุในประเทศจีน ที่อาจช่วยทำให้เห็นความยั่งยืนของกิจกรรมได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

ความเชื่อมั่นของกลุ่ม หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่มและระหว่างสมาชิกกับกลุ่ม ว่ามีความแข็งแกร่งมากน้อยเพียงใด มีปัจจัยที่ส่งผล ดังนี้

- (1) ยังมีเวลาเป็นสมาชิกในกลุ่มมานาน ยิ่งมีความเหนียวแน่นมากขึ้น
- (2) สมาชิกยังมีภูมิหลังคล้ายคลึงกัน กลุ่มยิ่งมีความเหนียวแน่นมากขึ้น
- (3) สมาชิกยังมีการปฏิสังสรรค์ระหว่างกันมาก ความสัมพันธ์ยิ่งเหนียวแน่นมากขึ้น

- (4) กลุ่มยังมีขนาดเล็ก สมาชิกยังมีความสัมพันธ์สนิทสนมกัน มีการปฏิสังสรรค์ระหว่างกันมาก จึงยิ่งทำให้มีความเหนียวแน่นมากขึ้น

- (5) กลุ่มที่มีภัยคุกคามจากภายนอกมาก หรือจำเป็นต้องแข่งขันกับภายนอกมาก สมาชิกในกลุ่มยิ่งมีความสามัคคีเหนียวแน่นมากขึ้น

จากข้างต้นนี้ จึงย้อนกลับไปสู่มนต์เรื่อง “กลุ่ม” อีกครั้ง เราจะเห็นว่าความสำเร็จของกิจกรรมและกลุ่ม หลีกหนีไม่พ้นไปจากความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันของสมาชิกในกลุ่ม เช่นเดียวกับที่กล่าวไปแล้วในประเด็นเรื่องการดำรงอยู่ของกลุ่ม อันจะต้องให้ความสำคัญกับความสม่ำเสมอของการพบปะซึ่งกันและกันของสมาชิก

เมื่อเป็นเช่นนี้ การดำรงอยู่อย่างยั่งยืน จึงจำเป็นที่จะต้องส่งเสริมให้กลุ่มเกิดขึ้น ย้ำ ข้ำให้เกิดการปฏิสัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ และกลุ่มจะต้องสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกัน ทั้งนี้ปัจจัยภายนอกเป็นผู้มีบทบาทสำคัญทางอ้อม ที่จะช่วยกันสร้างสภาพแวดล้อมที่ต่อเนื่องกัน เช่น สิ่งอำนวยความสะดวกในพื้นที่สาธารณะ การคมนาคม และจะต้องสร้างบรรยากาศของความราบรื่น ปราศจากความเครียดหรือความขัดแย้งรุนแรงในครอบครัว ชุมชน และสังคม

สรุป และข้อเสนอแนะ

กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ ถือเป็นสิ่งที่สังคมต้องให้ความสำคัญอย่างยิ่ง ในช่วงขณะที่โลกกำลังจะกลายเป็นโลกของผู้สูงอายุ อันเกิดจากการพัฒนาของเทคโนโลยีที่ทำให้มนุษย์มีชีวิตได้ยืนยาวมากยิ่งขึ้นอย่างนี้แล้ว ยังไม่สามารถมองข้ามคนกลุ่ม (กำลังจะ) ใหญ่นี้ได้เลย

แต่การส่งเสริมให้กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุเกิดขึ้น และดำรงอยู่อย่างยั่งยืนได้นั้น ก็มีใช้เรื่องง่าย แต่ครอบครัว ชุมชน และสังคมนั่นเองที่ต้องยื่นมือเข้าช่วยเหลือ และร่วมมือกันลงมือทำให้เกิดขึ้น มีใช้เพื่อใคร แต่เพื่อตนเอง และเราทุกคน ที่จะต้องกลายเป็นผู้สูงอายุเข้าให้สักวันหนึ่งในอนาคต

จากที่กล่าวมาทั้งหมดในบทความนี้ จึงมีข้อเสนอในเชิงนโยบายแก่ภาครัฐที่สำคัญยิ่ง 2 ประการเพื่อที่จะส่งเสริมและสนับสนุนให้กิจกรรมทางสังคมเกิดขึ้นได้จริงจากการเรียนรู้จุดแข็งของประเทศจีน

(1) “กิจกรรมทางสังคม” ที่ดี และเกิดขึ้นได้ง่าย ล้วนปรากฏอยู่ในพื้นที่สาธารณะ การใช้พื้นที่สาธารณะในประเทศจีน ได้เปิดโอกาสให้ประชาชนเข้าใช้พื้นที่ได้อย่างอิสระเสรี จัดได้ว่ามิได้ถูกปิดกั้นโดยรัฐฯ แต่อย่างใด จึงเป็นปัจจัยส่งเสริมอย่างสำคัญ ที่ทำให้ผู้คนสามารถออกมาใช้ชีวิตในพื้นที่ว่างในเมืองได้อย่างเต็มที่ ผู้สูงอายุ หรือใครก็ตาม สามารถจับจองพื้นที่ในการรวมตัวกันเพื่อทำกิจกรรมได้อย่างกว้างขวาง ปราศจากการแทรกแซง จึงทำให้ผู้สูงอายุมีพื้นที่ในการแสดงออกโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ไม่มีต้นทุน อันเป็นปัจจัยสำคัญที่จะส่งเสริมให้กิจกรรมต่างๆ เกิดขึ้นได้ง่าย และดำรงอยู่อย่างสม่ำเสมอ

รัฐฯ จึงควรแสดงบทบาทนำ เพื่อสร้างพื้นที่สาธารณะให้มากขึ้น โดยเน้นที่การกระจายตัวอยู่ทั่วทุกแห่งในเมือง และที่สำคัญจำเป็นจะต้องเข้าถึงได้อย่างเสรี การเดินทางไปในพื้นที่สาธารณะแต่ละแห่งมีการคมนาคมสาธารณะที่ทั่วถึง ทั้งนี้เนื่องจากสถานที่ตั้งและระยะทาง เป็นอีกปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจออกไปเข้าร่วมกิจกรรมในที่ต่างๆ กล่าวคือ ผู้สูงอายุต้องคาดเดาถึงระยะเวลาที่ใช้ในการเดินทาง ความใกล้ไกลของกิจกรรมที่จะเข้าร่วม โดยคำนึงถึงความสะดวกรวดเร็วเป็นสำคัญ

การเดินทางในเขตจิ้งอัน ประเทศจีน ถือว่ามีความสะดวกสบาย และทั่วถึงมากพอสมควรทั้งรถเมล์ และรถไฟใต้ดิน แต่ปัจจัยที่สำคัญอีกประการคือ กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในเขตจิ้งอันนี้ กระจายตัวอยู่มากในทุกๆ ที่ รวมถึงรวมตัวกันอยู่มากในใจกลางเมืองที่ถนนหนทางจึง ทำให้ระยะทางของสถานที่ตั้งที่จะต้องออกมาเข้าร่วมกิจกรรม มีใช้อุปสรรคสำคัญ ผู้สูงอายุส่วนมากใช้การเดินทางออกมาทำกิจกรรมในที่ที่ใกล้กับที่พักของตนเองมากกว่าจะเลือกเดินทางไปในที่ไกลออกไป จึงส่งผลให้เราสามารถพบเห็นกิจกรรมทางสังคมได้ง่าย และพบเห็นในจำนวนมากในเขตเมือง

นอกจากนี้ การเปิดโอกาสในการให้ประชาชนใช้พื้นที่สาธารณะได้นั้น ยังส่งผลในด้านบวกแก่การท่องเที่ยว หรือความมีชีวิตชีวาของเมืองได้เป็นอย่างมาก เนื่องจากจะสามารถสร้างความครึกครื้นให้กับเมือง มีผู้ชม และผลักดันให้ผู้คนออกมาใช้ชีวิต ส่งผลต่อการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกันในพื้นที่สาธารณะ

การสร้างพื้นที่สาธารณะ และการสนับสนุนด้านสิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐาน
จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่รัฐฯ ในฐานะผู้มีอำนาจในการจัดการควรจะทำให้ความสนใจ

(2) กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุที่เข้มแข็งและยั่งยืนได้นั้น ล้วนแล้วแต่เป็น
กิจกรรมที่เกิดขึ้นจากความต้องการและการจัดการตนเองของสมาชิกผู้เข้าร่วม ไม่มีพันธะ
หรือข้อผูกมัดใครแต่อย่างใด จึงส่งผลสำคัญที่ทำให้กิจกรรมเหล่านี้มีความชัดเจน มีความ
ตั้งใจ มีได้ถูกจัดขึ้นด้วยการบังคับ เมื่อเป็นสิ่งที่มีความต้องการของผู้สูงอายุโดยตรงแล้ว
จึงยิ่งทำให้กิจกรรมเหล่านั้น มีความสม่ำเสมอมากยิ่งขึ้น ถือได้ว่าเป็นปัจจัยสำคัญที่รัฐฯ
ควรประสานไปยังชุมชนเพื่อเริ่มจากการค้นหาความต้องการของผู้สูงอายุให้ได้ และพัฒนา
ไปสู่การส่งเสริมรูปแบบของกิจกรรมให้ตรงกับความต้องการเหล่านั้น และสนับสนุนให้
เกิดขึ้นได้จริง

รายการอ้างอิง

- Leea Othelia Eun-Kyoung, และ Kimb Jeehoon. (2013). *Physical and Social Activities of Older Adults With Functional Limitations*.
- Linger Liu. (20 Febuary 2013). *Shanghai population now overshadows Taiwan*.
เรียกใช้เมื่อ 18 December 2013 จาก China Post: <http://www.chinapost.com.tw/china/national-news/2013/02/20/370722/Shanghai-population.htm>
- Ping. (31 August 2013). *ผู้นำจีน ให้ความสำคัญกับการส่งเสริมและพัฒนาการกีฬาทั่ว
ประเทศ*. เรียกใช้เมื่อ 8 December 2013 จาก CRI Online: <http://thai.cri.cn/247/2013/08/31/63s213094.htm>
- Quality Express. (ม.ป.ป.). *ข้อมูลการท่องเที่ยว เชียงไฮ้*. เรียกใช้เมื่อ 29 ตุลาคม 2556
จาก Shanghai travel guide: <http://www.qetour.com/travel-guide/shanghai-travel-guide.php>
- Ying. (16 July 2013). *ความสำคัญของการออกกำลังกายกับสุขภาพ (1)*. เรียกใช้เมื่อ 8
December 2013 จาก CRI Interntional: <http://thai.cri.cn/247/2013/07/16/232s211706.htm>
- กฤษฎา พรหมเวศ. (ม.ป.ป.). *จีนกับการเตรียมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ*. เรียกใช้เมื่อ 18
December 2556 จาก สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อย
โอกาส และผู้สูงอายุ: <http://central.opp.go.th/center/index.php/ct-menu-item-6/ct-menu-item-12/10-blog/62-article8>

- แก้วจันทร์ทิพย์ ไชยสุริยะ. (ม.ป.ป.). ตำราจีน เพื่อสุขภาพดี มีอายุยืน. กรุงเทพฯ: เคล็ดไทย.
- ข้อมูลพื้นฐานนครเซี่ยงไฮ้. (ม.ป.ป.). เรียกใช้เมื่อ 18 December 2013 จาก สถานกงสุลใหญ่ ณ นครเซี่ยงไฮ้: http://www.thaishanghai.com/th/visit_shanghai/shanghai/
- พรชัย ตระกูลวรานนท์. (15 February 2553). ผู้สูงอายุในสังคมจีน. เรียกใช้เมื่อ 18 December 2556 จาก คลื่นบูรพา: http://eastern-current.blogspot.com/2010/02/blog-post_15.html
- พลเดช ปิ่นประทีป. (27 April 2555). สวัสดิการสังคมในแบบฉบับของจีน. เรียกใช้เมื่อ 18 December 2556 จาก Thai Socialism: http://thaisocialist.com/thaisocialist1/cin_suksa/Entries/2012/4/27_swadikar_sangkhm_n_bb_chbab_khxng_cin.html
- มติชน ออนไลน์. (2 October 2013). ดัชนีชี้วัดสากลเผย ทั่วโลกต้องรับมือสังคมผู้สูงอายุ-ไทยเกาะกลุ่มอยู่ระดับกลาง. เรียกใช้เมื่อ 18 December 2013 จาก มติชน ออนไลน์: http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1380717582&grpid=03&catid=06&subcatid=0600
- วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2553). *สรุปการประชุมวิชาการ เรื่อง พัฒนางานผู้สูงอายุไทยอย่างก้าวหน้าและยั่งยืน*.
- สำนักข่าวไทย TNA News. (1 February 2013). จีน/ลูกฝังนิสัยเยาวชนรักการออกกำลังกาย. เรียกใช้เมื่อ 8 December 2013 จาก mcot: <http://www.mcot.net/site/content?id=510b64ca150ba04c6f000227#.UqPiTfQW0UM>
- สำนักข่าวไทย. (1 February 2556). จีน/ลูกฝังนิสัยเยาวชนรักการออกกำลังกาย. เรียกใช้เมื่อ 10 December 2556 จาก Mcot: http://www.mcot.net/site/content?id=510b64ca150ba04c6f000227#.UrJfY_QW0UN
- หวังมหาพร ปิยากร. (2554). *ผู้สูงอายุไทย พัฒนาการเชิงนโยบายภาครัฐจากอดีตสู่ปัจจุบัน และแนวโน้มในอนาคต*.