ผู้สูงอายุ กับสังคมไทย

โดย Min Sen Concept (Social) 5 มิถุนายน 2564

ผู้สูงอายุในปัจจุบันมีพฤติกรรมที่แตกต่างจากเดิม ที่แต่เดิมเป็นปู่ย่าตายายที่จับเจ่าเลี้ยงดูหลาน ทำกับข้าวให้กับลูกหลาน หรืออยู่คอยเฝ้าบ้านทำความสะอาดบ้าน ซึ่งอาจจะไม่ค่อยถูกจริตกับคนยุคใหม่ ที่คุ้นเคยกับการออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน และการมีกิจกรรมทางสังคมในการสังสรรค์ การออกไปตระเวนหาของอร่อย ๆเพื่อที่จะรับประทาน รวมถึงการไปถ่ายภาพและ Post ส่งให้คนอื่นได้มีโอกาสเห็นใน social media อาจจะเป็นการถ่ายรูปลูกหลานไปด้วยก็ได้ หรือแม้แต่ส่งดอกไม้ใน line

สำหรับผู้ที่สนใจในการพัฒนาตนเอง มีการอบรมหลายหลักสูตรในหลายสถาบันที่อาจมีค่าใช้จ่ายไม่มากนัก หรืออาจจะฟรี โดยทั้งที่มีระยะสั้นและระยะยาว ซึ่งอาจจะเป็นศิลปะบำบัด ดนตรี คอมพิวเตอร์สำหรับผู้สูงวัย รวมถึงการเรียนรู้เพื่อเป็นงานอดิเรก โดยเฉพาะในสถาบันพระปกเกล้า สถาบันการศึกษาหลายแห่ง มีหลายหลักสูตร และกิจกรรมที่บ้านปันรัก ซึ่งเป็นเวทีในการแบ่งปัน เป็นพื้นที่กระตุ้นเราให้ผู้สูงอายุที่เข้ามาเปลี่ยนตัวเองจากการผู้เรียน กลายเป็นผู้สอน และจากผู้รับกลายเป็นผู้ให้ โดยสมาคมนี้ตั้งอยู่ในซอยอารีย์ มีกิจกรรมหลายรูปแบบ ทั้งการวางแผนทางการเงิน การจัดการภาษี กฎหมายที่ควรรู้ การเรียนภาษาอื่น ๆ เช่น จีน อังกฤษ ญี่ปุ่น ฯ หรือการเรียนวาดหาพับผ้าเช็ดหน้า แกะสลัก ลีลาศ ฯ หรือการเข้าร่วมกิจกรรมกับชมรมผู้สูงอายุ ตามหน่วยงานราชการต่าง ๆ โรงพยาบาล องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น ฯ

สำหรับผู้ที่อยู่อาศัยในกรุงเทพมหานคร มาจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุตามนโยบายของรัฐบาล เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่า โดยมีการเตรียมความพร้อมให้มีรายได้มั่นคงขึ้นด้วย ให้ผู้สูงอายุมีโอกาสถ่ายทอดเผยแพร่ภูมิปัญญาของตนต่อคนรุ่นหลัง 6 สาขา ได้แก่ คหกรรม เกษตรกรรม ศิลปกรรม สาธารณสุข ภาษาและวรรณกรรม และวัฒนธรรมประเพณี ส่งเสริมการจ้างงานที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ จัดฝึกอาชีพสัญจรให้แก่ผู้สูงอายุในชุมชน ชมรมผู้สูงอายุในโรงพยาบาล ศูนย์บริการสาธารณสุข และโรงเรียนฝึกอาชีพกรุงเทพมหานครกว่า 10 แห่ง เปิดสอนวิชาชีพระยะสั้น 6 ประเภท มากกว่า 90 วิชาชีพ เช่น ขนมอบ อาหารไทย เสื้อผ้าสตรี และอบรมทักษะการใช้งานคอมพิวเตอร์และอินเตอร์เน็ต ฯ และยังมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ โดยจัดสัมมนาให้ความรู้ทางวิชาการ เพื่อการเตรียมควมาพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ และยังมีศูนย์บริการผู้สูงอายุดินแดง ให้บริการผู้สูงอายุในลักษณะสโมสรผู้สูงอายุ มีกิจกรรมกายภาพบำบัด ธาราบำบัด ออกกำลังกาย ดนตรีสากล ดนตรีไทย นาฏศิลป์ และลีลาศ

หลักสูตรอีกหลักสูตรที่อาจจะไม่ใช่สำหรับผู้สูงอายุ แต่เป็นหลักสูตรที่อาจจะเป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ เพื่อช่วยให้พวกเขาเข้าใจธรรมชาติความเจ็บป่วย พฤติกรรม และลักษณะพิเศษของผู้สูงอายุ เรียนรู้ทฤษฎีและการปฏิบัติ พร้อมการใช้สุนัขมาเป็นตัวช่วยเพื่อช่วยตอบสนองความต้องการพิเศษเหล่านี้ ซึ่งคือ คอร์สสุนัขนักบำบัด เพื่อดูแลผู้สูงอายุ โดยสุนัขจะได้รับการฝึกให้คุ้นเคยกับอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้กับผู้สูงอายุ เช่น รถเข็น ไม้ค้ำยัน การเดินช้า และความนั่งในยามที่อยู่ดูแลพวกเขา สุนัขจะได้รับการฝึกความสามารถที่เสริมกิจกรรมบำบัดฟื้นฟูสมรรถภาพกล้ามเนื้อ สร้างความเพลิดเพลิน และกระตุ้นให้พวกเขาได้

ใช้เวลาด้วยความกระตือรือร้นในทุกวัน เป็นการคืนความหนุ่มสาว และสร้างรอยยิ้มให้แก่ผู้สูงอายุ โดยพวกเขาจะได้มีการพัฒนาการที่ดีขึ้นในการเข้าสังคม การสื่อสาร การตื่นตัว อารมณ์แจ่มใส ความเจ็บปวดลดลง ความจำดีขึ้น การสัมผัส การมองเห็น ความก้าวร้าวและการต่อต้านลดลง อยู่อย่างมีความหมาย ลดความรู้สึกอ้างว้าง

ผู้สูงอายุในประเทศไทย ยังประสบกับปัญหา ยิ่งแก่ยิ่งจน และจากวิกฤติ COVID-19 จะยิ่งทำให้ปัญหาความยากจนของคนไทยเพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะในคนที่สูงอายุและครอบครัวของพวกเขา ที่จะต้องดูแลผู้สูงอายุ และการที่จะให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสมีงานอย่างเหมาะสม โดยเฉพาะในเมืองไทยมีผู้สูงอายุประมาณ 11 ล้านคน มีเพียงประมาณ 4 ล้านคนที่มีงานทำและมีรายได้ วัยเกษียณที่อยู่ได้โดยไม่ต้องมีงานทำ คือ ข้าราชการบำนาญ ที่ได้รับเงินบำนาญ 70 % ของเงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย ผู้สูงอายุกลุ่มนี้จึงไม่จำเป็นจะต้องทำงานต่อหลังเกษียณอายุ ยกเว้นบางสาขาที่มีการขยายอายุทำงาน เช่น ผู้พิพากษา อัยการ อาจารย์ ที่ขยายอายุเกษียณไปถึง 65 และ 70 ปีเป็นรายกรณี แต่กลุ่มแรงงานเกษียณในระบบประกันสังคมได้เงินบำนาญเพียงร้อยละ 20 ของเงินเดือน ซึ่งอาจจะไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายในอนาคต

และคนอีกจำนวนหนึ่งประมาณ 6-7 ล้านคน ที่ประสบปัญหาทางด้านเศรษฐกิจในการจะมีรายได้เพียงพอต่อการดำรงชีพ หากไม่ได้รับการช่วยเหลือจากลูกหลานในครอบครัว หรือคนอุปถัมภ์ และการมีการจ้างงานผู้สูงอายุจากแรงงานทั่วไปของคณะกรรมการค่าจ้างแรงงาน ที่จะให้อัตราค่าจ้างผู้สูงอายุเป็นรายชั่วโมง พร้อมกับมีคำแนะนำถึงวิชาชีพที่ผู้สูงอายุควรทำและไม่ควรทำ เพื่อจูงใจให้ภาคเอกชนและสถานประกอบการ สามารถจ้างงานผู้สูงอายุเป็นรายชั่วโมงได้ แก้ปัญหาขาด

แคลนแรงงานในบางพื้นที่ และส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีงานทำ สาขาอาชีพที่ผู้สูงอายุควรทำ ควรเป็นงานที่มีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และเหมาะสมกับสภาพร่างกาย อาจจะเป็นงานที่ใช้ประสบการณ์ ความน่าเชื่อถือ และไม่หนักจนเกินไป ซึ่งได้แก่ งานเกี่ยวกับอาหาร เครื่องดื่ม สุขภาพ ความเป็นอยู่ ได้แก่ การแจงสิ่งของ สำรวจความพึงพอใจลูกค้า หรืองานในภาคอุตสาหกรรม เช่น โค้ชสอน และควบคุมงานให้เด็กรุ่นใหม่ หรืออาชีพอิสระในกลุ่มงานช่างเบื้องต้น เช่น ล้างแอร์ ช่างไฟฟ้า ช่างประปาในการดูแลบ้านพัก ส่วนงานที่ไม่เหมาะสม คือ งานที่ต้องใช้ความรวดเร็ว เช่น แคชเชียร์ งานก่อสร้างที่ต้องใช้แรงงานหนัก ๆ ฯ

การสร้างหลักประกันความมั่นคงให้ผู้สูงอายุ คือ ผู้สูงอายุควรจะมีงานทำที่ช่วยให้มีรายได้ต่อเนื่อง โดยเฉพาะในกลุ่มที่ไม่มีประกันสังคม และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุอีกกลุ่มมีโอกาสทำงานและมีรายได้มากขึ้น เพียงพอที่จะเลี้ยงตนเอง และคนในครอบครัว และเป็นการสร้างความมั่นคงให้กับสังคม รวมไปถึงการสร้างคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุเอง เป็นการใช้เวลาว่างอย่างมีคุณค่า และมีความสุข ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว จากการที่ครอบครัวไทยมีบุตรน้อยลง และไม่ค่อยมีเวลาว่างให้กับผู้สูงอายุ ตลอดจนยังช่วยให้พวกเขาพึ่งพาตนเองได้ ไม่ต้องพึ่งพิงลูกหลานหรือรัฐบาล ซึ่งรายได้จากภาครัฐที่ได้รับนั้นไม่สามารถเพียงพอต่อการดำรงชีพ

ต้องการติดตามเรื่องราวอื่น ๆ เพิ่มเติมได้

จาก www.minsenconcept.com