

## บทที่ 5

### สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกลเพื่อพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เป็นการวิจัยเชิงทดลอง แบบ one group pretest-posttest design ผู้วิจัยนำเสนอสรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ดังนี้

#### 1.สรุปการวิจัย

##### 1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1.1 เพื่อศึกษาความต้องการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

1.1.2 เพื่อพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกลเพื่อพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

1.1.2 เพื่อประเมินผลการใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลเพื่อพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

##### 1.2 วิธีดำเนินการวิจัย

###### 1.2.1 ประชากร

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้นำกลุ่มผู้สูงอายุและผู้สูงอายุจากชมรมผู้สูงอายุ กลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

###### 1.2.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้จำแนกเป็นสองกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างแรกเป็นผู้นำผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุและผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดบริการทางสาธารณสุขแก่ผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร จังหวัดนนทบุรี และจังหวัดปทุมธานี จำนวน 7 คน ที่ได้รับการคัดเลือกแบบเจาะจง โดยเป็นผู้ที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการกำหนดแผนนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุหรือเป็นพนักงาน

เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างที่สอง เป็นผู้นำผู้สูงอายุและผู้สูงอายุที่ได้รับการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายจากผู้ที่มีครเข้าร่วมโครงการวิจัยและสามารถเข้าร่วมโครงการวิจัยในสถานการณ์จริง ตลอดหลักสูตร จำนวน 44 คน ก่อนการสุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยจะพิจารณาคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติ ดังนี้

- 1) เป็นผู้นำหรือสมาชิกชมรมหรือกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน
- 2) สามารถเข้ารับการฝึกอบรมตลอดโปรแกรมโดยใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลเพื่อพัฒนาสมรรถนะของผู้สูงอายุในด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
- 3) มีอายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป
- 4) มีการรับรู้ มีสติสัมปชัญญะดี สามารถอ่านและเขียนภาษาไทยได้
- 5) ยินยอมและให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมโครงการวิจัยจนสิ้นสุดโครงการ

### 1.2.3 เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือการวิจัย ประกอบด้วย

- 1) เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง ได้แก่ ชุดฝึกอบรมทางไกลซึ่งคณะผู้วิจัยสร้างขึ้น จากการทบทวนวรรณกรรม และการระดมสมองกับผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้นำผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- 2) เครื่องมือสำหรับเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดผลสัมฤทธิ์ชุดฝึกอบรมทางไกล แบบประเมินตนเองด้านทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน และแบบสอบถามความพึงพอใจชุดฝึกอบรมทางไกล

### 1.2.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการสำรวจความต้องการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยการแต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกล และประชุมระดมสมองกับผู้ทรงคุณวุฒิ และตัวแทนผู้นำกลุ่มผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร จังหวัดนนทบุรี และจังหวัดปทุมธานีรวม 7 คน เพื่อสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา และความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย และร่วมให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับหลักสูตร วัตถุประสงค์ รูปแบบ เนื้อหาสาระในชุดฝึกอบรมทางไกล และรายละเอียดการจัดการเรียนการสอนในชุดฝึกอบรมทางไกล

หลังจากนั้นผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้รับมาสร้างและพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกล และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนนำชุดฝึกอบรมทางไกล และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3

ท่านตรวจสอบคุณภาพ และนำข้อเสนอแนะที่ได้รับจากผู้ทรงคุณวุฒิไปปรับปรุงชุดฝึกอบรมทางไกลและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น ก่อนนำชุดฝึกอบรมทางไกลและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปใช้ในกลุ่มทดลองเบื้องต้นจำนวน 29 คนที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) และนำข้อมูลและข้อเสนอแนะที่ได้ครั้งนี้มาวิเคราะห์และปรับปรุงชุดฝึกอบรมทางไกลและกิจกรรมในวันฝึกเสริมทักษะให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นอีกครั้งหนึ่ง

จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมในสถานการณ์จริงในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน ที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายจากผู้สมัครเข้าร่วมโครงการฝึกอบรม โดยมีผู้เข้าอบรมตลอดโครงการและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามอย่างสมบูรณ์จำนวน 44 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบวัดผลสัมฤทธิ์ชุดฝึกอบรมทางไกลชุดแรก และแบบประเมินตนเองด้านทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน ก่อนเข้าอบรมฝึกเสริมทักษะครั้งที่ 1 และเก็บข้อมูลโดยใช้แบบวัดผลสัมฤทธิ์ชุดฝึกอบรมทางไกลชุดที่ 2 แบบประเมินตนเองด้านทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน และแบบสอบถามความพึงพอใจชุดฝึกอบรมทางไกล หลังเสร็จสิ้นการฝึกเสริมทักษะครั้งที่ 2

1.2.5 วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้ารับการอบรม และใช้สถิติที่ (Dependent t-test) ในการเปรียบเทียบความรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพ ทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน และความพึงพอใจชุดฝึกอบรมทางไกลในระหว่างก่อนและหลังใช้ชุดฝึกอบรมทางไกล

### 1.3 ผลการวิจัย

1.3.1 ความต้องการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล จากการทบทวนวรรณกรรม และการประชุมระดมสมองกับผู้ทรงคุณวุฒิที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาและการจัดบริการแก่ผู้สูงอายุ ชุมชนผู้สูงอายุ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ สรุปได้ว่าผู้สูงอายุควรได้รับการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน และมีความรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ และชุดฝึกอบรมทางไกล ควรประกอบด้วยสองส่วน คือ เอกสารชุดฝึกอบรมทางไกล และคู่มือการฝึกอบรมที่ครอบคลุมแนวคิดและหลักการของการทำงานเป็นทีม ทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน การจัดการความขัดแย้ง และความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

1.3.2 ผลของการพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกลเพื่อพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ชุดฝึกอบรมทางไกล ประกอบด้วย เอกสารชุดฝึกอบรมทางไกลซึ่งมีเนื้อหา 10 ตอน

และคู่มือการฝึกอบรมการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งผู้ใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลจำเป็นต้องเข้ารับการฝึกเสริมทักษะ เพื่อพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ณ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช 2 วัน แต่ละวันห่างกัน 1 เดือน กิจกรรมภาคปฏิบัติ ประกอบด้วย การทำความเข้าใจ การกำหนดเป้าหมายการพัฒนาตนเอง การทำงานเป็นทีม ภาวะผู้นำและการพัฒนาบุคลิกภาพ การจัดทำแผนงาน/โครงการ ทักษะจำเป็นของผู้นำทีมงาน การจัดการกับความขัดแย้ง และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ของผู้นำ

### 1.3.3 ผลของการใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลเพื่อพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

ผลของการใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลได้จากการประเมินผลจากผู้ใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลที่เข้ารับการอบรมในวันฝึกเสริมทักษะครบถ้วนตามที่กำหนด รวมจำนวนทั้งหมด 44 คน ส่วนใหญ่มาจากจังหวัด ปทุมธานี (ร้อยละ 43.20) รองลงมามาจากจังหวัดนนทบุรี (ร้อยละ 38.6) ผู้เข้ารับการอบรมส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ มีอายุโดยเฉลี่ย 65.66 ปี ผู้เข้ารับการอบรมที่มีอายุมากที่สุด คือ 79-80 ปี ผู้เข้ารับการอบรมส่วนใหญ่เป็นผู้หญิง (ร้อยละ 72) มีสถานภาพสมรส (ร้อยละ 77.3) มีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า (ร้อยละ 25) มีรายได้มากกว่า 20,000 บาท (ร้อยละ 36.40) และมีประสบการณ์ในการเป็นผู้นำองค์กรหรือชมรมผู้สูงอายุมาแล้ว (ร้อยละ 72.70) ได้ผลการประเมินดังนี้

- 1) ความรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพ ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้หลังการเข้าอบรมมากกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ก่อนการเข้าอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .001$ )
- 2) ทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน ค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการเป็นผู้นำทีมงานหลังการเข้าอบรมมากกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนทักษะการเป็นผู้นำทีมงานก่อนการเข้าอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .05$ )
- 3) ความพึงพอใจในชุดฝึกอบรมทางไกล พบว่า ผู้ใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลมีความพึงพอใจเอกสารชุดฝึกอบรมทางไกลด้านเนื้อหาสาระ รูปแบบชุดฝึกอบรม และความเหมาะสมในภาพรวมหลังใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลอยู่ในระดับมากที่สุด และมีความพึงพอใจต่อชุดฝึกอบรมทางไกลในภาพรวมอยู่ในระดับพึงพอใจมาก คิดเป็นร้อยละ 90

## 2. อภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปรายผลใน 3 ประเด็น คือ ความต้องการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพ การพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกล และผลของการใช้ชุดฝึกอบรมทางไกล

2.1 ความต้องการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพ ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ผลิตและพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกลเพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้นำกลุ่มผู้สูงอายุ โดยเน้นการพัฒนาทักษะในการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ผู้วิจัยจัดตั้งคณะกรรมการพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกลและจัดประชุมระดมสมองร่วมกับผู้ทรงคุณวุฒิจากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ กรมอนามัย กรุงเทพมหานคร โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพเฉลิมพระเกียรติตำบลลาดสวาย สมาคมพฒนาวิทยาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุไทยสาขาสมาคมผู้สูงอายุ จังหวัดปทุมธานี และชมรมสร้างสรรค์แรงบันดาลใจ จังหวัดปทุมธานี เพื่อสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับปัญหา และความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

ผลจากการประชุมระดมสมองสนับสนุนการจัดทำชุดฝึกอบรมทางไกล ซึ่งที่ประชุมเห็นพ้องต้องกันว่าเนื้อหาสาระที่สำคัญ จำเป็นต้องประกอบด้วย การพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน ทักษะจำเป็นของผู้นำทีมงาน การพัฒนาบุคลิกภาพและภาวะผู้นำ การสร้างทีมงาน การทำงานเป็นทีม การจัดการความขัดแย้ง การเจรจาต่อรอง การจัดทำแผนงานและโครงการ การคัดกรองผู้สูงอายุ และความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและกฎหมายที่ผู้สูงอายุควรรู้ ซึ่งสอดคล้องจากการศึกษาของยุวลักษณ์ เลิศพุทธิพงษ์พร (2553) ที่เสนอว่า การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมกับชุมชนในการจัดบริการส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก และการให้ความรู้ด้านสุขภาพ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพกิจกรรม(2553) ผู้สูงอายุที่เข้ารับการอบรมให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า ผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีก็มีความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมในชุมชน และต้องการการสนับสนุนช่วยเหลือจากสังคม โดยเฉพาะด้านการให้ความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ การส่งเสริมความมีคุณค่าของผู้สูงอายุ และเงินทุนในการจัดกิจกรรมแก่ผู้สูงอายุในชุมชน เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้น้อย และมีข้อจำกัดในด้านการเงินที่จะนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมหรือการเดินทางมาเข้าร่วมกิจกรรม

2.2 การพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกล ผู้วิจัยได้ออกแบบหลักสูตรการฝึกอบรมทางไกล โดยมุ่งหมายให้ผู้เรียนสามารถศึกษาด้วยตนเองได้ แต่อย่างไรก็ตามด้วยจากข้อจำกัดในการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ด้วยเอกสารการฝึกอบรมเพียงอย่างเดียว ด้วยจากการฝึกอบรมแบบ

เผชิญหน้าเป็นวิธีการที่นิยมใช้ในการพัฒนาภาวะผู้นำ เพิ่มสมรรถนะในการทำงานเป็นทีม การสื่อสาร มนุษยสัมพันธ์ ความสามารถในการจัดการ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การตัดสินใจ ความยืดหยุ่น และความเชื่อมั่นในตนเอง (สุจิตรา เหลืองอมรเลิศ และอภิญา จำปามูล 2550) ผู้วิจัยจึงผนวกกิจกรรมภาคปฏิบัติในลักษณะการฝึกอบรมแบบเผชิญหน้า เพื่อเพิ่มพูนและเติมเต็มในส่วนที่สื่อสิ่งพิมพ์ไม่สามารถถ่ายทอดได้อย่างครบถ้วน ในการอบรมแบบเผชิญหน้าผู้วิจัยประยุกต์สถานการณ์จำลอง (simulation) เกมส์ มาใช้ โดยมุ่งให้ผู้เข้ารับการอบรมเห็นความสำคัญในการพัฒนาตนเองให้มีภาวะผู้นำในด้านการส่งเสริมสุขภาพแก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชน ได้ฝึกทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน การทำงานเป็นทีม การเจรจาต่อรอง การลดความขัดแย้ง ตลอดจนผู้เข้ารับการอบรมมีโอกาสขยายเครือข่ายทางสังคม รู้จักเพื่อนใหม่มากขึ้น และได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ที่แตกต่างกับวิทยากรและเพื่อนผู้เข้ารับการอบรมด้วยกันเอง

ชุดฝึกอบรมทางไกลในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย เอกสารชุดฝึกอบรมทางไกลซึ่งมีเนื้อหา 10 ตอน และคู่มือการฝึกอบรมการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่ผู้รับการอบรมจำเป็นต้องเข้ารับการอบรมเพื่อพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน ณ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช 2 วัน แต่ละวันห่างกัน 1 เดือน ชุดฝึกอบรมทางไกลนี้ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพและความเหมาะสมจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านที่มีประสบการณ์ด้านการจัดการศึกษาทางไกลมากกว่า 10 ปีและมีความเชี่ยวชาญในศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ก่อนนำไปทดลองใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติเดียวกับกลุ่มตัวอย่างจริง และกำหนดรายละเอียดโปรแกรมฝึกอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิและกลุ่มทดลองได้นำมาใช้ในการปรับปรุงชุดฝึกอบรมทางไกลและกิจกรรมในวันอบรมเพื่อพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ตัวอย่างเช่น การบรรยายและสาธิตเรื่องการแต่งหน้า ผู้เข้ารับการอบรมที่เป็นผู้ชายหรือผู้หญิงสูงวัยจะไม่เห็นด้วย จึงจำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนกิจกรรม เป็นต้น การพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกลในครั้งนี้ จึงมุ่งเน้นการตอบสนองความต้องการของผู้เรียนและสังคม

2.3 ผลของการใช้ชุดฝึกอบรมทางไกล จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า ผู้รับการอบรมมีความรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพ มีทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน และความพึงพอใจในชุดฝึกอบรมทางไกลหลังใช้ชุดฝึกอบรมสูงกว่าก่อนใช้ชุดฝึกอบรมสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นเช่นนี้ เพราะ ชุดฝึกอบรมทางไกลนี้มีการปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพของชุดฝึกอบรมตามข้อเสนอแนะ จากทั้งผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญในด้านการจัดการศึกษาทางไกลและการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ และจากกลุ่มเป้าหมายโดยตรงที่ได้จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ประกอบกับผู้เข้ารับการอบรมเป็นผู้สมัครเข้ารับการอบรม ซึ่งแสดงถึงว่าเป็นผู้ที่มีความ

ต้องการในการพัฒนาตนเอง ผู้เข้ารับการอบรมส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุให้ข้อมูลว่าเอกสารชุดฝึกอบรมทางไกล มีคุณค่า เป็นประโยชน์ต่อผู้ได้อ่านอย่างมาก ความรู้มีความทันสมัยและสอดคล้องกับความต้องการของผู้เข้ารับการอบรม การจัดอบรมแบบเผชิญหน้ามีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุอย่างมาก กิจกรรมสนุกและมีสาระ มีมุมมองที่คิดไม่ถึง กิจกรรมส่งเสริมการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นในสังคม หากไม่ได้มาเข้าร่วมกิจกรรมผู้เข้ารับการอบรม จะอยู่ตามลำพังที่บ้าน ทำให้รู้สึกว่ตนเองแยกจากสังคม และรู้สึกตนเองไม่มีคุณค่าในสังคม

อย่างไรก็ตาม ผู้เข้ารับการอบรมบางรายไม่พึงพอใจในด้านเวลาของการอบรมที่มีจำกัด ทำให้กิจกรรมต้องดำเนินอย่างรีบเร่ง เพื่อให้ได้รับสาระครบถ้วนและเสร็จตามเวลาที่กำหนด ข้อจำกัดด้านเวลาทำให้ผู้เข้าร่วมอบรมมีโอกาสในการซักถามน้อย และไม่ได้สร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนใหม่อย่างลึกซึ้ง

สำหรับสิ่งที่ควรปรับปรุง ผู้เข้ารับการอบรมเสนอว่าควรมีค่าพาหนะให้กับผู้เข้ารับการอบรม เนื่องจากผู้นำผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ ไม่มีรายได้หรือมีรายได้น้อย งานในชมรมผู้สูงอายุเป็นงานอาสาสมัคร ไม่มีรายได้แต่ต้องเสียสละแรงกาย เวลา และทรัพย์สินส่วนตัวเพื่อช่วยเหลือกลุ่มเพื่อนในวัยเดียวกัน

### 3. ข้อเสนอแนะ

#### 3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

3.1.1 ผู้นำกลุ่มผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ และองค์กรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ สามารถนำชุดฝึกอบรมทางไกลนี้ไปใช้ประกอบการจัดโครงการพัฒนาศักยภาพของผู้นำผู้สูงอายุ ให้มีความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ มีความสามารถในการสร้างทีมงาน และเป็นผู้นำทีมงานที่มีประสิทธิภาพ เพื่อส่งเสริมความสำเร็จในการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ รวมทั้งในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน กิจกรรมภาคปฏิบัติในคู่มือการฝึกอบรมการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ยังเป็นประโยชน์ในการฝึกทักษะการทำงานเป็นทีม การสื่อสาร การเจรจาต่อรอง การใช้เทคนิคต่างๆ เพื่อลดความขัดแย้ง และการจัดทำแผนงานและโครงการ ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้การบริหารจัดการงานในชมรมผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จยิ่งขึ้น

3.1.2 ชุดการฝึกอบรมทางไกลนี้เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุและผู้สนใจโดยทั่วไปที่ต้องการเพิ่มพูนความรู้ในด้านการส่งเสริมสุขภาพ ความรู้จากเอกสารฝึกอบรมสามารถศึกษาด้วยตนเองได้ ผู้อ่านสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อการดำรงชีวิตอย่างมีสุขภาวะที่ดี และมีความสุข

3.1.3 ควรมีการพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกล ให้มีสื่อเสริมอื่นๆ เช่น DVD ที่มีการสาธิตหรือภาพประกอบ การจัดทำสื่อคอมพิวเตอร์ในลักษณะ e-Learning ที่สามารถอบรมผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เป็นต้น

### 3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรทำการวิเคราะห์ห้วงค์ประกอบของแบบประเมินตนเองด้านทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างของเครื่องมือร่วมด้วย

3.2.2 ควรพัฒนาชุดฝึกอบรมทางไกลเพื่อพัฒนาภาวะผู้นำและทักษะการเป็นผู้นำทีมงานแก่กลุ่มเป้าหมายอื่นๆ เช่น ผู้บริหารการพยาบาล เป็นต้น โดยเฉพาะการออกแบบการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะที่จำเป็น โดยประยุกต์ใช้สถานการณ์จำลอง และเกมอื่นๆ ที่แตกต่างจากเดิม

3.2.3 การวิจัยครั้งต่อไป ควรคำนึงถึงปัญหาของการลาออกกลางคันของกลุ่มตัวอย่าง อาจสร้างแรงจูงใจโดยมีของที่ระลึกหรือค่าพาหนะแก่ผู้เข้าร่วมโครงการ และควรมีระบบการติดตามประเมินผลผู้เข้ารับการอบรมเป็นระยะๆ หรือระยะยาว