

ชื่อเรื่อง สุขภาพจิตผู้สูงอายุและแนวทางการพัฒนาสุขภาพจิต : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรี

ชื่อผู้วิจัย อัจฉญา แพทย์ศาสตร์ และพัชรินทร์ รุจิรานุกูล

หน่วยงาน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

ปีงบประมาณ 2563

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสุขภาพจิตผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรีและเพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรี ที่ไม่มีปัญหาด้าน การพูด การฟังและการเขียน มีทั้งเพศชายและเพศหญิง จำนวน 124 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบประเมินสุขภาพจิตผู้สูงอายุฉบับสั้น สถิติที่ใช้ในการวิจัย คือ ค่าความถี่ และค่าร้อยละ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรี ส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป
2. แนวทางการพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวังใหม่ อำเภอนายายอาม จังหวัดจันทบุรี สรุปได้ว่า กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิแสดงความคิดเห็นว่า ควรพัฒนาผู้สูงอายุแบบองค์รวมทุกมิติ เน้นสุขภาพกาย สุขภาพจิต การอยู่ร่วมกันในสังคม มีการทำกิจกรรมสุข 5 มิติ โดยเน้นการมีส่วนร่วมจากผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลินและเกิดประโยชน์ เน้นกิจกรรมที่สร้างสรรค์ สร้างรอยยิ้ม มีการแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด อารมณ์และจิตใจซึ่งกันและกัน ยอมรับและปรับตัวต่อสภาวะแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างเหมาะสม กล้าแสดงออก มีการทำกิจกรรมนอกบ้าน เน้นสถาบันครอบครัวในการดูแลสุขภาพเพื่อลดช่องว่างและการอยู่ร่วมกับคนในครอบครัว ชุมชน อย่างมีความสุข

คำสำคัญ: สุขภาพจิต, ผู้สูงอายุ, โรงเรียนผู้สูงอายุ

Title Elderly Mental Health and Mental Health Development
Guidelines: A Case Study of Elderly School in Wang Mai Sub-District,
Na Yai Am District, Chanthaburi

Researchers Atchaya Patsat and Patcharin Rujiranukul

Organization The Faculty of Education Rambhai Barni Rajabhat University

Year 2020

Abstract

This research aimed to 1) study the mental health of the elderly in the elderly school of Wang Mai sub-district, Na Yai Am district in Chanthaburi and 2) study the guidelines for mental health development of the elderly in the elderly school of Wang Mai sub-district, Na Yai Am district in Chanthaburi. The sample of this research was a group of the elders aged 60 and over in the elderly school of Wang Mai sub-district, Na Yai Am district in Chanthaburi, who had no problems in speaking, listening and writing, totaling 124 male and female elders. The data were collected by using Thai Geriatric Mental Health Assessment Tool (T-GMHA-15). The statistics used in this research were frequency and percentage.

The research results were found as follows:

1. The mental health level of most elders in the elderly school of Wang Mai sub-district, Na Yai Am district in Chanthaburi was equal to the mental health level of the general people.

2. The guidelines for the mental health development of the elders in the elderly school of Wang Mai sub-district, Na Yai Am district in Chanthaburi could be concluded in accordance with the opinions of the group of experts that there should be the holistic development of elderly in all dimensions by emphasizing on physical health, mental health and living together in society with 5 dimensions of happiness activities focusing on the elders' participation in order to bring about pleasure and advantages and emphasizing on creative activities in creating smiles, exchanging knowledge, thoughts, emotions and feelings to each other in order to accept and

(4)

adapt to a changing environment appropriately as well as to be assertive, do outside activities and emphasize on the family unit in taking healthcare to eliminate the gaps in order to live with family and community happily.

Keywords: Mental health, Elderly, Elderly school



ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี