



## บทความวิจัย

# การปรับตัวในการเผชิญภาวะวิกฤตจากอุทกภัย ของผู้ประสบอุทกภัย อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา\*

Adaptation after Facing with Flooding Crisis among Persons Suffering  
from the Floods, Hat Yai District, Songkhla Province

วินิภาณจน์ คงสุวรรณ, ปร.ด. (Vineekarn Kongsuwan, Ph.D.)\*\*

วันดี สุทธิรังษี, ปร.ด. (Wandee Suttharangsee, Ph.D.)\*\*\*

วิลาวรรณ คริสต์รักษา, พย.ม. (Wilawan Chrstraksa, M.N.S)\*\*\*\*

### บทคัดย่อ

**วัตถุประสงค์:** เพื่อศึกษาการปรับตัวในการเผชิญภาวะวิกฤตจากอุทกภัยของผู้ประสบอุทกภัย

**รูปแบบการวิจัย:** การวิจัยเชิงบรรยาย

**วิธีดำเนินการวิจัย:** กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ที่ประสบอุทกภัย อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา เมื่อปี พ.ศ. 2554 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) จำนวน 250 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ประสบอุทกภัย และแบบสอบถามการปรับตัวในภาวะวิกฤตของผู้ประสบอุทกภัย ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน และตรวจสอบค่าความเที่ยงด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค ได้เท่ากับ .87 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

**ผลการวิจัย:** กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ( $M = 3.46, SD = 0.44$ ) โดยมีการปรับตัวรายด้าน ทั้ง 2 ด้าน คือ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่และการปรับตัวด้านการพึ่งพายุอยู่ในระดับปานกลาง ( $M = 3.53, SD = 0.49; M = 3.40, SD = 0.53$ )

\* ได้รับทุนสนับสนุนจากโครงการความร่วมมือของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์และสำนักกองทุนสนับสนุนการวิจัย (มอ.สกว.)

\*\* อาจารย์ ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

\*\*\* รองศาสตราจารย์ ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

\*\*\*\*พยาบาลวิชาชีพ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์



**สรุป:** ผลการวิจัยครั้งนี้ เป็นข้อมูลพื้นฐานเพื่อใช้เป็นแนวทางสำหรับพยาบาลในการพัฒนารูปแบบการป้องกันภาวะวิกฤตทางสุขภาพจิตของผู้ประสบอุทกภัยให้สอดคล้องกับความเป็นจริงและบริบทพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาต่อไป

**คำสำคัญ:** การปรับตัว/การเผชิญภาวะวิกฤต/อุทกภัย

### Abstract

**Purpose:** To examine adaptation after facing with flooding crisis among persons suffering from the floods in Hat Yai District, Songkhla Province.

**Design:** Descriptive study.

**Methods:** Subjects were 250 persons who faced with flooding crisis in 2011 selected by a simple random sampling technique. The personal data form and the adaptation questionnaire were used to collect data. The questionnaire was tested for its content validity by three experts. Its Cronbach's alpha coefficient was .87. Data were analyzed using frequency, percentage, mean and standard deviation.

**Results:** Overall adaptation after facing with flooding crisis of persons suffering from the floods was at a medium level ( $M = 3.46$ ,  $SD = 0.44$ ). Regarding their adaptation in role function and interdependence dimensions, both were at medium levels ( $M = 3.53$ ,  $SD = 0.49$ ;  $M = 3.40$ ,  $SD = 0.53$ )

**Conclusion:** This study provided basic information for nurses to develop psychological healing model to prevent mental health problems among persons suffering from the floods specifically for Hat Yai context.

**Keywords:** Adaptation/Coping with crisis/Flood



## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อุทกภัย (flood) ถือเป็นภัยพิบัติทางธรรมชาติ (natural disaster) ที่สร้างผลกระทบอย่างรุนแรง และต่อเนื่องต่อผู้คนและชุมชน ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างเฉียบพลันและรุนแรงต่อชีวิตทรัพย์สิน เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมที่เกินกำลังความสามารถของชุมชนในการรับมือ (ทิวดา กมลเวช, 2554) ในปัจจุบัน พบว่าเกิดอุทกภัยขึ้นบ่อยครั้งทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ เห็นได้จากสถิติการเกิดอุทกภัยในปีที่ผ่านมา ที่พบการเกิดอุทกภัยฉับพลันจากฝนตกหนักในประเทศรัสเซีย จีน อินเดีย ทำให้ประชาชนต้องอพยพออกจากพื้นที่ ซึ่งมีทั้งผู้เสียชีวิตและผู้สูญหายเป็นจำนวนมาก สำหรับในประเทศไทยได้เกิดอุทกภัยแทบทุกภาคในระยะเวลาใกล้เคียงกัน ไม่ว่าจะเป็นอุทกภัยจังหวัดพระนครศรีอยุธยา นครศรีธรรมราช เพชรบูรณ์ กรุงเทพมหานคร สงขลา ตรัง และอีกหลายจังหวัด ซึ่งล้วนแล้วแต่ส่งผลให้เกิดความเสียหายทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณของผู้ประสบอุทกภัย

เหตุการณ์อุทกภัยครั้งใหญ่ในพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาในปี พ.ศ. 2554 เกิดจากปริมาณน้ำฝนจำนวนมากที่ตกลงมาในเดือนพฤศจิกายน ประกอบกับลักษณะภูมิประเทศซึ่งมีลักษณะเป็นคูคลองตื้นเขิน และเป็นหลุมแอ่งกระทะ จึงส่งผลต่อการระบายน้ำและแนวคันกั้นขวางทางเดินของน้ำไม่สามารถไหลระบายออกได้ในเวลาอันรวดเร็ว ทำให้เกิดแอ่งรองรับน้ำและเกิดน้ำท่วมสูง โดยเฉพาะอย่างยิ่งบริเวณตัวเมืองหาดใหญ่ชั้นใน ส่งผลให้เกิดความเสียหายทันทีทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม รวมทั้งชีวิตและทรัพย์สินของประชาชนที่ไม่สามารถประเมินค่าอันมหาศาลได้ (สำนักวิจัยมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2554) ผลกระทบที่เกิดขึ้นส่งผลต่องบประมาณที่ใช้ในการพัฒนาประเทศ เพื่อช่วยเหลือประชาชน นอกจากนั้น อุทกภัยยัง

ส่งผลทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยผลกระทบทางตรงต่อบุคคล ได้แก่ การบาดเจ็บทางร่างกาย เจ็บป่วยเรื้อรัง การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียทรัพย์สิน และการสูญเสียอาชีพ (สมฤดี ชัชเวช, 2550; อุไร หักกิจ และภาคภูมิ วิภาตวัฒน์, 2553) ส่วนผลกระทบทางด้านจิตใจ ได้แก่ รู้สึกไม่ปลอดภัย นอนไม่หลับ หงุดหงิด รู้สึกโศกเศร้าเสียใจหมดหวัง หมดอ้ายในชีวิต หวาดกลัว กลัวตาย สดุดยงต่อเหตุการณ์ที่ได้ประสบมาเกิดความเครียด ซึ่งความเครียดที่รุนแรงนั้นอาจพัฒนาไปสู่ความซึมเศร้าหรือโรคเครียดหลังจากเผชิญเหตุการณ์ที่น่ากลัว (Post-Traumatic Stress Disorder) ผลกระทบที่เกิดขึ้นในทางอ้อมที่เกิดขึ้นยังรวมถึงทางสังคมและเศรษฐกิจ ได้แก่ สูญเสียทรัพย์สิน เสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล สูญเสียเวลาในการประกอบอาชีพในการดูแลตนเองและสมาชิกที่ได้รับผลกระทบในครอบครัว หรือการสูญเสียสมาชิกในครอบครัว (กรมสุขภาพจิต, 2549; ปภาดา ชมพูนิตย์, 2550) ผลกระทบดังกล่าวจะส่งผลทั้งในระยะสั้นและระยะยาว และจะหายไปได้เองตามระยะเวลาที่ผ่านไป และขึ้นอยู่กับการปรับตัวของบุคคลที่สามารถยอมรับสภาพการณ์และสภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายามหาวิธีแก้ไขหรือบรรเทาให้เบาบางลง อาจใช้วิธีการแก้ปัญหาด้วยตนเองหรือแสวงหาบุคคลอื่นช่วยแก้ไข เมื่อปัญหาคลี่คลาย ความคิด ความรู้สึกต่างๆ จะดีขึ้น โดยปกติผู้ที่ประสบอุทกภัย จะปรับตัวได้ในระยะ 4-6 สัปดาห์ (กรมสุขภาพจิต, 2548; สุพัฒนา สุขสว่าง และศิริลักษณ์ สว่างวงศ์สิน, 2550)

กล่าวได้ว่าการที่บุคคลรับรู้ปัญหาที่แตกต่างกัน มีวิธีการจัดการกับปัญหาที่แตกต่างกัน และยังไม่สามารถแก้ปัญหาที่ถูกต้องด้วยตนเอง หรือไม่มีบุคคลช่วยเหลือ บุคคลเหล่านี้จะไม่ได้เกิดการเรียนรู้การแก้ปัญหาวิธีใหม่ และไม่ได้รับการพัฒนาศักยภาพในการเผชิญปัญหา และหากอยู่ในภาวะนี้เป็นระยะ



เวลานานโดยไม่ได้รับการช่วยเหลือ อาจทำให้บุคคลเกิดอาการทางจิตประสาท และเกิดพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสมจนถึงขั้นเกิดภาวะที่ต้องช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน และบางรายอาจจะเกิดความรุนแรงจนยากในการแก้ไข หรือใช้วิธีการเผชิญกับภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นอย่างไม่เหมาะสม เช่น การใช้สารเสพติด การทำร้ายตนเอง และการทำร้ายผู้อื่น เป็นต้น (Stuart & Laraja, 2002) และยังมีส่งผลกระทบต่อการทำงานที่ไม่ว่าจะต่อครอบครัว อาชีพ การงาน และสังคม ในทางตรงข้ามหากบุคคลที่อยู่ในภาวะวิกฤตสามารถเผชิญกับภาวะวิกฤต โดยการรับรู้ได้ตามความเป็นจริง มีแนวทางในการเผชิญปัญหา และมีแหล่งสนับสนุนช่วยเหลือก็จะทำให้บุคคลสามารถผ่านพ้นภาวะนี้ไปได้ (Aguilera, 1994) การที่บุคคลสามารถรับรู้ความรุนแรงของภัยพิบัติทางธรรมชาติได้ตามความเป็นจริงและมีวิธีการเผชิญปัญหาที่เหมาะสม ในขณะที่มีแหล่งสนับสนุนจากครอบครัว ชุมชน และสังคมรอบข้าง เมื่อผ่านพ้นวิกฤตดังกล่าวได้แล้วจะส่งผลให้บุคคลมีความเข้มแข็งทางจิตใจมากขึ้นพร้อมจะเผชิญปัญหาต่อไป ดังเช่นได้มีการศึกษา พบว่า ผู้ประสบภัยพิบัติมีการปรับตัวเพื่อลดความเศร้าโศกโดยการพูดคุยให้กำลังใจซึ่งกันและกันระหว่างผู้ประสบภัยพิบัติด้วยกัน (เมตตา ผิวขำ, 2549) แต่ยังคงมีผู้ประสบภัยพิบัติที่ไม่สามารถปรับตัวได้และเกิดเป็นปัญหาสุขภาพจิต โรคเครียดเฉียบพลัน โรควิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า (จลี เจริญสรรพ, 2548; สมศรี เตกฉัตร และสมชาย สุวรรณกำเนิด, 2554)

ตามแนวคิดการปรับตัวของรอย (Roy & Andrew, 1999) อธิบายว่า การปรับตัวของบุคคลเป็นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นโดยแสดงพฤติกรรมปรับตัว 4 ด้าน ประกอบด้วย 1) การปรับตัวด้านร่างกาย เป็นการปรับตัวเพื่อมุ่งรักษาความมั่นคงด้านร่างกายต่อการเปลี่ยนแปลงและตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล 2) การปรับตัวด้าน

อัตมโนทัศน์ เป็นการปรับตัวเพื่อความมั่นคงทางด้านจิตใจ เกี่ยวข้องกับความรูสึกนึกคิด ความเชื่อของบุคคลที่มีต่อตนเองทั้งด้านรูปร่างหน้าตา ความสามารถ เจตคติ 3) การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ เป็นการตอบสนองความต้องการและคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม เป็นการทำหน้าที่ของบุคคลในสังคม 4) การปรับตัวด้านการพึ่งพา เป็นการปรับตัวเพื่อความมั่นคงทางสังคม ที่เน้นในประเด็นของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งการปรับตัวแต่ละด้านย่อมมีความสัมพันธ์กัน ซึ่งแต่ละบุคคลนั้นมีการปรับตัวที่ไม่เท่ากัน แต่จะเห็นได้ว่าการมีแหล่งสนับสนุนทางด้านสังคม การรับรู้เหตุการณ์ และการเผชิญปัญหาเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีการปรับตัวได้ดี จาก การทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการศึกษาการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่และด้านการพึ่งพาของผู้ประสบวาตภัยของ ประกอบ ขุนทอง (2555) พบว่า ผู้ประสบวาตภัย อำเภอสังขละบุรี จังหวัดสงขลา มีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่และการปรับตัวด้านการพึ่งพาที่ยังอยู่ในระดับปานกลาง เช่นเดียวกับการศึกษาปัจจัยที่ทำให้ผู้ประสบภัยสามารถจัดการปัญหาภาวะวิกฤตของ ปรีชา ปิยจันทร์ (2554) ที่พบว่า ปัจจัยด้านรายได้ ด้านบทบาทหน้าที่ของ คนในชุมชน การเป็นที่มงานหรือแกนนำชุมชน การร่วมกันทำงานต่อส่วนรวม ความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เป็นปัจจัยที่ทำให้สามารถกอบกู้ภาวะวิกฤตน้ำท่วมได้อย่างรวดเร็ว และยังพบว่าผู้ประสบอุทกภัยในอำเภอหาดใหญ่ที่เผชิญอุทกภัยเมื่อปี 2543 มีการปรับตัวและเผชิญความเครียด ความหวาดกลัวและหวาดผวา โดยวิธีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน มีที่พึ่งทางใจ รวมถึงการสวดมนต์อ้อนวอน (พิไลรัตน์ ทองอุไร, ขวัญตา บาลทิพย์, และนิตา วุฒิวิทย์, 2544) จะเห็นได้ว่าการปรับตัวด้านการพึ่งพาและการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ที่มีความสำคัญ เนื่องจากหากประชาชนไม่สามารถดำรงบทบาทหน้าที่จากผลกระทบที่ได้รับได้แล้ว เช่น มีความล้มเหลวในบทบาท



และหากผู้ประสบภัยไร้ซึ่งที่พึ่ง ขาดการพึ่งพา ระหว่างกันระหว่างครอบครัว และเพื่อนร่วมงาน ก็จะทำให้ไม่สามารถปรับตัวได้ (Roy & Andrew, 1999)

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงได้ตระหนักถึงการศึกษาการปรับตัวในการเผชิญภาวะวิกฤตจากอุทกภัยของผู้ประสบอุทกภัย ในอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา และเนื่องจากยังไม่พบการศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณเกี่ยวกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่และด้านการพึ่งพาของผู้ประสบอุทกภัย ในอำเภอหาดใหญ่ ซึ่งการศึกษาดังกล่าวจะช่วยให้เกิดการพัฒนารูปแบบการป้องกันภาวะวิกฤตทางสุขภาพจิตและการเยียวยาทางจิตใจประชาชนที่สอดคล้องกับบริบทพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาการปรับตัวในการเผชิญภาวะวิกฤตจากอุทกภัยของประชาชนในพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

## กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีการปรับตัวของ Roy & Andrews (1999) อธิบายได้ว่า การปรับตัวของบุคคลเป็นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นโดยแสดงพฤติกรรมปรับตัว 4 ด้าน ประกอบด้วย 1) การปรับตัวด้านร่างกาย เป็นการปรับตัวเพื่อมุ่งรักษาความมั่นคงด้านร่างกายต่อการเปลี่ยนแปลงและตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล 2) การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ เป็นการปรับตัวเพื่อความมั่นคงด้านจิตใจเกี่ยวข้องกับความรู้สึกรู้จักคิด ความเชื่อของบุคคลที่มีต่อตนเองทั้งด้านรูปร่างหน้าตาความสามารถ เจตคติ 3) การปรับตัวด้านบทบาท

หน้าที่เป็นการตอบสนองความต้องการและคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม เป็นการทำหน้าที่ของบุคคลในสังคม และ 4) การปรับตัวด้านการพึ่งพา เป็นการปรับตัวเพื่อความมั่นคงทางสังคม ที่เน้นในประเด็นของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ก่อนที่จะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ อารมณ์ และพฤติกรรมที่รุนแรง หรือเกิดปัญหาทางจิตเวชที่กระทบต่อสังคมโดยรวม ผู้วิจัยเลือกศึกษาการปรับตัว 2 ด้าน ได้แก่ 1) การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ ซึ่งเป็นการดำรงบทบาทหน้าที่ตามที่สังคมคาดหวัง และการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของผู้ประสบภัยนั้นมาแล้วระยะหนึ่ง เนื่องจากผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลใน 1 ปีถัดมาหลังจากเกิดอุทกภัย จึงพบว่าผู้ประสบภัยได้รับการช่วยเหลือจากสังคม ทำให้ทำใจยอมรับกับการสูญเสียจากผลกระทบที่เกิดขึ้นได้ และเริ่มทำการทบทวนบทบาทหน้าที่ของตนเองได้ และ 2) การปรับตัวด้านการพึ่งพา ในระยะนี้ผู้ประสบภัยมีพฤติกรรมแสดงออกถึงการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เห็นอกเห็นใจกัน และมีแหล่งสนับสนุนทางสังคมต่างๆ เข้าช่วยเหลือ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้ประสบภัยปรับตัวได้ดีต่อไป

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงบรรยาย (Descriptive research)

**ประชากร** คือ ผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติจากอุทกภัยในชุมชนวัดโคกสมานคุณ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา จำนวน 668 ครอบครัว

**กลุ่มตัวอย่าง** คือ ผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติจากอุทกภัย เมื่อวันที่ 21-26 พฤศจิกายน พ.ศ. 2554 กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยการคำนวณหาขนาดกลุ่มตัวอย่าง (Yamane, 1973) ได้จำนวน 250 ครอบครัว คัดเลือกโดยการสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) จับฉลากตามบ้านเลขที่ หลังจากนั้นให้ครัว



เรือนกลุ่มตัวอย่างใช้ตัวแทนตอบแบบสอบถามครัวเรือนละ 1 คน โดยกำหนดคุณสมบัติ ดังนี้

1. มีภูมิลำเนาและพักอาศัยอยู่ในชุมชนวัดโคกสมานคุณ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ขณะเกิดเหตุการณ์ภัยพิบัติธรรมชาติจากอุทกภัย เมื่อวันที่ 21-26 พฤศจิกายน พ.ศ. 2554

2. มีสติสัมปชัญญะดี สามารถให้ข้อมูลได้ด้วยตนเอง

3. เข้าใจภาษาไทย ไม่มีปัญหาในการได้ยินและการมองเห็น

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

**ส่วนที่ 1** แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ ศาสนา อาชีพก่อนและหลังประสบภัยพิบัติอุทกภัย ระดับการศึกษา รายได้ของครอบครัว ความเพียงพอของรายได้ จำนวนสมาชิกในครอบครัว โรคประจำตัว หน้าที่ความรับผิดชอบในครอบครัว ความรุนแรงและความเสียหายที่ได้รับจากอุทกภัย แหล่งที่ให้ความช่วยเหลือ

**ส่วนที่ 2** แบบสอบถามการปรับตัวในภาวะวิกฤตของผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติจากอุทกภัย ดัดแปลงจากแบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติवादภัยของ ประกอบ ชุนทอง (2555) ซึ่งสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดการปรับตัวของ Roy & Andrew (1999) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ และการปรับตัวด้านการพึ่งพา ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ จำนวน 16 ข้อ และการปรับตัวด้านการพึ่งพาจำนวน 17 ข้อ ซึ่งมีทั้งคำถามเชิงบวกและคำถามเชิงลบ รวมจำนวน 33 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตรวัดประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ

เกณฑ์การให้คะแนนคำนวณจากคะแนนสูงสุดลบคะแนนต่ำสุดหารด้วยจำนวนชั้น ตามเกณฑ์แบบสอบถามของ ประกอบ ชุนทอง (2555) ได้ระยะห่างระหว่างระดับเท่ากับ 1.33 เป็นดังนี้

1.00-2.33 หมายถึง ผู้ประสบภัยปรับตัวได้ไม่ดี

2.34-3.67 หมายถึง ผู้ประสบภัยปรับตัวได้ปานกลาง

3.68-5.00 หมายถึง ผู้ประสบภัยปรับตัวได้ดี

## การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือ (content validity) โดยผ่านผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน คือ อาจารย์พยาบาลที่มีประสบการณ์การสอนทฤษฎีการปรับตัวของรอย มากกว่า 5 ปี จำนวน 2 คน และพยาบาลวิชาชีพที่มีความเชี่ยวชาญเกี่ยวกับการดูแลผู้ประสบอุทกภัยจำนวน 1 คน หลังจากนั้นจึงนำแบบสอบถามมาปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

2. ตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ (reliability) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการปรับตัวในภาวะวิกฤตของผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติจากอุทกภัยที่ผ่านการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะแล้วไปทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน หลังจากนั้นจึงนำข้อมูลมาวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค โดยรวมได้เท่ากับ .87 ด้านการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่เท่ากับ .85 และด้านการปรับตัวด้านการพึ่งพา เท่ากับ .75

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนสิงหาคม 2555-ตุลาคม 2555 (หลังเกิดอุทกภัย 10 เดือน) โดยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยขออนุญาตใช้แบบสอบถามพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติवादภัย



และขอพิจารณาประเมินจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการประเมินงานวิจัยด้านจริยธรรมของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

2. ผู้วิจัยประสานงานไปยังเทศบาลนครหาดใหญ่ โรงพยาบาลหาดใหญ่ และศูนย์บริการสาธารณสุขชุมชนเพชรเกษม เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากประชาชนในพื้นที่

3. เตรียมผู้ช่วยวิจัย จำนวน 2 คน โดยอธิบายเกี่ยวกับรายละเอียดในแบบสอบถามการปรับตัวของผู้ประสบอุทกภัยก่อนทำการเก็บข้อมูล ตลอดจนการตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม หากผู้ช่วยวิจัยมีข้อสงสัยสามารถซักถามผู้วิจัยได้ตลอดเวลา

4. ภายหลังจากได้รับการอนุมัติให้เก็บรวบรวมข้อมูลแล้วผู้ช่วยวิจัยลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูลโดยเข้าชี้แจงรายละเอียด วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลทุกครัวเรือน แล้วแจกแบบสอบถามตามบ้านเลขที่ที่ได้ทำการสุ่มไว้ และทำความเข้าใจกับผู้ตอบแบบสอบถามการปรับตัวของผู้ประสบอุทกภัย

5. หลังจากกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามเสร็จเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปวิเคราะห์ทางสถิติ

### การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการประเมินงานวิจัยด้านจริยธรรมของ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ และในการดำเนินการวิจัยได้พิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยการแนะนำตัวเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการดำเนินการวิจัย ขั้นตอนของการเก็บรวบรวมข้อมูล และระยะเวลาของการดำเนินการวิจัย พร้อมทั้งแจ้งให้ทราบถึงสิทธิในการตอบรับและปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย ในระหว่างการดำเนินการวิจัย หาก

ผู้เข้าร่วมไม่พอใจหรือไม่ต้องการเข้าร่วมการวิจัยต่อจนครบตามกำหนดเวลา ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถบอกเลิกได้โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล ข้อมูลต่างๆ ที่ได้จากการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ถือเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุลที่แท้จริง

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ และการปรับตัวในภาวะวิกฤตของผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติอุทกภัย วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

### ผลการวิจัย

จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 250 ราย ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 72.00 อายุอยู่ระหว่าง 41-50 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 32.80 ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ คิดเป็นร้อยละ 96.40 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบชั้นประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 42.00 รองลงมา คือ มัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 25.20 อาชีพก่อนประสบเหตุการณ์ภัยพิบัติจากอุทกภัยส่วนใหญ่ประกอบอาชีพค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 35.60 รองลงมา คือ อาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 34.00 และหลังจากประสบเหตุการณ์ภัยพิบัติมีอาชีพรับจ้างเพิ่มขึ้น คิดเป็นร้อยละ 35.20 รองลงมา คือ อาชีพค้าขาย คิดเป็นร้อยละ 33.20 ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 62.00 และไม่ได้เป็นสมาชิกของชมรมใดๆ คิดเป็นร้อยละ 76.00 นอกนั้นเป็นสมาชิกชมรมกีฬา ชมรมผู้สูงอายุ และชมรมสตรีอาสาหมู่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 24.00 กลุ่มตัวอย่างมีบทบาทเป็นสมาชิกในครอบครัว ใกล้เคียงกับบทบาทหัวหน้าครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 52.40 และ 47.60



ข้อมูลครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ผู้หารายได้หลักของครอบครัวเป็นตนเอง คิดเป็นร้อยละ 55.60 รองลงมา คือ คู่สมรส คิดเป็นร้อยละ 32.00 รายได้ของครอบครัวอยู่ระหว่าง 6,001-9,000 บาท ต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 24.80 รองลงมา คือ รายได้มากกว่า 12,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 24.40 กลุ่มตัวอย่างมีรายได้เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ คิดเป็นร้อยละ 65.20 รองลงมา คือ รายได้ไม่เพียงพอ คิดเป็นร้อยละ 22.4 จำนวนสมาชิกในครอบครัว 3-4 คน คิดเป็นร้อยละ 46.80 รองลงมา คือ 5-6 คน คิดเป็นร้อยละ 27.60 ผู้ทำหน้าที่รับผิดชอบและ

ตัดสินใจในครอบครัวเป็นตนเอง คิดเป็นร้อยละ 59.20 รองลงมา คือ สามเณร/ภรรยา คิดเป็นร้อยละ 46.40

ข้อมูลการประสพภัยพิบัติของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับความรุนแรงจากอุทกภัยในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 64 ก่อนได้รับอุทกภัยครั้งที่ผ่านมาประชาชนส่วนใหญ่เคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับภัยพิบัติจากอุทกภัยมาก่อน คิดเป็นร้อยละ 90.80 ซึ่งมีทรัพย์สินเสียหายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.60 และแหล่งที่ให้ความช่วยเหลือเมื่อประสบอุทกภัยส่วนใหญ่เป็นหน่วยงานและองค์กรต่างๆ คิดเป็นร้อยละ 60.80 (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลการประสพภัยพิบัติ (n=250)

ข้อมูลการประสพภัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>ความรุนแรงจากอุทกภัยที่ได้รับครั้งล่าสุด (ปี 2553)</b>		
มาก	160	64.00
ปานกลาง	81	32.40
น้อย	9	3.60
<b>ประสบการณ์เกี่ยวกับภัยพิบัติ</b>		
มี (อุทกภัย)	227	90.80
ไม่มี	23	9.20
<b>ความเสียหายที่ได้รับ*</b>		
ทรัพย์สินเสียหาย	164	65.60
ที่อยู่อาศัยเสียหาย	95	38.00
ที่ทำกินเสียหาย	10	4.00
มีผลต่อสุขภาพ/ได้รับบาดเจ็บ	5	2.00
สูญเสียบุคคลในครอบครัว	3	1.20
<b>แหล่งที่ให้ความช่วยเหลือเมื่อประสบภัยพิบัติจากอุทกภัย*</b>		
หน่วยงาน/องค์กรต่างๆ	152	60.80
บุคคลในครอบครัว	108	43.20
เพื่อน/บ้านญาติ	101	40.40
เพื่อนบ้าน	81	32.40
อื่นๆ (เทศบาล/รัฐบาล)	7	2.80

\*ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ



**ตารางที่ 2** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปรับตัว จำแนกตามการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง โดยรวมและรายด้าน (n = 250)

การปรับตัว	M	SD	ระดับการปรับตัว
ด้านบทบาทหน้าที่	3.53	0.49	ปานกลาง
ด้านการพึ่งพา	3.40	0.53	ปานกลาง
<b>การปรับตัวโดยรวม</b>	<b>3.46</b>	<b>0.44</b>	<b>ปานกลาง</b>

การปรับตัวโดยรวม พบว่า การปรับตัวของผู้ประสภภัยพิบัติโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (M = 3.46, SD = 0.44) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทั้ง 2 ด้าน คือ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ และการปรับตัวด้านการพึ่งพายู่ในระดับปานกลาง (M = 3.53, SD = 0.49, M = 3.40, SD = 0.53) (ตารางที่ 2)

การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ พบว่า การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่อยู่ในระดับดีมีทั้งหมด 7 ข้อ โดยข้อที่คะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ สนใจรับฟังข่าวสารความรู้เกี่ยวกับภัยพิบัติจากแหล่งข้อมูลต่างๆ มากขึ้น เช่น วิทยุ/โทรทัศน์ (M = 4.22, SD = 0.87) รองลงมา คือการสนใจ ใส่ใจ เรื่องราวของบุคคลในครอบครัว (M = 4.18, SD = 0.82) และข้อที่ปรับตัวอยู่ในระดับปานกลางมีทั้งหมด 9 ข้อ โดยข้อที่ได้คะแนนเฉลี่ยต่ำสุด คือ การมีส่วนร่วมในการประสานงานกับองค์กรภาครัฐ เช่น อบต./รพสต./โรงพยาบาลมากขึ้น (M = 2.66, SD = 1.20) (ตารางที่ 3)

การปรับตัวด้านการพึ่งพา พบว่า อยู่ในระดับดีมีทั้งหมด 3 ข้อ โดยข้อที่คะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ การให้ความรัก การดูแลเอาใจใส่แก่สมาชิกในครอบครัว (M = 4.27, SD = 0.81) รองลงมา คือ การได้รับความรักและการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัว (M = 4.12, SD = 0.82) ข้อที่มีการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลางมีทั้งหมด 13 ข้อ โดยข้อที่คะแนนเฉลี่ยสูงสุด คือ สามารถเดินไปซื้อของหรือ

ธุระได้เองคนเดียว (M = 3.50, SD = 1.22) รองลงมาคือ การแบ่งปันสิ่งของ เช่น ข้าวสาร ของใช้อื่นๆ แก่เพื่อนบ้านเสมอ (M = 3.50, SD = 1.01) ข้อที่ปรับตัวอยู่ในระดับไม่ดีมี 1 ข้อโดยมีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด คือ รู้สึกเป็นทุกข์ที่ไม่สามารถติดต่อกับบุคคลในครอบครัวได้ (M = 2.22, SD = 1.16) (ตารางที่ 4)

## อภิปรายผล

1. การปรับตัวของกลุ่มตัวอย่างโดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง (M = 3.46, SD = 0.44) อธิบายได้ว่า เหตุการณ์อุทกภัยครั้งนี้ เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทันทีทันใด โดยไม่มีการเตรียมตัว ทำให้มีผลกระทบวงกว้าง กล่าวคือ ผู้ประสภภัยสูญเสียที่อยู่อาศัย ที่ทำกิน สูญเสียบุคคลในครอบครัว มีหนี้สิน จะเห็นได้ว่าผู้ประสภภัยต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทันทีทันใดซึ่งนับว่าเป็นภาวะวิกฤต ซึ่ง Roy & Anderws (1999) อธิบายว่า การปรับตัวประกอบด้วยปัจจัยหลายปัจจัย ได้แก่ อายุ และการศึกษา นับว่าเป็นปัจจัยร่วมของบุคคลที่มีผลต่อการปรับตัว จากการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ร้อยละ 32.80 ซึ่งเป็นวัยที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์มั่นคง มีการใช้เหตุผลในการแก้ไขปัญหา ทำให้มีการตัดสินใจได้อย่างสุขุม และรอบคอบมีความรับผิดชอบสูงทั้งในด้านครอบครัว สังคม และการสนับสนุนให้ความช่วยเหลือบุคคลในครอบครัว



**ตารางที่ 3** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปรับตัวจำแนกตามการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง ด้านบทบาทหน้าที่รายข้อ (n=250)

การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่	M	SD
1. สนใจรับฟังข่าวสารความรู้เกี่ยวกับภัยพิบัติจากแหล่งข้อมูลต่างๆ มากขึ้น เช่น วิทยุ/โทรทัศน์	4.22	0.87
2. การสนใจ ใส่ใจ เรื่องราวของบุคคลในครอบครัว	4.18	0.82
3. การดูแลคนในครอบครัวได้ดี	4.04	0.92
4. การมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาครอบครัว	3.96	0.89
5. มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองได้เมื่อประสบภัยพิบัติจากอุทกภัย	3.81	0.83
6. ประกอบอาชีพได้เหมือนเดิม	3.68	1.20
7. การสนับสนุนให้คนในครอบครัวได้มีการพูดคุยระบายอารมณ์มากขึ้น	3.68	0.99
8. การจัดการกับความเครียดของตนเอง	3.66	0.95
9. ยินดีรับฟังคำปรึกษาของเพื่อนบ้าน/เพื่อนร่วมงาน	3.62	0.89
10. การทำหน้าที่ในครอบครัว	3.39	1.33
11. เต็มใจที่จะย้ายที่อยู่หากไม่ปลอดภัย	3.36	1.42
12. เป็นแบบอย่างในการแก้ปัญหาให้กับเพื่อนบ้านได้	3.17	0.99
13. การทำกิจกรรมต่างๆ ในการดูแลตนเอง	3.10	1.14
14. ความรู้สึกยุ่งยากหรือเป็นภาระในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว	3.02	1.29
15. ได้เข้าร่วมกับชุมชนในการป้องกันและแก้ไขปัญหาที่เกิดจากอุทกภัย	2.97	1.14
16. มีส่วนร่วมในการประสานงานกับองค์กรภาครัฐ เช่น อบต./รพสต./โรงพยาบาลมากขึ้น	2.66	1.20

นอกจากนี้ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 42.00 จบชั้นประถมศึกษาซึ่งน่าจะมีความสามารถในการแสวงหาความรู้ และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปแก้ไขปัญหาได้ จึงอาจทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวได้ แต่จากภัยพิบัติที่เกิดขึ้นกลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้ถึงความรุนแรงของเหตุการณ์อยู่ในระดับมากถึงปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 96.40 (ตาราง 1) อธิบายได้ว่า การรับรู้ความรุนแรงของเหตุการณ์เป็นปัจจัยอย่างหนึ่งที่มีผลต่อการปรับตัว (Roy & Anderws, 1999) อาจทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง

สอดคล้องกับการศึกษาการปรับตัวของ ประชากร ชุนทอง (2555) ซึ่งพบว่าผู้ประสบวาตภัยมีการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งผู้ประสบภัยมีการรับรู้ความรุนแรงของเหตุการณ์ในระดับปานกลาง ดังที่ Aguilera (1994) กล่าวว่า หากบุคคลมีการรับรู้เหตุการณ์ได้เหมาะสมก็จะทำให้บุคคลสามารถผ่านพ้นภาวะวิกฤตทางด้านจิตใจไปได้ เช่นเดียวกับการศึกษาการรับรู้และการปรับตัวของประชาชนที่ประสบอุทกภัยในหมู่บ้านน้ำก้อ เมื่อปี 2544 พบว่าประชาชนมีการรับรู้เหตุการณ์อยู่ในระดับสูงในด้านสาเหตุ ความรุนแรงของการเกิดอุทกภัย จึงทำให้การปรับตัวของประชาชนสูงขึ้นด้วย มีการยอมรับ



**ตารางที่ 4** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปรับตัวจำแนกตามการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง ด้านพึงพารายข้อ (n=250)

การปรับตัวด้านการพึ่งพา	M	SD
1. การให้ความรัก การดูแลเอาใจใส่แก่สมาชิกในครอบครัว	4.27	0.81
2. การได้รับความรักและการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัวเป็นอย่างดี	4.12	0.82
3. ไม่มีที่พึ่ง	4.00	1.11
4. สามารถเดินทางไปซื้อของหรือธุระได้เองคนเดียว	3.50	1.22
5. การแบ่งปันสิ่งของ เช่น ข้าวสาร ของใช้ อื่นๆ แก่เพื่อนบ้านเสมอ	3.50	1.01
6. รู้สึกเหงา โดดเดี่ยว	3.63	1.27
7. รู้สึกวิตกกังวล	3.48	1.29
8. ไม่กล้าอยู่บ้านคนเดียว	3.47	1.39
9. รู้สึกกลัว	3.47	1.20
10. พึงค้ำใจกำลังใจเพื่อนบ้าน	3.36	0.93
11. เมื่อมีปัญหาที่อยู่อาศัย สามารถขอพินัยพิทักษ์ที่พี่น้อง หรือหน่วยงานอื่นๆ	3.34	1.06
12. ให้การช่วยเหลือแก่บุคคลอื่นในชุมชน	3.32	0.96
13. จะขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ของรัฐเท่าที่จำเป็น	3.25	1.15
14. มีบุคคลที่สามารถให้คำแนะนำ	3.25	1.08
15. ได้รับความช่วยเหลือจากหน่วยงานของรัฐ/องค์กร	2.91	1.11
16. รู้สึกยุ่งยากอัดอั้นใจเมื่อต้องขอความช่วยเหลือจากคนอื่น	2.62	1.18
17. รู้สึกเป็นทุกข์ที่ไม่สามารถติดต่อกับบุคคลในครอบครัวได้	2.22	1.16

ความเสียหายที่เกิดขึ้น (สุทธิศักดิ์ เท้าฐวี, 2544) และกลุ่มตัวอย่างโดยส่วนใหญ่เคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับภัยพิบัติจากอุทกภัยมาก่อนถึงร้อยละ 90.80 (ตาราง 1) ดังนั้น จึงอาจเป็นไปได้ว่าการปรับตัวโดยรวมจึงอยู่ในระดับปานกลาง

## 2. การปรับตัวรายด้านของกลุ่มตัวอย่าง

2.1 การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง (M = 3.53, SD = 0.49) อธิบายได้ว่า การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ของบุคคล เป็นการกระทำหน้าที่ตามความคาดหวังของสังคม เช่น บทบาทอาชีพ บทบาทการเป็นมารดา บทบาทการเป็นผู้ป่วย ซึ่งเมื่อระยะเวลา

ผ่านไป ทำให้เริ่มมีการปรับตัวทางด้านบทบาทหน้าที่ ดังจะเห็นได้จากการศึกษาของ ปภาดา ชมพูนิตย (2550) พบว่า เมื่อภัยพิบัติผ่านไป ผู้ประสบภัยเริ่มบทบาทหน้าที่ของตนเอง เช่น บทบาทความเป็นมารดาซึ่งต้องทำหน้าที่ดูแลบุตร และเริ่มใส่ใจในการดูแลสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง เพื่อให้สามารถทำงานได้ รวมทั้งคิดถึงเรื่องประกอบอาชีพเพื่อหารายได้มาจุนเจือครอบครัว เช่นเดียวกับการศึกษาเรื่องกลยุทธ์การปรับตัวเมื่อเกิดอุทกภัยของผู้ประสบอุทกภัยของ Jarung rattanapong & Manasboon phempool (2008) ที่พบว่า ประชาชนมีวิธีการป้องกันอุทกภัย และมีการเรียกร้องให้



รัฐบาลเข้ามาช่วยเหลือ แต่แต่ละคนต่างหาทางออกของตนเอง บางส่วนมีการกู้ยืมเงินจากธนาคาร และเช่าที่ในการทำอาชีพต่อ ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างผ่านเหตุการณ์มาแล้วเริ่มมีการปรับตัว ทำให้เกิดการเรียนรู้ประสบการณ์และเตรียมพร้อมรับมืออยู่เสมอ จึงอาจเป็นไปได้ว่าการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับกลาง นอกจากนี้จะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างร้อยละ 55.60 เป็นผู้หารายได้ช่วยเหลือครอบครัว จากการทำหน้าที่ดังกล่าวอาจเป็นไปได้ว่าทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความเครียด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Neria, Nandi, & Galea (2007) ที่พบว่า ภัยพิบัติที่ทำให้ผู้ได้รับผลกระทบมีอาการคล้ายโรคเครียดหลังเกิดเหตุการณ์สะเทือนใจ คือ ภัยพิบัติทางธรรมชาติ รองลงมา คือ ภัยพิบัติน้ำมีมนุษย และภัยพิบัติด้านเทคโนโลยี ตามลำดับ ซึ่งจะเห็นได้ว่า ความเครียดเป็นสิ่งเร้าที่มีผลต่อการปรับตัว (Roy & Andrews, 1999) และกลุ่มตัวอย่างเองก็รู้สึกยุ่งยากในการจัดการกับปัญหาในครอบครัว ( $M = 3.02$ ,  $SD = 1.29$ ) ดังนั้น อาจเป็นไปได้ว่าการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

2.2 การปรับตัวด้านการพึ่งพา พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง ( $M = 3.40$ ,  $SD = 0.53$ ) อธิบายได้ว่า อาจมาจากลักษณะทางสังคมของชุมชนมีความสามัคคี มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ เมตตา ผิวซ่า (2549) ที่พบว่า ชุมชนที่ประสบเหตุการณ์คับขันหรือเหตุการณ์วิกฤตด้วยกัน คนในชุมชนจะให้การช่วยเหลือกันเป็นอย่างดี แสดงความเห็นอกเห็นใจต่อกัน มีความรักต่อกัน ซึ่ง Roy & Andrew (1999) อธิบายว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยอย่างหนึ่งที่มีผลต่อการปรับตัวด้านการพึ่งพาสอดคล้องกับการศึกษาผู้ประสบอุทกภัยในเมืองกึ่งนึ่งประเทศเกาหลีของ Eun-Hee Chae, Tong Won Kim,

Seon-Ja Rhee, & Henderson (2005) พบว่า การมีแหล่งช่วยเหลือทางการแพทย์ โดยปรึกษาทางโทรศัพท์ ตรวจร่างกายหรือเยี่ยมบ้าน ให้สุขศึกษาและการปรึกษาถึงบ้าน ให้จิตศึกษาหรือมีการให้คำปรึกษา ทำให้ไม่เครียดและเกิดการปรับตัวที่ดี แต่จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่า การเอื้อเฟื้อ การแบ่งปันสิ่งของ เช่น ข้าวสาร ของใช้อื่น ๆ แก่เพื่อนบ้าน กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง ( $M = 3.50$ ,  $SD = 1.01$ ) อาจเนื่องมาจากข้อจำกัดในปัจจุบันด้านรายได้ ทำให้กลุ่มตัวอย่างไม่อาจให้ความช่วยเหลือในเรื่องดังกล่าวแก่เพื่อนบ้านมากนัก และเหตุการณ์ภัยพิบัติที่เกิดขึ้นนั้นส่งผลกระทบวงกว้างทำให้แหล่งสนับสนุนจากหน่วยงานต่างๆ อาจให้การสนับสนุนไม่เพียงพอ ดังนั้น จึงเป็นไปได้ที่การปรับตัวด้านการพึ่งพาอยู่ในระดับปานกลาง

## ข้อเสนอแนะและการนำวิจัยไปใช้

1. ควรศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัวของผู้ประสบภัยพิบัติในระยะฉุกเฉิน และในระยะฟื้นฟูเพื่อช่วยในการส่งเสริมการปรับตัวตามปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
2. ควรทำการศึกษาการรับรู้ปัญหาและปัญหาทางด้านสุขภาพจิตของชุมชนอย่างละเอียด รวมถึงแนวทางในการแก้ปัญหาหรือแนวทางผ่านพ้นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในชุมชนต่อไปได้

## กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณโครงการความร่วมมือของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์และสำนักกองทุนสนับสนุนการวิจัย (มอ.-สกว.) ที่สนับสนุนทุนวิจัย ขอขอบคุณคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ให้คำปรึกษา และแก้ไขข้อบกพร่องเกี่ยวกับเครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล และขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านในการวิจัยครั้งนี้



## เอกสารอ้างอิง

### ภาษาไทย

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2548). แนวปฏิบัติการดูแลด้านสุขภาพจิตผู้ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ชายแดนใต้ สำหรับหน่วยงานสาธารณสุข. กรุงเทพมหานคร: บิยอนด์พับลิชชิ่ง.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2549). คู่มือสำหรับประชาชนทั่วไปในการดูแลจิตใจตนเองในสถานการณ์ชายแดนใต้. กรุงเทพมหานคร: บิยอนด์พับลิชชิ่ง.

จลี เจริญสรรพ. (2548). การช่วยเหลือและฟื้นฟูทางจิตใจแก่ผู้ประสบภัยกรณีพิบัติ "สึนามิ" ใน 6 จังหวัดภาคใต้. วารสารการศึกษายพยาบาล, 16(1), 103-107.

ทวิตา กมลเวช. (2554). คู่มือการจัดการภัยพิบัติท้องถิ่น. กรุงเทพมหานคร : สถาบันพระปกเกล้า.

ประกอบ ขุนทอง, ทิพย์ภา เชนรัฐเขาวลิต, และวันดี สุทธิรังษี. (2555). การปรับตัวจากภัยพิบัติธรรมชาติवादภัยของประชาชนในอำเภอสังขละบุรี จังหวัดสงขลา ประเทศไทย. สารนิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ (การพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ปภาดา ชมพูนิตย์. (2550). ประสบการณ์การปรับตัวของผู้ประสบภัยพิบัติแผ่นดินถล่ม ตำบลแม่พล อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร.

ปรีชา ปิยจันทร์. (2554). ชุมชนกับการจัดการอุทกภัยปี พ.ศ. 2554: กรณีศึกษา ชุมชนอยู่เจริญ เขตดอนเมือง กรุงเทพมหานคร (อยู่เจริญโมเดล). วารสารการศึกษาศาสตร์และพัฒนาสังคม, 7(2), 17-28.

พีไลรัตน์ ทองอุไร, ชวีญดา บาลทิพย์ และนิตา วุฒิมัย.

(2544). รายงานการวิจัย ปรากฏการณ์การปรับตัวของผู้ประสบภัยน้ำท่วม ณ อำเภอหาดใหญ่ 2543. สงขลา: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

เมตตา พิวงษ์. (2549). การปรับตัวของผู้ที่ประสบอุทกภัยซ้ำซาก: กรณีศึกษาชุมชนบ้านหาดสวนยา อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.

สมศรี เตกฉัตร และสมชาย สุวรรณกำเนิด. การเยียวยาและเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตแก่ผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติ อำเภอสงขละบุรี จังหวัดสงขลา. เอกสารนำเสนอในที่ประชุมเรื่องพร้อมรับมืออย่างไรกับภัยพิบัติ, สงขลา: โรงแรมบีพีสมิทธาปีช สงขลา.

สมฤดี ชัชเวช. (2550). การพัฒนาแนวปฏิบัติการพยาบาลในการดูแลบาดแผลเพื่อป้องกันการติดเชื้อจากภัยพิบัติทางธรรมชาติ. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลด้านการควบคุมการติดเชื้อ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สุพัฒนา สุขสว่าง, และศิริลักษณ์ สว่างวงศ์สิน. (2550). ปฏิบัติทางจิตใจและการจัดการปัญหาวิกฤตทางจิตใจในผู้ประสบภัยพิบัติจากเหตุการณ์อุทกภัยโคลนถล่มจังหวัดอุตรดิตถ์. ในการประชุมวิชาการสุขภาพจิตนานาชาติ ครั้งที่ 6 เรื่อง สุขภาพจิตชีวิตชาวเมือง. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ปริ้นซ์พาเลซ.

ลธิศศักดิ์ เท้าอูรี. (2544). การรับรู้และการปรับตัวของประชาชนบ้านน้ำก้อภายหลังเกิดภัยพิบัติอุทกภัยในปี พ.ศ. 2544. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.



สำนักวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (2554). *หาดใหญ่เข้มแข็ง สู้อยู่รอดท่าม*. จากเว็บไซต์ <http://rdo.psu.ac.th/hy-flood/index.php/-1/24>

เสาวลักษณ์ สุวรรณโมตรี, อุษา ล้มชีว, และชาดา ประจง. (2550). *คู่มือการดูแลจิตใจในภาวะวิกฤต (ต่อเนื่อง)*. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

อุไร หัตถกิจ, และภาคภูมิ วิธานศิริวัฒน์. (2553). ปัญหาสุขภาพจิตและการเยียวยาตนเองของผู้ประสบภัย สึนามิ: กรณีศึกษาชุมชนบ้านแหลมป้อมและบ้านน้ำเค็ม. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, 18(3), 177-188.

#### ภาษาอังกฤษ

Aguilera, D.C. (1994). *Crisis intervention: Theory and methodology*, (7<sup>th</sup> ed.). St. Louis, Missouri: Mosby.

Eun-Hee Chae, Kim, T.W., Rhee, S., & Henderson, T.D. (2005). The impact of flooding on the mental health of affected people in south Korea. *Community Mental Health*

*Journal*, 41(6), 633-45. doi: <http://dx.doi.org/10.1007/s10597-005-8845-6>

Jarung rattanapong, R., & Manasboonphempool, A. (2008). Adaptation strategies for coastal Erosion/Flooding: A case study of two communities in bang khun thian district, Bangkok. *TDRI Quarterly Review*, 23, 11-18. Retrieved from <http://search.proquest.com/docview/206358116?accountid=28431>

Roy, C., & Andrew, H.A., (1999). *The Roy adaptation model*. USA: Appleton & Lange.

Stuart, G.W., & Laraia, M.T. (2002). *Stuart & Sundeen's principle and practice of psychiatric Nursing*. St. Louis: Mosby.

Yamane, T. (1973). *Statistics: An introductory analysis*, (3<sup>rd</sup> ed.). New York: Harper and Row Publication.

Neria, Y., Nandi, A., & Galea, S. (2008). Post-traumatic stress disorder following disasters: A systematic review. *Psychological Medicine*, 38(4), 467-80. doi: <http://dx.doi.org/10.1017/S0033291707001353>