

ผลของการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.)
ร่วมกับการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ต่อระดับความเครียดในกลุ่มวัยทำงานจังหวัดพัทลุง
ภายใต้สถานการณ์ระบาดโรคโควิด-19

The Effectiveness of a Mental Health Care Experiment in Phatthalung Community:
Using Astrology to Reduce Stress Level during the COVID-19 Pandemic

พานิตย์ นพรัตน์¹, กิตติพร เนาว์สุวรรณ^{2*}, นกชา สิงห์วีระธรรม³

Panit Nopparat¹, Kittiporn Nawsuwan^{2*}, Noppcha Singweratham³

อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าข้าม จังหวัดพัทลุง¹

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก^{2*}

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่³

Village Health Volunteer's, Takam Health Promoting Hospital Phatthalung Province¹

Boromaraonani College of Nursing, Songkhla, Faculty of Nursing Praboromarajchanok Institute^{2*}

Faculty of Public Health, Chiang Mai University³

(Received: January 11, 2023; Revised: April 30, 2023; Accepted: April 30, 2023)

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลองนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. ร่วมกับการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ต่อระดับความเครียดในกลุ่มวัยทำงานจังหวัดพัทลุง ภายใต้สถานการณ์ระบาดโรคโควิด-19 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่กลุ่มวัยทำงานในจังหวัดพัทลุงที่มารับบริการดูแลสุขภาพ จำนวน 27 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ การประยุกต์หลักโหราศาสตร์เพื่อการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. และแบบประเมินความเครียด ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.67 – 1.00 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และสถิติ Paired sample t-test ผลการวิจัยพบว่า

หลังการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม.ร่วมกับการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ภายใต้สถานการณ์ระบาดโรคโควิด-19 กลุ่มวัยทำงานในจังหวัดพัทลุงมีระดับความเครียดลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ดังนั้นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลควรประสานกับผู้มีความรู้เกี่ยวกับหลักทางโหราศาสตร์ เพื่อนำมาสอนให้กับ อสม. และนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. เพื่อลดความเครียดให้กับประชาชนในเขตรับผิดชอบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และจากสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงทางสังคม

คำสำคัญ: การดูแลสุขภาพจิตในชุมชน, หลักโหราศาสตร์, อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน, ความเครียด, โรคโควิด-19

*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: jock27667@gmail.com เบอร์โทรศัพท์ 089-7390364)

Abstract

This one group pretest-posttest quasi-experimental study aimed to assess the effectiveness of a mental health care experiment in the community, using astrology during the COVID-19 pandemic so to reduce the stress level among working-age people in Phatthalung Province. The sample was 27 working-age people who received astrology advices, provided by Village Health Volunteers (VHVs). The research tools were astrology principles and a stress assessment form. The consistency index of the tools was between 0.67 – 1.00. Data were analyzed using descriptive statistics and paired sample t-test.

After receiving the mental health care using astrology from the VHVs during the COVID-19 pandemic, the working age group in Phatthalung province had a statistically significant lower level of stress than before ($p < .001$).

Therefore, sub-district health promotion hospitals should coordinate with those who have knowledge about astrological principles to guide VHVs in application to mental health care in the community for stress reduction during the COVID-19 pandemic and changing society.

Key Words: Community Mental Health Care, Astrology, Village Health Volunteers, Stress, COVID-19

บทนำ

อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) หมายถึง บุคคลที่ได้รับการคัดเลือกจากชาวบ้าน ในแต่ละหมู่บ้าน และได้รับการอบรมตามหลักสูตรที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด โดยมีบทบาทที่สำคัญในฐานะผู้นำการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมสุขภาพอนามัย การสื่อสารข่าวสารสาธารณสุข การแนะนำเผยแพร่ความรู้ ประสานกิจกรรมพัฒนาสาธารณสุข ตลอดจนให้บริการสาธารณสุขด้านต่างๆ (กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ, 2554)

จังหวัดพัทลุงมีอัตราการมีส่วนร่วมในกำลังแรงงานของจังหวัดพัทลุง อยู่ที่ร้อยละ 72.68 อัตราการจ้างงานในภาคเกษตรของจังหวัดพัทลุง อยู่ที่อัตราร้อยละ 53.16 โดยในไตรมาสที่ 3 ปี 2563 มีอัตราการว่างงานร้อยละ 1.13 (3,498 คน) และเมื่อเทียบอัตราการว่างงานกับไตรมาสเดียวกันของปีที่ผ่านมา (3/2562) พบว่า อัตราการว่างงานเพิ่มขึ้น (สำนักงานแรงงานจังหวัดพัทลุง, 2564) ประกอบในช่วงดังกล่าวมีการระบาดของโรคโควิด-19 ทำให้เกิดการจ้างงานน้อย ส่งผลต่อภาวะเครียดของประชาชนทั่วไปโดยเฉพาะวัยแรงงาน ทำให้ อสม. ซึ่งเป็นตัวแทนของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข จำเป็นต้องค้นหา เฝ้าระวัง ตลอดจนให้คำแนะนำเพื่ออาการวิตกกังวล จากการศึกษาของกิตติพร เนาว์สุวรรณ, นกษา สิงห์วีระธรรม และพยงค์ เทพอักษร (2563) พบว่าองค์ประกอบและตัวชี้วัดความสำเร็จในการดำเนินงานควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในชุมชนของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ประเทศไทย ส่วนหนึ่งมาจากการควบคุมโรคเชิงรุก การสื่อสาร วางแผน และติดตาม และการค้นหาข้อมูล บันทึกและรายงานผล

ในด้านการดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชน อสม. ถือว่าเป็นผู้มีบทบาทและพล้อย่างยิ่งที่จะช่วยให้คนในชุมชนของตนมีสุขภาพจิตดี และอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ทำให้ชุมชนตนเองเป็นชุมชนสุขภาพจิตดี ภายใต้หลักการ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) สอดส่อง มองหา (Look) การป้องกันปัญหาสุขภาพจิต โดยการมองหาสังเกต และเข้าถึงผู้ที่เสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพจิตในชุมชน 2) ใส่ใจรับฟัง (Listen) การดูแลด้านจิตใจคนในชุมชน ได้แก่ การบรรเทา หรือแก้ไขปัญห และส่งเสริมให้ความรู้ด้าน สุขภาพจิต ซึ่งการบรรเทาหรือแก้ไขปัญห เช่น รับฟัง ให้คำปรึกษา แนะนำ ให้ข้อคิดเตือนใจแก่คนที่ทุกข์ใจ ปลอบโยนให้กำลังใจ เยี่ยมเยียนถามไถ่อาการ ส่วนการส่งเสริมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพจิตตนเอง ครอบครัว ชุมชน และ 3) ส่งต่อเชื่อมโยง (Link) การช่วยให้ได้รับการรักษาต่อเนื่อง โดยการพูดคุยกับผู้ป่วย และญาติให้เห็นความสำคัญของการกินยาหรือปฏิบัติตัวตามหมอสั่ง การประสานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในการส่งต่อ การติดตามเยี่ยมบ้านร่วมกับ

เจ้าหน้าที่สาธารณสุข การสื่อสารให้คนในชุมชนรับทราบ บริการสายด่วนกรมสุขภาพจิต 1323 บริการ 24 ชั่วโมง (นันทวดี วรสุวิธ, 2560)

สำหรับหลักโหราศาสตร์มีความสำคัญและเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต กล่าวคือ เป็นการแนะนำใช้ประชาชน เลี่ยงสิ่งที่สุจริต สามารถดำเนินชีวิตโดยไม่ประมาท คุณค่า นำไปปรับใช้ในการวางแผนการดำเนินชีวิต การสร้างขวัญ กำลังใจ การให้คำปรึกษา การเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ตลอดจนการทำให้มีความเข้าใจ ตนเองและผู้อื่น การดำรงชีพอยู่ ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม ความเข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรม และความเพียรพยายามด้วยตนเอง (พระครูสุภัทรวชิรานุกุล, พูนชัย ปันธิยะ, เทพประวิณ จันทรแรง, และ เยื้อง ปันเหน่งเพ็ชร, 2563) ประกอบกับการระบาดของเชื้อโควิด-19 ได้ส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตของประชาชน ก่อให้เกิดความเครียดและความกังวลในประชาชนทั่วประเทศ การแพร่ระบาดของ โควิด-19 อสม. จึงเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งที่จะให้การดูแลช่วยเหลือจิตใจคนในชุมชนของตนให้มี สุขภาพจิตที่ดีขึ้น สิ่งสำคัญที่ใช้ในดูแลช่วยเหลือ คือ การรับฟังผู้ที่มีปัญหาด้านจิตใจเพื่อช่วยให้เขาเหล่านั้นได้ ระบาย ความเครียดหรือความทุกข์ใจออกมาการรับฟัง การฟังต้องฟังด้วยหัวใจ (กรมสุขภาพจิต, 2563) จากการศึกษาการศึกษา ของ ญฐณัช แก้วผลึก (2561) พบว่าการปรึกษาทางโหราศาสตร์ตามแนวพุทธจิตวิทยาสามารถลดความทุกข์ โดยทำให้ กลุ่มสามารถเผชิญปัญหาปัจจุบันและอนาคต สำหรับผู้รับคำปรึกษามีเคราะห์ประสพทุกข์ ก็แนะนำให้ใช้สติสัมปชัญญะ ไม่ประมาท ด้วยการเสริมกำลังใจ เมื่อผู้รับคำปรึกษามีโชค ก็เตือนสติไม่ให้ประมาท หลงระเหิงในโชค และปฏิบัติสมาธิทำ จิตใจให้สงบ

จากสภาพการณ์ดังกล่าวจึงทำให้ผู้วิจัยสนใจนำหลักทางโหราศาสตร์มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินงานสุขภาพจิตใน ชุมชนโดยเฉพาะการลดความเครียดซึ่งเป็นอาการเบื้องต้น ก่อนนำไปสู่อาการขั้นรุนแรงทางจิต ซึ่งส่งผลกระทบต่อชีวิต ทรัพย์สิน และสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์วิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาผลของการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. ร่วมกับการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ ต่อ ระดับความเครียดในกลุ่มวัยทำงานจังหวัดพัทลุง ภายใต้สถานการณ์ระบาดของโรคโควิด-19

วัตถุประสงค์เฉพาะ

เพื่อเปรียบเทียบระดับความเครียดในกลุ่มวัยทำงานจังหวัดพัทลุงระหว่างก่อนและหลังการดูแลสุขภาพจิตใน ชุมชนตามบทบาทของ อสม. ร่วมกับการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ ภายใต้สถานการณ์ระบาดของโรค โควิด-19

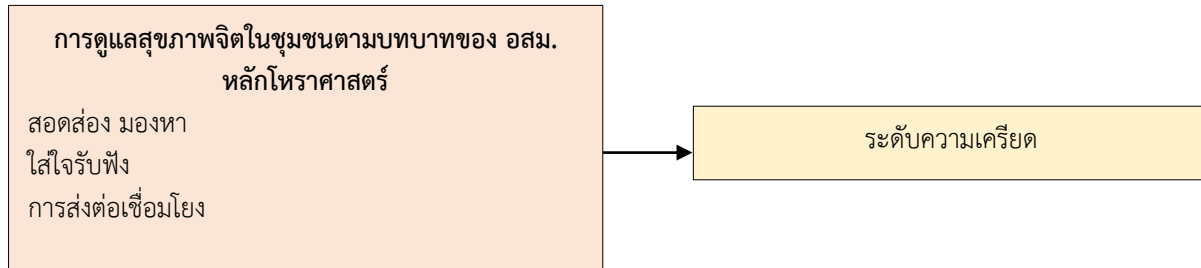
สมมติฐานการวิจัย

หลังการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. ร่วมกับการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ภายใต้สถานการณ์ ระบาดของโรคโควิด-19 กลุ่มวัยทำงานในจังหวัดพัทลุงมีระดับความเครียดลดลง

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยใช้แนวคิดบทบาทของ อสม. ในการพัฒนางานสุขภาพจิตชุมชนด้วยหลักการ 3 ส (กรมสุขภาพจิต กระทรวง สาธารณสุข, 2560) ประกอบด้วย 1) สอดส่อง มองหา (Look) เป็นการมองหาสังเกต และเข้าถึงต่อผู้เสี่ยงต่อปัญหา สุขภาพจิตในชุมชน 2) ใส่ใจรับฟัง (Listen) เป็นการบรรเทาหรือแก้ไขปัญหา และการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพทั้งแก่ บุคคลและครอบครัว เช่น การรับฟัง การให้คำปรึกษา แนะนำ ให้ข้อคิด ปลอบโยนให้กำลังใจ 3) การส่งต่อเชื่อมโยง (Link) เป็นการช่วยให้ได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องโดยการพูดคุยกับผู้ป่วยและญาติเพื่อให้ผู้ป่วยได้เข้าถึงการรักษากับเจ้าหน้าที่

สาธารณสุข ในขณะที่หลักทางหลักโหราศาสตร์ ได้แก่ การพยากรณ์ดวงชะตาตามวันเดือนปี เกิดแบบเลข 7 ตัว 9 ฐาน การพยากรณ์จากไฟยิปซี การพยากรณ์จากลายมือ ดังภาพ



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง (The One Groups, Pre-test, Post-test Design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ กลุ่มวัยทำงานที่ทำงานในเขตจังหวัดพัทลุงและมารับบริการตรวจดูโหราศาสตร์ ในปี.ศ. 2565 กำหนดเกณฑ์คัดเข้าคือ มีความเครียดในระดับปานกลางขึ้นไป คือคะแนน 24-60 ปี โดยใช้แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต (SPST-20) (กรมสุขภาพจิต, 2550) และมีความสมัครใจเข้าร่วมโครงการ สำหรับเกณฑ์การคัดออกคือ มีอาการทางจิตเวชขั้นรุนแรงจนต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล เช่น ซึมเศร้า หวาดระแวงขั้นรุนแรง นอนไม่หลับขั้นรุนแรง เป็นต้น

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ กลุ่มวัยทำงานในจังหวัดพัทลุงที่มารับบริการดูโหราศาสตร์ ระหว่างเดือนพฤษภาคม – มิถุนายน 2565 จำนวน 30 คน คำนวณโดยใช้โปรแกรม G* Power Analysis (Faul, Erdfelder, Lang, & Buchner, 2007) ใช้ Test family เลือก t-tests, Statistical test เลือก Means: Differences between two dependent means (matched paired) กำหนดค่าอิทธิพลขนาดกลาง (Effect size) = 0.5 ซึ่งเป็นระดับปานกลาง Cohen ได้กล่าวว่าการกำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบไม่อิสระต่อกัน สามารถกำหนดอิทธิพลของกลุ่มตัวอย่างได้ตั้งแต่ระดับปานกลางถึงระดับสูง (Cohen, 1988) ค่าความคลาดเคลื่อน (Alpha) = .05 และค่า Power = 0.8 ได้กลุ่มตัวอย่าง 27 คน การสุ่มตัวอย่างผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive) กำหนดคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเข้าคัดออก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ หลักโหราศาสตร์เพื่อการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. ประกอบด้วยกิจกรรม 1) การซักประวัติ 2) การประเมินความเครียด 3) การใช้หลักโหราศาสตร์ในการเข้าถึงปัญหา ได้แก่ การพยากรณ์ดวงชะตาตามวันเดือนปี เกิดแบบเลข 7 ตัว 9 ฐาน การพยากรณ์จากไฟยิปซี การพยากรณ์จากลายมือ 4) การให้คำปรึกษาเบื้องต้นและการปรับทัศนคติและสร้างพลังบวก และ 5) การติดตามและนัดซ้ำ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต (SPST-20) (กรมสุขภาพจิต, 2550) ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตรวัดประมาณค่า 5 ระดับ (Rating scale) โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามพิจารณาเลือกตอบเพียง 1 ระดับ จากระดับความเครียด 1 หมายถึง ไม่รู้สึกเครียดเลย ถึง ระดับความเครียด 5 หมายถึง รู้สึกเครียดมากที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ใช้สร้างขึ้นเองเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ 3 คน โดยเป็นผู้มีความรู้ทางโหราศาสตร์ 1 คน อาจารย์พยาบาลด้านจิตเวช 1 คน และนักวิชาการสาธารณสุข 1 คน เพื่อพิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง .67 – 1.00 สำหรับการตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ผู้วิจัยนำหลักโหราศาสตร์เพื่อการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม.มาทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มที่มีลักษณะเหมือนกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3 คน พบว่าเครื่องมือดังกล่าวมีความชัดเจนสามารถนำไปใช้ได้จริง สำหรับแบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิตเป็นแบบทดสอบมาตรฐาน และมีความทันสมัยที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้ว

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นก่อนการทดลอง

1. ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์โครงการวิจัยเพื่อหากกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์และมีความ สนใจรับฟังรายละเอียดเกี่ยวกับโครงการวิจัย
2. ผู้วิจัยอธิบาย อธิบายขั้นตอน วิธีการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มตัวอย่าง และการเก็บรวบรวมข้อมูลตลอดจนการพิทักษ์ให้กลุ่มตัวอย่างได้รับทราบ พร้อมลงลายมือชื่อยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย
3. ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินความเครียดก่อนการทดลอง (Pre-test)

ขั้นทดลอง

กิจกรรม	รายละเอียด
1. ชักประวัติ	- ชื่อ – นามสกุล/อายุ/ที่อยู่อาศัย/เบอร์โทรศัพท์
2. ประเมินความเครียด	- ประเมินความเครียดก่อนใช้หลักโหราศาสตร์โดยใช้แบบสอบถามของกรมสุขภาพจิต
3. ใช้หลักโหราศาสตร์ในการเข้าถึงปัญหา	- เป็นการพยากรณ์ดวงชะตาตามวันเดือน ปี เกิด แบบเลข 7 ตัว 9 ฐาน ,ไฟโยปชี และลายมือ เพื่อเข้าถึงปัญหา และการยอมรับปัญหาของผู้ที่มีความเครียด - เป็นขั้นตอนของการผ่อนคลายความตึงเครียด โดยใช้หลักจิตวิทยาในการพูดคุย
4. ให้คำปรึกษาเบื้องต้นการปรับทัศนคติและสร้างพลังบวก	- การให้คำปรึกษา เป็นการพูดคุยเพื่อช่วยเหลือผู้มีปัญหาให้สามารถระบายความทุกข์ใจ และคิดแก้ไขปัญหามาด้วยวิธีที่เหมาะสม - เป็นการพูดคุยให้กำลังใจ ทำให้รู้สึกสบายเพื่อเป็นการปรับวิธีคิดเพื่อสร้างพลังบวกในการสู้กับปัญหาและดำเนินชีวิตต่อไป
5. ประเมินความเครียด(หลัง)	- ประเมินความเครียดหลังใช้หลักโหราศาสตร์โดยใช้แบบสอบถามของกรมสุขภาพจิต
6. การติดตามและนัดซ้ำ	- บุคคลที่ยังมีภาวะความเครียด มีการนัดหมายมาพูดคุย หรือมีการโทรคุยติดตามอาการ ปรับทัศนคติและเพิ่มพลังบวกซ้ำ

ขั้นหลังการทดลอง

8. ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินความเครียดหลังการทดลอง (Post-test)

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความเครียดของกลุ่มวัยทำงานระหว่างก่อนและหลังการดูแลสุขภาพจิตร่วมกับหลักโหราศาสตร์ ด้วยสถิติ Paired sample t-test ทั้งนี้ผู้วิจัยทดสอบการแจกแจงเป็นโค้งปกติด้วยสถิติ Shapiro-wilk test พบว่าข้อมูลมีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ ($p = .329$) (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2019)

จริยธรรมวิจัย

ผู้วิจัยได้มีการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างโดยชี้แจงรายละเอียด ครอบคลุมข้อมูลต่อไปนี้ 1) ชื่อและข้อมูลเกี่ยวกับผู้วิจัย 2) วัตถุประสงค์ และประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย 3) ขั้นตอนการเก็บรวบรวมแบบสอบถาม ไม่มีการระบุชื่อของผู้ตอบแบบสอบถามในแบบสอบถาม 4) การเก็บรักษาข้อมูลเป็นความลับ 5) การเสนอผลงานวิจัยในภาพรวม 6) สิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย หรือสิทธิที่จะถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบต่อการปฏิบัติงานของผู้ตอบแบบสอบถามและข้อมูลทั้งหมดจะถูกทำลายภายใน 1 ปี หลังจากที่ได้ผลการวิจัยได้รับการเผยแพร่แล้ว

ผลการวิจัย

1. เปรียบเทียบระดับความเครียดในกลุ่มวัยทำงานจังหวัดพัทลุงระหว่างก่อนและหลังการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. ร่วมกับการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ ภายใต้สถานการณ์ระบาดโรคโควิด-19

ตาราง 1 เปรียบเทียบระดับความเครียดในกลุ่มวัยทำงานจังหวัดพัทลุงระหว่างก่อนและหลังการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ เพื่อการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. ภายใต้สถานการณ์ระบาดโรคโควิด-19 ด้วยสถิติ Paired sample t-test

ระดับความเครียด	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p-value</i> (1-tailed)
ก่อน	27	61.33	16.22	9.50	26	<.001
หลัง	27	35.96	5.90			

จากตาราง 1 พบว่า หลังการดูแลสุขภาพจิตในชุมชนตามบทบาทของ อสม. ร่วมกับการประยุกต์หลักโหราศาสตร์ ภายใต้สถานการณ์ระบาดโรคโควิด-19 กลุ่มวัยทำงานในจังหวัดพัทลุงมีระดับความเครียดลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

อภิปรายผล

หลังการดูแลสุขภาพจิตร่วมกับหลักโหราศาสตร์ กลุ่มวัยทำงานมีระดับความเครียดลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ทั้งนี้เนื่องจากโรคโควิด 19 เป็นโรคอุบัติใหม่ ทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำรงชีวิตและส่งผลกระทบต่อทางด้านสุขภาพจิตและความเครียดในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 (กระทรวงสาธารณสุข, 2563) ทั้งในกลุ่มบุคลากรทางด้านสาธารณสุข (จารุวรรณ ประภาสอน, 2564) และประชาชนทั่วไป การใช้หลักโหราศาสตร์ หรือการดูดวง โดยหลักโหราศาสตร์ทำให้รู้สึกสบายใจมากขึ้นหรือกำลังประสบกับปัญหาที่จะหาทางออกแต่ก็ไม่ว่าควรจะต้องทำอะไร บางครั้งเป็นการไปเพื่อต้องการหาที่ปรึกษา ต้องการคนที่คอยให้กำลังใจ หรือแม้กระทั่งเตรียมตัวพร้อมรับกับเหตุการณ์ที่กำลังจะเกิดขึ้นในอนาคต โดยสิ่งที่ต้องการจะทราบในการมาหาหมอดูก็จะมีแตกต่างออกไปตามอายุ การศึกษา สถานะภาพ เช่น หากเป็น วัยรุ่นก็มักจะสอบถามในเรื่องการเรียน ความรัก วัยทำงานก็อาจจะทราบในเรื่องของหน้าที่การงานคู่ครอง สุขภาพ การเงิน เป็นต้น ในแง่ของหลักจิตวิทยาหมอดูจะมีอิทธิพลทางด้านจิตใจของผู้รับฟังเป็นอย่างมาก มองว่าเป็นผู้ให้คำปรึกษาแนะนำวิธีการแก้ไขปัญหาและการดำเนินชีวิตของตนเอง สอดคล้องกับหลักการปฏิบัติงานสำหรับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เชี่ยวชาญสาขาสุขภาพจิตชุมชน (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2560) กับการพัฒนางานสุขภาพจิตชุมชนด้วยหลัก 3 ส. ในประเด็นการใส่ใจรับฟัง (Listen) ทั้งการใส่ใจรับ

ฟังเป็นการบรรเทาหรือแก้ปัญหา เบื้องต้น การรับฟัง ให้คำปรึกษา แนะนำ ให้ข้อคิดเตือนใจแก่คนที่ทุกข์ใจ ปลอดภัยให้กำลังใจ ส่งเสริมให้เกิดการป้องกันปัญหาทางด้านสุขภาพจิตได้ดีขึ้น ถึงแม้ว่าการประยุกต์ใช้หลักโหราศาสตร์อาจจะไม่ได้เป็นไปตามแนวพระพุทธรูปศาสนา (พระปัลลัตอาทิตย์ อิทธิโชโต, 2562; พระครูสุภัทรวิชิตานุกุล และคณะ 2563) แต่กระบวนการในการใช้โหราศาสตร์ช่วยให้เกิดการใส่ใจในการรับฟัง เป็นการพูดคุยเพื่อช่วยเหลือผู้มีปัญหาให้สามารถระบายความทุกข์ใจ และคิดแก้ไขปัญหาของตนเองด้วยวิธีการที่เหมาะสม

การนำผลวิจัยไปใช้

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรประสานกับผู้มีความรู้เกี่ยวกับหลักทางโหราศาสตร์ จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้แก่ อสม. ให้นำมาประยุกต์ใช้ในการคัดกรอง ค้นหา ตลอดจนดูแลสุขภาพจิตประชาชนในชุมชนตามบทบาทของ อสม. เพื่อลดความเครียดให้กับประชาชนในเขตรับผิดชอบจากผลกระทบของการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 และจากสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงทางสังคม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาเปรียบเทียบโดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบสองกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลอง (The Two Groups, Pre-test, Post-test Design) เพื่อเป็นการทดสอบประสิทธิภาพของโปรแกรมหรือเก็บข้อมูล หลังการทดลอง 3 เดือน 6 เดือน โดยทำการวิเคราะห์แบบวัดซ้ำ (Repeated Measure) เพื่อให้เห็นถึงคงความคงทนของโปรแกรมที่ให้กับกลุ่มตัวอย่าง

รายการอ้างอิง

- กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. (2554). *คู่มือ อสม.ยุคใหม่*. นนทบุรี: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2550). แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต (SPST-20). สืบค้นเมื่อ 12 มีนาคม 2565 จาก http://envocc.ddc.moph.go.th/uploads/A1/20-21_11_61/C_4.pdf
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2560). *คู่มือความรู้สำหรับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเชี่ยวชาญสุขภาพจิตชุมชน*. ขอนแก่น: โรงพิมพ์พระธรรมขันธ์.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2563). *คู่มือดูแลจิตใจประชาชนสำหรับผู้นำชุมชนและอสม. ชุมชน “หัวใจมีหูต่อสู้อัล! โควิด-19”*. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2563). *จดหมายเหตุ COVID - 19 รวมพลัง ร่วมใจฝ่าภัยวิกฤต*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- กิตติพร เนาว์สุวรรณ, นกษา สิงห์วีธรรม, พยงค์ เทพอักษร. (2563). ความสำเร็จในการดำเนินงานควบคุมโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ในชุมชนของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ประเทศไทย. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้*, 7(2), ก-จ.
- จารุวรรณ ประภาสอน. (2564). ความเครียดและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติของบุคลากรในโรงพยาบาลแคนดง จังหวัดบุรีรัมย์ ในสถานการณ์ระบาดของโรคโควิด. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9*(38): 469-483.
- ณัฐณัช แก้วผลึก. (2561). *การปรึกษาทางโหราศาสตร์ตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อลดความทุกข์*. ปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพฯ.
- นันทาวดี วรสุวิธ. (2560). *คู่มือความรู้สำหรับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเชี่ยวชาญ สาขาสภาพจิตชุมชน*. ขอนแก่น: หจก.โรงพิมพ์พระธรรมขันธ์.

- พระครูสุภัทรวชิรานุกุล, พูนชัย ปันธิยะ, เทพประวิณ จันทรแรง, และ เอื้อง ปั่นเหน่งเพ็ชร. (2563). การประยุกต์ใช้หลักโหราศาสตร์ตามแนวพระพุทธศาสนา. *วารสารพุทธศาสตร์ศึกษา*. 11(2), 410-426.
- พระปลัดอาทิตย์ อิทโชโต(ก้อนแก้ว). (2562). *การศึกษาความเชื่อโหราศาสตร์ของชาวพุทธในล้านนา*. ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำนักงานแรงงานจังหวัดพัทลุง. (2564). รายงานสถานการณ์และดัชนีชี้วัดภาวะด้านแรงงานจังหวัดพัทลุง ไตรมาสที่ 4 ปี 2563(ตุลาคม – ธันวาคม). สืบค้นเมื่อ 19 ธันวาคม 2565 จาก <https://phatthalung.mol.go.th/wp-content/uploads/sites/83/2021/02/trimat4.63.pdf>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. (2nd). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., & Buchner, A. (2007). G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175-191.
- Hair, F. J., et al. (2019). *Multivariate Data Analysis*. (7th ed). New Jersey: Pearson Education.