

หัวข้อวิจัย	รูปแบบกิจกรรมความสุข 5 มิติของกรมสุขภาพจิตที่มีผลต่อสุขภาพจิต
	ผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลโพธิ์ชัย อำเภอกวาปีปทุม จังหวัดมหาสารคาม
ผู้ดำเนินการวิจัย	ต่อศักดิ์ กาญจนทรัพย์สิน
หน่วยงาน	กลุ่มวิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้เป็นแบบวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบกิจกรรมความสุข 5 มิติที่มีผลต่อสุขภาพจิตผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ตำบลโพธิ์ชัย อ.วาปีปทุม จ.มหาสารคาม กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุ ตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไป จัดอยู่ในเฉพาะกลุ่มติดสังคมให้อาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมเป็นเวลา 16 สัปดาห์ โดยออกแบบกิจกรรมที่สัมพันธ์กับการพัฒนาความสุข 5 มิติตามลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ได้แก่ สุขสบาย สุขสนุก สุขสว่าง สุขสง่า และ สุขสงบ โดยทำการเก็บข้อมูลสุขภาพจิตด้วยแบบทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ และศึกษาความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อรูปแบบกิจกรรมความสุขทั้ง 5 มิติ เปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

ผลการวิจัยพบว่า

1. หลังการทดลองระดับของสุขภาพจิตของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น โดยก่อนเข้าร่วมกิจกรรมมีค่าคะแนนเฉลี่ย 40.51 คะแนน และหลังเข้าร่วมกิจกรรมแล้วผู้เข้าร่วมมีค่าคะแนนเฉลี่ยที่เพิ่มสูงขึ้นเป็น 51.81 คะแนน

2. ความพึงพอใจต่อกิจกรรมความสุข 5 มิติของกรมสุขภาพจิตเรียงจากมากไปหาน้อย ดังนี้ กิจกรรมสุขสนุก (ร้อยละ 98.36) กิจกรรมสุขสงบ (ร้อยละ 86.89) กิจกรรมสุขสบาย (ร้อยละ 73.77) กิจกรรมสุขสง่า (ร้อยละ 49.18) กิจกรรมสุขสว่าง (ร้อยละ 24.59) ผลการวิจัยนี้สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนเพื่อพัฒนาคุณภาพของผู้สูงอายุต่อไป

คำสำคัญ : สุขภาพจิต , ผู้สูงอายุ , ความสุข 5 มิติของกรมสุขภาพจิต

Research Title The 5 Dimensions of Happiness program of Department of Mental Health that affects elders' mental health At Phochai Sub District, Wapi Pathum District, Mahasarakham Province.

Researcher Torsak Karnchanasubsin

Organization Guidance Psychology, Faculty of Education Buriram Rajabhat University

ABSTRACT

This research was a quasi-experimental research. The purpose was to study the The 5 Dimensions of Happiness program of Department of Mental Health that affects elders' mental health At Phochai Sub District, Wapi Pathum District, Mahasarakham Province. The subjects were 60 elderly aged up to 60 years and were categorized as social addict. The subjects had participated 16 weeks program. Activities were designed in relation to 5 dimension of happiness development which based on Maslow's hierarchy theory of needs including health (week 1-16), recreation (week 2-16), integrity (week 3-16), cognition (week 4-16) and peacefulness (week 5-16). Data was collected as Thai happiness index examination, and In-depth interview guideline for stakeholders in community. by comparing before and after participating in the program for developing 5 dimensions of happiness in elderly.

The results research were as follows:

1. The results showed Mental health scores after this experimental the elder had increased by before participating in the program average is 40.51 and after participating in the program average is 51.81

2.Satisfaction of the elder towards to the The 5 Dimensions of Happiness program of Department of Mental Health Sort by Ascending Descending is recreation (98.36), peacefulness (86.89), health (73.77), integrity (49.18) and cognition (24.59)

Keywords : Mental Health , Elder , The 5 Dimensions of Happiness program of Department of Mental Health

