

ชื่อวิทยานิพนธ์ การศึกษาภาวะสุขภาพจิตและวิธีการเผชิญปัญหาของสตรีวัยกลางคน
ในชุมชนเขตเทศบาลนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น

ชื่อผู้ทำวิทยานิพนธ์ นางสาวสุวิมล สมคะเนย์

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ศิริพร จิรวัดน์กุล)

..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร.จิราพร เกียวอยู่)

..... กรรมการ
(อาจารย์ภัณฑิลา อธิรัตน์)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพจิตและวิธีการเผชิญปัญหาของสตรีวัยกลางคนในเขตเทศบาลนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ สตรีวัยกลางคนที่มีอายุระหว่าง 40-59 ปี อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลนครขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น มีเป็นชุมชนย่อยทั้งหมด 45 ชุมชน จำนวนตัวอย่างทั้งสิ้น 212 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบมีระบบ (Systematic Random Sampling) ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนธันวาคม 2540 ถึงเดือนมกราคม 2541 โดยใช้แบบสัมภาษณ์ซึ่งประกอบด้วย 3 ส่วนคือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ส่วนที่ 2 ภาวะสุขภาพจิต และส่วนที่ 3 วิธีการเผชิญปัญหา แบบสอบถามดังกล่าวได้รับการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 8 คน และทดสอบหาความเที่ยงของแบบสัมภาษณ์ในส่วนที่ 2 และส่วนที่ 3 โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.82 และ 0.84 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่ามัธยฐาน และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. สตรีวัยกลางคนในเขตเทศบาลนครขอนแก่นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีภาวะสุขภาพจิตโดยรวมในระดับดี เมื่อประเมินตามแบบวัด แต่เมื่อพิจารณาผลการประเมินสุขภาพจิตตนเองพบว่า

ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 88.8) ประเมินสุขภาพจิตตนเองดี มีส่วนน้อย (ร้อยละ 22.2) ที่ประเมินสุขภาพจิตตนเองไม่ค่อยดีและไม่ดี

เมื่อพิจารณาเฉพาะผู้ที่ประเมินสุขภาพจิตตนเองไม่ค่อยดีและไม่ดีพบว่า มีความเกี่ยวข้องกับลักษณะการมีประจำเดือน ภาวะสุขภาพ และเหตุการณ์หรือสถานการณ์สำคัญของชีวิต

2. สตรีวัยกลางคนในเขตเทศบาลนครขอนแก่น เลือกวิธีการเผชิญปัญหาทั้งวิธีเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นแก้ไขปัญหาและวิธีการเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นปรับอารมณ์ โดยที่วิธีเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นแก้ไขปัญหาคือวิธีการเผชิญปัญหาที่เลือกใช้มากที่สุด

โดยวิธีการเผชิญปัญหาโดยรวมที่สตรีวัยกลางคนเลือกใช้มากที่สุด 5 อันดับแรกคือ ให้กำลังใจตัวเองโดยคิดเสียว่าโลกนี้ไม่ใช่มีเราคนเดียวที่มีปัญหา ยอมรับความเป็นจริงตามสภาพของปัญหา ปรึกษาปัญหาและขอความช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัว มีความหวังว่าทุกสิ่งทุกอย่างจะดีขึ้น และมองปัญหาอย่างรอบคอบทุกครั้งตามสภาพความเป็นจริงโดยปราศจากอคติ

วิธีการเผชิญปัญหาของสตรีวัยกลางคนที่ประเมินสุขภาพจิตตนเองไม่ค่อยดีและไม่ดี เลือกใช้มากที่สุด 5 อันดับแรกคือ ให้กำลังใจตัวเองโดยคิดเสียว่าโลกนี้ไม่ใช่มีเราคนเดียวที่มีปัญหา ปรึกษาปัญหาและขอความช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัว มองปัญหาอย่างรอบคอบทุกครั้งตามสภาพความเป็นจริงโดยปราศจากอคติ เปลี่ยนแปลงบางอย่างเพื่อให้สิ่งต่าง ๆ ดีขึ้น และใคร่ครวญพิจารณาเลือกวิธีแก้ปัญหาก็เหมาะสม