

# บทความวิจัย เรื่องรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ กับการรักษาสุขภาพในสังคมไทย

พระมหาพุทธณา นรเชฏโฐ ป.ธ.๙, ดร.  
จุฬารัตน์ ทองอินจันทร์ พธ.ม.

## บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่องนี้ เป็นการศึกษาในรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ โดยมีวัตถุประสงค์ของการศึกษา ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในทางพระพุทธศาสนา ๒) เพื่อศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในสังคมไทย และ ๓) เพื่อนำเสนอรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ

ผลการศึกษาพบว่า **ประการแรก** รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในทางพระพุทธศาสนา มี ๓ รูปแบบ คือ การป้องกันจิต การรักษาจิต และการพัฒนาจิต ซึ่งตั้งอยู่บนฐานความคิดสองแนวคิด คือ แนวคิดแรก เป็นแนวคิดที่ให้ความสำคัญต่อการควบคุมรักษา ควบคุมประกอบสภาพจิตของตนเองให้มีความตั้งมั่น ให้มีความมั่นคง ไม่ให้ซัดส่ายไปตามอารมณ์ที่มากระทบเข้า ให้ตั้งมั่นไว้โดยชอบ แนวคิดที่สอง เป็นแนวคิดที่ให้ความสำคัญต่อการป้องกัน สรรวมระมัดระวังจิตไม่ตกเป็นทาสของกิเลสทั้งหลายมีอวิชชา เป็นต้น หรือ ไม่ให้ถูกรอบงำด้วยอกุศลมูลทั้ง ๓ อย่าง คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง ซึ่งเป็นมูลเหตุแห่งการกระทำความไม่ดีทั้งหลายต่อไป **ประการที่สอง** รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในสังคมไทย พบว่า ๑) พระสงฆ์ ได้ดำเนินการตามรูปแบบและกระบวนการที่ผสมผสาน คือ การผสมผสานระหว่างวิธีการทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่พุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ในฐานะที่เป็นพระภิกษุสงฆ์ในพระพุทธศาสนา และการรักษาด้วยใช้ธรรมบำบัดควบคุมกันไปกับการประกอบพิธีกรรมทางศาสนาตามปกติ ๒) จิตแพทย์ มีรูปแบบการรักษา ๓ วิธี คือ การใช้ยา การช็อตด้วยไฟฟ้า และการบำบัดจิต ๓) เจ้าหน้าที่สาธารณสุข มีรูปแบบการรักษา ๒ วิธี คือการให้ยาและการให้คำปรึกษา ๔) หมอพื้นบ้านมีรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตของหมอพื้นบ้าน ๓ วิธีการ ได้แก่ การรักษาด้วยการให้คำปรึกษา การนวด และการใช้สมุนไพร **ประการที่สาม** รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ มี ๔ วิธีการ ได้แก่ การป้องกัน การรักษา การพัฒนา และความต่อเนื่องในการรักษาสุขภาพจิต เรียกว่า ‘PCDC MODEL’

สรุปได้ว่า รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการ เป็นรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตที่มีความยืดหยุ่นและผสมผสาน ระหว่างการรักษาด้วยวิธีการตามหลักการในทางพระพุทธศาสนาที่ให้ความสำคัญต่อการรักษาอย่างครบวงจร คือการป้องกัน การรักษา การพัฒนา และความต่อเนื่องในการรักษาสุขภาพจิต และการรักษาด้วยวิธีการแพทย์สมัยใหม่ ที่ให้ความสำคัญต่อการรักษาสุขภาพจิตตามพยาธิสภาพ หรือสภาพอาการที่แท้จริงของอาการป่วย ไม่ว่าจะเป็นการใช้ยา การช็อตด้วยไฟฟ้า หรือกระบวนการจิตบำบัดก็ตาม

**คำสำคัญ :** รูปแบบ, การรักษาสุขภาพจิต, เชิงพุทธบูรณาการ

## ABSTRACT

This research is a study model of Buddhist integrated mental health care with the three objectives; 1) to study model of mental health care in Buddhism, 2) to study model of mental health care in Thai society, 3) to present model of Buddhist integrated mental health care.

From the research, it is found that the first, model of mental health care in Buddhism is of three models: protection, care, and development which based on two concepts; the first concept is concept of mental control of each people for stability of mental, it does not swing into varies emotions both inside and outside that affected its stability for right concentration, the second concept is concept of mental protection, restrain mind from defilements such as ignorance, or it does was covered by roots of bad actions; greed, hatred, and delusion. The second, model of mental health care in Thai society; it is found that 1) for monks, they cared it by mixed model and process, combination between counselling for peoples as Buddhist monks and Dhamma therapy by proceeding them into theirs routine rituals, 2) for psychiatrist, they cared it by three methods; medicating, sorting by electricity, and psychotherapy, 3) for officials of public health organization, they have been models and process of mental health care into two methods; medicating and counselling, meanwhile local doctor have three methods; caring by counseling, massage, and using herbs. The third, model of Buddhist integrated

mental health care has four methods; protection, care, development, and continuation of care. It is called 'PCDC MODEL'.

To sum up, model of Buddhist integrated mental health care is pliability and mixed model between the principles of Buddhist integration which focused on complete mental health care; protection, care, development, and continuation of care, and model of modern psychiatrist, which focused on symptom of disorder; medicating, sorting by electricity, and psychotherapy.

**Keywords:** Model, Mental health care, Buddhist integrated.

## บทนำ

รูปแบบการรักษาสุขภาพจิต (The model of Mental Health Care) เป็นรูปแบบการรักษาโรคอย่างหนึ่งที่สำคัญต่อกระบวนการรักษาทางจิต ควบคู่ไปกับการรักษาโรคทางกาย เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติในสังคม ไม่ให้เป็นภาระของผู้อื่นหรือเป็นภัยต่อผู้อื่นในสังคม รูปแบบการรักษาสุขภาพทางจิตหรือผู้ป่วยทางจิตที่ดำเนินการอยู่ในปัจจุบันนี้ ไม่ว่าจะเป็นสถานพยาบาลของรัฐหรือเอกชน เป็นการรักษาที่มีรูปแบบการรักษาแพทย์สมัยใหม่ หรือตามกระบวนการรักษาด้านวิทยาศาสตร์อย่างเดียว โดยให้ความสนใจต่อหลักการและวิธีการรักษาสุขภาพทางจิตในทางพระพุทธศาสนาน้อยมาก จนดูเหมือนว่า ในพระพุทธศาสนาไม่มีองค์ความรู้หรือไม่มีรูปแบบการรักษาสุขภาพทางจิตปรากฏเลย ทำให้มิติทางพระพุทธศาสนาที่มีความลุ่มลึก ความรอบด้านและมีความเชื่อมโยงกับสมุฏฐานของโรคและการบำบัดอาการของโรคต่าง ๆ ที่คนในสังคมเผชิญอยู่ ขาดหายไปจากรูปแบบการรักษาสุขภาพทางจิตของแพทย์ในสมัยปัจจุบัน

อย่างไรก็ตาม การรักษาสุขภาพทางจิตในสมัยปัจจุบันนั้น แม้จะไม่ได้เน้นที่รูปแบบการรักษาสุขภาพทางจิตในพระพุทธศาสนาโดยตรง แต่ก็มีรูปแบบ มีวิธีและมีเป้าหมายในการรักษา เพื่อแก้ปัญหาของผู้ป่วย หรือตอบสนองความต้องการของผู้ปกครองที่ต้องการบำบัดรักษาผู้ป่วยที่อยู่ในการปกครองของตนเอง ให้มีสุขภาพทางจิตที่ดีเป็นปกติเหมือนดังเช่นบุคคลทั่วไป ให้มีความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับความหมายของคำว่า “สุขภาพจิตที่ดี” ขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ที่ได้ให้คำนิยามของคำนี้ไว้ว่า หมายถึง “สถานะของ

สุขภาพจิตที่ดี ที่แต่ละคนเข้าใจในศักยภาพของตนเอง สามารถเผชิญกับความกดดันตามปกติในชีวิต สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถทำกรสนับสนุนต่อชุมชนของตนเองได้”<sup>๑</sup> และสอดคล้องกับคำว่า สุขภาพที่ดี หมายถึง ความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ปราศจากซึ่งโรคภัยไข้เจ็บ และคำว่า สุขภาพจิต (Mental Health) หมายถึง การมีสภาพจิตใจที่มีสุขภาวะ (Well Being) มองคนอื่นและโลกอย่างเข้าใจ สามารถปรับตัวเองให้เข้ากับบุคคลอื่นและสภาพแวดล้อมได้ในทางบวกอย่างประสานกลมกลืน สามารถควบคุมชีวิตของตนเองและจัดการปัญหาชีวิตประจำวัน สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้<sup>๒</sup> ดังนั้น การมีสุขภาพจิตที่ดี จึงเป็นความสมบูรณ์ทางจิตใจซึ่งปราศจากอาการโรคจิต โรคประสาทหรือลักษณะผิดปกติอื่น ๆ ทางจิตและความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ โดยไม่มีข้อขัดแย้งภายในจิตใจ

จากความหมายนี้ได้แสดงให้เห็นว่า การรักษาสุขภาพทางจิต เป็นการบูรณาการเอาศาสตร์สองสาขา คือวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์เข้ามาอยู่ในกระบวนการรักษา โดยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ให้ความสำคัญกับการรักษาทางกาย ด้วยการหาสมุฏฐานของโรค อาการของโรค วินิจฉัยโรคและให้การรักษาในเชิงประจักษ์อย่างถูกต้อง เพื่อให้อาการนั้นทุเลาหรือหายขาดไป ขณะที่การรักษาทางด้านสังคมศาสตร์ให้ความสำคัญต่อการปรับปรุงสุขภาพจิต อารมณ์และสติปัญญา เพื่อให้บุคคลนั้นมีสภาวะปกติ สามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้ และการรักษาสุขภาพทางจิตนั้น จะต้องดำเนินควบคู่ไปกับการรักษาสุขภาพทางกายด้วย ซึ่งสอดคล้องกับชนิดของโรคที่มีการจำแนกเป็น ๒ ประเภท<sup>๓</sup> คือ กายใจโรค โรคทางกาย และจิตสีกโรค โรคทางจิต การรักษาโรคกายจึงมีความสัมพันธ์กับการรักษาโรคทางจิต และการรักษาโรคทางจิต ก็มีความสัมพันธ์กับการรักษาโรคทางกายด้วย เพราะองค์ประกอบของความเป็นบุคคลและการเกิดขึ้นของโรคในตัวบุคคล มีความเกี่ยวข้ององค์ประกอบสองประการ ได้แก่ องค์ประกอบทางกายและองค์ประกอบทางจิตด้วย การรักษาโรคทางจิตจึงไม่สามารถละเลยการรักษาโรคทางกายได้

<sup>๑</sup> ความหมายของคำว่า “สุขภาพจิตดี” in World Health Organization: What is mental health? แหล่งที่มา: [ออนไลน์] Www. Who.int./features/qi/62/en [26 กันยายน 2558].

<sup>๒</sup> วิทยากร เขียงกุล, อธิบายศัพท์จิตวิทยาและการพัฒนาตนเอง, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : สายธาร, ๒๕๕๑), หน้า ๑๕๒-๑๕๓.

<sup>๓</sup> อจ.จตุกก (บาลี) ๒๑/๑๕๗/๑๙๑., อจ.จตุกก (ไทย) ๒๑/๑๕๗/๒๑๗.

รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ เป็นรูปแบบการบำบัดรักษาโรคทางจิตที่บูรณาการหลักการและวิธีการรักษาในพระพุทธศาสนา เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการรักษาสุขภาพจิต เพื่อให้ผลของการรักษาเป็นอย่างมีประสิทธิภาพ คือผู้ป่วยหายจากอาการของโรค อย่างสิ้นเชิง ผู้ป่วยรู้และเข้าใจสมุฏฐานของโรค และสามารถปฏิบัติตนหรือดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างปกติ การศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงเสมือนหนึ่งเป็นการสืบหอดองค์ความรู้ในพระพุทธศาสนาที่มีอยู่ให้คงบทบาทและความสำคัญต่อสังคมชาวพุทธในสังคมไทยต่อไป

การศึกษานี้เป็นการศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตตามที่ปรากฏในคัมภีร์สำคัญในพระพุทธศาสนา คือพระไตรปิฎกและคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง และเป็นการศึกษาที่ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลจากแหล่งข้อมูลที่เป็นบุคคลสำคัญ ด้วยการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ พระสงฆ์ จิตแพทย์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และหมอพื้นบ้าน ที่ได้ดำเนินการรักษาสุขภาพทางจิตของตน และวิธีการรักษาสุขภาพทางจิต ซึ่งดำเนินการอยู่ในสังคมไทยปัจจุบัน ทั้งในสถานพยาบาลที่ดำเนินการตามรูปแบบการศึกษาด้วยการแพทย์สมัยใหม่ และการรักษาด้วยการรักษาแบบแพทย์พื้นบ้านหรือแพทย์ทางเลือก และเป็นการศึกษาเพื่อสร้างรูปแบบการรักษาสุขภาพทางจิตที่เหมาะสมกับสังคมไทยในปัจจุบัน ด้วยการบูรณาการระหว่างการรักษาสุขภาพจิตตามหลักการในทางพระพุทธศาสนา และการรักษาสุขภาพทางจิต ที่ดำเนินการอยู่ในสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งจะช่วยให้ได้รูปแบบการรักษาสุขภาพทางจิตในเชิงพุทธบูรณาการ อย่างชัดเจน

ดังนั้น ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงมีวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน คือการศึกษาทำความเข้าใจกับรูปแบบและกระบวนการรักษาสุขภาพทางจิตในพระพุทธศาสนาให้ถูกต้อง การศึกษาทำความเข้าใจกับรูปแบบและกระบวนการรักษาสุขภาพทางจิตของพระสงฆ์ จิตแพทย์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และแพทย์พื้นบ้านในสังคมไทย การบูรณาการ หรือผสมผสานรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตที่ดำเนินการอยู่ในสังคมไทยปัจจุบันในเชิงพุทธบูรณาการ เพื่อให้ได้รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการที่เหมาะสมกับสังคมไทยต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพทางจิตในทางพระพุทธศาสนา
๒. เพื่อศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตที่ปรากฏอยู่ในสังคมไทย
๓. เพื่อนำเสนอรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการ

## ปัญหาการวิจัย

๑. พระพุทธศาสนา มีรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตอย่างไรบ้าง ?
๒. พระสงฆ์ จิตแพทย์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และหมอพื้นบ้านในสังคมไทย มีรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตอย่างไรบ้าง ?
๓. รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ ควรเป็นอย่างไร มีความเหมาะสมกับสังคมไทยหรือไม่ เพียงไร ?

## ขอบเขตการวิจัย

๑. **ด้านเนื้อหา** ประกอบด้วยความหมาย ประเภท ชนิด รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตตามหลักการแพทย์สมัยใหม่ ตามหลักการในพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง และศึกษาค้นคว้ารูปแบบการรักษาสุขภาพจิต จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒. **ด้านพื้นที่ศึกษา** พื้นที่การศึกษาในงานวิจัยเรื่องนี้ คือจังหวัดนครราชสีมา ซึ่งเป็นจังหวัดที่มีความเจริญ มีขนาดใหญ่ มีความสำคัญที่สุดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ของประเทศไทย และมีกลุ่มเป้าหมาย ที่เป็นพระสงฆ์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข จิตแพทย์ และแพทย์พื้นบ้านที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการรักษาผู้ป่วยโรคทางจิตที่โดดเด่นเป็นจำนวนมาก

### ๓. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมาย ประกอบด้วย

- |  |             |
|--|-------------|
| ๑) พระสงฆ์ที่ดำเนินการรักษาโรคทางจิต                       | จำนวน ๕ รูป |
| ๒) จิตแพทย์ในโรงพยาบาลของรัฐ                               | จำนวน ๒ คน  |
| ๓) เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในโรงพยาบาลของรัฐ                   | จำนวน ๕ คน  |
| ๔) แพทย์พื้นบ้านที่ทำงานเกี่ยวข้องกับการรักษาผู้ป่วยทางจิต | จำนวน ๒ คน  |
| ๕) ผู้ที่หายป่วยจากการรักษาสุขภาพจิต                       | จำนวน ๕ คน  |

รวมทั้งหมด ๑๙ คน

## วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพเชิงภาคสนาม (Qualitative Research) เน้นการศึกษาวเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารและข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ในภาคสนาม ดังนี้

### ๑. การเก็บรวบรวมข้อมูลเอกสาร

การเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวข้องในครั้งนี้ผู้วิจัยจะได้รวบรวมข้อมูลจากพระไตรปิฎก วิทยานิพนธ์ รายงานวิจัย ตำราทางวิชาการ วารสารและหนังสืออื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความหมาย ชนิด ประเภท รูปแบบ วิธีการและเป้าหมายการรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการ

#### ๑.๑ การจัดหมวดหมู่และการตรวจสอบข้อมูล

การจัดหมวดหมู่และการตรวจสอบข้อมูล ดำเนินการอย่างเป็นระบบด้วยการจัดแบ่งประเภทของข้อมูลให้ตรงตามสารบัญที่กำหนดไว้ หลังจากที่ได้ข้อมูลมาครบถ้วนแล้ว ถ้ามีส่วนใดที่ยังไม่สมบูรณ์ จะตรวจสอบและเก็บข้อมูลเพิ่มเติม ด้วยการค้นคว้าจากเอกสารและลงไปสัมภาษณ์อีกครั้ง เพื่อยืนยันความถูกต้องและครบถ้วนทุกอย่าง ดังนั้น การเก็บรวบรวมข้อมูล การจัดหมวดหมู่และการตรวจสอบข้อมูลอาจจะดำเนินการไปพร้อมกัน

#### ๑.๒ การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ดำเนินการตั้งแต่การจัดหมวดหมู่ข้อมูลและการตรวจสอบข้อมูล แต่ในขั้นนี้จะได้วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้เรียบเรียงไว้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ เพื่อจะได้บูรณาการรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในพระพุทธศาสนา กับรูปแบบการรักษาสุขภาพในสังคมไทย จะช่วยให้ผลการวิจัยมีความน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น

#### ๑.๓ การนำเสนอผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิจัย หลังจากดำเนินการตามขั้นตอนข้างต้นเสร็จเรียบร้อยแล้ว จะจัดพิมพ์เป็นรูปเล่ม เผยแพร่ต่อสาธารณชนต่อไป

## ผลการศึกษา

รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ สามารถสังเคราะห์รูปแบบตามหลักของความเพียร ๔ ประการ หรืออธาน ๔ ประการ เรียกว่ารูปแบบ PCDC หรือ “PCDC MODEL”<sup>๔</sup> ดังนี้

<sup>๔</sup> งาม. (บาลี) ๒๑/๖๙/๙๖, งาม. (ไทย) ๒๑/๖๙/๗๓.

๑) การป้องกัน (Protection) รูปแบบนี้ เป็นรูปแบบที่ต้องดำเนินการก่อนในเบื้องต้นที่โรคจิตเวชจะเกิดขึ้น ตรงกับหลักธรรมข้อแรกของความเพียร ๔ คือ สังวรปธาน หมายถึงการป้องกันจากภาวะเสี่ยงที่จะเป็นปัจจัยก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล ความกดดัน ปัญหาภายในครอบครัว ปัญหาความขัดแย้ง ความรุนแรงภายในครอบครัว ปัญหายาเสพติด เป็นต้น วิธีการป้องกันนี้ สามารถทำได้ในระดับปัจเจกบุคคลและสังคม ในระดับปัจเจกบุคคล เน้นการรักษาคุ้มครองจิตของตนเองตามหลักการของสติปัฏฐาน ๔<sup>๕</sup> ได้แก่ กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ บริบูรณ์ด้วยไตรสิกขา<sup>๖</sup> คืออริสสิกขา อริจิตตสิกขา และอริปัญญาสิกขา ในระดับสังคม เน้นการรักษาด้วยการใช้ศีล วินัยหรือกฎกติกาของสังคม เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมให้เกื้อหนุนให้คนในสังคมอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข โดยมีสถาบัน องค์กร หน่วยงานในชุมชนเป็นองค์กรทำหน้าที่สนับสนุนให้เกิดกระบวนการป้องกันในระดับสังคม เป็นพลังทางสังคมอย่างหนึ่ง ของการป้องกันสุขภาพจิตของคนในระดับปัจเจกบุคคล เช่น ควรมีหน่วยเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพจิตภายในชุมชน ทำหน้าที่ในการให้คำปรึกษา แก่ผู้มีความเสี่ยงที่จะประสบปัญหาทางสุขภาพจิต เป็นต้น

๒) การรักษา (Care) รูปแบบนี้ เป็นรูปแบบที่ต้องดำเนินการรักษา บำบัด เยียวยา ตรงกับหลักธรรมข้อที่สองของความเพียร ๔ คือ ปหานปธาน หมายถึงการละ การกำจัด การจัดการโรคให้หมดไป รูปแบบการรักษาให้ความสำคัญต่อการรักษาให้ตรงกับสมุฏฐานของโรคและอาการของโรค อาจใช้หลายวิธีการ เช่น การให้คำปรึกษา การให้ธรรมะ การใช้ยาสมุนไพร การใช้ธรรมบำบัด การให้คำปรึกษา การใช้ยาและวิธีการแพทย์สมัยใหม่ เป็นต้น ซึ่งวิธีการรักษานี้ในเชิงพุทธบูรณาการสามารถใช้ได้หลายวิธี เป็นแบบผสมผสาน ไม่จำกัดวิธี ขึ้นอยู่กับพยาธิสภาพของผู้ป่วยทางจิตเป็นสำคัญ ดังนั้นการรักษาตามวิธีพุทธบูรณาการ จึงให้ความสำคัญต่อการรับฟัง การทำความเข้าใจ และการวินิจฉัยของจิตแพทย์ ของแพทย์ หรือของเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องในการรักษา ตลอดจนพระสงฆ์ที่อยู่ในกระบวนการรักษาเป็นสำคัญ เพราะการรักษาเป็นเพียงวิธีการ (methods) หรือเป็นเครื่องมือ (means) ไม่ใช่เป้าหมาย (goals) ส่วนผลที่ได้รับ คืออาการหายป่วยจากโรคจิต การรักษาจึงสามารถเลือกใช้วิธีการใดๆ ก็ได้ตามความเหมาะสม

๓) การปรับปรุง/พัฒนา (Development) รูปแบบนี้ ตรงกับหลักธรรมข้อที่สามของความเพียร ๔ คือ ภวานาปธาน หมายถึงการส่งเสริม พัฒนา ให้คนในองค์กร หน่วยงาน ชุมชน สังคมหรือ

<sup>๕</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๓/๓๒๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๓/๒๑๖.

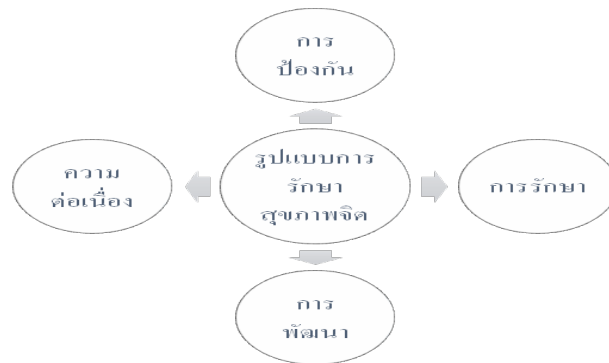
<sup>๖</sup> อ.จ.เอกก. (บาลี) ๒๐/๕๒๙/๓๐๓, อ.จ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๕๒๙/๒๒๔.



ประเทศชาติ มีสุขภาพทางกายและจิตใจที่ดี นั่นคือต้องมีวิธีการพัฒนาคนให้ได้พัฒนาตนเองด้วย หลักการและวิธีการที่ถูกต้องเหมาะสม การพัฒนาเชิงพุทธให้ความสำคัญต่อการพัฒนาใน ๔ ด้าน ที่เรียกว่า ภาวนา ๔ คือ การพัฒนากาย พัฒนาศีล พัฒนาจิต และพัฒนาปัญญา และการพัฒนาตาม กระบวนการของไตรสิกขา เพื่อให้คนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ถ้าเน้นการพัฒนาจิตโดยตรง คือ การพัฒนา ด้วยสมณะ เพื่อให้จิตสงบ ตั้งมั่น และวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้รู้เท่าทันอารมณ์ที่มากระทบ หรือ ปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง

๔) ความต่อเนื่องและความยั่งยืน (Continuation & Sustainable) รูปแบบนี้ ตรงกับหลักธรรม ข้อที่สี่ของความเพียร ๔ คือ อนุรักษนานุปธาน ความเพียรคือการตามรักษาความดีให้คงอยู่ต่อเนื่อง ตลอดไป ในเชิงพุทธบูรณาการ วิธีการนี้ให้ความสำคัญต่อการรักษาสุขภาพจิตอย่างต่อเนื่อง เป็นระยะ ไม่ให้ขาดช่วงหรือเหินห่างจากการรักษาและการติดตามผลของการรักษา ไม่ว่าจะเป็นการรักษาด้วย วิธีการสมัยใหม่ ด้วยวิธีการให้ยา การช็อคด้วยไฟฟ้า การให้คำปรึกษา หรือด้วยวิธีการของแพทย์ พื้นบ้านก็ตาม ความต่อเนื่องของวิธีการรักษาสุขภาพจิต หรือกระบวนการจิตบำบัดอย่างต่อเนื่อง จะทำการรักษาสุขภาพจิตเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ มีผลสัมฤทธิ์ในการรักษาสูง และไม่มีโอกาสเสี่ยง ที่จะกลับมาเป็นผู้ป่วยทางจิตอีก

รูปการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ เรียกว่า “PCDC MODEL” คือรูปแบบของการป้องกัน (Protection) รูปแบบของการรักษา (Care) รูปแบบของการพัฒนา (Development) และรูปแบบของ ความต่อเนื่องและความยั่งยืน (Continuation & Sustainable) หมายความว่า รูปแบบการรักษาสุขภาพ จิตในเชิงพุทธบูรณาการนั้น จะต้องทำเป็นแบบครบวงจร ไม่สามารถละเลยรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งได้ เพราะรูปแบบ PCDC เป็นรูปแบบที่เกี่ยวข้องกับบุคคลหลายฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วย จิตแพทย์ พระสงฆ์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ญาติของผู้ป่วย ตลอดจนคนในชุมชน องค์กรหรือสังคมที่เกี่ยวข้องกับผู้ป่วย ทางจิต



แผนภูมิที่ ๑ : แสดงรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ “PCDC MODEL”

จากแผนภูมินี้ แสดงให้เห็นว่า การรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการไม่ได้ให้ความสำคัญกับการรักษาแต่เพียงอย่างเดียว แต่ให้ความสำคัญกับการป้องกัน การพัฒนา และความต่อเนื่องของรูปแบบในการรักษาด้วย เพราะในทางพระพุทธศาสนานั้น มองปรากฏการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น เป็นความสัมพันธ์ระหว่างเหตุและผล ไม่ได้เกิดขึ้นลอยๆ ดังนั้น รูปแบบการรักษาเชิงพุทธบูรณาการ จึงให้ความสำคัญต่อการป้องกันโรค การรักษาโรค การพัฒนาหรือปรับปรุงพฤติกรรม และความต่อเนื่องของกระบวนการรักษาด้วย และที่สำคัญที่สุดพระพุทธศาสนา มองว่า สุขภาพจิตมีความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก ที่ส่งผลให้เกิดความผิดปกติหรือความปกติของสภาวะจิตของบุคคลได้ การรักษาจิต การป้องกันจิต การพัฒนาจิต และการตามรักษาจิตให้มีสภาพที่เหมาะสม สมบูรณ์ด้วยกุศลธรรมจึงเป็นประเด็นสำคัญตามหลักการของพระพุทธศาสนา

ดังนั้น รูปแบบ PCDC MODEL จึงเป็นรูปแบบของการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการที่เป็นองค์ความรู้ใหม่ที่มีอยู่ในพระพุทธศาสนาที่เกิดขึ้นหรือที่ค้นพบจากการบูรณาการระหว่างหลักการในพระพุทธศาสนากับการรักษาสุขภาพทางจิตที่ปรากฏอยู่ในสังคมไทยซึ่งสามารถใช้เป็นรูปแบบในการดำเนินการรักษาสุขภาพของคนในสังคมไทยได้อย่างเป็นรูปธรรม

กระบวนการและรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ เป็นการรักษาสุขภาพจิตในที่เน้นการบูรณาการหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา เข้าไปเป็นส่วนประกอบสำคัญของการรักษา ทั้งกระบวนการและรูปแบบ โดยกระบวนการให้ความสำคัญต่อมิติด้านหลักการ บุคคล หน่วยงานและชุมชนที่เป็นพลังขับเคลื่อนการรักษาสุขภาพจิตให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ในด้านรูปแบบให้ความสำคัญต่อการรักษาตามหลักการของปธานหรือความเพียร ๔ อย่าง ที่เรียกว่า “PCDC MODEL” คือ การป้องกัน (Protection) การรักษา (Care) การปรับปรุง/พัฒนา (Development) ความต่อเนื่องและความยั่งยืน

ของการรักษา (Continuation & Sustainable) เพื่อให้การรักษาสุขภาพจิตดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ และเกิดผลดีต่อผู้มีปัญหาทางจิตอย่างแท้จริง ดังนั้น รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ ที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ จึงเป็นการนำหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาเข้ามาผสมผสานในการรักษาสุขภาพจิต และเป็นส่วนประกอบสำคัญในการรักษาสุขภาพจิต ซึ่งความจริงนั้น รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตที่ดำเนินการอยู่ไม่ว่าจะเป็นการดำเนินการโดยพระสงฆ์ จิตแพทย์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข หรือหมอพื้นบ้าน ก็ล้วนแต่ได้นำเอาหลักการในทางพระพุทธศาสนาเข้าไป ส่วนสำคัญในกระบวนการและรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตอยู่แล้ว เพียงแต่ว่า ไม่ได้เน้นกระบวนการและรูปแบบในเชิงพุทธบูรณาการโดยตรงเท่านั้น

ดังนั้น กระบวนการและรูปแบบที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงเป็นความพยายามในการนำเอาหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ เพื่อให้เห็นถึงวิธีการรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งกระบวนการและรูปแบบที่นำเสนอมานี้ตั้งอยู่บนฐานของหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาที่สำคัญ ที่เกี่ยวข้องกับการรักษา และการพัฒนาศักยภาพของความเป็นมนุษย์โดยตรง ไม่ว่าจะเป็นภavana ๔ สติปัฏฐาน ๔ หรือไตรสิกขาก็ตาม โดยมีความสอดคล้องกับหลักการและวิธีการของทฤษฎีที่เกี่ยวข้องในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ และรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตที่ดำเนินการอยู่ในสังคมไทย

โดยเฉพาะการรักษาสุขภาพจิตในทางพระพุทธศาสนานั้น ให้ความสำคัญกับหลักของความเพียรชอบ ๔ เพราะเมื่อบุคคลมีความเพียรชอบ คือความเพียรที่ถูกต้องแล้ว ย่อมสามารถทำกิจกรรมใดๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถบรรลุถึงความสำเร็จหรือประโยชน์ได้ในทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นการทำงานเพื่อส่วนตน หรือเพื่อส่วนรวมก็ตาม เพราะหลักการทางพระพุทธศาสนา ถือว่า คนจะล่วงทุกข์ หรือจะประสบความสำเร็จได้ ก็เพราะความเพียรพยายามของตนเอง

## สรุปผลการศึกษา

**ประการแรก** รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตทางจิตในทางพระพุทธศาสนา ในมิติของพระพุทธศาสนามีอยู่ ๓ รูปแบบ ได้แก่

๑) รูปแบบของการป้องกันสุขภาพจิต (Model of Mental Health Protection) มิติในทางพระพุทธศาสนา เน้นการป้องกันมิให้อุกฤษธรรม คือความชั่ว ความไม่ดีทั้งหลายมิให้เกิดขึ้นในจิตของ

ตนเอง ถ้าเป็นการรักษาสุขภาพจิตของคนในสังคม เน้นการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตที่จะเกิดขึ้นที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมของบุคคลในสังคม

๒) รูปแบบของการรักษาสุขภาพจิต (Model of Mental Health Care) มิติในทางพระพุทธศาสนา เน้นการรักษา คือการรักษาจิต การประคับประคองจิต การละจิตจากบาปกรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้ว ด้วยการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ ให้ครบถ้วนบริบูรณ์ ในกระบวนการรักษาสุขภาพจิต หมายถึงการดำเนินการรักษา การบำบัด การรักษา ปัญหาทางสุขภาพจิตของผู้ป่วยทางจิตให้หายเป็นปกติ ให้สามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้อย่างปกติสุข

๓) รูปแบบของการพัฒนาสุขภาพจิต (Model of Mental Health Development) มิติในทางพระพุทธศาสนา เน้นการพัฒนาสุขภาพจิต ตามหลักของภาวนา ๒ อย่าง ได้แก่สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา ภาวนา ๔ อย่าง หรือการพัฒนาจิตตามหลักของความเพียรชอบ ๔ ประการ ซึ่งก็เป็นองค์ประกอบหนึ่งของมรรคมีองค์ ๘ ส่วนในกระบวนการรักษาสุขภาพจิตของคนในสังคม รูปแบบนี้ เน้นการพัฒนาจิตและการติดตามผลการรักษาอย่างต่อเนื่อง ของผู้ที่เกี่ยวข้องกับการรักษาสุขภาพจิตของผู้ป่วยไม่ว่าจะเป็น จิตแพทย์ นักจิตบำบัด นักสังคมสงเคราะห์ก็ตาม เพื่อให้ผู้ป่วยมีสุขภาพจิตที่ดี สามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้ และคนรอบข้างมีส่วนร่วมในการดูแล รักษาอย่างจริงจัง

ซึ่งรูปแบบทั้ง ๓ นี้ ตั้งอยู่บนฐานของแนวคิดในการรักษาสุขภาพจิตในทางพระพุทธศาสนา ๒ แนวคิด ได้แก่ แนวคิดในการควบคุมรักษาจิต และแนวคิดในการสำรวมป้องกันจิต **แนวคิดแรก** เป็นแนวคิดที่ให้ความสำคัญต่อการควบคุมรักษา ประคับประคองสภาพจิตของตนเองให้มีความตั้งมั่น ให้มีความมั่นคง ไม่ให้ซัดส่ายไปตามอารมณ์ที่มากระทบเข้า ให้ตั้งมั่นไว้โดยชอบ **แนวคิดที่สอง** เป็นแนวคิดที่ให้ความสำคัญต่อการป้องกัน สำรวมระมัดระวังจิตไม่ตกเป็นทาสของกิเลสทั้งหลาย มีอวิชชา เป็นต้น หรือ ไม่ให้ถูกครอบงำด้วยอกุศลมูลทั้ง ๓ อย่าง คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง ซึ่งเป็นมูลเหตุแห่งการกระทำความไม่ดีทั้งหลายต่อไป

**ประการที่สอง** รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในสังคมไทย ตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาคั้งนี้ ได้ศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในสังคมไทย ประกอบด้วยพระสงฆ์ จิตแพทย์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และหมอพื้นบ้าน จากการศึกษาข้อมูลในพื้นที่การศึกษา ทำให้ทราบว่า พระสงฆ์ที่ได้ดำเนินการรักษาสุขภาพจิตของประชาชนนั้น ได้ดำเนินการตามรูปแบบและกระบวนการที่ผสมผสาน คือ การผสมผสานระหว่างวิธีการทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่ประชาชน ในฐานะที่เป็นพระภิกษุสงฆ์ในพระพุทธศาสนา และ

การรักษาด้วยใช้ธรรมบำบัดควบคู่กันไปการประกอบพิธีกรรมทางศาสนาตามปกติ ในขณะที่การรักษาโรคทางจิตเวชตามหลักการของแพทย์สมัยใหม่ในปัจจุบันนี้ สามารถแบ่งออกเป็น ๓ วิธี คือการรักษาด้วยยา การรักษาด้วยไฟฟ้า และการบำบัดทางจิต รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขซึ่งในที่นี้ หมายถึงบุคคลผู้ทำหน้าที่ในการให้คำปรึกษาแก่ผู้ป่วยทางจิต เช่น นักจิตบำบัด นักสังคมสงเคราะห์ พยาบาลวิชาชีพ เป็นต้น โดยใช้รูปแบบการรักษาอยู่ ๒ วิธี ซึ่งสอดคล้องตามการรักษาของจิตแพทย์ คือการใช้ยา และการให้คำปรึกษา และการรักษาของหมอพื้นบ้าน มีอยู่ ๓ วิธี ได้แก่ การรักษาด้วยการให้คำปรึกษา การนวด และการใช้สมุนไพรหรือยาแผนโบราณพื้นบ้าน โดยวิธีการทั้ง ๓ นี้ดำเนินการควบคู่กันไป เพื่อให้ผู้ป่วยมีความผ่อนคลาย คลายความเครียด ความวิตกกังวล ซึ่งสามารถทำให้อาการป่วยทางจิตหายไป คล้ายกับกระบวนการจิตบำบัดของจิตแพทย์ที่ดำเนินการอยู่ในปัจจุบัน

**ประการที่สาม** รูปแบบและกระบวนการ การรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการ กระบวนการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ สามารถบูรณาการใน ๔ มิติ หรือ ๔ ด้าน คือมิติของหลักการ มิติของบุคคล มิติของหน่วยงาน และมิติของชุมชน ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ มีหลักธรรมและวิธีการในทางพระพุทธศาสนาปรากฏอยู่ในทุกกระบวนการ และมีการบูรณาการอยู่ในกระบวนการทำงานเพื่อรักษาสุขภาพจิตของคนในสังคม ทำให้ผู้ป่วยทางจิตได้รับการรักษา การดูแลเอาใจใส่จากบุคคลและทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง มีสุขภาพจิตที่ดี และสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้อย่างปกติ ส่วนรูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการ สามารถสังเคราะห์เป็นรูปแบบของการรักษาสุขภาพจิตเชิงพุทธบูรณาการ ที่เรียกว่า “PCDC MODEL” คือรูปแบบของการป้องกัน (Model of Protection) รูปแบบของการรักษา (Model of Care) รูปแบบของการพัฒนา (Model of Development) และรูปแบบของความต่อเนื่องและความยั่งยืน (Model of Continuation & Sustainable) หมายความว่ารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการนั้น จะต้องทำเป็นแบบครบวงจร ทำอย่างต่อเนื่องไม่สามารถละเลยรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งได้ เพราะรูปแบบของ PCDC เป็นรูปแบบที่เกี่ยวข้องกับบุคคลหลายฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วย จิตแพทย์ พระสงฆ์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ญาติของผู้ป่วย ตลอดจนคนในชุมชน องค์กรหรือสังคมที่เกี่ยวข้องกับผู้ป่วยทางจิต

## ข้อเสนอแนะ

จากผลของการศึกษาวิจัยในเรื่อง “รูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในเชิงพุทธบูรณาการ” ที่ได้นำเสนอมาแล้ว ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

### ๑. ข้อเสนอเชิงนโยบาย

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายที่ได้จากการศึกษาค้นคว้า ได้แก่

๑) สถาบันสงฆ์ ในที่นี้ หมายถึงคณะสงฆ์ที่มีอยู่ในระดับต่าง ๆ ได้แก่ เจ้าอาวาส เจ้าคณะตำบล เจ้าคณะอำเภอ เจ้าคณะจังหวัด เจ้าคณะภาค เจ้าคณะหน และมหาเถรสมาคม ควรมีนโยบาย ยุทธศาสตร์และแผนการในการทำงานเพื่อแก้ปัญหาผู้ป่วยทางจิตร่วมกับหน่วยงานของรัฐ และท้องถิ่นอย่างจริงจัง เพื่อให้การแก้ไขปัญหสุขภาพจิตของผู้ป่วยที่อยู่ในท้องถิ่นและชุมชน เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะเน้นไปที่ระดับเจ้าอาวาสของแต่ละวัด ที่จะต้องตระหนักถึงปัญหาของคนในชุมชน และหาทางแก้ไขร่วมกันกับคนในท้องถิ่นอย่างจริงจัง เพราะเป็นผู้ที่อยู่ใกล้ปัญหา สัมผัสและรับรู้ถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชน และเป็นที่เคารพสักการะของประชาชนในท้องถิ่นนั้นๆ เป็นอย่างดี ย่อมจะทำให้การทำงานของพระสงฆ์มีความสำเร็จสูง

๒) หน่วยงานภาครัฐ ในที่นี้ หมายถึง โรงพยาบาล สำนักงานสาธารณสุข สังกัดกระทรวงสาธารณสุข ในที่นี้ หมายถึง หน่วยงานภาครัฐ ในที่นี้ หมายถึง โรงพยาบาล สำนักงานสาธารณสุข สังกัดกระทรวงสาธารณสุข สถานีนอนามัย ที่มีอยู่ในภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย จะต้องมีการดำเนินงาน และโครงการที่จะแก้ไขปัญหสุขภาพจิตของคนในแต่ละท้องถิ่นอย่างเป็นรูปธรรม เพราะการดำเนินงานที่ผ่านมา การดูแลรักษาผู้ป่วยทางจิต ดูเหมือนว่าจะเป็นความรับผิดชอบของโรงพยาบาลจิตเวชแต่เพียงอย่างเดียว ซึ่งมีอยู่เฉพาะในจังหวัดใหญ่ๆ เท่านั้น ยังมีไม่ทั่วถึง ทำให้ผู้ป่วยทางจิตบางส่วนไม่ได้รับการรักษาและเป็นภาระแก่ครอบครัวอย่างเดียว ดังนั้น หน่วยงานที่อยู่ในพื้นที่ควรจะได้เก็บรวบรวมข้อมูลของผู้ป่วยทางจิตอย่างเป็นระบบ และทั่วถึง แล้วมีแผนการรักษาอย่างเป็นระบบ โดยประสานงานกับโรงพยาบาลจิตเวชที่อยู่ใกล้เคียง เพื่อให้การรักษาผู้ป่วยทางจิตมีความทั่วถึงและครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

๓) หน่วยงานภาคเอกชน ในที่นี้หมายถึง สมาคม มูลนิธิ องค์กรการกุศล บริษัท ห้างหุ้นส่วนต่าง ๆ ที่มีอยู่ในชุมชน ท้องถิ่น อำเภอหรือจังหวัด ควรจะได้เข้ามามีส่วนในการสนับสนุนส่งเสริมให้การดูแลรักษาผู้ป่วยทางจิตร่วมกับหน่วยงานภาครัฐและพระสงฆ์ เพราะภาคเอกชนเหล่านี้มีศักยภาพ มีความสามารถในการสนับสนุนการดำเนินงานของหน่วยงานภาครัฐ ถ้าเอกชนได้เข้ามาร่วมด้วย จะทำให้การทำงานของหน่วยงานภาครัฐและพระสงฆ์เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ บรรลุถึงเป้าหมายในการรักษาสุขภาพของผู้ป่วยทางจิตอย่างแท้จริง

## ๒. ข้อเสนอแนะการศึกษาต่อ

สำหรับประเด็นข้อเสนอแนะการศึกษาจากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีดังต่อไปนี้

๑) ควรศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในกลุ่มผู้สูงอายุ เหตุผลที่ควรศึกษาเรื่องนี้ เพราะในปัจจุบันนี้สังคมไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุและมีจำนวนผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งอยู่ตามลำพังเป็นจำนวนมาก การศึกษาเรื่องนี้จะช่วยให้ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในสังคมไทยอย่างเป็นรูปธรรม

๒) ควรศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในกลุ่มผู้ใช้แรงงาน เหตุผลที่ควรศึกษาเรื่องนี้ เพราะในปัจจุบันนี้ กลุ่มผู้ใช้แรงงานที่ประสบปัญหาทางจิตมีมากขึ้นตามลำดับ เพราะประสบปัญหาต่าง ๆ โดยเฉพาะปัญหาเศรษฐกิจ ทำให้มีความเครียด และแก้ปัญหาด้วยวิธีการที่ไม่ถูกต้อง เช่น การดื่มสุรา การเล่นเกมพนัน การค้ายาเสพติด การโจรกรรม เป็นต้น การศึกษาในประเด็นนี้ จะช่วยให้การได้องค์ความรู้เกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาทางด้านจิตใจของผู้ใช้แรงงานอย่างเป็นระบบ

๓) ควรศึกษารูปแบบการรักษาสุขภาพจิตในครอบครัวที่ประสบปัญหาต่าง ๆ เหตุผลที่ควรศึกษาในประเด็นนี้ เพราะปัจจุบันนี้ ครอบครัวไทยมีความเปราะบางมาก โดยเฉพาะคนรุ่นใหม่ที่ไม่มีความพร้อมในด้านการใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ขึ้น เช่น การหย่าร้าง การทะเลาะวิวาท ความรุนแรงในครอบครัว ความเครียดของสมาชิกในครอบครัว เป็นต้น การศึกษาเรื่องนี้ จะช่วยให้ได้แนวทางและวิธีการแก้ไขปัญหาทางจิตของสมาชิกในครอบครัวที่ประสบปัญหา จะทำให้การแก้ปัญหาอื่น ๆ ที่แต่ละครอบครัวกำลังเผชิญอยู่ด้วย

## เอกสารอ้างอิง

- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **ฟื้นฟูสุขภาพะยามสังคัมวิฤต**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๑.
- \_\_\_\_\_. **สุขภาพะองค์รวมแนวพุทธ**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๔๘.
- \_\_\_\_\_. **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก, ๒๕๕๑.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปี ๒๕๐๐**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.
- \_\_\_\_\_. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.
- ภัทรภรณ์ พุ่งปันคำ. **คู่มือสำหรับผู้ดูแล การดูแลผู้ป่วยที่เป็นโรคจิตเภทที่บ้าน**. เชียงใหม่ : มูลนิธิ แก้ว-อรุณเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพ, ๒๕๕๖.
- วิทยากร เชียงกุล. **อธิบายศัพท์จิตวิทยาและการพัฒนาตนเอง**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร : สายธาร, ๒๕๕๑.
- วิทย์ เทียงบูรณธรรม และเกษมบูรณธรรม. **พจนานุกรมโรคและการบำบัด Dictionary of Diseases and Therapies**. พิมพ์ครั้งแรก. กรุงเทพมหานคร: รวมสาส์น, ๒๕๔๓.
- สมพร รุ่งเรืองกลกิจ, ดร.รศ. “พุทธศาสนากับงานสุขภาพจิต” ในรวมบทความประชุมวิชาการทางพระพุทธศาสนานานาชาติ ครั้งที่ ๗ “พระพุทธกับการฟื้นตัวจากวิกฤติการณ์โลก” เนื่องในวันวิสาขบูชา วันสำคัญสากลของโลก ๒๓-๒๔ พฤษภาคม ๒๕๕๓. กรุงเทพมหานคร: ๒๑ เซ็นจูรี่, ๒๕๕๓.
- Richard S. Sharf. **Theories of Psychotherapy and Counseling Concepts and Cases**. 4<sup>th</sup> Edition. Thomson Brooks/Cole: USA, 2008.
- Jeremy Safran, “Introduction,” In **Buddhism and Psychoanalysis**, ed. Safran. Boston: Wisdom Publications, 2003.
- Mark Unno, “Introduction”, in **Buddhism and Psychotherapy across Cultures: essays on Theories and practices**, ed. Unno. Boston University: Wisdom Publications, 2006.
- World Health Organization: What is mental health? แหล่งที่มา: [ออนไลน์] [www.who.int/features/qi/62/en](http://www.who.int/features/qi/62/en) [26 กันยายน 2558].