

ประสบการณ์การสร้างเสริมสุขภาพจิตตามหลักศาสนาอิสลามของนักศึกษามหาวิทยาลัย
ไทยมุสลิมที่อยู่ภายใต้สถานการณ์ความไม่สงบ*

MENTAL HEALTH PROMOTION EXPERIENCES BASED ON ISLAMIC
PRINCIPLES AMONG THAI MUSLIM UNIVERSITY STUDENTS, WHO
ENCOUNTER WITH UNREST SITUATION

ศรีสุดา วนาลีสิน, ปร.ด. (Srisuda Vanaleesin, Ph.D.)**

วีณา คั่นถ้อง, ปร.ด. (Weena Chanchong, Ph.D.)***

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

Abstract

Objective: To describe emotional response and mental health promotion experiences of Thai Muslim students who encountered with unrest situation.

Methods: This study was descriptive qualitative research. Fourteen participants were Thai Muslim university students purposively selected based on the following inclusion criteria; 1) having their loved ones (e.g., fathers, mothers, and closed relatives) died or were injured by unrest situation and 2) having normal mental health, which evaluated by the Thai Mental Health Indicators. Data were collected using semi-structured interview guideline and in-depth interview. Data were analyzed using content analysis and validated by experts and participants.

Results: Content analysis revealed that after perceiving the tragedy event, the students initially felt shocked and denied the events. The later emotional response was variously mixed up with sadness, anger, fear, and worry if the unrest event would occur again. The students needed time for recovery through Islamic - based mental health promotion for being calm-mind, mentally strong, leading to solutions and happiness. Islamic - based mental health promotion involves open minds to accept Allah's ascription and the test for patients and faith and confidence in Allah, and was done as follows: remembrance of Allah, surrender to Allah, be patient to Allah's testing, pray for mercy, read Quran and forgive the unrest doer because of the beliefs in Allah's testing and

*การศึกษานี้ได้รับทุนสนับสนุนจาก เงินรายได้ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

**Corresponding author, อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา

Email: srisuda.v@psu.ac.th

***อาจารย์ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดสงขลา

making a good deed.

Conclusion: The findings could be guided nurses to care for others suffering from the unrest situation.

Keywords: Mental health promotion experiences, Islamic principles, Unrest situation

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาประสบการณ์การตอบสนองทางอารมณ์และการส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาไทยมุสลิมที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบ

วิธีการศึกษา: เป็นการศึกษาด้วยวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ จากผู้ให้ข้อมูล 14 คน เป็นนักศึกษาไทยมุสลิม เลือกแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติคือ 1) มีบิดา มารดา หรือญาติใกล้ชิด เสียชีวิต หรือได้รับบาดเจ็บจากเหตุการณ์ความไม่สงบ และ 2) มีสุขภาพจิตระดับปกติ ประเมินด้วยแบบทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยรวบรวมข้อมูลโดยใช้แนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้างและการสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหาและตรวจสอบโดยผู้ให้ข้อมูลและผู้ทรงคุณวุฒิ

ผลการศึกษา: ผลการวิเคราะห์เนื้อหาพบว่า หลังรับทราบเหตุการณ์สะเทือนใจ ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เกิดความตื่นตระหนก ไม่ยอมรับว่าเหตุการณ์เกิดขึ้นจริง และมีการตอบสนองทางอารมณ์ต่อเหตุการณ์ในลักษณะ เศร้าเสียใจ โกรธกลัว/กังวลว่าเหตุการณ์จะเกิดขึ้นอีก ผู้ให้ข้อมูลทุกคนยอมรับว่าต้องใช้เวลาในการฟื้นตัว และส่งเสริมสุขภาพจิตเพื่อให้จิตใจสงบเข้มแข็ง

มีแนวทางแก้ปัญหาและมีความสุข โดยการเปิดใจยอมรับข้อกำหนด และการทดสอบความอดทนของ อัลลอฮ์ ศรัทธาและเชื่อมั่นต่ออัลลอฮ์ และปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพจิตตามหลักศาสนาอิสลามโดยการระลึกถึงอัลลอฮ์ตลอดเวลา มอบตนและอดทนกับการทดสอบของอัลลอฮ์ การละหมาดขอพร การอ่านคัมภีร์อัลกรุอัน การให้อภัยผู้กระทำ เพราะเชื่อว่าเป็นการทดสอบของอัลลอฮ์ และการทำความดีในการดำเนินชีวิต

สรุป: ผลการศึกษาช่วยให้พยาบาลมีแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพจิตตามหลักศาสนาอิสลามให้กับนักศึกษาไทยมุสลิมที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ความไม่สงบต่อไป

คำสำคัญ: ประสบการณ์การสร้างเสริมสุขภาพจิต หลักศาสนาอิสลาม สถานการณ์ความไม่สงบ

ความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ภาคใต้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 จากการสำรวจของศูนย์เฝ้าระวังสถานการณ์ภาคใต้ (2556) รายงานว่า ตั้งแต่วันที่ 4 มกราคม ปี พ.ศ. 2547 ถึงวันที่ 23 มกราคม ปี พ.ศ. 2556 มีเหตุการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้น 14,074 ครั้ง มีจำนวนผู้เสียชีวิต 2,597 คน มีจำนวนผู้บาดเจ็บ 9,757 คน และมีเด็กกำพร้าบิดามารดาหรือทั้งบิดามารดา รวม 4,942 คน ดังนั้นนักศึกษามหาวิทยาลัยในเขตภาคใต้ตอนล่าง นอกจากต้องปรับตัวกับภาวะวิกฤตเช่นวัยรุ่นนทั่วไปแล้ว ยังต้องสร้างเสริมสุขภาพจิตตนเองเพื่อเผชิญกับสถานการณ์ความไม่สงบภาคใต้ (กรมสุขภาพจิต, 2546) และเพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพจิต