

รูปแบบการนำแนวทางการดำเนินงานและพัฒนางานสุขภาพจิต
ในชุมชนสำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปใช้ในชุมชน

โดย

ศูนย์สุขภาพจิตที่ 1-13 และ 15
กรมสุขภาพจิต

คำนำ

ด้วยการมุ่งหวังของกรมสุขภาพจิตให้เกิดการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตขึ้นในท้องถิ่น เพื่อให้ชุมชนสามารถดูแลจิตใจซึ่งกันและกันได้ นั้น กรมสุขภาพจิต โดยศูนย์สุขภาพจิตที่ 1-13 และ 15 จึงร่วมกับเครือข่ายทั้งในและนอกระบบสาธารณสุขจัดทำแนวทางการดำเนินงานและพัฒนางานสุขภาพจิตในชุมชนสำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ขึ้นโดยมุ่งหวังให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีแนวทางที่เป็นมาตรฐานและในทิศทางเดียวกันในการดำเนินงานสุขภาพจิต

เพื่อให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสามารถนำแนวทางการดำเนินงานและพัฒนางานสุขภาพจิตฯ ไปประยุกต์ใช้ได้ ศูนย์สุขภาพจิตที่ 1 – 13 และ 15 จึงได้ร่วมกันจัดทำ “รูปแบบการนำแนวทางการดำเนินงานและพัฒนางานสุขภาพจิตในชุมชนสำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปใช้ในชุมชน” ขึ้น เพื่อเป็นเสมือนคัมภีร์ที่รวบรวมเทคนิค วิธีการดำเนินงานสุขภาพจิตในแต่ละองค์ประกอบ ได้จากการสัมภาษณ์ถอดบทเรียนจากบุคลากรในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่ประสบความสำเร็จในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตในชุมชน จากหลากหลายแห่งทั่วประเทศ สำหรับช่วยสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนำเทคนิคต่าง ๆ ไปประยุกต์ใช้ตามความเหมาะสมของตนเองในแต่ละองค์ประกอบ

คณะทำงานจัดการความรู้

ศูนย์สุขภาพจิตที่ 1 – 13 และ 15

ความสำคัญของการดำเนินงานสุขภาพจิต

ปัจจุบันภาพข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์แทบทุกฉบับเต็มไปด้วยภาพของ ความรุนแรง ความขัดแย้ง ตั้งแต่ประชาชนทั่ว ๆ ไป จนถึงความขัดแย้งระดับประเทศ ประกอบกับเนื้อหาของข่าวที่รุนแรงสอดคล้องไปกับภาพที่ปรากฏ สะท้อนความเสื่อมโทรมทางสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลงอย่างน่ากลัว ประชาชนในชุมชนต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมาย ทั้งเรื่องปัญหาในครอบครัว ปัญหาค่าใช้จ่าย ปัญหาด้านสุขภาพ ปัญหาการเรียน การทำงาน ความขัดแย้งในชุมชนหรือทางการเมือง แม้กระทั่งการดูทีวี ดูละคร ฟังวิทยุ ล้วนส่งผลกระทบกับจิตใจของเราทุกคนอย่างไม่รู้ตัว

หากเราพิจารณาดูจะพบว่าทุก ๆ อย่างรอบตัวมีผลกระทบทำให้เกิดความเครียด ไม่สบายใจ ทุกข์ใจ รวมถึงเกิดอารมณ์โมโห หงุดหงิด หรือเสียใจ ในหลาย ๆ ครั้งนำไปสู่การทะเลาะวิวาทในครอบครัวหรือในชุมชน ซึ่งผลกระทบเหล่านี้ล้วนส่งผลเสียทั้งกับตัวเรา ครอบครัวและชุมชนของเรา

ดังนั้นการรู้เท่าทันเรื่องสุขภาพจิตจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้เราสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ รอบตัวได้อย่างเข้มแข็ง สามารถปรับตัว ปรับใจได้อย่างเหมาะสม ด้วยเหตุนี้การดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชนจึงมีบทบาทสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ที่ดำเนินงานและประชาชนในชุมชน มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องสุขภาพจิตที่ถูกต้อง รู้จักปรับตัว อยู่ร่วมกับผู้อื่น ตลอดจนสามารถดำเนินชีวิตประจำวันท่ามกลางปัญหาต่างๆ รอบตัวได้อย่างเข้มแข็ง อันจะนำไปสู่ชุมชนแห่งความสุข สุขภาพจิตดีต่อไป

วัตถุประสงค์ของแนวทางเล่มนี้

1. เพื่อเป็นแนวทางในการประยุกต์ใช้ในการดำเนินงานสุขภาพจิตตาม “แนวทางการดำเนินงานและพัฒนางานสุขภาพจิตในชุมชน สำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น”
2. เพื่อให้สามารถดำเนินงานตาม “แนวทางการดำเนินงานและพัฒนางานสุขภาพจิตในชุมชน สำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น” ได้อย่างสะดวก รวดเร็วและชัดเจนมากยิ่งขึ้น

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
ความสำคัญของการดำเนินงานสุขภาพจิต	ข
วัตถุประสงค์ของแนวทางเล่มนี้	ค
ใช้แนวทางการดำเนินงานและพัฒนางานสุขภาพจิตในชุมชนอย่างไร	1
ต้นทุนที่เอื้อต่อการดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชน	2
การดำเนินงานในชุมชนให้เป็นต้นทุนที่ดี	2
การรวมกลุ่มย่อยในชุมชน	2
เราทำอย่างไรในแต่ละองค์ประกอบ	3
องค์ประกอบที่ 1 นโยบายการดำเนินงานสุขภาพจิต	3
องค์ประกอบที่ 2 ทรัพยากรดำเนินงานสุขภาพจิต	5
องค์ประกอบที่ 3 การพัฒนาระบบข้อมูลสารสนเทศด้านการดำเนินงานสุขภาพจิต	7
องค์ประกอบที่ 4 แผนการดำเนินงานสุขภาพจิต	8
องค์ประกอบที่ 5 กิจกรรมสุขภาพจิตในชุมชน	9
องค์ประกอบที่ 6 การประเมินผลการดำเนินงานสุขภาพจิต	12
เทคนิคการสร้างการมีส่วนร่วมของประชาชนในการดำเนินงานสุขภาพจิต	13
ปัญหาในชุมชนที่ไม่เอื้อต่อการดำเนินงานสุขภาพจิต	13
แนวแก้ไขปัญหา	14
ตัวอย่างกิจกรรมสุขภาพจิตในชุมชน	16
รายชื่อคณะทำงาน	17

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจะมีแนวทางการดำเนินงานและพัฒนาางานสุขภาพจิตในชุมชนอย่างไร

ก่อนใช้ต้องเข้าใจเสียก่อน

แนวทางการดำเนินงานและพัฒนาางานสุขภาพจิตในชุมชน นั้น ไม่ได้เป็นแนวทางที่บังคับและควบคุม การดำเนินงานของเราให้เป็นไปตามแบบที่กำหนด แต่จริง ๆ แล้วแนวทางการดำเนินงานและพัฒนาางานสุขภาพจิตในชุมชน เป็นเครื่องมือช่วยในการจัดกรอกรดำเนินการดำเนินงานที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้ ดำเนินการอยู่แล้วให้เป็นหมวดหมู่ ชัดเจน เห็นภาพของงานสุขภาพจิตในชุมชนมากยิ่งขึ้น พร้อมทั้งยังเป็น เครื่องมือช่วยกระตุ้นให้เห็นแนวทางในการพัฒนาางานที่มีอยู่ของตนเองให้ชัดเจนขึ้นด้วย

ในแนวทางการดำเนินงานและพัฒนาางานสุขภาพจิตในชุมชนมีอะไร

ในแนวทางประกอบด้วยองค์ประกอบทั้งสิ้น 6 องค์ประกอบที่ครอบคลุมการดำเนินงานสุขภาพจิตใน ชุมชน ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 นโยบายการดำเนินงานสุขภาพจิต หมายถึง ทิศทางการดำเนินงานสุขภาพจิต ของหน่วยงาน ซึ่งสะท้อนการเห็นความสำคัญของหน่วยงานต่อการดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชน

องค์ประกอบที่ 2 ทรัพยากรดำเนินงานสุขภาพจิต หมายถึง การมีบุคลากรหรือมีงบประมาณในการ ดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชน

องค์ประกอบที่ 3 การพัฒนาระบบข้อมูลสารสนเทศด้านการดำเนินงานสุขภาพจิต หมายถึง การมี ข้อมูล สถิติที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตในชุมชนของตนเอง เช่น มีข้อมูลผู้ป่วยทางจิตในพื้นที่เป็นต้น

องค์ประกอบที่ 4 แผนการดำเนินงานสุขภาพจิต หมายถึง แผนที่หน่วยงานวางไว้เพื่อดำเนินงาน งานหรือจัดกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตชุมชน

องค์ประกอบที่ 5 กิจกรรมสุขภาพจิตในชุมชน หมายถึง การมีกิจกรรมที่จัดขึ้นในรูปแบบใดก็ตามที่ เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต อาจจะเป็นกิจกรรมที่เพิ่มความรู้ ความเข้าใจในเรื่องสุขภาพจิตหรือกิจกรรมที่ เสริมสร้างความสุขของคนในชุมชนก็ได้

องค์ประกอบที่ 6 การประเมินผลการดำเนินงานสุขภาพจิต หมายถึง การติดตามผลการดำเนินงาน ที่ผ่านมามีเป็นอย่างไร สำหรับจะเป็นข้อมูลในการพัฒนาางานของเราให้ดียิ่งขึ้น

ต้นทุนที่เอื้อต่อการดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชน

แต่ละชุมชนมีต้นทุนที่เอื้อต่อการดำเนินงานสุขภาพจิตต่างกัน ชุมชนที่อยู่ใกล้เมืองก็จะมีข้อได้เปรียบในเรื่องการคมนาคม การติดต่อสื่อสาร และการเข้าถึงแหล่งให้การช่วยเหลือในด้านจิตสังคม แต่ขณะเดียวกันก็มีความยุ่งยากในการบริหารจัดการ เนื่องจากความเป็นชุมชนเมืองทำให้คนในชุมชนขาดความร่วมมือ ความรักใคร่ผูกพัน และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม ขณะเดียวกันชุมชนที่อยู่นอกเมืองก็มีข้อได้เปรียบในด้านความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติ ความรักร่วมมือร่วมใจของคนในชุมชน มีประเพณีวัฒนธรรมค่อนข้างเหนียวแน่น แต่บางครั้งก็มีปัญหาเรื่องการคมนาคม เป็นต้น

ดังนั้นต้นทุนที่ช่วยสนับสนุนการดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชนนั้น มีด้วยกันหลากหลายอย่างดังนี้

1. ผู้นำชุมชน ตั้งแต่นายก.อบต./เทศบาล, กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน แกนนำชุมชนต่าง ๆ ให้ความสำคัญกับสุขภาพจิต
2. ผู้นำชุมชนเป็นนักพัฒนา
3. ประชาชนมีความรักใคร่ สามัคคี หรือเป็นคนท้องถิ่น
4. มีปราชญ์ชาวบ้านหรือผู้ที่เป็นศูนย์รวมใจของประชาชนในชุมชน
5. การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในการดำเนินงานในพื้นที่
6. มีการรวมกลุ่มของประชาชนในชุมชนที่เหนียวแน่น เข้มแข็ง
7. การคมนาคมที่สะดวก รวดเร็ว
8. การติดต่อสื่อสารที่ทั่วถึง สามารถเข้าถึงแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ได้ง่าย
9. มีองค์กร หน่วยงานต่าง ๆ ที่เห็นความสำคัญของงานสุขภาพจิตในชุมชน
10. การมีฐานข้อมูลด้านสุขภาพจิตหรือทราบปัญหาของพื้นที่

การทำให้ชุมชนมีต้นทุนที่ดีในการดำเนินงานสุขภาพจิต

ชุมชนที่มีความพร้อม หรือมีศักยภาพดีอยู่แล้ว ซึ่งสังเกตได้จากชุมชนมีความรักสามัคคี เอื้ออาทรซึ่งกันและกัน มีความยึดมั่นในศาสนา มีการรวมกลุ่มการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ชมรมผู้สูงอายุ กลุ่มสตรีแม่บ้าน กลุ่มวัยรุ่นแกนนำยุติธรรมโรงเรียน ชมรมร่วมใจสมานจิต ชุมชนเช่นนี้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นควรให้การสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาศักยภาพของชุมชนให้สูงขึ้น

ชุมชนที่ยังไม่พร้อม อาจเป็นเพราะผู้นำยังไม่เห็นความสำคัญของงานสุขภาพจิต องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจำเป็นต้องทำงานเชิงรุกมากขึ้น ขณะเดียวกันอาจใช้วิธีการบูรณาการงานสุขภาพจิตเข้ากับงานอื่นๆ ที่ชุมชนสนใจ รวมทั้งพยายามสร้างศรัทธาให้ชุมชนเชื่อถือ เชื่อมั่นที่จะร่วมมือด้วย

การรวมกลุ่มย่อยในชุมชน

ในชุมชนมักมีการรวมตัวกันของสมาชิกในชุมชน เป็นกลุ่ม เป็นชมรม จะมีจำนวนมากหรือน้อย กลุ่มเล็กหรือใหญ่ ขึ้นอยู่กับภารกิจและความเข้มแข็งของชุมชน กลุ่ม/ชมรมใหญ่มักเป็นกลุ่มระดับตำบล กลุ่ม/ชมรมขนาดเล็ก มักเป็นกลุ่ม/ชมรมระดับหมู่บ้าน ตัวอย่างเช่น

กลุ่มสตรีแม่บ้าน, กลุ่มเยาวชนทูปีนัมเบอร์วัน, กลุ่มชมรมผู้พิการ, กลุ่มชมรมผู้ป่วยเบาหวาน, กลุ่มชมรมผู้สูงอายุ, กลุ่มผู้ดูแลผู้สูงอายุ, กองทุนสวัสดิการชุมชน, กลุ่มชมรม อสม. กองทุนหมู่บ้าน, กองทุนเงินสัจจะออมทรัพย์, กลุ่มส่งเสริมอาชีพต่างๆ, กลุ่มฌาปนกิจและกลุ่มออกกำลังกาย เป็นต้น

หากการรวมกลุ่มของคนในชุมชนมีความเข้มแข็งเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน การผลักดันให้เกิดการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตในชุมชน สามารถทำได้ไม่ยาก โดยชักชวนแกนนำกลุ่ม องค์กรต่างๆ ทำได้โดยการจับมือร่วมกับแกนนำในแต่ละกลุ่ม โดยชักชวนเข้ามาเป็นคณะทำงาน ดึงเข้ามาร่วมคิด ร่วมวางแผน เป็นต้น จะเป็นกลวิธีที่สำคัญในการดึงการมีส่วนร่วมของประชาชนในชุมชนมาเข้าร่วมกิจกรรมได้เป็นอย่างดี

เราจะทำอย่างไรในแต่ละองค์ประกอบ

หลังจากที่เราได้ประเมินตนเองแล้วว่า หน่วยงานของเรามีการดำเนินงานอยู่ในขั้นที่เท่าไรในแต่ละองค์ประกอบ หากเราต้องการผลักดันให้เกิดการดำเนินงานในแต่ละองค์ประกอบสามารถทำได้ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 นโยบายการดำเนินงานสุขภาพจิต

การจะทำให้เกิดนโยบายการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตได้นั้น สามารถทำได้หลายวิธีขึ้นอยู่กับบริบทของแต่ละพื้นที่ ตลอดจนสอดคล้องกับความต้องการของแต่ละชุมชน ดังนี้

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่หรือมีความพร้อม

-ดึงแกนนำชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมเป็นทีมงาน ในการบอกเล่า ผลักดันการดำเนินงานแก่นายกฯเพื่อนำประเด็นดังกล่าวเข้าสู่นโยบายและแผนของท้องถิ่น

-นำประเด็นเรื่องสุขภาพจิตเข้าไปในเวทีประชาคมชี้ให้ประชาชนเห็นความสำคัญของงานสุขภาพจิต และเพื่อสอบถามความคิดเห็นและความต้องการของประชาชน หรือการทำ SWOT ของภาคีเครือข่ายด้านสุขภาพเพื่อหาแนวทางการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตและนำเสนอข้อมูลให้กับประชาชนเพื่อร่วมกันวางแผนในการดำเนินงาน หลังจากนั้นนำประเด็นเรื่องสุขภาพจิตเข้าสู่แผนยุทธศาสตร์ แผนแม่บทของท้องถิ่น จัดทำเป็นเทศบัญญัติ/ข้อบัญญัติเพื่อให้เกิดการดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชนอย่างจริงจัง

-รวบรวมข้อมูลที่ชัดเจนเพื่อเป็นฐานข้อมูลด้านสุขภาพจิต จัดกลุ่มตามสภาพปัญหา ความต้องการสำหรับนำข้อมูลมาจัดทำเป็นนโยบายการดำเนินงานของท้องถิ่น

-กำหนดแผนการสนับสนุนงบประมาณด้านงานสุขภาพจิตเป็นประจำทุกปี

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดกลาง, เล็กหรือชุมชนยังไม่มีความพร้อม

-ต้องเริ่มจากการกระตุ้นให้นายกองคการบริหารส่วนตำบลเห็นความสำคัญของงานสุขภาพจิต โดยผู้รับผิดชอบงานด้านสาธารณสุขหรือหมออนามัยจะเป็นบุคคลสำคัญในการกระตุ้นให้นายกเห็นความสำคัญ อาจทำได้โดยจับมือกับแกนนำชุมชน ซึ่งเป็นฐานเสียงสำคัญในการผลักดันให้นายกเห็นความสำคัญก็ได้

-นำปัญหาที่เกี่ยวข้องกับงานสุขภาพจิต เช่น ปัญหาการฆ่าตัวตายของผู้สูงอายุในพื้นที่ ปัญหาการทะเลาะวิวาท เป็นต้นมากำหนดเป็นนโยบายในการดำเนินงานสุขภาพจิต

-แทรกนโยบายการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตเข้าไปกับงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น งานส่งเสริมสุขภาพจิตของชุมชนโดยแทรกกิจกรรมเกี่ยวกับงานสุขภาพจิตในกิจกรรมหลักที่ดำเนินงาน

เคล็ดลับการดำเนินงานสู่ความสำเร็จ

องค์ประกอบแต่ละขั้น	เทคนิคการดำเนินงาน
ขั้นที่ 1 ขณะนี้ยังไม่มีนโยบายงานสุขภาพจิต	<ol style="list-style-type: none"> 1.หาเครือข่ายร่วมดำเนินงาน เช่น แกนนำชุมชน 2.ค้นหาปัญหาสุขภาพจิตในพื้นที่ 3.ผู้รับผิดชอบผลักดันกระตุ้นให้เห็นความสำคัญ ให้เกิดนโยบาย โดยการนำเรื่องสุขภาพจิตเสนอต่อผู้บริหาร 4.ชี้แจงให้ความรู้เรื่องสุขภาพจิตในเวทีประชุมสภาองค์การบริหารส่วนตำบล
ขั้นที่ 2 มีนโยบายงานสุขภาพจิต โดยแทรกอยู่ในงานอื่น	<ol style="list-style-type: none"> 1.แทรกงานสุขภาพจิตเข้ากับงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง
ขั้นที่ 3 มีนโยบายงานสุขภาพจิตชัดเจน	<ol style="list-style-type: none"> 1.ขยายข้อความที่เกี่ยวข้องกับงานสุขภาพจิตให้เต็มคำว่าสุขภาพจิต เข้าไป 2.นำเรื่องสุขภาพจิตบรรจุในแผนแม่บทของท้องถิ่น 3.นายกฯประกาศนโยบายด้านสุขภาพจิตในเวทีประชุมสภา

องค์ประกอบที่ 2 ทรัพยากรดำเนินงานสุขภาพจิต

ทรัพยากรดำเนินงานสุขภาพจิต ถือเป็นเรื่องที่สำคัญมากในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิต เพราะจะมุ่งเน้นที่บุคลากรในการดำเนินงานและงบประมาณเป็นหลัก ซึ่งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นถือเป็นหน่วยงานหลักที่สำคัญในการสนับสนุนองค์ประกอบด้านนี้อย่างมาก ดังนี้

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่หรือมีความพร้อม

-การสนับสนุนเรื่อง งบประมาณ อาหาร สถานที่ มักจะสนับสนุนหากมีการเขียนโครงการขึ้นมาเพื่อขอรับการสนับสนุน

-หาภาคีเครือข่ายการดำเนินงาน เช่น กระทรวงพัฒนาสังคมฯ, ชมรมผู้สูงอายุ, อาสาสมัครสาธารณสุข, สถานีอนามัย, โรงเรียน, วัด ฯลฯ เพื่อสร้างทีม (บุคลากร) ในการดำเนินงานสุขภาพจิตร่วมกับท้องถิ่น

-กำหนดนโยบายที่ชัดเจนในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตเพื่อให้มีงบประมาณสำหรับใช้ในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตโดยตรง

-กำหนดให้บุคลากรในหน่วยงานกอง/ส่วนสาธารณสุขเป็นผู้รับผิดชอบหลักงานด้านสุขภาพจิต โดยเมื่อดำเนินงานผู้รับผิดชอบหลักสามารถชักชวนบุคลากรคนอื่นรวมถึงแกนนำในชุมชนมาเข้าร่วมดำเนินงานร่วมกันได้

-เสริมสร้างการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนโดยการแต่งตั้งคณะกรรมการการดำเนินงานในชุมชนประกอบด้วย ภาคีรัฐ เอกชน องค์กรอิสระ ภาคประชาชน องค์กรศาสนา แกนนำชุมชน เพื่อให้มาร่วมคิด ร่วมทำตามความต้องการของชุมชนอย่างแท้จริง

-หาแหล่งงบประมาณสนับสนุนได้จากงบประมาณส่วนต่าง ๆ เช่น กองทุนสวัสดิการชุมชน กองทุนหมู่บ้าน , กองทุนอื่นๆ ที่มีอยู่ในตำบล จังหวัด เป็นต้น

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดกลาง, เล็กหรือชุมชนยังไม่มีความพร้อม

-กรณีงบประมาณมีจำกัดการสนับสนุนงบประมาณทำได้จากการแทรกงานสุขภาพจิตเข้ากับงานด้านสาธารณสุข โดยใช้งบประมาณจากงบหลักประกันสุขภาพมาใช้สนับสนุน

-หากบุคลากรของท้องถิ่นมีจำนวนจำกัดและมีภาระงานมาก ในเวทีการประชุมในชุมชน สามารถชักชวนแกนนำชุมชนหรือผู้ที่มีความสนใจเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิต

-ประสานความร่วมมือกับสถานีอนามัยในพื้นที่เพื่อเป็นทีมในการดำเนินงานสุขภาพจิตในพื้นที่

-ขอความร่วมมือจากหน่วยงานส่วนกลาง หน่วยงานส่วนภูมิภาคและสถาบันการศึกษา เพื่อขอรับการสนับสนุน/ ส่งเสริมองค์ความรู้ เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรให้มีความรู้ ความสามารถมากขึ้น

-แบ่งความรับผิดชอบตามความถนัดและความชอบของบุคลากร โดยให้อิสระในการทำงานเพื่อให้การดำเนินงานด้านสุขภาพจิตเกิดจากคนที่มีความสนใจอย่างแท้จริง

เคล็ดลับการดำเนินงานสู่ความสำเร็จ

องค์ประกอบแต่ละขั้น		เทคนิคการดำเนินงาน
มีบุคลากร รับผิดชอบงาน สุขภาพจิต	ขั้นที่ 1 มีผู้รับผิดชอบงานในส่วน งานสาธารณสุขแต่ไม่ได้ รับผิดชอบงานสุขภาพจิต โดยตรง	1. แทรกงานสุขภาพจิตเข้ากับงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วมอบหมายให้งานสาธารณสุขเป็นผู้รับผิดชอบ ดำเนินงาน
	ขั้นที่ 2 มีผู้รับผิดชอบงาน สุขภาพจิตโดยตรง	1. จัดทำคำสั่งแต่งตั้งผู้รับผิดชอบงานด้านสุขภาพจิต 2. ประสานการดำเนินงานทุกครั้งที่เกี่ยวข้องกับงาน สุขภาพจิต 3. มอบหมายผู้รับผิดชอบโดยตรง โดยอาจมอบหมาย งานสาธารณสุขในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิต
	ขั้นที่ 3 มีผู้รับผิดชอบงาน สุขภาพจิตโดยตรง และได้รับ การฝึกอบรม สัมมนา เรื่อง สุขภาพจิต	1. ส่งผู้รับผิดชอบเข้ารับการอบรม โดยประสานกับ เครือข่ายที่เกี่ยวข้อง 2. ค้นหาภาคีเครือข่ายในพื้นที่เพื่อเป็นทีมดำเนินงาน
มีงบประมาณ/มี การจัดสรร งบประมาณเพื่อ การดำเนินงาน สุขภาพจิต	ขั้นที่ 1 มีงบประมาณสนับสนุน บางส่วนโดยแทรกกับงานอื่น	1. ขอสนับสนุน ช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง กรณีที่หน่วยงานของเราไม่สามารถจัดหาได้
	ขั้นที่ 2 มีงบประมาณในการ ดำเนินงานสุขภาพจิตโดยเฉพาะ	1. กำหนดนโยบายที่ชัดเจนและจัดทำแผนงาน/ โครงการงานสุขภาพจิตไว้ในข้อบัญญัติ / เทศบัญญัติ เพื่อจัดสรรงบประมาณด้านสุขภาพจิตได้
	ขั้นที่ 3 มีงบประมาณในการ ดำเนินงานสุขภาพจิตอย่าง ต่อเนื่องทุกปี หรือแสวงหา งบประมาณจากหน่วยงานอื่น หรือบรรจุในข้อบัญญัติ/เทศ บัญญัติ	2. กำหนดงบประมาณในการดำเนินงานด้าน สุขภาพจิตอย่างต่อเนื่อง

องค์ประกอบที่ 3 การพัฒนาระบบข้อมูลสารสนเทศด้านการดำเนินงานสุขภาพจิต

ระบบข้อมูลสารสนเทศถือเป็นอีกหนึ่งองค์ประกอบที่สำคัญในการทำให้เรามีข้อมูลทางด้านสุขภาพจิตของประชาชนในพื้นที่ ซึ่งจะเป็นการช่วยให้เราเห็นทิศทางและสภาพปัญหาเพื่อนำไปวางแผนดูแลแก้ไขได้อย่างตรงจุด ซึ่งการดำเนินงานในองค์ประกอบนี้ทำได้โดย

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่หรือมีความพร้อม

-กำหนดให้ผู้รับผิดชอบงานสาธารณสุขในหน่วยงานรวบรวมข้อมูลทางด้านสุขภาพจิตในแต่ละช่วงวัย โดยประสานขอข้อมูลจากสถานีอนามัยหรือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเพิ่มเติม

-จัดทำประชาคมและทำ SWOT analysis เพื่อค้นหาข้อมูลทางด้านสุขภาพจิตในชุมชน อีกทั้งยังเป็นการสร้างการมีส่วนร่วมให้กับประชาชน พร้อมทั้งหาแนวทางแก้ไขปัญหาไปในตัว

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดกลาง, เล็กหรือชุมชนยังไม่มีความพร้อม

-พูดคุยกับแกนนำในชุมชน หรือสอบถามจากประชาชนเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

-ประสานความร่วมมือกับสถานีอนามัยหรือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเพื่อสอบถามข้อมูลสำหรับนำมาดำเนินกิจกรรมในชุมชน

-ประชุมร่วมกันระหว่างองค์การบริหารส่วนตำบลและสถานีอนามัยเพื่อรับทราบข้อมูลร่วมกัน

-ค้นหาเครือข่ายที่จะมีข้อมูล เช่น ข้อมูลพื้นฐานประชากร ข้อมูลผู้สูงอายุ ข้อมูลผู้พิการและผู้ด้อยโอกาส (ท้องถิ่น), ข้อมูลเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการ TO BE NUMBER ONE ข้อมูลเด็กนักเรียน วัยรุ่นต่าง ๆ (โรงเรียน), ข้อมูลการคัดกรองผู้ป่วยจิตเวชหรือคัดกรองทางด้านสุขภาพจิต (สถานีอนามัย) เป็นต้น

องค์ประกอบแต่ละขั้น	เทคนิคการดำเนินงาน
ขั้นที่ 1 มีฐานข้อมูลทะเบียนผู้ป่วยทางจิต ทะเบียนผู้สูงอายุ และทะเบียนผู้พิการในท้องถิ่น	1.ประสานข้อมูลจากเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง
ขั้นที่ 2 มีฐานข้อมูลด้านสุขภาพจิตครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ฐานข้อมูลทางด้านสุขภาพจิตเด็ก สุขภาพจิตวัยทำงาน ผู้สูงอายุ และผู้ป่วยทางจิตในท้องถิ่น	1.ประชุมร่วมกันในชุมชนเพื่อรวบรวมข้อมูลทางด้านสุขภาพจิตจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล, โรงพยาบาลชุมชนหรือโรงเรียน เป็นต้น
ขั้นที่ 3 มีฐานข้อมูลในขั้นที่ 1 และขั้นที่ 2 และมีการปรับปรุงข้อมูลให้เป็นปัจจุบันอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง	1.มอบหมายให้อาสาสมัครสาธารณสุขดูแลครอบครัวในสัดส่วนที่พอเหมาะ และจัดทำฐานข้อมูล ตลอดจนปรับปรุงให้เป็นปัจจุบันสม่ำเสมอ

องค์ประกอบที่ 4 แผนการดำเนินงานสุขภาพจิต

แผนการดำเนินงานสุขภาพจิตถือเป็นกระบวนการดำเนินงานหลักที่สะท้อนภาพการดำเนินงานสุขภาพจิตของชุมชนได้เป็นอย่างดีว่าจะมีแนวทางการดำเนินงานอย่างไรและทำให้เห็นอย่างเป็นรูปธรรม โดยการจะดำเนินงานจัดทำแผนการดำเนินงานสุขภาพจิตนั้นสามารถทำได้ ดังนี้

องค์ประกอบส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่หรือมีความพร้อม

-สำรวจฐานข้อมูล หรือประเด็นทางสุขภาพจิตที่น่าสนใจ เช่น เรื่องความอบอุ่นของครอบครัว แล้วจึงนำประเด็นมาเป็นแนวทางในการจัดทำแผน

-ประชุมร่วมกับเครือข่าย เช่น สถานีอนามัย โรงเรียน หรือแกนนำชุมชนที่มีข้อมูลทางด้านสุขภาพจิต เพื่อวางแผนการดำเนินงานสุขภาพจิตร่วมกัน

-แต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาระบบงานสุขภาพจิตในท้องถิ่นจากทุกภาคส่วน ทั้งจากในหน่วยงาน สถานีอนามัย แกนนำชุมชน เพื่อคอยติดตามการดำเนินงานตามแผนกิจกรรม

-สำรวจ คัดกรองเพื่อแยกแยะปัญหาสุขภาพจิตในพื้นที่ และความต้องการของพื้นที่เพื่อนำมาจัดทำแผนการดำเนินงานด้านสุขภาพจิต

องค์ประกอบส่วนท้องถิ่นขนาดกลาง, เล็กหรือชุมชนยังไม่มีความพร้อม

-รวมแผนด้านสุขภาพจิตเข้ากับแผนการจัดกิจกรรมที่ดำเนินงานอยู่แล้วเป็นประจำเช่น งานตามประเพณี แล้วแทรกงานสุขภาพจิตเข้าไป พอจัดร่วมกันแล้ว ประชาชนก็มีความสุขแล้วค่อยจัดทำแผนงานสุขภาพจิตที่เจาะจงกิจกรรม /กลุ่มเป้าหมายให้ชัดเจนขึ้น

-ทำประชาคมทุกปี นำประเด็นปัญหาที่พบในชุมชนเข้าปรึกษาในเวทีประชาคมเพื่อกำหนดเป็นแผนกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาต่อไป

องค์ประกอบแต่ละขั้น	เทคนิคการดำเนินงาน
ขั้นที่ 1 มีงานหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับงานสุขภาพจิต โดยแทรกอยู่กับกิจกรรมหรืองาน/โครงการอื่น	1.แทรกแผนสุขภาพจิตเข้ากับแผนปฏิบัติการอื่น ๆ ที่มีอยู่แล้ว
ขั้นที่ 2 มีโครงการ/ กิจกรรมด้านสุขภาพจิตที่อยู่บนพื้นฐานของฐานข้อมูลด้านสุขภาพจิต ที่บรรจุอยู่ในแผนประจำปี กองทุนสุขภาพตำบล หรือมีแผนการดำเนินงานสุขภาพจิตร่วมกับหน่วยงานอื่น	1.รวบรวมข้อมูลสุขภาพจิตในพื้นที่ (สอบถามประชาชน/ลงคัดกรองปัญหา) 2.จัดทำแผนสุขภาพจิตขึ้นในปีถัดไปหากได้รับการตอบรับที่ดีจากประชาชน
ขั้นที่ 3 มีแผนการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตที่อยู่บนพื้นฐานของฐานข้อมูลด้านสุขภาพจิต ที่บรรจุอยู่ในเทศบัญญัติ/ ข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปี (แผนประจำ 3 ปี)	1. ประชุมร่วมกับเครือข่ายที่เกี่ยวข้องหรือทำประชาคมหมู่บ้านเพื่อวางแผนด้านสุขภาพจิตอย่างต่อเนื่อง 2.นำผลการดำเนินงานสุขภาพจิตเข้ามาพูดคุยในเวที

องค์ประกอบแต่ละชั้น	เทคนิคการดำเนินงาน
	<p>ประชุมสภาเพื่อให้เห็นความสำคัญของงานสุขภาพจิต (อธิบายเพิ่มเติม การทำแผนเป็นหน้าที่ของฝ่ายบริหาร สภาก็เป็นผู้เห็นชอบเท่านั้น ดังนั้น ถ้าทุกฝ่ายเห็นว่าสำคัญ ก็จะอนุมัติแผน หรือข้อบัญญัติ เทศบัญญัติเอง)</p>

องค์ประกอบที่ 5 กิจกรรมสุขภาพจิตในชุมชน

การดำเนินงานสุขภาพจิตนั้น จำเป็นต้องมีกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพจิตในชุมชนในรูปแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมด้านส่งเสริมสุขภาพจิต กิจกรรมป้องกันปัญหาสุขภาพจิต หรือกิจกรรมเพื่อดูแลผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต โดยกิจกรรมต่าง ๆ อาจเป็นการจัดกิจกรรมด้านสุขภาพจิตโดยเฉพาะหรือเป็นกิจกรรมที่แทรกไว้กับกิจกรรมอื่น ๆ ในชุมชนก็ได้ โดยเคล็ดลับการจะผลักดันให้เกิดกิจกรรมสุขภาพจิตในชุมชนขึ้นนั้น สามารถทำได้ดังนี้

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่หรือมีความพร้อม

-สำรวจจากข้อมูลปัญหาสุขภาพจิตและความต้องการของชุมชนเพื่อมาจัดกิจกรรมที่ตรงกับความ ต้องการของชุมชน

-พูดคุยกับประชาชนในพื้นที่เพื่อรวบรวมข้อมูลมาจัดกิจกรรมด้านสุขภาพจิต

-จัดกิจกรรมตามช่วงอายุหรือกลุ่มอาชีพ โดยประชาสัมพันธ์ให้กับกลุ่มต่าง ๆ ให้มาเข้าร่วมกิจกรรม

-จัดตั้งศูนย์ให้คำปรึกษาและแนะนำเพื่อส่งเสริม ป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

-ก่อนเริ่มกิจกรรมสุขภาพจิต ควรนำเสนอข้อมูลปัญหาสุขภาพจิตให้กับประชาชนก่อนเพื่อให้ ประชาชนเห็นความสำคัญและเข้าร่วมกิจกรรมจำนวนมาก

-หาแกนนำหลักในแต่ละกิจกรรม เพื่อให้เกิดการผลักดันการดำเนินงานอย่างจริงจัง

-ประยุกต์กิจกรรมในแผนแม่บท แผนยุทธศาสตร์มาจัดเป็นกิจกรรมด้านสุขภาพจิตแทรกในกิจกรรมที่ บรรลุไว้ในแผนแล้ว และติดตามความสำเร็จเพื่อนำมาจัดทำเป็นกิจกรรมสุขภาพจิตในแผนปีต่อไป

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดกลาง, เล็กหรือชุมชนยังไม่มีความพร้อม

-ทำประชาคมในหมู่บ้าน และนำข้อมูลที่เป็นปัญหาโดยอาจนำข้อมูลมาจากสถานีอนามัย และเสนอ ข้อมูลเพื่อให้เห็นความสำคัญอย่างสม่ำเสมอ จะช่วยให้สามารถจัดกิจกรรมด้านสุขภาพจิตได้ง่ายขึ้นและได้รับความร่วมมือจากประชาชนอย่างมาก

-รูปแบบกิจกรรมควรมีรูปแบบที่หลากหลาย น่าสนใจเพื่อดึงดูดความสนใจของผู้เข้าร่วม

-ประชาสัมพันธ์ทางเสียงตามสาย วิทยุชุมชนหรือสื่อสิ่งพิมพ์ ก่อนเริ่มกิจกรรมด้านสุขภาพจิต

-หาเครือข่ายที่เกี่ยวข้องมาช่วยในจัดกิจกรรมสุขภาพจิต เช่น กิจกรรมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ก็เชิญแกน นำชมรมผู้สูงอายุมาเป็นคณะทำงาน เป็นต้น

-จัดกิจกรรมแทรกเข้ากับงานประเพณีต่าง ๆ ของชุมชน โดยไม่ได้ใช้ชื่อว่า “งานสุขภาพจิต” เช่น กิจกรรมวันสงกรานต์ นอกจากรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุแล้ว ยังจัดให้มีกิจกรรมผู้สูงอายุเล่านิทานและให้พรแก่ ลูกหลานด้วย (เป็นการสร้างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้สูงอายุกับบุตร หลานด้วย เป็นต้น)

-จัดให้มีเสียงตามสายในเรื่องสุขภาพจิต โดยขอความสนับสนุนบทความจากสถานีอนามัย หรือศูนย์ สุขภาพจิตที่รับผิดชอบในพื้นที่

-จัดให้อาสาสมัครสาธารณสุขที่เข้มแข็งออกเยี่ยมบ้านผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตเพื่อเป็นการช่วยเหลือและ
ผู้ที่มีปัญหาไม่รู้สึกละโดดเดี่ยวด้วย

-อาศัยผู้นำทางศาสนาเป็นผู้ชักชวนประชาชนให้เข้าร่วมกิจกรรม

เคล็ดลับการดำเนินงานสู่ความสำเร็จ

องค์ประกอบแต่ละขั้น	เทคนิคการดำเนินงาน
5.1 มีกิจกรรมที่ เกี่ยวข้องกับงาน ด้านสุขภาพจิต	<p>ขั้นที่ 1 มีผลการดำเนินงาน/ กิจกรรมการดำเนินงาน ด้านสุขภาพจิตในชุมชน</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.เก็บรวบรวมข้อมูลใส่แฟ้มให้ชัดเจน 2.จัดกิจกรรมสุขภาพจิตแทรกไปกับกิจกรรมประจำ ของชุมชนหรือประยุกต์กิจกรรมในแผนแม่บทมา ดำเนินงาน 3.เชิญชวนแกนนำของกลุ่มเป้าหมายในกิจกรรมมา เป็นคณะทำงาน 4.ร่วมมือกับผู้นำทางศาสนาเพื่อชักชวนประชาชนใน ชุมชนเข้าร่วมกิจกรรม 5.นำเสนอข้อมูลปัญหาสุขภาพจิตและประชาสัมพันธ์ กิจกรรมให้ประชาชนผ่าน เสียงตามสาย/วิทยุชุมชน/ สื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ
	<p>ขั้นที่ 2 มีผลการดำเนินงาน/ กิจกรรมด้านสุขภาพจิตในชุมชน ที่มีความต่อเนื่องและมีกิจกรรม เพิ่มเติม อย่างน้อย 1 ช่วงวัย และ 1 กิจกรรม</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.จัดกิจกรรมสุขภาพจิตแทรกไปกับกิจกรรมประจำ ของชุมชนหรือประยุกต์กิจกรรมในแผนแม่บทมา ดำเนินงาน
	<p>ขั้นที่ 3 มีผลการดำเนินงานใน ด้านการพัฒนางานสุขภาพจิต ตามบริบทของพื้นที่ให้สามารถ ดูแลตนเองได้โดยครอบคลุมทุก กลุ่มวัย</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.สำรวจสภาพปัญหาและความต้องการของชุมชน ก่อน (พูดคุย/ประชาคม/ประชุมร่วมกับเครือข่ายที่ เกี่ยวข้อง)
5.2.1 มีกิจกรรม ส่งเสริม สุขภาพจิตใน ชุมชน	<p>ขั้นที่ 1 มีกิจกรรมส่งเสริม/ ให้ ความรู้สุขภาพจิตในชุมชน</p> <p>ขั้นที่ 2 มีกิจกรรมส่งเสริม/ ให้ ความรู้สุขภาพจิตในชุมชน หรือ จัดพื้นที่สร้างสรรค์กิจกรรม สุขภาพจิต โดยมีการดำเนินงาน ร่วมกับหน่วยงาน/ กลุ่มอื่นๆ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.นำเสนอข้อมูลปัญหาสุขภาพจิตและประชาสัมพันธ์ กิจกรรมให้ประชาชนผ่าน เสียงตามสาย/วิทยุชุมชน/ สื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ 2.จัดกิจกรรมให้ความรู้ทางหออกระจายข่าว 3.ขอสนับสนุนสื่อทางด้านสุขภาพจิตจากหน่วยงาน กรมสุขภาพจิต 4.จัดกิจกรรมสุขภาพจิตเพิ่มเติมในเวทีการประชุม

องค์ประกอบแต่ละชั้น		เทคนิคการดำเนินงาน
	ในท้องถิ่น	อบรมของหน่วยงานต่าง ๆ
	ชั้นที่ 3 มีกิจกรรมส่งเสริม/ ให้ความรู้สุขภาพจิตในชุมชน หรือจัดพื้นที่สร้างสรรค์กิจกรรมสุขภาพจิต โดยมีการดำเนินงานร่วมกับหน่วยงาน/ กลุ่มอื่นๆ ในท้องถิ่นอย่างต่อเนื่อง	5.เปิดโอกาสให้หน่วยงานต่าง ๆ มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม 6.จัดตั้งกลุ่ม ชมรมที่ดูแลรับผิดชอบงานสุขภาพจิต เพื่อให้เกิดการดำเนินงานที่ต่อเนื่อง
5.2.2 มีกิจกรรมป้องกันปัญหาสุขภาพจิต	ชั้นที่ 1 มีรายงานผลการคัดกรองและการช่วยเหลือเบื้องต้น	1.ประสานกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหรือโรงพยาบาลชุมชนเพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการประเมิน คัดกรองทางด้านสุขภาพจิตที่มีเพื่อนำมาใช้คัดกรองคนในชุมชน
	ชั้นที่ 2 มีรายงานผลการคัดกรองการให้การช่วยเหลือเบื้องต้นและรายงานเป็นระบบ	
	ชั้นที่ 3 มีรายงานผลการคัดกรองการให้ความช่วยเหลือเบื้องต้น การเยี่ยมบ้าน และมีสถานที่จุดให้บริการการให้การปรึกษาในชุมชน โดยมีผลการติดตามช่วยเหลือฟื้นฟูอย่างต่อเนื่อง	
5.2.3 มีกิจกรรมการดูแลผู้มีปัญหาสุขภาพจิต/ ผู้ป่วยในชุมชน	ชั้นที่ 1 มีกิจกรรมการดูแลผู้มีปัญหาสุขภาพจิต/ ผู้ป่วย ในชุมชน	1.ประชุมร่วมกันในชุมชนเพื่อรวบรวมข้อมูลทางด้านสุขภาพจิตจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล, โรงพยาบาลชุมชนหรือโรงเรียนเป็นต้น 2.ให้อาสาสมัครสาธารณสุขรับผิดูแลครอบครัวจัดทำข้อมูลให้เป็นปัจจุบัน และคัดกรองทางด้านสุขภาพจิตไปพร้อม ๆ กัน 3.อบรมความรู้ให้กับอาสาสมัครสาธารณสุขในการใช้แบบประเมินแบบคัดกรองทางด้านสุขภาพจิตเพื่อนำไปใช้ในชุมชน 4.ให้ญาติ ผู้ดูแลผู้ป่วยชักชวนผู้ป่วยมาเข้าร่วมกิจกรรม
	ชั้นที่ 2 สนับสนุนให้มีการติดตามเยี่ยมบ้านผู้มีปัญหาสุขภาพจิต/ ผู้ป่วย	
	ชั้นที่ 3 สนับสนุน และเปิดโอกาสให้ผู้ป่วย/ ผู้มีปัญหาสุขภาพจิตเข้าร่วมกิจกรรม/ ทำงานในชุมชน	
5.2.4 มีกิจกรรมสนับสนุนให้ผู้ป่วย/ ผู้มีปัญหา	ชั้นที่ 1 มีรายงานสรุปการส่งต่อหรือไปส่งต่อ	1.สรุปการช่วยเหลือส่งต่อในทุกรายที่ได้ให้การช่วยเหลือ
	ชั้นที่ 2 มีระบบการส่งต่อ	1.เขียนแผนผังการส่งต่อที่ชัดเจนพร้อมทั้งกำหนด

องค์ประกอบแต่ละชั้น		เทคนิคการดำเนินงาน
สุขภาพจิตเข้าถึง บริการ	(แผนภูมิการดำเนินงานที่ชัดเจน)	ตารางการปฏิบัติงานให้ครอบคลุมทุกวันทุกเวลา
	ชั้นที่ 3 มีระบบการส่งต่อ และระบบการติดตามดูแลอย่างต่อเนื่อง	1.จัดทำแผนภูมิ/แผนผังการส่งต่อเพื่อให้เป็นระบบในการดำเนินงานและมอบหมายผู้รับผิดชอบดูแลอย่างต่อเนื่อง

องค์ประกอบที่ 6 การประเมินผลการดำเนินงานสุขภาพจิต

สิ่งสำคัญที่ขาดไม่ได้ของการดำเนินงานทุก ๆ อย่างก็คือการประเมินผลการดำเนินงานที่ทาลงไปว่ามีข้อดี ข้อเสียและเกิดผลอย่างไร เพราะผลลัพธ์ที่ได้ ตลอดจนสิ่งที่ได้เรียนรู้จะเป็นสิ่งที่ทำให้เราสามารถกำหนดทิศทางการดำเนินงานของเราต่อไปได้อย่างชัดเจนและมีเป้าหมายมากยิ่งขึ้น โดยเทคนิคการจะประเมินผลการดำเนินงานสุขภาพจิตสามารถทำได้ดังนี้

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่หรือมีความพร้อม

-ใช้แบบประเมิน คัดกรองทางสุขภาพจิต เช่นแบบประเมินความเครียดมาประเมินผู้เข้าร่วมกิจกรรมว่ามีความเครียดลดลงหรือไม่

-ให้อาสาสมัครสาธารณสุขออกคัดกรองสุขภาพจิตให้กับประชาชนตามบ้าน

-ประเมินจากแบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

-ประเมินจากข้อมูลสถิติ ผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตต่าง ๆ จากปีปัจจุบันกับปีที่ผ่าน ๆ มา

-หากเป็นการจัดกิจกรรมเชิงอบรม ถ่ายทอดความรู้จะจัดให้มีการประเมินความรู้ก่อน-หลังของผู้เข้าร่วมกิจกรรมเสมอ

-นำผลการประเมินที่ได้มาจัดทำเป็นฐานข้อมูลแล้วนำมาวางแผนในการดำเนินงานปีต่อไป

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดกลาง, เล็กหรือชุมชนยังไม่มีความพร้อม

-ประเมินจากเสียงตอบรับของประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรม โดยการสัมภาษณ์

-สังเกตจากความสัมพันธ์ของคนในชุมชน การมีส่วนร่วมของประชาชนในการเข้าร่วมกิจกรรมในงานต่าง ๆ

-พูดคุยผ่านการเยี่ยมบ้านหรือการพบเจอตามงานประเพณีต่าง ๆ หรือในเวทีประชาคมหมู่บ้าน

-ให้นักเรียน นักศึกษาที่มาฝึกงานในหน่วยงานสำรวจข้อมูล ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

เคล็ดลับการดำเนินงานสู่ความสำเร็จ

องค์ประกอบแต่ละขั้น	เทคนิคการดำเนินงาน
ขั้นที่ 1 มีการประเมินผลการจัดกิจกรรม/ โครงการ/ แผนงานการดำเนินงานสุขภาพจิต	1.ประเมินจากการสอบถาม พูดคุยกับประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมและสังเกตการมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วม แล้วสรุปผลการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรม รวบรวมรูปภาพ ผลลัพธ์เชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เช่นความพึงพอใจ ความรู้ที่เพิ่มขึ้น เป็นต้น 2.จัดทำฟอร์มสรุปงาน
ขั้นที่ 2 นำผลการประเมินไปวางแผน ปรับปรุงพัฒนา	1.รวบรวมข้อมูลสถิติผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตที่ผ่านๆมากับปีที่ดำเนินการเพื่อปรับปรุงการดำเนินงานต่อไป
ขั้นที่ 3 มีการเผยแพร่ข้อมูลการประเมินผลการ	1.นำผลการดำเนินงานที่ได้ไปปรับในแผนการ

องค์ประกอบแต่ละชั้น	เทคนิคการดำเนินงาน
ดำเนินงานให้ชุมชนรับทราบและนำไปปรับปรุงพัฒนา	ดำเนินงานพร้อมทั้งนำเสนอผลให้แก่ประชาชนในเวที ประชาคม 2.เสนอและสรุปงานในประชุมประชาคมตำบล หมู่บ้าน เป็นประจำทุกเดือน

เทคนิคการสร้างการมีส่วนร่วมของประชาชนในการดำเนินงานสุขภาพจิต

หัวใจสำคัญของการดำเนินงานต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จและมีความยั่งยืนได้นั้น จำเป็นต้องมาจากการมีส่วนร่วมของประชาชนในชุมชน การดำเนินงานสุขภาพจิตให้ประสบความสำเร็จได้ก็เช่นเดียวกัน ดังนั้น เทคนิคการสร้างการมีส่วนร่วมของประชาชนในการร่วมคิด ร่วมทำร่วมรับผลประโยชน์และร่วมตรวจสอบ จึงมีความสำคัญ และทำได้ดังนี้

ดึงแกนนำกลุ่มต่างๆเข้าร่วม

ในชุมชนมักจะมีการรวมกลุ่มของประชาชนหลาย ๆ กลุ่ม ดังนั้นการดึงแกนนำของแต่ละกลุ่มเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานก็จะช่วยให้สมาชิกในกลุ่มนั้น ๆ เข้าร่วมการดำเนินงานโดยปริยาย

ญาติหรือคนคุ้นเคย

ค้นหาญาติหรือคนที่เรารู้จักคุ้นเคยในชุมชนที่เป็นกลุ่มเดียวกับกลุ่มเป้าหมายที่เราจะดำเนินงาน เพื่อให้เขาเป็นตัวแทนในการชักชวนคนอื่น ๆ เข้าร่วมโครงการ หรือกิจกรรม

คณะทำงาน

แต่งตั้งคณะทำงานจากทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องในชุมชนเพื่อให้ทุกคน รับรู้ภาระหน้าที่ของตนเอง อย่างเป็นรูปธรรม เพื่อช่วยกระตุ้นให้เกิดการดำเนินงานอย่างแท้จริง

สร้างความตระหนัก

ชี้แจงแกนนำชุมชนในเวทีต่าง ๆ เช่น เวทีประชาคม ประชุมในตำบล เป็นต้น เพื่อสร้างความเข้าใจ และความตระหนักให้แก่แกนนำชุมชน ผู้ที่เกี่ยวข้อง และร่วมคิดหาทางแก้ปัญหาด้วยกัน และร่วมรับผลประโยชน์ร่วมกัน

สนับสนุนให้มากที่สุด

วิธีการนี้จะเป็นการได้ใจจากประชาชนมาก เพราะการที่เราสนับสนุนตามความต้องการของชุมชน จะเป็นการแสดงให้เห็นว่าเรามุ่งมั่น เอาจริง ซึ่งจะทำให้ประชาชนให้การสนับสนุนอย่างเต็มที่

ปัญหาในชุมชนที่ไม่เอื้อต่อการดำเนินงานสุขภาพจิต

สภาพภูมิประเทศ ภูมิอากาศที่ไม่เอื้ออำนวย

ในปัจจุบันสภาพภูมิประเทศและภูมิอากาศมีการเปลี่ยนแปลงบ่อยทำให้เกิดภัยพิบัติทางธรรมชาติ บ่อยครั้ง ทำให้เป็นอุปสรรคในการดำเนินงานสุขภาพจิตและงานด้านอื่น ๆ อย่างมาก ทำให้การดำเนินงานไม่ต่อเนื่อง อีกทั้งประชาชนไม่สามารถเข้าร่วมด้วยได้

ไม่มีสถานที่ดำเนินงาน

หลายครั้งที่การดำเนินงานมักต้องอาศัยสถานที่ของผู้อื่น หน่วยงานอื่น ซึ่งเมื่อเป็นเรื่องสุขภาพจิต เจ้าของสถานที่มักไม่ค่อยเข้าใจ และไม่ค่อยให้สถานที่ใช้ในการจัดกิจกรรมมากนัก

ประชาชนไม่ใช่คนท้องถิ่น

ในหลายชุมชนพบปัญหานี้คล้าย ๆ กันได้แก่ ปัญหาประชาชนไม่ใช่คนท้องถิ่น เป็นชุมชนที่ประชาชน ย้ายถิ่นฐานเข้ามาตั้งรกรากในพื้นที่ ต่างคนต่างมุ่งเข้ามาทำงาน ละเลยงานส่วนรวมของชุมชนที่มักจะเป็น

กิจกรรมที่ส่งเสริมความสามัคคีและความผูกพันในชุมชน ทำให้เมื่อจะดำเนินงานด้านสุขภาพจิตมักจะไม่ได้ได้รับความร่วมมือหรือเห็นความสำคัญมากนัก

ขาดความรู้ ความเข้าใจเรื่องสุขภาพจิต

ประชาชนส่วนใหญ่ในประเทศยังมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องสุขภาพจิตน้อยมาก หลายคนยังมองว่าสุขภาพจิตเป็นเรื่องของคนบ้าเท่านั้น ทำให้เมื่อจะดำเนินงานด้านสุขภาพจิต ประชาชนในชุมชนจึงปฏิเสธเข้าร่วมกิจกรรมเพราะคิดว่าตนเองไม่ได้ “บ้า”

เวลาไม่ตรงกัน

เนื่องจากประชาชนส่วนมากประกอบอาชีพเกษตรกรรม ที่มักจะมีเวลาในการทำงานที่ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับฤดูกาล และบางชุมชนที่ประชาชนต้องออกทำงานเช้าถึงเย็นหรือเสาร์ อาทิตย์ ซึ่งเป็นเวลาที่ไม่แน่นอนและมักไม่ตรงกับหน่วยราชการ รวมทั้งท้องถิ่น ทำให้การดำเนินงานต่าง ๆ ยากลำบาก

ชุมชนขนาดใหญ่

ในหลายชุมชนที่มีพื้นที่ขนาดใหญ่หรือมีจำนวนประชากรจำนวนมากทำให้ยากต่อการเดินทางเข้าร่วมกิจกรรม และยากต่อการเข้าถึงข้อมูลการจัดกิจกรรมทำให้เป็นข้อจำกัดในการเข้าร่วมทำกิจกรรม

แนวทางแก้ไขปัญหา

โดยพื้นฐานความคิดที่ว่าทุกปัญหามีทางออกนั้น นำไปสู่การแก้ปัญหาในชุมชนที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการดำเนินงานสุขภาพจิตได้ดังนี้

สภาพภูมิประเทศ ภูมิอากาศ

หากเกิดภาวะวิกฤตจากภัยธรรมชาติต่าง ๆ เราสามารถเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสได้โดยการลงเยี่ยมเยียนและเยียวยาจิตใจผู้ที่ได้รับผลกระทบตลอดจนให้ความช่วยเหลือสนับสนุนต่าง ๆ เมื่อสถานการณ์เริ่มคลี่คลาย เราก็นำประเด็นความเครียดที่เกิดจากภัยธรรมชาติมาจัดกิจกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดและให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตัวเองในภาวะวิกฤตไปพร้อม ๆ กัน การทำเช่นนี้จะช่วยให้ประชาชนรู้สึกที่เราห่วงใยและไม่ทอดทิ้งเขา

ไม่มีสถานที่ดำเนินงาน

การเข้าหาและชี้แจงรายละเอียดกิจกรรมอย่างชัดเจนให้กับเจ้าของสถานที่ถือเป็นแนวปฏิบัติที่จำเป็นอย่างมาก และควรหลีกเลี่ยงการใช้คำว่า “สุขภาพจิต” หรือ “จิตเวช” แต่ควรใช้คำว่า “ความสุข” แทน เพื่อให้เกิดความรู้สึกทางบวกต่อกิจกรรมมากยิ่งขึ้น

ประชาชนไม่ใช่คนท้องถิ่น

เมื่อคนในชุมชนไม่ใช่คนท้องถิ่น แต่เป็นคนที่ย้ายภูมิลำเนามาประกอบอาชีพ ให้ความผูกพันต่อชุมชนและความสัมพันธ์ในชุมชนก็น้อย การแก้ปัญหาต้องเริ่มจากการสำรวจปัญหาของคนกลุ่มนี้ตลอดจนความต้องการเพื่อนำมาจัดกิจกรรมหรือชักชวนคนเหล่านี้มาร่วมกิจกรรมก็จะช่วยให้กลุ่มเหล่านี้เข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้น หลังจากนั้นก็จะเริ่มเห็นถึงความสำคัญของงานสุขภาพจิตและการอยู่ร่วมกันมากขึ้น

ขาดความรู้ ความเข้าใจในเรื่องสุขภาพจิต

พบว่าในแทบจะทุกชุมชน ประชาชนส่วนมากยังแยกไม่ออกระหว่างเรื่องของสุขภาพจิตกับคนบ้า ดังนั้นการค้นหาแกนนำในชุมชนที่มีภาวะผู้นำ หรือมีบทบาทในการชักนำชุมชน เพื่อสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง ก่อนกลุ่มคนเหล่านี้จะนำไปถ่ายทอด ขยายผลสู่ประชาชนในชุมชนของเขาต่อไป

นอกจากนี้มีความจำเป็นอย่างมากในการประยุกต์ความรู้ที่มีให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ โดยใช้ภาษา ที่ง่ายประกอบรูปภาพต่าง ๆ เพื่อให้การเรียนรู้เป็นไปได้ด้วยดี

เวลาไม่ตรงกัน

ในชุมชนนั้น ประชาชนมีความหลากหลายในเรื่องอาชีพ วัฒนธรรมเวลาในการทำกิจกรรมนั้นมักไม่ตรงกัน จึงควรหาวันใดวันหนึ่งในหนึ่งเดือนที่จะเป็นวันที่ทุกคนมารวมกัน เช่น วันประชุมหมู่บ้าน วันสำคัญทางศาสนา หรือวันสำคัญของหมู่บ้าน เพื่อแทรกกิจกรรมสุขภาพจิตเข้าไปในวันนั้น จะทำให้ประชาชนจำนวนมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

ชุมชนขนาดใหญ่

การจัดกิจกรรมที่แบ่งเป็นรุ่น มีหลายรุ่น หรือจัดกิจกรรมหลายวัน จะช่วยเพิ่มโอกาสในการเข้าร่วมของประชาชนที่อยู่ในชุมชนขนาดใหญ่

อีกทั้งการประชาสัมพันธ์ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยเน้นจุดเด่นของงานเป็นหลักจะเป็นการช่วยให้ผู้คนรับรู้กิจกรรมของเรามากขึ้นเช่นกัน

ค้นหาสถานที่ที่ผู้คนในชุมชนมักจะไปอยู่รวมกันจำนวนมาก เช่น ห้างสรรพสินค้า ลานกีฬา ตลาดนัด เป็นต้น เพื่อจัดกิจกรรมทางด้านสุขภาพจิตก็ช่วยให้ประชาชนในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้น

ตัวอย่างกิจกรรมสุขภาพจิตในชุมชน

โครงการ “ความสุขอย่างต่อเนื่องกับเรื่องราวในชุมชนตำบลรางหวาย” “Rangwai Center Point of Happiness” เทศบาลตำบลรางหวาย จังหวัดกาญจนบุรี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อประชาชนได้รับการดูแลด้านสุขภาพกาย และสุขภาพใจที่ดี อย่างทั่วถึง จากท้องถิ่นและการมีส่วนร่วมของชุมชน และเครือข่ายงานสาธารณสุข รวมถึงองค์กรต่าง ๆ ที่ดำเนินการสร้างสุขให้ประชาชน ตามแนวสร้างสุขเกิดจนเกือบเสียชีวิต ตามกลุ่มเป้าหมายทุกระดับช่วงวัย
2. เพื่อองค์กรเป็นเครือข่ายร่วมกันพัฒนางานสาธารณสุขและงานอื่นที่เกี่ยวข้องต่อความสุขของประชาชน ให้เกิดความร่วมมือและการประสานงานให้ปฏิบัติการกิจให้มีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผล
3. เทศบาลตำบลรางหวาย สามารถเป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้นแบบในการดำเนินงานด้านสาธารณสุขที่ดี และเกิดเชื่อมั่นต่อองค์กรในความสามารถดำเนินงานด้านสาธารณสุขอย่างมีมาตรฐาน ตามพระราชบัญญัติกำหนดและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. 2542

วิธีดำเนินการ

การวางแผนสุขภาพชุมชน ให้ครอบคลุมประชาชนทุกเพศ ทุกวัย ทุกอาชีพ ทุกกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 20 หมู่บ้าน การดำเนินการโครงการ/ กิจกรรมด้านคุณภาพชีวิตดำเนินการตามแนวทางของกฎหมายด้านสาธารณสุขควบคุม ช่วยเหลือประชาชนไม่ให้ได้รับความเดือดร้อน

- กลุ่มเด็กแรกเกิด และแม่ตั้งครรภ์ สร้างพัฒนาการของเด็กตามวัยและดูแลสุขภาพแม่ตั้งครรภ์ให้มีคุณภาพพร้อมให้กำเนิดทารกที่มีความสมบูรณ์ด้านร่างกาย สติปัญญาที่ดี
- กลุ่มเด็กเล็ก/ เด็กระดับประถมศึกษา ได้เข้าศึกษากับศูนย์พัฒนาเด็กเล็กของเทศบาล ได้รับอาหารเสริมนม อาหารกลางวันที่ดี ชุดแต่งกาย สื่อการเรียนการสอน การทัศนศึกษาตามแหล่งที่น่าสนใจ การดูแลสุขภาพปากและฟัน ครูดูแลเด็กเล็กที่มีความรู้ด้านปฐมวัย สถานที่สะอาดและสื่อการเรียนการสอนครบถ้วนสามารถพัฒนาร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สติ ปัญญา และโครงการเสาร์ละสิบ สอนพิเศษและมีกิจกรรมนันทนาการ
- กลุ่มเด็ก/ เยาวชน “สภาเด็กและเยาวชน” สร้างความรู้ความเข้าใจให้เหมาะสมกับวัย เช่น เพศสัมพันธ์ ยาเสพติด เหล้า บุหรี่ ทำค่ายกิจกรรมในการอยู่ร่วมกันในสังคม ความสามัคคี การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม การเข้าไปช่วยเหลือเด็ก/เยาวชนที่มีปัญหาในสังคม การสนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมให้เกิดมีความเป็นผู้นำ การแสดงออกในสิ่งที่ดีต่อสังคม
- กลุ่มครอบครัว การให้เกิดความรู้ความเข้าใจในครอบครัว เช่นการมีลูกวัยรุ่น ตลอดจนสร้างความรักและสัมพันธ์ภาพที่ดี ดูแลช่วยเหลือครอบครัวที่มีปัญหาด้านสังคม การดำรงชีวิตอยู่
- วัยทอง/ ผู้ทำงาน ส่งเสริมการประกอบอาชีพการตรวจสุขภาพและแนะนำด้านสุขภาพการออกกำลังกายโครงการคนไทยไร้พุง ปลอดภัยไร้เหล้าและสุรา

- ผู้สูงอายุ/ผู้สูงอายุยากจนเสียชีวิต การดูแลสุขภาพกายในการตรวจสุขภาพประจำปี และสุขภาพใจ ในการจัดงานวันผู้สูงอายุ การจัดตั้งกลุ่มอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน การพาทัศนศึกษาตามความเหมาะสม การจัดเลี้ยงยังชีพผู้สูงอายุให้ครบถ้วนทุก ๆ คนในพื้นที่ ตลอดจนการเจ็บไข้ได้ป่วยบริการ EMS ส่งโรงพยาบาล ประจำอำเภอ ผู้สูงอายุยากจนประสานหน่วยงานขอเงินสงเคราะห์ศพ

- กลุ่มผู้ด้อยโอกาส ช่วยเหลือด้านที่อยู่อาศัย/ ทุนการศึกษาของเด็กยากจน/การรักษาพยาบาล/ อาหารที่จำเป็นต่อการยังชีพ ช่วยเหลือผู้ป่วยเอดส์ ด้านเบี้ยยังชีพ/ ทุนประกอบอาชีพ/ การร่วมกันรณรงค์การ ป้องกันโรคเอดส์ ช่วยเหลือผู้พิการ จัดสถานที่เป็นสถานที่ราชการเอื้ออำนวยในการติดต่อประสานงาน/ การ ส่งเสริมอาชีพ/ การช่วยเหลือเบี้ยยังชีพ/ กิจกรรมนันทนาการ/การรับส่งผู้ป่วยไป รพ.

ผลการดำเนินการ

เทศบาลราชวางวาย สามารถดูแลประชาชนให้เกิดสุขภาพกาย และสุขภาพใจที่ดี อย่างทั่วถึง ตามแนว สร้างสุขเกิดจนเกือบเสียชีวิต ตามกลุ่มเป้าหมายทุกระดับช่วงวัย และเป็นองค์กรร่วมกันพัฒนางาน สาธารณสุขและงานอื่นที่เกี่ยวข้องต่อความสุขของประชาชน เกิดความร่วมมือและการประสานงานให้ปฏิบัติ การกิจให้มีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผล

เทศบาลตำบลราชวางวาย พร้อมเป็นเป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้นแบบในการดำเนินงานด้าน สาธารณสุขที่ดี และเกิดเชื่อมั่นต่อองค์กรในความสามารถดำเนินการงานด้านสาธารณสุขอย่างมีมาตรฐาน ตาม พระราชบัญญัติกำหนดและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. 2542

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ประชาชนได้รับการดูแลและส่งเสริมสุขภาพจากองค์กรด้านสุขภาพกายและใจได้เป็นอย่างดี
2. องค์กรได้เป็นต้นแบบ เป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินงานด้านสาธารณสุข เช่น บริการ EMS, งานสุขภาพจิต, ด้านการจัดการเขตปลอดบุหรี่และกิจกรรมรณรงค์งดสูบบุหรี่ เป็นต้น
3. องค์กรสามารถดำเนินการรับภารกิจหน้าที่ด้านสาธารณสุขตามอำนาจหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

โครงการ “ศูนย์สานรัก พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุ” เทศบาลตำบลศรีพนา จังหวัดหนองคาย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อใช้เป็นสถานที่ให้ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมร่วมกันและใช้เป็นสถานที่ในการบูรณาการกิจกรรมการดำเนินงานผู้สูงอายุของทุกภาคส่วน
2. เพื่อส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ด้านร่างกาย อารมณ์ ความคิด สังคม จิตวิญญาณ
3. เพื่อสนับสนุนส่งเสริมพัฒนาอาชีพ และเป็นเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทักษะการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ

วิธีดำเนินการ

โครงการ “ศูนย์สานรัก พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุ” เทศบาลตำบลศรีพนา ปีงบประมาณ 2552 เป็นโครงการที่ดำเนินงานต่อเนื่องจากโครงการบูรณาการงานสุขภาพจิตและจิตเวชโดยเครือข่ายชุมชนกับศูนย์สุขภาพจิตที่ 6 ขอนแก่น ตั้งแต่ปีงบประมาณ 2551 กลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลศรีพนา อำเภอเซกา จังหวัดหนองคาย จำนวน 718 คน โดยมีวิธีการดำเนินงานพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ขึ้นเตรียมบุคลากร โดยปรับปรุงคำสั่งแต่งตั้งคณะทำงาน และจัดทำบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ
2. กำหนดยุทธศาสตร์ แผนงานโครงการ ที่ดำเนินงาน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาสุขภาพจิตทั้ง 5 ด้าน ประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านความคิด ด้านสังคม ด้านจิตวิญญาณ
3. จัดกิจกรรมการดำเนินงาน โดยจัดตั้ง “ศูนย์สานรัก พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุ” เทศบาลตำบลศรีพนา และดำเนินกิจกรรมการพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุทั้ง 5 ด้าน ดังนี้
 - **พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุด้านกาย**
กิจกรรม รำไม้พลอง รำมวยโบราณ การฟื้นฟูสุขภาพด้วยเครื่องออกกำลังกายที่บ้านและวัสดุรีไซเคิล อบรมให้ความรู้ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุด้วยหลัก 8 อ.
ผลลัพธ์ ผู้สูงอายุมีสุขภาพแข็งแรง ได้เข้าสังคม/เพิ่มสัมพันธ์ภาพ
 - **พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุด้านอารมณ์**
กิจกรรม การเล่นดนตรีพื้นเมืองอีสาน หัวเราะ..สร้างสุข(นิทานก้อม) อวยพรวันเกิด ผีกลสมาธิ ปฏิบัติธรรมในวันพระ/สันทนาธรรม
ผลลัพธ์ จิตใจเบิกบานคลายเครียด ลดความวิตกกังวล
 - **พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุด้านความคิด**
กิจกรรม บันทึกกิจกรรมผลงานผู้สูงอายุ เขียนเรื่องเล่าความดีของตนเอง และคนรอบข้าง มุมเพื่อนใจ เล่นหมากฮอท ตาราง 9 ช่อง ปาเป้า
ผลลัพธ์ ผู้สูงอายุมีความคิดเชิงบวก ผู้สูงอายุมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และทักษะในการดำเนินชีวิต
 - **พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงอายุด้านสังคม**
กิจกรรม เป็นวิทยากรพิเศษในโรงเรียน ร่วมงานประเพณีและวันสำคัญ
ผลลัพธ์ ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีความภาคภูมิใจ และสืบทอดภูมิปัญญา

- พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงวัยด้านจิตวิญญาณ

กิจกรรม เล่านิทานในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก สอนเพลงกล่อมเด็กในคลินิกพัฒนาการเด็ก
โรงพยาบาล สอนเป่าแคนเด็ก/ เยียวชน เพื่อนช่วยเพื่อน อาสาสมัครช่วยงาน
โรงพยาบาล บำเพ็ญสาธารณะประโยชน์

ผลลัพธ์ ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีความภาคภูมิใจ และสืบทอดภูมิปัญญา

4. จัดกิจกรรมการส่งเสริมอาชีพและเพิ่มรายได้ ประกอบด้วย กลุ่มส่งเสริมอาชีพนวดแผนโบราณ
กลุ่มสมุนไพร กลุ่มทอเสื่อ กลุ่มไม้ปิ้ง กลุ่มจักสาน กลุ่มไม้กวาดดอกหญ้า

ผลการดำเนินการ

1. จัดตั้ง “ศูนย์สานรัก พัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงวัย”เทศบาลตำบลศรีพนา เพื่อใช้เป็นสถานที่ให้ผู้สูงอายุ
ได้มีกิจกรรมร่วมกันและเป็นสถานที่ในการบูรณาการกิจกรรมการดำเนินงานผู้สูงอายุของภาคีเครือข่ายทุกภาค
ส่วน

2. ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาสุขภาพจิตทั้ง 5 ด้าน

3. ผู้สูงอายุได้รับการฝึกอาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ให้กับตนเอง ครอบครัว

การประเมินผลโครงการ

1. การประเมินผลการพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงวัยด้านร่างกาย

ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน (Barthel ADL Index : Activity Daily Living) ผู้สูงอายุ
ส่วนใหญ่ สามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี และการวัดเส้นรอบเอวผู้สูงอายุ หลังออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ 3
เดือน ผู้สูงอายุชาย/ หญิง มีเส้นรอบเอวลดลง

2. การประเมินผลการพัฒนาสุขภาพจิตผู้สูงวัยด้านอารมณ์ ความคิด สังคม และจิตวิญญาณ

2.1 ภาวะเครียด ใช้แบบทดสอบความเครียด กรมสุขภาพจิตชุด 20 ข้อ(SPST 20) หลัง
ดำเนินการ 3 เดือน ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมีระดับความเครียดสูงลดลง

2.2 การประเมินพลังสุขภาพจิต (RQ: Resilience Quotient) โดยใช้แบบประเมิน RQ ของกรม
สุขภาพจิต หลังดำเนินการ 3 เดือน ผู้สูงอายุมีความมั่นคง ด้านอารมณ์ ด้านกำลังใจ ด้านการจัดการกับปัญหา
ในระดับปกติ เพิ่มมากขึ้น

2.3 การเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ ภายหลังดำเนินการ 3 เดือน พบว่าส่วนใหญ่ยังมี
ผู้สูงอายุที่เห็นคุณค่าในตนเองค่อนข้างน้อยถึงระดับน้อย มีจำนวน ลดลง

2.4 การประเมินดัชนีชี้วัดความสุขของผู้สูงอายุหลังดำเนินการ 3 เดือน ผู้สูงอายุมีระดับความสุข
มากกว่าคนทั่วไป เพิ่มขึ้น และมีระดับความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป ลดลง

2.5 การประเมินดัชนีชี้วัดคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ หลังดำเนินการ 3 เดือน ผู้สูงอายุมีระดับ
คุณภาพชีวิตที่ดีเพิ่มขึ้น และมีระดับคุณภาพชีวิตที่ไม่ดีลดลง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. **ประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ** ผู้สูงอายุมีสุภาพแข็งแรง จิตใจเบิกบานคลายเครียด ลดความวิตกกังวล ผู้สูงอายุมีความคิดเชิงบวก มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และทักษะในการดำเนินชีวิต รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มีความภาคภูมิใจ และสืบทอดภูมิปัญญา

2. **ประโยชน์ต่อครอบครัวผู้สูงอายุ** บุคคลในครอบครัวผู้สูงอายุมีความภาคภูมิใจที่ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรมฯ ทำให้ผู้สูงอายุมีสุภาพแข็งแรง อารมณ์แจ่มใส สุขภาพจิตดี อายุยืน เป็นที่เคารพของลูกหลาน

3. **ประโยชน์ต่อชุมชน/ สังคม** ผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดความรู้ ภูมิปัญญา และประสบการณ์ อันมีคุณค่า เป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตแก่บุตรหลานในชุมชน

โครงการ "ส่งเสริมสุขภาพจิตโดยผู้สูงอายุด้วยรางวัลย้อนยุค ประจำปี 2552" เทศบาลเมืองพิบูลมังสาหาร จังหวัดอุบลราชธานี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้มีปัญหาสุขภาพจิต ประชาชนที่มีความเครียด และผู้สูงอายุมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี
2. เพื่อลดอัตราการเพิ่มผู้ป่วยจิตเวชในชุมชน
3. เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างสมาชิกผู้เข้าร่วมโครงการ
4. เพื่อสร้างความภาคภูมิใจให้แก่ผู้สูงอายุ
5. เพื่ออนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมไทย

วิธีดำเนินการ

1. สสำรวจผู้มีปัญหาสุขภาพจิตที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ
2. ตรวจสอบสุขภาพและประเมินความเครียดของผู้สูงอายุ และประเมินความเครียดของผู้มีปัญหสุขภาพจิตและประชาชนทั่วไปก่อนเข้าร่วมโครงการ
3. ชมรมผู้สูงอายุทำการฝึกซ้อมรางวัลย้อนยุคทุกวันจันทร์ พุธ ศุกร์ 3 ครั้ง/สัปดาห์
4. ผู้มีปัญหสุขภาพจิตและประชาชนทั่วไปร่วมกิจกรรมรางวัลย้อนยุค ทุกวันจันทร์สัปดาห์ที่ 1 และ 3 ของเดือน
5. ออกเยี่ยมบ้านผู้มีปัญหาสุขภาพจิตอย่างน้อย 2 ครั้ง/เดือนโดยผู้สูงอายุ อสม. และเจ้าหน้าที่
6. ตรวจสอบสุขภาพและประเมินความเครียดของผู้สูงอายุ และประเมินความเครียดของผู้มีปัญหสุขภาพจิตและประชาชนทั่วไปหลังเข้าร่วมโครงการ
7. ประเมินผลความพึงพอใจในการเข้าร่วมโครงการ
8. ติดตามความก้าวหน้าผลการรักษาผู้มีปัญหาสุขภาพจิตจากโรงพยาบาล

ผลการดำเนินงาน

1. ผู้มีปัญหสุขภาพจิต มีอาการดีขึ้น 23 ราย คิดเป็นร้อยละ 92
2. ผู้สูงอายุมีผลตรวจสุขภาพกายที่ดีขึ้นโดยมีผลดั่งนี้ลดความดันโลหิตสูงได้ร้อยละ 42.3 ลดคอเลเรสเตอรอลในเลือดได้ร้อยละ 32.5 ลดระดับน้ำตาลในเลือดได้ ร้อยละ 34.6
3. ผู้สูงอายุและประชาชนที่มีความเครียดมีสุขภาพจิตดีขึ้นร้อยละ 75.4 ดังนั้นความเครียดระดับสูงจากร้อยละ 10.3 คงเหลือร้อยละ 1.6, ความเครียดระดับปานกลางจากร้อยละ 82.5 คงเหลือร้อยละ 24.6 และความเครียดระดับต่ำจากร้อยละ 7.2 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 73.8
4. ผู้เข้าร่วมโครงการมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน รู้จักกันมากขึ้นจากการร่วมกิจกรรม
5. ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าและภาคภูมิใจที่ตนเองมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตในชุมชน
6. ศิลปวัฒนธรรมไทย "รางวัลย้อนยุค" ได้รับความสนใจเป็นอย่างดีและถูกเชิญให้ไปแสดงในงานตามโอกาสต่างๆ และมีผู้สนใจที่จะสืบทอดอีกมากมาย

โครงการ “พัฒนาแกนนำเครือข่ายบูรณาการงานสุขภาพจิตพิชิตปัญหาประชาชนมีสุขภาพจิตดี ชุมชนเข้มแข็ง” องค์การบริหารส่วนตำบลย่านยาว จังหวัดสุโขทัย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาแกนนำเครือข่ายบูรณาการงานสุขภาพจิต ให้มีความรู้ ความสามารถ และทักษะในการดูแล ประชากรกลุ่มเสี่ยงและป่วย ให้มีสุขภาพจิตดี มีภูมิคุ้มกันให้ชีวิต
2. เพื่อส่งเสริมและสร้างเสริมความรู้ ทักษะคติ การดำเนินชีวิต ด้านสุขภาพกาย / สุขภาพจิต แก่ ประชากรกลุ่มวัยต่าง ๆ ได้แก่ วัยเด็ก วัยเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ และ วัยสูงอายุ
3. เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตประชากรกลุ่มเสี่ยง/ป่วย ให้สามารถจัดการอารมณ์ แสวงหาความความช่วยเหลือ ได้
4. เพื่อลดอัตราการฆ่าตัวตาย ไม่เกิน 6.3 ต่อแสนประชากร

วิธีดำเนินการ

1. ดำเนินการอบรมแกนนำเครือข่ายบูรณาการงานสุขภาพจิตตำบลย่านยาว จำนวน รวม 120 คน เพื่อพัฒนาทักษะให้มีความรู้ในการดำเนินงานสุขภาพจิตในชุมชน
2. ดำเนินการตามกลยุทธ์
 - 2.1 “สร้างสุขด้วยรอยยิ้ม” แกนนำเครือข่ายบูรณาการงานสุขภาพจิตตำบลย่านยาว จำนวน 120 คนมีทักษะในการ “สร้างสุขด้วยรอยยิ้ม”
 - 2.2 TWO QUESTION, NINE QUESTION ค้นหาโรคซึมเศร้าประชาชนกลุ่มสุขภาพกาย/จิต ดี จำนวน 7,778 คน ผล ปกติ คิดเป็นร้อยละ 100, ประชากรกลุ่มเสี่ยง / ป่วย จำนวน 1,910 คน พบว่า มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้าจำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 3.72, ประเมินด้วย แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 ข้อ พบโรคซึมเศร้าระดับรุนแรง จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 8.45
3. ยุทธศาสตร์ 8 พ. พันภัยปัญหาสุขภาพจิต
4. CASE MANAGEMENT (รูปแบบในการดูแลผู้ป่วยที่มีปัญหา ซ้ำซ้อน ยุ่งยากค่าใช้จ่ายสูง ครอบครัวไม่สามารถดูแลได้และกลับเป็นซ้ำบ่อย ๆ ทีมสหวิชาชีพ แกนนำสุขภาพจิต ต้องร่วมช่วยกันดูแล)ให้การติดตามผู้ป่วยจิตเภท จำนวน 1 ราย ปัจจุบันผู้ป่วยปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน / งานประจำของตนเองได้ตามปกติสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

ผลการดำเนินการ

1. แคนนำเครือข่ายบูรณาการงานสุขภาพจิต จำนวน 120 คน มีความพึงพอใจ ร้อยละ 98.33
2. ประชากรกลุ่มดี ได้แก่ ประชาชนที่มีสุขภาพกาย / จิต ปกติ จำนวน 7,778 คนได้รับความพึงพอใจ ระดับดีมาก จำนวน 7,099 คน คิดเป็นร้อยละ 91.27 รองลงมาระดับดี จำนวน 679 คนคิดเป็นร้อยละ 8.73
3. ประชากรกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มป่วย ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ผู้มีปัญหาสุขภาพจิต ภาวะซึมเศร้าภาวะเครียด ผู้ด้อยโอกาสทางสังคม จำนวน 992 คน ได้รับความพึงพอใจ ระดับดีมาก จำนวน 889 คนคิดเป็นร้อยละ 89.62 รองลงมาระดับดี จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 10.38
4. ประชากรกลุ่มป่วยด้านร่างกายและจิตใจ และผู้พิการ จำนวน 918 คน ได้รับความพึงพอใจจากการดูแลของพยาบาล ทีมสุขภาพ และแกนนำเครือข่ายสุขภาพจิต ร้อยละ 98.69
5. ประชากรกลุ่มวัยต่าง ๆ ได้แก่ วัยเด็ก วัยเรียน วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ และวัยสูงอายุ มีความรู้ ทักษะคติ การดำเนินชีวิต ด้านสุขภาพกาย / จิต ร้อยละ 97.79
6. การใช้ยุทธศาสตร์ 8 พ. ในการดูแลส่งเสริมสุขภาพของผู้มีปัญหาทางด้านสุขภาพจิต จำนวน 71 คนอยู่ในระดับดีมาก จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 80.28 และอยู่ในระดับดี จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 19.72