

# สุขภาพจิตและจิตเวช



สุขภาพจิตและจิตเวช/ ศรีัญญา จริ..  
WM105 ศ171ส 2563



B0011358  
bib:13399116733

ศรีัญญา จริงมาก

เลขที่..... WM105  
..... ศักราช 2563  
เลขทะเบียน..... B0011358  
..... ธันวาคม 27 มี.ย. 2564

## คำนำ

แรงจูงใจที่ผู้เขียนเรียบเรียงตำราสุขภาพจิตและจิตเวช เล่มนี้ขึ้นมาเพื่อให้เป็นประโยชน์สำหรับ นักศึกษา บุคลากรด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ รวมทั้งผู้สนใจไว้ศึกษา ค้นคว้า และผู้เขียนปรารถนาให้มีตำราที่มีเนื้อหาสมบูรณ์ ครบถ้วน มีเนื้อหาทันสมัย ดังนั้นผู้เขียนจึงได้รวบรวมประสบการณ์ที่มีประโยชน์ และเพิ่มเติมเนื้อหาที่ทันสมัยด้านสุขภาพจิตในเล่มอีกด้วย

จุดเด่นของตำราเล่มนี้ ผู้เขียนได้เพิ่มตัวอย่าง กรณีศึกษา และประสบการณ์ ในช่วงที่เป็นอาจารย์สอนในมหาวิทยาลัยเอกชน งานวิจัย การศึกษาดูงาน การประชุมวิชาการต่าง ๆ และประสบการณ์การปฏิบัติงานในชุมชน มาอธิบายเพิ่มเติมให้เข้าใจได้ง่าย

ท้ายสุดนี้ ขอขอบพระคุณผู้เรียบเรียงตำรา หนังสือ เอกสารต่าง ๆ ซึ่งอ้างอิงไว้ในท้ายบท และขอขอบคุณมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี คณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนร่วมงานทุกท่านที่ได้สนับสนุนการทำผลงานตำราเล่มนี้ จนประสบความสำเร็จด้วยดี และเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียน ผู้สนใจสามารถนำความรู้ไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลที่จะได้รับตามมาคือ ความสุข คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัว ซึ่งเป็นความปรารถนาของบุคลากรทางสุขภาพทุกคน

ตำราเล่มนี้ ผู้เขียน เขียนขึ้นด้วยแรงบันดาลใจของความรักที่มีต่อผู้ป่วยและครอบครัว รวมทั้งนักศึกษาที่จะใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อสังคมต่อไป

ศริญญา จริงมาก

มีนาคม 2563

## สารบัญ

	หน้า
คำนำ	(1)
สารบัญ	(2)
สารบัญภาพ	(6)
สารบัญตาราง	(8)
<b>บทที่ 1 แนวคิดของสุขภาพจิต</b>	<b>1</b>
ความสำคัญของสุขภาพจิต	1
ความหมายของสุขภาพจิต	2
ประวัติการดำเนินงานด้านสุขภาพจิต	4
องค์ประกอบของสุขภาพจิต	13
ลักษณะของสุขภาพจิต	17
บทสรุป	26
คำถามทบทวน	27
<b>บทที่ 2 แนวคิดการเกิดโรค</b>	<b>31</b>
แนวคิดที่ช่วยให้เข้าใจการเกิดโรคทางจิตเวช	31
กลุ่มปัจจัยที่ได้รับการพิสูจน์ว่าจะเป็นสาเหตุของโรคทางจิตเวช	35
การเสริมสร้างสุขภาพจิตและการป้องกันปัญหาทางจิต	44
การดำเนินงานสุขภาพจิต	50
บทสรุป	59
คำถามทบทวน	60
<b>บทที่ 3 ปรัชญาพื้นฐาน ทักษะการสื่อสารและหลักนิติจิตเวชศาสตร์</b>	<b>63</b>
ปรัชญาพื้นฐานในการช่วยเหลือสำหรับวิชาชีพด้านสุขภาพ	63
ทักษะการสื่อสาร	67
นิติจิตเวชศาสตร์	80
บทสรุป	89
คำถามทบทวน	90
<b>บทที่ 4 ความเข้าใจในพื้นฐานจิตใจ</b>	<b>93</b>
ความสำคัญและความเป็นมาของพฤติกรรม	93
ทฤษฎีเกี่ยวกับตน	100
สภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อเผชิญปัญหา	102

	การปรับตัว	110
	บทสรุป	120
	คำถามทบทวน	122
<b>บทที่ 5</b>	<b>พัฒนาการทางจิตและคุณภาพชีวิต</b>	<b>125</b>
	แนวคิด ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตใจ	125
	ทฤษฎีพัฒนาการแรงขับทางเพศ	125
	ขั้นพัฒนาการทางจิตสังคมของอีริกสัน	130
	ทฤษฎีการพลัดพราก	133
	พัฒนาการทางสติปัญญา	134
	จิตวิทยาตัวตน	137
	ทฤษฎีความผูกพันทางอารมณ์ต่อผู้เลี้ยงดู	138
	ลักษณะพื้นอารมณ์	139
	บทบาทร่วมของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม	141
	ปัจจัยส่งเสริมสุขภาพจิตกับคุณภาพชีวิต	142
	การสร้างสัมพันธภาพแห่งตน	142
	ความคิดสร้างสรรค์	145
	ความฉลาดทางอารมณ์	147
	ความฉลาดในการแก้ปัญหา	150
	บทสรุป	157
	คำถามทบทวน	158
<b>บทที่ 6</b>	<b>บุคลิกภาพ</b>	<b>161</b>
	ความหมายของบุคลิกภาพ	161
	ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ	162
	ทฤษฎีบุคลิกภาพและการประยุกต์ใช้	164
	กลุ่มทฤษฎีการเคลื่อนไหวทางจิต	164
	ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์	165
	ทฤษฎีจิตวิทยาวิเคราะห์ของคาร์ล กุสตาฟ จุง	171
	ทฤษฎีจิตวิทยาเอ็กต์ถุบุคคลของอัลเฟรด แอดเลอร์	174
	กลุ่มมนุษยนิยม	177
	ทฤษฎีตัวตนของคาร์ล อาร์ โรเจอร์	177
	ทฤษฎีบุคลิกภาพของอับราฮัม มาสโลว์	179
	ทฤษฎีบุคลิกภาพแบ่งตามประเภท	182

	ทฤษฎีของเชลดอน	182
	ทฤษฎีโครงสร้างร่างกายของเอิร์น เครทส์เมอร์	185
	ทฤษฎีบุคลิกภาพแบ่งตามคุณลักษณะเฉพาะตัว	186
	ทฤษฎีอุปนิสัยของอัลพอร์ต	186
	ทฤษฎีคุณลักษณะของแคทเทิล	188
	ทฤษฎีบุคลิกภาพกลุ่มเรียนรู้ทางสังคม	189
	ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบจงใจกระทำ	190
	ทฤษฎีการเรียนรู้จากตัวแบบ	191
	บทสรุป	191
	คำถามทบทวน	193
<b>บทที่ 7</b>	<b>อาการวิทยาและเกณฑ์จำแนกโรค</b>	<b>195</b>
	อาการวิทยา	195
	การจำแนกโรคและการวินิจฉัยทางจิตเวช	206
	ความผิดปกติของโรคทางจิตเวชตามเกณฑ์ DSM-V	207
	บทสรุป	239
	คำถามทบทวน	240
<b>บทที่ 8</b>	<b>การวินิจฉัย และการบำบัดรักษา</b>	<b>243</b>
	การตรวจวินิจฉัยทางจิตเวช	243
	การตรวจสภาพจิต	247
	การทดสอบทางจิต	252
	การบำบัดรักษา	261
	การฟื้นฟูสภาพผู้ป่วย	268
	บทสรุป	275
	คำถามทบทวน	276
<b>บทที่ 9</b>	<b>ภาวะฉุกเฉินทางจิตเวช</b>	<b>279</b>
	ความหมายและผลกระทบจากภาวะจิตเวชฉุกเฉิน	279
	หลักการประเมินภาวะฉุกเฉินทางจิตเวช	281
	กระบวนการช่วยเหลือในภาวะฉุกเฉิน	282
	ชนิดของภาวะฉุกเฉินทางจิตเวชและการช่วยเหลือ	284
	โรคจิตเฉียบพลัน	284
	ภาวะวิตกกังวลเฉียบพลัน	284
	ภาวะตื่นตระหนก กลัว	286

	ความก้าวร้าว และความรุนแรง	288
	ภาวะฉุกเฉินจากการใช้สารเสพติด	292
	การทำร้ายตนเอง และการฆ่าตัวตาย	297
	การข่มขืนกระทำชำเรา	301
	เด็กถูกทำร้าย	303
	วิกฤติการณ์ในครอบครัว	303
	ภาวะฉุกเฉินจากการรักษา	307
	ฮีสทีเรียกลุ่ม	310
	บทสรุป	311
	คำถามทบทวน	312
บทที่ 10	สุขภาพจิตผู้สูงอายุ	315
	กระบวนการชรา	315
	ปัญหาสุขภาพทั่วไปในผู้สูงอายุ	317
	การป่วยทางจิตที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ	318
	โรคสมองเสื่อม	318
	อาการเพ้อ	323
	โรคซึมเศร้า	324
	โรควิตกกังวล	329
	ปัญหาการนอนในผู้สูงอายุ	335
	การส่งเสริมสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ	341
	บทสรุป	345
	คำถามทบทวน	346
ดัชนี		348

## สารบัญญภาพ

	หน้า	
1.1	เส้นความต่อเนื่องของสุขภาพและการเจ็บป่วย มีระยะจากความอยู่ดีมีสุข ระดับสูงไปสู่การเจ็บป่วยรุนแรง	17
2.1	Stress Diathesis Model	33
2.2	ปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อการเกิดและการดำเนินของโรค	34
2.3	กระบวนการถ่ายทอดสัญญาณผ่านสัมผัส (Synapse transmission) ของ สารสื่อประสาท	37
2.4	ระยะการเปลี่ยนแปลงของร่างกายกับประเภทของบริการสาธารณสุข	55
3.1	ขั้นตอนการนำส่ง และขั้นตอนการบำบัดรักษาผู้ที่มีความผิดปกติทางจิต กรณีนี้ติจิตเวช	87
4.1	สมการอธิบายความหมายของพฤติกรรม	94
4.2	การปรับเข้าสู่ภาวะสมดุลของจิต	96
4.3	กลไกการเจ็บป่วยทางจิต	96
4.4	ลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์	97
4.5	ความคับข้องใจ	103
4.6	ความขัดแย้งใจ	105
4.7	การแสดงออกในภาวะความไม่เป็นมิตร	109
4.8	ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	118
5.1	Visual Information in the Split Brain	148
5.2	โมเดลนักโต้เขา 3 ประเภท	152
6.1	ซิกมันด์ ฟรอยด์	165
6.2	พลังงานทางจิตและจิตสามระดับตามทฤษฎีจิตวิเคราะห้ของฟรอยด์	165
6.3	ภาพสมมติแสดงความขัดแย้งกันระหว่างพลังทางจิตทั้งสามส่วน	167
6.4	คาร์ล กุสตาฟ จุง (Carl Gustav Jung)	171
6.5	อัลเฟรด แอดเลอร์ (Alfred Adler)	174
6.6	คาร์ล อาร์ โรเจอร์	177
6.7	ความสอดคล้องระหว่างตัวตนทั้งสามลักษณะที่มีผลต่อบุคลิกภาพ	178
6.8	อับราฮัม มาสโลว์ (Abraham Maslow)	179
6.9	ปริมาณความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์	179
6.10	วิลเลียม เชลดอน	182

(7)

6.11	ลักษณะบุคลิกภาพจากโครงสร้างของร่างกายตามทฤษฎีของเซลดอน	183
6.12	เอิร์น เครทส์เมอร์	185
6.13	อัลพอร์ท เจ้าของทฤษฎีอุปนิสัย	186
6.14	บุคลิกภาพที่เป็นไปตามอุปนิสัยของแต่ละบุคคลตามทฤษฎีของอัลพอร์ท	188
6.15	เรย์มอนด์ แคทเทล (Raymond Cattell)	188
6.16	เบอร์ฮิส สกินเนอร์	190
6.17	อัลเบิร์ต แบนดูรา	191
8.1	แบบทดสอบ TAT	254
8.2	Rorschach Test	255
8.3	Bender Gestalt Test	257
9.1	กลไกพฤติกรรมของผู้ประกอบอัตวิบาตกรรม	299



(8)

## สารบัญตาราง

	หน้า
2.1 จำนวนและอัตราจิตแพทย์ต่อประชากรแสนคน จำแนก ตามภาค พ.ศ. 2548-2551	54