

ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร

วันที่รับบทความ	16/05/2567
วันที่แก้ไขบทความ	17/07/2567
วันที่ตอบรับบทความ	19/07/2567

ไพจิตร วุฒิจริณวงศ์^{1,*} พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินันโท²
ประสิทธิ์ แก้วศรี²

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่องนี้ มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้แก่ 1) เพื่อศึกษาระดับความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร 2) เพื่อเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่าง 400 คน ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม มีค่าความเชื่อมั่น 0.865 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติเชิงอนุมาน ผลการศึกษาพบว่า 1) ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวม มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ในระดับปานกลาง ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.44 เมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า ด้านการต่อสู้เอาชนะอุปสรรค (วิริยะ) มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด 3.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.52 แปลผลอยู่ในระดับมาก รองลงมาคือ ด้านการมีความหวังกำลังใจ (ศรัทธา) มีคะแนนเฉลี่ยที่ 3.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.49 แปลผลอยู่ในระดับมาก และน้อยที่สุดคือ ด้านความอดทนต่อแรงกดดัน (ขันติ) ค่าเฉลี่ยที่ 2.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.63 แปลผลอยู่ในระดับปานกลาง 2) ผลการเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ด้านเพศ อายุ สถานภาพ สมรส รายได้ ต่อเดือน การศึกษาประสบการณ์เกี่ยวกับโรคโควิด 19 การรับรู้ศักยภาพตนเอง (ความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิต) ที่แตกต่างกัน มีผลต่อความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธไม่แตกต่างกัน และปัจจัยส่วนบุคคลด้านประสบการณ์การปฏิบัติธรรม (สวดมนต์ ทำสมาธิ) และการสนับสนุนทางสังคม (ครอบครัว) ที่แตกต่างกัน มีผลต่อความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ : ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร

^{1,*} สาขาวิชาจิตวิทยาชีวิตและความตาย คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

อีเมล : paichitwot@gmail.com

² คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Buddhist Resilience of the People in Lat Phrao District of Bangkok After the Pandemic of COVID-19

Received	16/05/2024
Revised	17/07/2024
Accepted	19/07/2024

Paichit Wotticharoenvong^{1,*}
Phrakhrusangkharakekapatra Apihichando²
Prasit Kaewsri²

Abstract

The objectives of the research were: 1) to study the level of Buddhist resilience after the COVID-19 outbreak of the people in Lat Phrao district, Bangkok, and 2) to compare the Buddhist resilience after the COVID-19 outbreak of the people in Lat Phrao district, Bangkok. The sample group consisted of 400 people using a simple random sampling method. The data were collected using a questionnaire with a confidence value of .865. The data were analyzed using descriptive statistics, including frequencies, percentages, means, standard deviations, and inferential statistics. The results of the study found that: 1) Buddhist resilience after the COVID-19 outbreak of the people in Lat Phrao district, Bangkok as a whole was at a moderate level, and Buddhist resilience after the spread of COVID-19 of the people in Lat Phrao district, Bangkok of the sample group that responded to the questionnaire, overall, was at a moderate level (Mean = 3.38, S.D. = 0.44). When classified into each aspect, it was found that the aspect of fighting to overcome obstacles (viriya) had the highest average score (Mean=3.66, S.D.=0.52), meaning that the results were at a high level, followed by the aspect of having hope and encouragement (faith) (Mean = 3.59, S.D. = 0.49), which meant that the results were at a high level, and the least was regarding tolerance to pressure (endurance) (Mean = 2.90, S.D. = 0.62), which the results were interpreted as being at a moderate level. 2) the results of the comparison of Buddhist resilience after the COVID-19 outbreak of the people in Lat Phrao district, Bangkok with different gender, age, marital status, monthly income,

^{1,*} Psychology of Life and Death Program, Faculty of Humanities, Mahachulalongkornrajavidyalaya University
e-mail: paichitwot@gmail.com

² Faculty of Humanities, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

education, experience with COVID-19, and perception of self-potential (confidence in living life) were not different. As for personal factors, different experience in religious practice (prayer and meditation) and social support (family) had a significant difference in Buddhist resilience at the 0.05 level.

Keywords: Buddhist resilience; After the pandemic of COVID-19; People in Lat Phrao district, Bangkok

บทนำ

เมื่อ พ.ศ. 2562 ประมาณเดือนพฤศจิกายนเกิดโรคอุบัติใหม่หรือเรียกว่าโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) หรือโรคโควิด 19 การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะใช้คำว่าโรคโควิด 19 จุดเริ่มต้นการแพร่ระบาดเชื้อไวรัสช่วงแรกในเมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ สาธารณรัฐประชาชนจีน โดยไวรัสดังกล่าวการแพร่ระบาดจากคนสู่คนได้อย่างรวดเร็ว ส่งผลให้จำนวนผู้ติดเชื้อไวรัสและจำนวนผู้เสียชีวิตเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ดังนั้น องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2020) จึงประกาศให้การแพร่ระบาดนี้เป็นภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขระหว่างประเทศเมื่อวันที่ 30 มกราคม 2563 และเมื่อวันที่ 11 มีนาคม 2563 องค์การอนามัยโลกได้ประกาศพบการแพร่ระบาดในประเทศต่าง ๆ และพบจำนวนผู้ป่วยโรคโควิด 19 เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

สถานการณ์โรคโควิด 19 ในประเทศไทยพบผู้ป่วยโรคโควิด 19 ครั้งแรกในช่วงเดือนมกราคม 2563 ในระยะต่อมาจำนวนผู้ป่วยได้เพิ่มขึ้นต่อเนื่องโดยในช่วงแรกมีจำนวนผู้ป่วยโรคดังกล่าวจำนวนไม่มากสามารถควบคุมสถานการณ์ได้ อย่างไรก็ตาม เมื่อช่วงต้น พ.ศ. 2564 พบจำนวนผู้ติดเชื้อและจำนวนผู้เสียชีวิตจากโรคดังกล่าวมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ดังนั้น หน่วยงานภาครัฐจึงกำหนดมาตรการสาธารณสุขต่าง ๆ เพื่อป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 เช่น การเว้นระยะห่างทางสังคม (social distancing) การสวมหน้ากากอนามัยในที่สาธารณะ การล้างมือบ่อย ๆ ด้วยน้ำและสบู่ เป็นต้น แต่จำนวนผู้ติดเชื้อยังคงเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง จึงได้มีการนำมาตรการปิดเมือง (lockdown) มาใช้เพิ่มเติมควบคู่ไปกับมาตรการสาธารณสุขที่ใช้อยู่ เพื่อให้การควบคุมการแพร่ระบาดทำได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น โดยมาตรการปิดเมือง เป็นมาตรการที่ห้ามไม่ให้บุคคลในพื้นที่เดินทางออกนอกพื้นที่และห้ามไม่ให้บุคคลนอกพื้นที่เดินทางเข้ามาในพื้นที่ รวมถึงการสั่งหยุดกิจกรรมที่เสี่ยงต่อการระบาดของโรคโควิด 19 เพื่อลดการแพร่กระจายของโรค (กระทรวงสาธารณสุข, 2565)

ผลกระทบด้านจิตใจหรือความเครียด พบว่า ประชาชนเกิดความวิตกกังวลจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 รวมทั้งจากมาตรการต่าง ๆ โดยพบว่าประชาชนมีความวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้นร้อยละ 25 ของประชาชนทั่วโลก สอดคล้องกับงานวิจัยซึ่งศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบของโรคโควิด 19 ต่อจิตใจ พบว่า ส่วนใหญ่ประชาชนมีวิตกกังวล ความเครียด และภาวะซึมเศร้าจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 เช่น การศึกษาของ Yildirim ศึกษาผลกระทบของโรคโควิด 19 ประเด็นความวิตกกังวล การศึกษาของไมตรี ธนาวัฒน์ และคณะ (2565 น.23) ศึกษาผลกระทบจากวิกฤติโรคโควิด-19 ต่อความเครียดและการจัดการความเครียดของประชาชนกลุ่มวัยทำงาน อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี การศึกษาของอัมพร เบญจพลพิทักษ์ และคณะ (2565) ศึกษาผลกระทบด้านสุขภาพจิตของประชาชนต่อสถานการณ์ การแพร่ระบาดเชื้อโคโรนาไวรัส (โควิด-19) เขตสุขภาพที่ 5 การศึกษาของวราตม โชติพิทยสุนนท์ และพจ ธรรมพิร (2564) ศึกษาผลกระทบจากภาวะเหนื่อยล้าจากโรคระบาด

ที่มีต่อปัญหาด้านสุขภาพจิตภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 ในนักศึกษามหาวิทยาลัย ผลการการศึกษาทั้งหมดสอดคล้องกัน กล่าวคือ ประชาชนมีความวิตกกังวลจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ซึ่งในบางคนมีภาวะเครียดและภาวะซึมเศร้าตามมา ถ้าหากมีความเข้มแข็งทางใจก็จะสามารถจัดการกับความเครียดและปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ชีวิตได้ดี เพราะความเข้มแข็งทางใจ รัทเตอร์ (Rutter) กล่าวว่า เป็นความสามารถจัดการกับความเครียดที่ส่งผลให้มีความเชื่อมั่น และความเข้มแข็งทางด้านจิตใจสามารถป้องกันไม่ให้เกิดความเจ็บป่วยทางจิตได้ (พัชรินทร์ นินทจันทร์, 2558, น.5) กรมสุขภาพจิต (2552) กล่าวว่า ความเข้มแข็งทางใจ คือความสามารถทางอารมณ์ และจิตใจในการปรับตัว กลับสู่ภาวะปกติภายหลังที่พบกับเหตุการณ์วิกฤติหรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความยากลำบากในชีวิต อันเป็นคุณสมบัติหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลผ่านพ้นปัญหาอุปสรรคและดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

นอกจากความเข้มแข็งทางใจ ยังพบว่า พุทธธรรมสามารถที่จะนำมาส่งเสริมสุขภาพจิตได้เป็นอย่างดี โดยมีงานวิจัยพบว่า ความเครียดความวิตกกังวลสามารถบำบัดและรักษาได้ด้วยหลักการทางพระพุทธศาสนาหรือธรรมะ จากการศึกษาของ ศรีสกุล เถียบแหลม, เพ็ญญา แดงด้อมยุทธ์, และ ชุตินา มาลัย. (2562, น.10-11) ศึกษาการเยียวยาผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าด้วยธรรมะ: ธรรมชาติดำเนิน วิถีพุทธ ซึ่งผลการศึกษาทั้งหมดสอดคล้องกัน กล่าวคือ ธรรมะมีส่วนช่วยบำบัดและรักษาความเครียดและภาวะซึมเศร้าได้

จากการทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมา จึงเป็นประเด็นที่น่าสนใจ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเรื่องความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร เนื่องจากเขตลาดพร้าวมีประชาชนที่เป็นโรคโควิด 19 สูงสุดใน 50 เขตของ กรุงเทพมหานคร ซึ่งผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษาครั้งนี้ คือ แนวทางในปฏิบัติตนให้เกิดความเข้มแข็งทางใจของประชาชนทั่วไปในช่วงหลังการแพร่ระบาดโควิด 19 หรือชีวิตวิถีถัดไป (next normal) ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร.
2. เพื่อเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานครตามปัจจัยส่วนบุคคล

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีวิจัยแบบเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยกำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่จะทำการศึกษาในครั้งนี้เป็นได้แก่ ประชาชนอายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไปที่อยู่อาศัยและทำงานในเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยใช้ตารางคำนวณของทาโร ยามาเน เพื่อคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างจากประชากรทั้งหมด ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยใช้วิธีสุ่มแบบบังเอิญ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามซึ่งมีการตรวจสอบคุณภาพ แบบสอบถามในการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา นั้น โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 รูป/คนโดยมีการเลือกข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป และโดยมีค่าเฉลี่ยคะแนน IOC รวมที่ 1.0 จากนั้นนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (try out) กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้วิธีหาสัมประสิทธิ์คอรอลบาชแอลฟา (Crobach' Alpha Coefficient) โดยกำหนดระดับความน่าเชื่อถือไม่น้อยกว่า 0.7 หากไม่ได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด ผู้วิจัยจะตัดข้อคำถามบางข้อหรือปรับข้อความให้มีความชัดเจนขึ้นให้เหมาะสมต่อไป จึงได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ 0.865

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล เชิงปริมาณประกอบด้วยแบบสอบถามโดยเครื่องมือวิจัยที่ผู้วิจัยพัฒนาพร้อมที่จะลงพื้นที่ในการเก็บข้อมูล

การวางแผนก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นขั้นตอนการวางแผนเพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับการลงพื้นที่เก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลวิจัยภาคสนามเพื่อเก็บข้อมูลกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักด้วยตนเอง จำนวนข้อมูล 200 ชุด มีการตอบกลับ 150 ชุด และการเก็บข้อมูล On line จำนวน 300 ชุด มีการตอบกลับ 270 ชุดรวมตอบกลับ 420 ชุด คัดเลือกแบบสอบถามที่สมบูรณ์เพื่อนำไปวิเคราะห์ 400 ชุด

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานโดยหาค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ในการอธิบายข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม การเปรียบเทียบข้อมูลการศึกษา ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร โดยใช้สถิติคือการทดสอบค่า T-test และ F-test และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One -Way Anova) โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง “ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ในช่วงหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร” ผู้วิจัยได้สรุปการวิจัยตามลำดับของข้อมูล ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด19ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามโดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 3.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.44 เมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า ด้านการต่อสู้เอาชนะอุปสรรค (วิริยะ) มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด 3.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.52 แปลผลอยู่ในระดับมาก รองลงมา คือ ด้านการมีความหวังกำลังใจ (ศรัทธา) มีคะแนนเฉลี่ยที่ 3.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.49 แปลผล อยู่ในระดับมาก และน้อยที่สุดคือ ด้านความอดทนต่อแรงกดดัน (ขันติ) ค่าเฉลี่ยที่ 2.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.62 แปลผลอยู่ในระดับปานกลาง

2. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

1. ผลการเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธในช่วงหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ด้านเพศ อายุ สถานภาพสมรส รายได้ต่อเดือน การศึกษา ประสบการณ์เกี่ยวกับโรคโควิด 19 การรับรู้ศักยภาพตนเอง (ความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิต) ที่แตกต่างกัน มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธไม่แตกต่างกัน

2. ผลการเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธในช่วงหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร พบว่าผลเปรียบเทียบด้าน ประสบการณ์ การปฏิบัติธรรม (สวดมนต์ ทำสมาธิ) และการสนับสนุนทางสังคม (ครอบครัว) ที่แตกต่างกัน มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อภิปรายผลการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง “ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ในช่วงหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร” นี้ ผู้วิจัยสามารถอภิปรายผลการวิจัย โดยมีประเด็นสำคัญ ดังนี้

1. ผลความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร

ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ในช่วงหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวม มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธในระดับที่ปานกลาง สะท้อนให้เห็นถึงผลกระทบที่เกิดจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 สอดคล้องกับการศึกษาของสุทธิพงษ์ ภารพันธ์ (2023, น.380) ได้ศึกษาเรื่องผลกระทบของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโควิด-19 สู่การปรับตัวชุมชนวิถีใหม่ในพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลบ้านมะป้อ อำเภอยักษ์ภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม ผลการวิจัยพบว่าผลกระทบของสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ต่อประชาชนได้แก่ผลกระทบด้านเศรษฐกิจทำให้ประชาชนมีรายได้ลดน้อยลง ส่วนผลกระทบด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตพบว่ามีความวิตกกังวล ประชาชนส่วนใหญ่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของทางราชการและระมัดระวังในการอยู่ร่วมกันมากขึ้นและเรียนรู้ที่จะอยู่ให้ได้หลังจากวิกฤติผ่านพ้น สอดคล้องกับประภาศรี ปัญญาวิรัชชัย และภวมัย กาญจนจิรากร (2565, น.318-332) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาความเข้มแข็งทางใจของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ผลการวิจัยพบว่า ประชากรวัยทำงานกลุ่มบุคคลทั่วไปไม่มีความเข้มแข็งทางใจอยู่ในเกณฑ์ปกติ เป็นเพราะว่า การศึกษานี้ได้ดำเนินการหลังจากการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 หลายเดือนทำให้บุคคลอยู่ในช่วงของการปรับตัวและฟื้นตัวภายหลังที่พบกับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความยากลำบาก เพราะจิตใจมีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ซึ่งนิธิพัฒน์ เมฆขจร (2564, น.7-9) มองว่า ความเข้มแข็งทางใจหรือความยืดหยุ่นทางใจ จะช่วยให้บุคคลสามารถรับมือกับภาวะวิกฤตต่าง ๆ ของชีวิตโดยสามารถกลับมาดำเนินชีวิตอย่างปกติสุขได้อย่างรวดเร็วภายหลังเผชิญกับภาวะวิกฤตในชีวิต แม้ในช่วงแรกอาจจะได้รับผลกระทบอยู่บ้างโดยเฉพาะทางด้านจิตใจ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ วิเชียร มั่นแหล่ (2564, น.335) ได้ศึกษาเรื่องผลกระทบและการปรับตัวของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในจังหวัดนครศรีธรรมราช การศึกษาพบว่า ผลกระทบทางด้านสุขภาพเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ก่อให้เกิดผลกระทบทำให้สมาชิกในครัวเรือน มีความเครียด/วิตกกังวล ส่วนใหญ่ได้รับผลกระทบมากขึ้น สุริยะ หาญพิชัย และทัชวงศ์ จุลสวัสดิ์ (2564, น.126-129) ได้ศึกษาเรื่อง ผลกระทบของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 สู่การปรับตัวสู่ชุมชนวิถีใหม่ในพื้นที่จังหวัดลพบุรี พบว่า มีผลกระทบด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตมีผลกระทบต่อความรู้สึกและสุขภาพจิตเนื่องจากความวิตกกังวล ซึ่งจากผลการศึกษาจะเห็นได้ว่า ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ด้านการมีความหวังและกำลังใจ (ศรัทธา) มีคะแนนมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 3.99 สะท้อนให้เห็นคุณลักษณะของการฟื้นตัวเร็วเพราะมีความหวังมีกำลังใจ ศรัทธาเป็นพลังอันดับแรกที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ จะมีความเชื่อมั่นในตนเอง เชื่อมั่นในศักยภาพและความสามารถของตน เชื่อมั่นในสิ่งที่ทำ ทำให้เกิดพลังใจในการก้าวเดินไปข้างหน้า การมีศรัทธาที่แรงกล้า สอดคล้องกับแนวคิดของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2531) ที่อธิบายพลังศรัทธาไว้ว่า ศรัทธา คือความเชื่อ ความมั่นใจ ในคุณค่า ในประโยชน์ของสิ่งที่ตนกระทำอยู่ เมื่อทำงานอะไรก็ตาม ถ้าเรามีศรัทธา เราเข้าใจ

ความหมายของงานที่ทำ เรามีความเชื่อมั่นในคุณค่า ในประโยชน์ของงานนั้น เราก็มีกำลังใจที่จะทำงาน ก็ก้าวหน้าไปเป็นอย่างดี ด้านการต่อสู้เอาชนะอุปสรรค (วิริยะ) ด้านความอดทนต่อแรงกดดัน (ขันติ) ซึ่งมีการแปลผลว่า อยู่ในระดับมาก สะท้อนให้เห็นลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่มีความเข้มแข็งทางใจ เชิงพุทธได้เป็นอย่างดี สอดคล้องกับการศึกษาของ พรทิพย์ เกศตระกูล และคณะ (2566, น.30-41) ศึกษาเรื่อง พุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. คุณลักษณะของวัยรุ่นที่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิต พบว่า มีคุณลักษณะ 4 ประการคือ 1) มีความเห็นที่ถูกต้อง คือ สัมมาทิฐิ 2) ใช้ชีวิตอย่างถูกต้องดีงาม 3) มีความสุขในแบบของตน 4) ทำประโยชน์เพื่อตนและผู้อื่น แนวทางการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น ตามแนวพุทธจิตวิทยา ได้แก่ 1) การได้ทำในสิ่งที่ชอบ 2) การฝึกสมาธิ และ 3) การครองสติให้มั่น

2. ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

1) ผลการเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธในช่วงหลังการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ด้านเพศ อายุ สถานภาพสมรส รายได้ต่อเดือน การศึกษา ประสบการณ์เกี่ยวกับโรคโควิด 19 การรับรู้ศักยภาพตนเอง (ความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิต) ที่แตกต่างกัน มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่าไม่ว่าเพศหญิงหรือชาย ก็มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ เพราะเป็นสภาวะทางจิตใจไม่ได้แยกเพศ จากผลการศึกษาดังกล่าว สอดคล้องกับ ภราดา โชติกุล และบัวทอง สว่างโสภากุล (2564, น.236) ที่ศึกษาพบว่า เพศ ต่างกันมีความเข้มแข็งทางใจไม่แตกต่างกัน แต่ไม่สอดคล้องกับ เบญจมาศ นาควิจิตร (2551, น.140) ได้ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองและความสุขของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มีอายุเพศ สถานภาพสมรสและลักษณะครอบครัวที่ต่างกันมีพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองไม่แตกต่างกันแต่ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาและรายได้ต่างกันมีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกัน ซึ่งจะเห็นได้ว่า แม้จะมีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธไม่แตกต่างกัน แต่ว่าอาจจะมีพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเองแตกต่างกัน เพราะเพศชายนั้นอาจจะใส่ใจในการป้องกันด้านสุขภาพน้อยกว่า เพศหญิง และสอดคล้องกับการศึกษาของ ภราดา โชติกุล และบัวทอง สว่างโสภากุล (2564, น.236) ที่ศึกษาพบว่า อายุสถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน แตกต่างกัน มีความเข้มแข็งทางใจ การเตรียมพร้อมเพื่อเกษียณอายุไม่แตกต่างกัน และยังพบอีกว่าความเข้มแข็งทางใจ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเตรียมพร้อมเพื่อเกษียณอายุของพนักงาน สะท้อนให้เห็นว่าความเข้มแข็งทางใจนั้น เป็นปัจจัยเชิงบวกต่อพฤติกรรมหรือสุขภาพจิตที่ดี

2) ผลการเปรียบเทียบความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธในช่วงหลังการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อความเข้มแข็งทางใจ

เชิงพุทธในช่วงหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร พบว่า ผลเปรียบเทียบด้านประสบการณ์การปฏิบัติธรรม (สวตมมัต ทำสมาธิ) และการสนับสนุนทางสังคม (ครอบครัว) ที่แตกต่างกัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผลการศึกษา ดังกล่าว สอดคล้องกับการศึกษาของภาสินี ไทอินทร์ และคณะ (2565, น.110) ที่ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ ระหว่างความเข้มแข็งทางจิตใจกับพฤติกรรมการป้องกันการติดเชื้อไวรัส โควิด 19 ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น พบว่า หากนักศึกษามีความเข้มแข็งทางจิตใจที่ดี มีการรับรู้ความสามารถทางอารมณ์และจิตใจของตนเอง มีสุขภาพจิตที่ดี จะมีความสามารถจัดการ กับปัญหาสถานการณ์และมีพฤติกรรมการป้องกันตนเองในสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส โควิด 19 ได้อย่างเหมาะสม เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับการศึกษาของพรทิพย์ เกศตระกูล และคณะ (2566, น.30-41) ศึกษาเรื่อง พุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น ผลการศึกษาพบว่า แนวทางการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นตาม แนวพุทธจิตวิทยา ได้แก่ 1) การได้ทำในสิ่งที่ชอบ 2) การฝึกสมาธิ และ 3) การครองสติให้มั่น พุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจมีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่จะนำไปสู่การเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของ วัยรุ่นตามแนวพุทธจิตวิทยา ประกอบด้วย 1) คุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจ 2) ปัจจัยเกื้อกูลด้วยปัญญา และ 3) ปัจจัยเสริมภายนอก ผลการตรวจสอบโมเดลพบว่า มีความถูกต้องในเชิงทฤษฎี มีความเป็นไปได้ และมีความเหมาะสมในเชิงปฏิบัติ สะท้อนให้เห็นว่าปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยานั้นมีผลต่อความเข้มแข็ง ทางใจหรือความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ซึ่งจะส่งเสริมให้บุคคลมีความสามารถในการพัฒนาตนเอง และนำตนเองผ่านพ้นวิกฤติต่าง ๆ ของชีวิตได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคหลังโรคโควิด 19 ระบาด สอดคล้อง กับการศึกษาของณิชาพัฒน์ คำดี (2565, น.79-84) ได้ศึกษาหลักภavana 4 กับการส่งเสริมการปฏิบัติงาน ของบุคลากรยุคชีวิตวิถีใหม่ พบว่า หลักภavana 4 เป็นคุณสมบัติที่มีคุณค่าและมีความสำคัญกับ การพัฒนาตน เพื่อแก้ปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับทางด้านร่างกาย และจิตใจให้สามารถปรับตัวอยู่ในสังคม วิถีชีวิตใหม่ได้อย่างเป็นสุข

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง “ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธหลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชน เขตตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร” จากข้อค้นพบจากการวิจัยผู้วิจัย จึงเสนอแนะแนวทางเพื่อเป็นแนวทาง ในการเลือกนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปปฏิบัติ

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยขอเสนอประเด็นที่ สามารถนำไปใช้ดังต่อไปนี้

1. จากผลการศึกษา ที่พบว่า ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวม มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ในระดับ

ที่มาก หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรนำไปสื่อสารเพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการให้กำลังใจกับคนที่คิดว่าโรคโควิด 19 จะทำให้เกิดสิ่งร้าย ๆ ตามมา แต่ก็ยังมีอีกหลายคนที่มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธที่ดีที่พร้อมจะยืนหยัดต่อสู้สร้างสรรค์ชีวิตให้ดีขึ้นต่อไป

2. จากผลการศึกษาที่ปรากฏ ควรนำผลการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธสำหรับกลุ่มต่าง ๆ ในสังคมโดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่กรุงเทพมหานครที่มีประชาชนหลากหลาย อาจจะมีบางกลุ่มที่เข้าไม่ถึงบริการด้านสุขภาพจิต

2. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยขอเสนอประเด็นที่ควรกำหนดเป็นนโยบายเพื่อให้ผู้เกี่ยวข้องได้นำไปใช้ดังต่อไปนี้

1. จากผลการศึกษาที่พบว่า ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวม มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธในระดับที่มาก จึงเสนอให้ชมรม องค์กร หรือหน่วยงานราชการในแต่ละท้องถิ่นได้สร้างกระบวนการส่งเสริมการพัฒนา ด้านความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธต่อไป

2. จากผลการศึกษาที่พบว่า ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวม มีความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ในระดับที่มาก แต่ก็มีบางส่วนที่มีคะแนนน้อย และอาจจะมีความเสี่ยงต่อภาวะถดถอยทางสุขภาพจิตจึงควรมีการส่งเสริมสุขภาพจิตให้ทั่วถึง เพื่อพัฒนาความเข้มแข็งทางใจของประชาชนต่อไป

3. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

หากมีการวิจัยเกี่ยวกับ “ความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ หลังการแพร่ระบาดโรคโควิด 19 ของประชาชนเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร” ในครั้งต่อไป ผู้วิจัยขอเสนอแนะการดำเนินการวิจัยในลักษณะต่อไปนี้

1. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อเจาะลึกรายละเอียดของความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธของบุคคลที่มีประสบการณ์เผชิญวิกฤติในชีวิตหลังโรคโควิด19

2. ควรมีการศึกษาเชิงทดลอง โดยการสร้างโปรแกรมอบรมเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งทางจิตใจเชิงพุทธสำหรับประชาชน หรือผู้ที่มีภาวะเปราะบางทางจิตใจ ให้มีความเข้มแข็งทางใจดีขึ้นต่อไป

3. ควรทำการศึกษาความเข้มแข็งทางใจเชิงพุทธ ในเขตอื่น ๆ ของกรุงเทพมหานคร หรือจังหวัดอื่น ๆ ต่อไป

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต. (2552). เปลี่ยนร้ายกลายเป็นดี พลังสุขภาพจิต (RQ: Resilience quotient). นนทบุรี : ดินาคู.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2565). สถานการณ์ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ในประเทศไทย. ค้นเมื่อ 20 ตุลาคม 2565, จาก <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/intro.php>.
- ฉันทาพัฒน์ คำดี. (2565). หลักทฤษฎี 4 กับ การส่งเสริมการปฏิบัติงานของบุคลากรยุคชีวิตวิถีใหม่. วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทัศน์. 5(2), น.79-84.
- นิธิพัฒน์ เมฆขจร. (2564). ความยืดหยุ่น ทางใจ (Resilience) : วิถีใหม่ของการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเผชิญวิกฤตชีวิตในยุคปัจจุบัน. วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต. 11(2), น.1-9
- เบญจมาศ นาควิจิตร. (2551). ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพตนเอง และความสุขของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุของโรงพยาบาลสังกัดสำนักงานการแพทย์ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประภาศรี ปัญญาธิชัย และภวณีย์ กาญจนจิราภ. (2565). การศึกษาความเข้มแข็งทางใจของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019. วารสารวิจัย และพัฒนาระบบสุขภาพ. 15(1), น.318-332.
- พรทิพย์ เกศตระกูล และคณะ. (2566) พุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ใน ชีวิตของวัยรุ่น. วารสารพุทธจิตวิทยา. 8 (1) น.30 – 41.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2531). ชีวิตกับการทำงาน. ค้นเมื่อ 21 มีนาคม 2567, จาก https://www.watnyanaves.net/uploads/File/books/pdf/work_and_life.pdf
- พัชรินทร์ นินทจันทร์. (2558). ความแข็งแกร่งในชีวิต แนวคิด การประเมิน และการประยุกต์ใช้. กรุงเทพมหานคร : บริษัท จดทอง จำกัด.
- ภราดา โชติกุล และบัวทอง สว่างโสภาค. (2564). ความเข้มแข็งทางใจ การรับรู้ความสามารถของตนเองและการเตรียมพร้อมเพื่อเกษียณอายุของพนักงานสายการพาณิชย์ บริษัท การบินไทย จำกัด (มหาชน). วารสารสมาคมนักวิจัย. 26(1), น.236.
- ภาสินี ไทอินทร์, พัฒนี ศรีโอษฐ์, สิริอร ช้อยุ่น, และรัชณี พจนนา. (2565). ความสัมพันธ์ระหว่างความเข้มแข็งทางจิตใจกับพฤติกรรม การป้องกันการติดเชื้อไวรัส COVID-19 ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น. วารสารโรงพยาบาลสกลนคร. 25(3), น. 110.

- ไมตรี ธนาวัฒน์, อธิพิณ ดวงจินดา, และวาสนา ธนาวัฒน์. (2565). ผลกระทบจากวิกฤติโรคโควิด-19 ต่อความเครียดและการจัดการความเครียดของประชาชนกลุ่มวัยทำงาน อำเภอศรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี. *วารสารสาธารณสุขชุมชน*. 4(1), น. 23.
- วราตม โชติพิทยสุนนท์ และพจ ธรรมพิร. (2564). รายงานการวิจัยเรื่องการศึกษาผลกระทบจากภาวะเหนื่อยล้าจากโรคระบาดที่มีต่อปัญหาด้านสุขภาพจิตภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 ในนักศึกษามหาวิทยาลัย. *คลังความรู้สุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต*. ค้นเมื่อ 14 กรกฎาคม 2567, จาก <https://dmh-elibrary.org/items/show/527>.
- วิเชียร มั่นแหล่. (2564). ผลกระทบและการปรับตัวของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 จังหวัดนครศรีธรรมราช. *วารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์*. 8(11), น. 335.
- ศรีสกุล ฉียบแหลม, เพ็ญญา แดงด้อมยุทธ์, และชุตินา มาลัย. (2562). การเยียวยาผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าด้วยธรรมะ : ธรรมชาติตามแนววิถีพุทธ *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*. 33(3), น. 10-11
- สุทธิพงษ์ ภารพันธ์. (2023). ผลกระทบของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโควิด-19 สู่การปรับตัวชุมชนวิถีใหม่ในพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านมะโป อำเภอยักษ์ภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม *วารสารสุขภาพและสิ่งแวดล้อมศึกษา*. 8(3), น. 380
- สุริยะ หาญพิชัย และทวิชจกุลสวัสดิ์. (2564). ผลกระทบของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 สู่การปรับตัวสู่ชุมชนวิถีใหม่ในพื้นที่จังหวัดลพบุรี. *Journal of Roi Kaensarn Academi*. 6(9), น.126 – 129.
- อัมพร เบญจพลพิทักษ์ และคณะ. (2565). รายงานการวิจัยเรื่องผลกระทบด้านสุขภาพจิตของประชาชนต่อสถานการณ์การแพร่ระบาดเชื้อโคโรนาไวรัส (โควิด-19) เขตสุขภาพที่ 5. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. ค้นเมื่อ 21 มีนาคม 2567, จาก <https://kb.hsri.or.th/dspace/handle/11228/5481?locale-attribute=th>
- World Health Organization. (2020). **Coronavirus disease (COVID-19) questions and answers (general)**. Retrieved October 20, 2022, from. <https://www.who.int/thailand/emergencies/novel-coronavirus-2019>
- World Health Organization. (2022). **COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide**. Retrieved August 12, 2023, from <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Yıldırım M, Akgül Ö, & Geçer, E. (2021). **The Effect of COVID-19 Anxiety on General Health: the Role of COVID-19**. Retrieved August 12, 2023, from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33456406>.