

**ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์** การเรียนรู้ของชุมชนที่ส่งผลต่อการดูแลสุขภาพของตนเองของประชาชน  
บ้านห้วยไคร้ อำเภอเวียงแหง จังหวัดเชียงใหม่

**ผู้เขียน** นายสมัย อัจหาญ

**ปริญญา** ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การส่งเสริมสุขภาพ)

**อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์**  
รองศาสตราจารย์ธนกร ช้างน้อย

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เพื่อศึกษาวิธีการเรียนรู้ของชุมชนที่มีผลต่อการดูแลสุขภาพของตนเองของประชาชนในชุมชนหมู่บ้านห้วยไคร้ อำเภอเวียงแหง จังหวัดเชียงใหม่ ทำการศึกษาบริบทชุมชน การเรียนรู้ของชุมชน วิเคราะห์ปัญหาการดูแลสุขภาพของประชาชน และจัดโปรแกรมแทรกแซงทางสุขภาพเพื่อให้ความรู้ทางด้าน การออกกำลังกาย ด้านโภชนาการ และด้านสุขภาพจิตให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรมโดยความสมัครใจ จำนวน 25 คน การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้แบบบันทึกข้อมูลที่ได้จากการสังเกต การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ ข้อมูลที่ได้มาจะได้รับการตรวจสอบความสมบูรณ์ แยกแยะเป็นหมวดหมู่ วิเคราะห์และนำเสนอโดยการบรรยาย สำหรับข้อมูลเชิงปริมาณนำมาวิเคราะห์โดยโปรแกรมสำเร็จรูป เพื่อหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบความแตกต่างโดยใช้สถิติค่าที (t-test)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

วิธีการเรียนรู้ของชุมชนที่พบว่ามีผลต่อการดูแลสุขภาพของตนเองนั้น ประกอบด้วย การเรียนรู้ที่มีการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ จากการศึกษาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน การเรียนรู้ผ่านประเพณี พิธีกรรมและความเชื่อ ภูมิปัญญาท้องถิ่นในรูปแบบของการเรียนรู้ในครอบครัว เป็นการสั่งสอน หรือถ่ายทอด จากผู้อาวุโสในครอบครัวไปสู่ลูกหลานและเครือญาติ การเรียนรู้ในระบบโรงเรียน โดยได้รับการสอนจากครูตามเนื้อหาในหนังสือเรียน จากการจัดกิจกรรมในโครงการส่งเสริมสุขภาพในโรงเรียน นอกจากนี้ยังมีการเรียนรู้ที่เกิดจากการให้การอบรมและกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของเจ้าหน้าที่สาธารณสุข การเข้าถึงบริการการแพทย์และสาธารณสุขในชนบทมากขึ้นกว่าในอดีตทำให้ผู้คนในชุมชนได้เรียนรู้ระบบแพทย์แผนปัจจุบันเพิ่มขึ้น ทำให้เกิดการยอมรับและความเชื่อในระบบแพทย์แผนปัจจุบัน คนในชุมชนยังได้เรียนรู้จากข่าวสารต่าง ๆ จากสื่อ โดยเฉพาะโทรทัศน์ และวิทยุ นอกจากนี้การที่คนในชุมชนได้มีการ

แลกเปลี่ยนประสบการณ์ความรู้กับบุคคลภายนอกชุมชนนับว่าเป็นการเรียนรู้วิถีหนึ่ง ผลของวิธีการเรียนรู้ต่าง ๆ นี้โดยรวม ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความเชื่อเกี่ยวกับการดูแล ป้องกันและรักษาโรคและส่งเสริมสุขภาพของชุมชนเป็นไปในทางที่ดีขึ้น กล่าวอีกนัยหนึ่ง เนื่องจากองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพของชุมชนอาจขึ้นอยู่กับปัจจัยและเงื่อนไขที่เหมาะสมกับชุมชน ดังนั้น การทำความเข้าใจวิธีการเรียนรู้ดังกล่าวข้างต้น แล้วนำมาผสมผสานน่าจะเป็นวิธีการที่เหมาะสมในการดูแลสุขภาพของตนเองให้กับชุมชน

ผลการจัดโปรแกรมแทรกแซงทางสุขภาพ พบว่าผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถสังเคราะห์ความรู้ของชุมชนขึ้นเพื่อใช้ในการจัดการทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน โดยเชื่อมโยงกับความรู้และประสบการณ์ ซึ่งก่อนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมจากการสอบถามผู้เข้าร่วมกิจกรรมเห็น ได้ชัดว่าจะหาทางออกหรือวิธีการแก้ไขอย่างไร แต่เมื่อมีการจัดการเรียนรู้โดยใช้ตัวแบบ และประยุกต์ใช้เหตุการณ์ต่าง ๆ ของผู้เรียน ทำให้พวกเขาเกิดความพึงพอใจที่สามารถทำได้ด้วยตนเอง ส่งผลทำให้เกิดการเรียนรู้เพิ่มขึ้น โดยพบว่าจากการเข้าร่วมกิจกรรมผู้เข้าร่วมมีความรู้ทั้งสามด้านหลังการเรียนรู้สูงกว่าก่อนการเรียนรู้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

<b>Thesis Title</b>	Community Learning Affecting Health Self-care of the People in Ban Huay Krai, Wiang Haeng District, Chiang Mai Province
<b>Author</b>	Mr. Samai Artharn
<b>Degree</b>	Master of Education (Health Promotion)
<b>Thesis Advisor</b>	Assoc. Prof. Tanakorn Changnoi

### ABSTRACT

This participatory action research was to study the way of Community Learning that affect self-care of the People in Ban Huay Krai – Wiang Haeng District, Chiang Mai Province. It studied the community context, community learning and analyzed the self-care problems and health intervention program for the community’s participants and experienced the self-care of the people; exercises in nutrition and mental health. Data was collected through observation and informal interviews. The researcher checked the data correction and completely. Data was analyzed by description. The qualities of the data was analyzed by SPSS program to obtain the values of percentage, mean, standard deviation and it compared the differences by the t – test at the statistical.

The findings of the research revealed that:

The community learning process had been affecting the Self-care of the People that: got had the health care learning process passed on ancestors in the form of lifestyle learning processes passed on by traditional, beliefs and local knowledge. The pattern of learning process within the family was taught and passed on from the elders in family through descendants and relations. As for the learning process in school, they got knowledge from teachers that had originated from texts, activities, health promotion projects in school, training each other and activities promotion from public health officer. They got increased service in the form of modern medicine. They had increased experience and knowledge about modern medicine. They accepted and believed in modern medicine. The learning process through mass media, especially the television and radio. The learning process outside of the community, had increased opportunity to exchange experience with outsider. For internal factors they changed their beliefs about health

care, preventive and disease treatment, health care motivation, prevention and health promotion. People got health care learning processes which mixed with local knowledge helped beliefs and modern medicine. People knew the effects of illnesses on living. It was a motivation to learn how to have good health.

The outcome of the health intervention program of all 3 learning self-care activities, were people could analyze the community's knowledge for managing the community's resource by their knowledge and experience. From informal interviews the people didn't have knowledge about these activities. So we found that people started to learn from observation, remembering and following the model that made an impression to do more until they learned how they could do it by themselves. The learning process of all the knowledge activities post test increased the statistical significant level of 0.001.