

๔.๑๑ สุขภาพจิต

ข้อที่/เนื้อหา	เจตนารมณ์/ความหมาย
หลักการสำคัญ ๑. สุขภาพจิตเชื่อมโยงและสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับสุขภาพกาย สุขภาพสังคมและสุขภาพปัญญา และสัมพันธ์กับปัจจัยต่างๆ ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคมวงกว้าง โดยสุขภาพจิตดีเป็นปัจจัยสำคัญของการมีความสุขในชีวิต	- เพื่อให้เกิดการพิจารณาอย่างรอบด้านในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิต โดยไม่เกิดการดำเนินงานในลักษณะที่พิจารณาแยกส่วนจากสุขภาพในมิติอื่นๆ รวมทั้งไม่เกิดการดำเนินงานในลักษณะที่ขาดการพิจารณาปัจจัยต่างๆ อย่างเชื่อมโยงและเป็นระบบ
๒. การดำเนินงานด้านสุขภาพจิตต้องมุ่งเน้นการเข้าถึงศักยภาพคน ให้มีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิต ทำงานได้อย่างสร้างสรรค์ ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัวและชุมชน	- เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปในวงวิชาการด้านสุขภาพจิตว่า ศักยภาพของบุคคลในการจัดการกับปัญหาในการดำเนินชีวิต การมีจิตใจที่ดี และความสามารถทำงานได้อย่างสร้างสรรค์ ถือเป็นปัจจัยภายในที่สำคัญในระดับปัจเจกบุคคลที่จะทำให้มีสุขภาพจิตดี ดังนั้นการพัฒนาปัจจัยภายในเหล่านี้จึงถือเป็นหัวใจหลักหรือจุดคานงัดในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพจิต
๓. สังคมควรมีความรู้ความเข้าใจต่อผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต และเข้าใจว่าผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตสามารถอยู่ร่วมและใช้ชีวิตอย่างปกติในสังคมได้ ขณะที่ความเจ็บป่วยทางจิตเป็นภาระโรคที่สำคัญของประเทศ จึงต้องให้ความสำคัญกับการเพิ่มการเข้าถึงบริการทางจิตเพื่อลดปัญหาต่างๆ ที่อาจตามมา โดยเฉพาะในกรณีความเจ็บป่วยทางจิตในเด็กและวัยรุ่น ซึ่งจะส่งผลต่อคุณภาพของประชากรรุ่นใหม่	- เพื่อให้สังคมไทยมีความรู้ความเข้าใจต่อผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต และเข้าใจว่าผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตสามารถอยู่ร่วมและใช้ชีวิตอย่างปกติในสังคมได้ - ในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตนั้น แม้ว่าการเสริมสร้างสุขภาพจิตและป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาทางสุขภาพจิตจะเป็นเรื่องสำคัญ แต่มีหลักฐานชัดเจนว่า ผู้ป่วยทางจิตในประเทศไทยยังมีปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ในการเข้าถึงบริการอีกมาก เป็นปัญหาภายใต้ภูเขาน้ำแข็งที่พร้อมจะสร้างปัญหาที่รุนแรงต่อสังคมได้ทุกเมื่อ



ข้อที่/เนื้อหา	เจตนารมณ์/ความหมาย
ภาพพึงประสงค์ ๑. ทุกภาคส่วนเข้าใจและให้ความสำคัญกับการเพิ่มปัจจัยปกป้อง^๔ และการลดปัจจัยเสี่ยง^๕ ทางสุขภาพจิต ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคม โดยมีจุดเน้นในการพัฒนาในระดับต่างๆ โดยระดับบุคคล เน้นการพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิต ระดับครอบครัว เน้นความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ส่งเสริมให้พ่อแม่ได้อยู่กับลูก และร่วมกันสร้างครอบครัว ลดการย้ายถิ่นฐานเพื่อหางานทำ ระดับชุมชน เน้นเรื่องจิตอาสาและการเกื้อกูลกัน และระดับประเทศเน้นนโยบายและกลไกสนับสนุน โดยร่วมกันผลักดันนโยบายเพื่อให้ครอบครัวและชุมชนมีความเข้มแข็ง อันเป็นปัจจัยปกป้องที่สำคัญ	- เพื่อให้สังคมไทยมีความรู้ความเข้าใจต่อผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิต และเข้าใจว่าผู้มีปัญหาสุขภาพจิตสามารถอยู่ร่วมและใช้ชีวิตอย่างปกติในสังคมได้ - เพื่อให้ทุกภาคส่วนเห็นความสำคัญในเรื่องปัจจัยปกป้องและปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพจิตในทุกระดับ และทราบว่าควรจะมุ่งเน้นในการพัฒนาเรื่องใดเป็นสำคัญบ้าง - เพื่อให้ทุกภาคส่วนร่วมกันผลักดันและขับเคลื่อนนโยบายเพื่อครอบครัว เพื่อให้ครอบครัวและชุมชนมีความเข้มแข็ง อันเป็นปัจจัยปกป้องทางสุขภาพจิตที่สำคัญ

^๔ ปัจจัยปกป้องในระดับบุคคล เช่น สุขภาพดี รายได้ดี ปฏิบัติตามหลักคำสอนศาสนา การศึกษาสูง และออกกำลังกายประจำ/ ปัจจัยปกป้องในระดับครอบครัวชุมชน เช่น ครอบครัวมีเวลาและทำกิจกรรมร่วมกัน มีเพื่อช่วยเหลือยามต้องการ การงานมั่นคง เกษตรกรมีที่ดินทำกิน และมีวัฒนธรรมท้องถิ่นที่เป็นเอกลักษณ์/ ปัจจัยปกป้องในระดับสังคมสิ่งแวดล้อม เช่น เข้าถึงบริการสุขภาพ รู้สิทธิปลอดภัยในชีวิตทรัพย์สิน ธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม (โครงการรายงานสถานการณ์สุขภาพจิต(ความสุข) คนไทย)

^๕ ปัจจัยเสี่ยงในระดับบุคคล เช่น เจ็บป่วย อุบัติเหตุ มีโรคประจำตัว พิการช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ มีหนี้สินนอกระบบ สูบบุหรี่/ ปัจจัยเสี่ยงในระดับครอบครัวชุมชน เช่น หม้าย หย่าร้าง แยกกันอยู่ รายได้น้อย ยากจน ตกงาน รับจ้างรายวัน ปัญหายาเสพติด แรงงานข้ามถิ่น มีความรู้สึกไม่ปลอดภัยในชุมชน/ ปัจจัยเสี่ยงในระดับสังคมสิ่งแวดล้อม เช่น เข้าไม่ถึงบริการพื้นฐานภัยพิบัติ ปัญหาการจราจรเขตเมือง การขายที่ดินละแวกบ้าน และสถานการณ์ความรุนแรง (โครงการรายงานสถานการณ์สุขภาพจิต(ความสุข)คนไทย)

ข้อที่/เนื้อหา	เจตนารมณ์/ความหมาย
๒. ชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ประชาสังคม ภาคเอกชน ภาควิชาการ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องอื่นๆ ร่วมกันกำหนดนโยบายหรือข้อตกลงร่วมที่สนับสนุนให้คนในชุมชนสามารถพัฒนาศักยภาพตนเอง ไปสู่การมีสุขภาพจิตที่ดีและมีความสุขมากขึ้น โดยมีเครื่องมือหรือกลไกการจัดการที่เหมาะสมกับบริบทของชุมชน มุ่งให้ชุมชนมีความเข้มแข็ง มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความไว้วางใจและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และมีการดูแลกลุ่มเสี่ยงซึ่งมีความสุขน้อยในชุมชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มผู้ด้อยโอกาส เช่น คนไร้บ้าน คนที่อาจสร้างปัญหาให้แก่สังคม ฯลฯ	- เพื่อให้เห็นว่าทุกภาคส่วนมีความสำคัญและควรได้รับโอกาสให้เข้ามาร่วมกำหนดนโยบายที่เอื้อต่อการมีความสุขและสุขภาพจิตที่ดี โดยอาจดำเนินการผ่านทางเครื่องมือธรรมนูญสุขภาพพื้นที่ได้ - อปท. และชุมชนเป็นองค์ประกอบที่สำคัญเนื่องจากมีความใกล้ชิดกับประชาชนมากที่สุด รับรู้ศักยภาพของชุมชนได้ดีที่สุด ในขณะเดียวกันสามารถรับรู้ปัญหาของชุมชนได้เร็วที่สุดด้วย ดังนั้นจึงต้องสนับสนุนให้เกิดกำลังใจในการทำงานด้านนี้ โดยอาจใช้ธรรมนูญสุขภาพพื้นที่เป็นเครื่องมือหนึ่งในการจัดการได้

ข้อที่/เนื้อหา	เจตนารมณ์/ความหมาย
๓. รัฐและภาคส่วนต่างๆ ร่วมกันสนับสนุนการพัฒนาจิตใจของคนในสังคม ทั้งในส่วนการมีทักษะทางอารมณ์และสังคม ทักษะการจัดการชีวิตตนเองให้สามารถมีชีวิตที่ดีและมีความสุข การมีจิตอาสาและจิตสำนึกต่อสังคม ตลอดจนการพัฒนาสุขภาพปัญญา โดยให้ความสำคัญกับนโยบายที่สนับสนุนให้บุคคลเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตทั้งในและนอกระบบการศึกษาเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในของบุคคล	- การให้การศึกษาทั้งในและนอกระบบเป็นอีกจุดคานงัดหนึ่งในการดำเนินงานด้านสุขภาพจิต เนื่องจากจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในของปัจเจกบุคคลซึ่งถือว่าเป็นเป้าหมายสำคัญของการดำเนินงานด้านนี้ ทั้งนี้ การให้ศึกษาดังกล่าวจะต้องมีความทันสมัย เนื่องจากข้อมูลหรือองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา (Dynamic) - เพื่อให้ทุกภาคส่วนให้ความสำคัญกับเรื่องสุขภาพจิตของคนไทย เพราะมีความสัมพันธ์และนำไปสู่ผลลัพธ์ในหลายๆ ด้าน รวมถึงมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาสุขภาพทางปัญญาด้วย
๔. มีระบบบริการสาธารณสุขที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต ที่ให้ความสำคัญทั้งความสามารถในการเข้าถึงหน่วยบริการตรวจวินิจฉัยและบำบัดรักษาอย่างทั่วถึงของประชาชน รวมถึงการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และการฟื้นฟูสมรรถภาพที่ตอบสนองความต้องการด้านสุขภาพจิตของประชาชน โดยเฉพาะกลุ่มคนที่อยู่ในสภาวะเปราะบาง ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงทางสุขภาพจิต	- เพื่อเป็นการรับประกันว่า ประชาชนจะสามารถเข้าถึงบริการสุขภาพจิตได้อย่างทั่วถึง ทั้งด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสภาพ โดยเฉพาะกลุ่มผู้ป่วยและกลุ่มเสี่ยง