



ความต้องการขั้นพื้นฐานของตนเองได้อย่างเพียงพอ และเชื่อว่าทุกคนเป็นคนดีและมีเหตุผลอยู่ในระดับดีมาก นอกจากนี้ การเล่นกีฬาและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การไปร่วมกิจกรรมทางศาสนาและมีความกังวลในเรื่องน้ำหนักตัวอยู่ในระดับปานกลาง

ส่วนในด้านการปรับตัว ผู้บริหารการพยาบาลสามารถควบคุมอารมณ์และผ่อนคลายความเครียดด้วยวิธีการที่ไม่เป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น สามารถเปลี่ยนความคิดความเชื่อได้โดยไม่ยึดมั่นในความคิดใดความคิดหนึ่ง และมีการรับฟังความคิดเห็นใหม่ ๆ ในระดับดีมาก แต่มีพฤติกรรมฝึกทำจิตใจให้สงบวันละครั้งอยู่ในระดับปานกลาง ในขณะที่ไม่รู้สึกลสบายใจถ้าต้องย้ายที่อยู่ใหม่อยู่ในระดับดีน้อยกว่าพฤติกรรมอื่น ๆ นอกจากนี้ประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาส่วนใหญ่มีความสุขและน่าพึงพอใจ มีพ่อแม่ที่มีความรับผิดชอบต่อครอบครัวอยู่ในระดับดีมาก

Thesis Title      Mental Health of Chiang Mai Province Nursing  
                         Administratos    under the Ministry of Public  
                         Health

Author              Miss Laddawan Piboonsri

M.Ed.                Educational Administration

Examining Committee :

Lecturer Dr.Surapol Boapiap	Chairman
Lecturer Dr.Umporn Siriboonma	Member
Lecturer Ong-Ard Kosashunhanan	Member

### Abstract

This research was designed to examine mental health, and self-adjustment of nursing administrators under jurisdiction of the Public Health Ministry in Chiang Mai Province. At the same time, it sought to identify risk factors leading to their unsound mental health. Study population comprised 148 nursing personnel currently working in the Province. They were nursing section heads and assistant heads, supervisors / inspectors and ward chiefs. Data collecting instrument comprised rating - scale questionnaire. Statistics used included percentage, mean and standard deviation. Findings were as follows :

Their mental health was found to be within the excellent category. Physically speaking, they were generally sound showing no symptoms of stress, anxiety or chronic depression. They never entertained the thought of personal revenges. They were also found

to be very responsible people, grateful to good colleagues, conscientious, sincere and loyal to family and spouses. Furthermore, they were optimistic and able to satisfy their fundamental needs in their daily lives.

As regards self-adjustment nursing administrators were able to be in command of their emotion and undergo whatever minor stress or depression they sometime had through means not harmful to themselves and others. At the same time, they were quite flexible in their thoughts and receptive to new ideas. Whenever they experienced difficulties, they were fairly able to find peace for their troubled souls through daily meditation. Life experiences indicated they were quite happy with their works and highly responsible to their families.