



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในยุคที่ประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงทางภาวะเศรษฐกิจและสังคมเกิดขึ้นมากและรวดเร็ว ทั้งด้านโครงสร้างทางสังคม ความเป็นอยู่ของประชากร รวมถึงลักษณะทางชีวิตของประชาชนก็เปลี่ยนแปลงไปมากเช่นกันและได้ส่งผลกระทบต่อภาวะความเจ็บป่วย ปัญหาสุขภาพจิตของประชาชนสาเหตุส่วนใหญ่เป็นผลสืบเนื่องจากการบีบคั้น ทางเศรษฐกิจ ทางจิตใจ และปัญหาสิ่งแวดล้อม นอกจากความเปลี่ยนแปลงที่กล่าวมาแล้วความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี และวิทยาการต่าง ๆ มีมากและรวดเร็ว โดยเฉพาะวิทยาศาสตร์การแพทย์ การสาธารณสุข ผลการวิจัยทำให้เข้าใจเรื่องความเจ็บป่วย การรักษาและเน้นการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นมากขึ้น

สุขภาพจิตและความเจ็บป่วยทางจิตเกี่ยวเนื่องกับความไม่เอียงทางพันธุกรรม ความเครียดที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงในกระบวนการของชีวิต พฤติกรรมการดำรงชีวิตที่เป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กลุ่มบุคคล ครอบครัวและชุมชน ภายใต้อิทธิพลของสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่ในเวลาและสถานที่นั้น ๆ⁽¹⁾

ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539) และฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) สังคมไทยตระหนักและเห็นความสำคัญต่อปัญหาสุขภาพจิตเพิ่มมากกว่าในอดีต⁽²⁾ ดังนั้นปัญหาสุขภาพจิตถือเป็นปัญหาหนึ่งที่สำคัญในสาธารณสุขของประเทศ ซึ่งมีแนวโน้มความรุนแรงของปัญหาเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว⁽³⁾ จากสถิติของหน่วยงานแผนงานสุขภาพจิต สังกัดกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข จำนวนผู้ป่วยที่มารับบริการเพิ่มขึ้นทุกปี โดยพบว่าจำนวนผู้ป่วยนอกเพิ่มขึ้นจากปีละประมาณ 350,000 คนในปี พ.ศ. 2525 เป็น 410,000 คน ในปี พ.ศ. 2529 ตามลำดับ⁽⁴⁾ องค์การอนามัยโลกได้รายงานไว้ว่า ปัจจุบันมีผู้มีปัญหาสุขภาพจิตประมาณ 1,500 ล้านคนทั่วโลก ในจำนวนนี้ 3 ใน 4 อยู่ในประเทศที่กำลังพัฒนา ในประเทศไทยก็พบว่าคนไทยมีปัญหาสุขภาพจิตสูงขึ้นเรื่อย ๆ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้รายงานผลสำรวจทางโทรศัพท์ของกรมสุขภาพจิต ในปี พ.ศ. 2540 และ พ.ศ. 2541 พบว่ามีผู้ป่วยโรคจิตอัตราสูงจาก 218 เป็น 274 ต่อแสนของประชากร รวมทั้งมีผู้พยายามฆ่าตัวตายเป็นอัตรา 29 ต่อแสนของประชากร และจากผลการสำรวจภาวะสุขภาพจิตคนไทยในระดับจังหวัด ประจำปีงบประมาณ 2542-2544 ในสาธารณสุขเขต 4 พบว่า จำนวนและอัตราผู้ป่วยทางสุขภาพจิต จังหวัดราชบุรี มีดังตารางต่อไปนี้

จำนวนและอัตราผู้ป่วยทางสุขภาพจิตต่อประชากร 100,000 คน
ปีงบประมาณ 2542-2544
จังหวัดราชบุรี

หน่วยนับ : คน

โรค	พ.ศ.	2542		2543		2544	
		จำนวน	อัตรา	จำนวน	อัตรา	จำนวน	อัตรา
โรคจิต		981	119.96	8,213	1,004.29	8,069	982.10
วิตกกังวล		5,777	706.41	4,748	580.59	4,815	586.05
ซึมเศร้า		196	23.97	289	35.34	429	52.21
ปัญญาอ่อน		620	75.81	158	19.32	160	19.47
ลมชัก		378	46.22	1,532	187.33	2,185	265.94
ติดสารเสพติด		2,073	253.49	1,860	277.44	4,383	533.47
พยายามฆ่าตัวตาย		337	41.21	485	59.31	406	49.42
อื่น ๆ		2,216	270.97	3,727	455.47	3,469	422.22

ที่มา : ศูนย์สุขภาพจิต เขต 4 กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

สุขภาพจิตมีความสัมพันธ์และเชื่อมโยงกับสถานการณ์และปัจจัยแวดล้อม ดังนั้นภาวะความเครียดเกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัย ทุกอาชีพ ทุกคนมีโอกาสประสบกับภาวะความเครียดได้ในทุกเวลา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่ปฏิบัติงานหรือปฏิบัติกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลการสำรวจสุขภาพจิตของคนไทย โดยความร่วมมือของสวนดุสิตโพล⁽⁵⁾ ในขั้นต้นพบว่า สาเหตุที่ทำให้คนไทยเกิดอาการเครียด 5 อันดับแรก ได้แก่ 1)หน้าที่การงาน 2)ภาวะเศรษฐกิจ 3)ปัญหาด้านการเรียน 4)ปัญหาจรรยาจร และ 5)ปัญหาครอบครัว ซึ่งครูเป็นอาชีพหนึ่งที่มีหน้าที่จัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้กับผู้เรียน มีภาระที่ต้องรับผิดชอบมากมาย เพราะอาชีพครูมีลักษณะเป็นวิชาชีพ กล่าวคือ มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของนักเรียนโดยตรง และถ้าหากครูมีความเครียดสูง จะทำให้ควบคุมตนเองไม่ได้⁽⁶⁾ นอกจากนี้ ยังพบว่าอาชีพครูมีความเครียดสูงกว่าผู้ที่ประกอบอาชีพอื่น⁽⁷⁾ บุคคลที่ตกอยู่ในภาวะความเครียดสูง ย่อมเผชิญกับภาวะวิกฤติในอาชีพ และส่งผลต่อประสิทธิภาพของการทำงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่ประกอบอาชีพครู ภาวะความเครียดของครูเป็นสิ่งทำลายบรรยากาศของการจัดกิจกรรม การเรียนการสอน ทำให้ครูขาดประสิทธิภาพในการสอน อันจะส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในเชิงลบ⁽⁸⁾ นอกจากนี้ภาวะสุขภาพจิตของครูยังส่งผลถึงภาวะสุขภาพจิตของนักเรียนด้วย เพราะถ้าครูมีสุขภาพจิตที่ดี มีบุคลิกภาพเหมาะสม จะส่งผลให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดีด้วย⁽⁹⁾

จากประเด็นดังกล่าวทำให้ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญของการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในครู จึงได้ศึกษาความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี เพื่อนำความรู้ที่ได้มาใช้ในการวางแผนให้สุขภาพจิตศึกษาในด้านความรู้ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียด และสร้างเจตคติที่ดีต่อภาวะสุขภาพจิต และปัญหาจิตเวชในครูได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

คำถามของการวิจัย

1. ความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรีเป็นอย่างไร
2. ครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี มีความเครียดอยู่ในระดับใด
3. ปัจจัยใดบ้างที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี
4. ความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตกับความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี มีความสัมพันธ์กันหรือไม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้ เจตคติ และทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี
2. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิต และความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ เจตคติ ทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตกับความเครียดของครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี

ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ครูในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ กรมสามัญศึกษา กรมอาชีวศึกษา สำนักงานบริหารการศึกษาท้องถิ่น และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี
2. ตัวแปรที่มุ่งศึกษาในการวิจัยครั้งนี้

ตัวแปรอิสระ (Independence variable) ได้แก่

- ปัจจัยส่วนบุคคล
- ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ
- ปัจจัยด้านครอบครัว
- ปัจจัยด้านการทำงาน

ตัวแปรตาม (Dependence variable) ได้แก่

- ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิต
- เจตคติต่อสุขภาพจิต
- การปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิต
- ความเครียด

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ครูที่เป็นกลุ่มตัวอย่างให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริง
2. การเก็บข้อมูลในวันเวลา และสถานที่ที่แตกต่างกัน ไม่มีผลทำให้การให้ข้อมูลเปลี่ยนแปลง

ข้อจำกัดของการวิจัย

เนื่องจากการวิจัยนี้ศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี ดังนั้น ข้อมูลที่ได้ใช้ได้เฉพาะครูที่อยู่ในสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม สังคม ในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี เท่านั้น ไม่สามารถนำไปขยายผลในครูทั่วประเทศได้

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ความรู้ (knowledge) หมายถึง รู้ เข้าใจ นำไปวิเคราะห์ ประเมินค่าสถานการณ์เกี่ยวกับสุขภาพจิต ครอบคลุมสาระที่เป็นความหมายของสุขภาพจิต ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพจิต การปรับตัวเข้ากับบุคคล สถานการณ์ และสิ่งแวดล้อม การปฏิบัติตนเมื่อเผชิญกับปัญหาด้านสุขภาพจิต

เจตคติ (Attitude) หมายถึง ความรู้สึก นึกคิด และความคิดเห็นที่มีต่อประเด็นเนื้อหาที่เกี่ยวกับการปรับตัวเข้ากับบุคคล สถานการณ์ และสิ่งแวดล้อม ความเชื่อเกี่ยวกับโรคจิตและโรคประสาท ความเห็นเกี่ยวกับความสัมพันธ์ในครอบครัว

การปฏิบัติ (Practice) หมายถึง พฤติกรรมที่ได้กระทำ หรือคาดว่าจะกระทำเพื่อสนองตอบปรากฏการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต เพื่อแก้ปัญหาหรือลดปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง ครอบคลุม

สุขภาพจิต (Mental Health) หมายถึง สภาพจิตใจ และอารมณ์ที่เป็นสุข มีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับบุคคล สถานการณ์ และสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสมตามสภาพที่เป็นจริง และสามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ความเครียด (Stress) หมายถึง ภาวะกดดันหรือความท้อใจ ซึ่งก่อให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกายต่อสิ่งที่มาคุกคามเพื่อปรับให้เกิดภาวะสมดุลย์ของร่างกายและจิตใจ

ครู (Teacher) หมายถึง ผู้บริหารโรงเรียน และผู้ที่ปฏิบัติการสอนในโรงเรียน สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาแห่งชาติ กรมสามัญศึกษา กรมอาชีวศึกษา สำนักงานบริหารการศึกษาค้นคว้า และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. นำผลการวิจัยมาเป็นแนวทางในการส่งเสริม ความรู้ เจตคติและทักษะการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสุขภาพจิตและความเครียดที่ถูกต้องให้กับครูในเขตอำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี
2. เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าวิจัยทางสุขภาพจิตต่อไป

กรอบแนวคิดในการวิจัย

