



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความเชื่อ เป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ทุกรูปทุกนาม ในสมัยโบราณมนุษย์ขาดความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติที่อยู่รอบ ๆ ตัวเป็นอันมาก เมื่อมีภัยเกิดขึ้นจึงทำให้เกิดความกลัว เพราะไม่ทราบสาเหตุที่แน่นอน ครั้นเมื่อมีภัยที่ทำให้คนเสียชีวิตไปคราวละมาก ๆ ครั้งแล้วครั้งเล่า มนุษย์ก็ยิ่งมีความกลัวและขาดที่พึ่งมากขึ้น จึงได้เริ่มเชื่อในสิ่งศักดิ์สิทธิ์และมีการบนบานศาลกล่าว โดยมีจุดมุ่งหมายที่จะให้ช่วยคุ้มครองป้องกันตนเองให้พ้นภัย จึงเกิดความเชื่อในหลายรูปแบบ เช่น มีความเชื่อในเรื่องวัสดุสิ่งของ สัตว์ พืช และภูติผีปิศาจ ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะช่วยในด้านกำลังใจให้มนุษย์มีความกล้าที่จะเผชิญต่อภัยพิบัติต่าง ๆ ได้ดีขึ้น แต่ภัยพิบัติทั้งหลายก็ยังเกิดขึ้นอยู่เสมอ ในขณะเดียวกันมนุษย์ที่พยายามเสาะแสวงหาที่พึ่งและเกิดความเชื่อในเรื่องไซคลอจิสต์เพิ่มมากขึ้น แต่ผลของความพยายามก็ยังคงล้มเหลวเพราะขาดหลักเกณฑ์ทางด้านวิทยาศาสตร์ รวมทั้งยังมีผู้ทำตนเป็นผู้วิเศษต่าง ๆ ที่แสดงอิทธิฤทธิ์เพื่อขอจัดบัดเป่าภัยพิบัติต่าง ๆ โดยใช้กลวิธีทำให้ผู้คนหลงเชื่อ โดยเฉพาะกลุ่มคนที่ด้อยการศึกษาและที่มีฐานะยากจน จึงทำให้เกิดความเชื่อที่ผิดขึ้นมากมาย

เมื่อบ้านเมืองเจริญขึ้น ความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์ ด้านการแพทย์ และการสาธารณสุขแพร่หลาย ประชาชนทั่วไปรู้จักนำเอาความรู้มาพิจารณาเกี่ยวกับความเชื่อต่าง ๆ จึงทำให้ความเชื่อต่าง ๆ ที่ผิดคลอลง โดยเฉพาะในหมู่ผู้ที่ได้รับการศึกษาหรือมีความรู้สูง แต่เนื่องจากความเชื่อที่ผิดเหล่านี้มีมานาน และบางเรื่องก็ไม่สามารถพิสูจน์ตามขั้นตอนของทางวิทยาศาสตร์ได้ ประชาชนอีกจำนวนมากจึงยังคงมีความเชื่อที่ผิดด้านต่าง ๆ อยู่ แม้ปัจจุบันนี้วิทยาศาสตร์เจริญก้าวหน้าไปมาก แต่มนุษย์ก็ยังมีพฤติกรรมแสดงออกทางความเชื่อที่ผิดกันอยู่ไม่น้อยในชีวิตประจำวัน (มณี พยอมยงค์, 2528 : 67)

ความเชื่อ เป็นแนวความคิดที่ฝังอยู่อย่างมั่นคงหรือคงอยู่ได้นาน เป็นแนวความคิดที่คนเรามีต่อสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมรอบตัว ๆ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม อันเป็นผลที่

เกิดขึ้นภายหลังจากที่คนได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ มาแล้วทั้งทางตรงและทางอ้อมและก็จะฝังแน่นอยู่ในจิตใจ จนทำให้คนเกิดความเชื่อต่อสิ่งนั้น ๆ ทั้งที่สามารถพิสูจน์ได้โดยใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์และไม่สามารถพิสูจน์ได้โดยวิธีทางวิทยาศาสตร์

ความเชื่อจึงมีบทบาทสำคัญในการวางหลักแห่งการกระทำ หรือวางกรอบแห่งความคิดเห็นต่าง ๆ ของคน (สุชาติ โสภประยูร, 2528 : 13) นอกจากนี้ความเชื่อยังเป็นพื้นฐานทำให้เกิดการกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งด้านดีและด้านร้าย (มณี พยอมยงค์, 2528 : 70) ดังนั้นการกระทำหรือการปฏิบัติของคนจึงขึ้นอยู่กับความเชื่อที่มีอยู่ ถ้าการกระทำ การแสดงออก หรือการปฏิบัติดำเนินไปตามความเชื่อที่ผิด ก็จะเป็นผลร้ายต่อตนเอง ครอบครัวและชุมชน ตลอดจนประเทศไทยที่สุด

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับสุขภาพ เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาด้านการแพทย์ และสาธารณสุข ด้านการศึกษาและอื่น ๆ ซึ่งนับว่าเป็นการบั่นทอนคุณภาพชีวิตของประชาชนให้เสื่อมโทรมลง ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับสุขภาพมีหลายด้านด้วยกัน เช่น ด้านอุบัติเหตุหรืออุบัติเหตุ ด้านโรคภัยไข้เจ็บ ด้านยาและเครื่องสำอาง ด้านการรักษาพยาบาล ด้านสุขภาพจิต ด้านเพศรวมทั้งด้านอาหารและโภชนาการ

ความเชื่อที่ผิดทางด้านอาหารและโภชนาการ มีความสำคัญต่อสุขภาพ เป็นอย่างยิ่งเนื่องจากอาหารและโภชนาการ เป็นรากฐานและปัจจัยที่สำคัญที่ทำให้มีสุขภาพดี ถ้าบุคคลมีความเชื่อที่ถูกต้องในเรื่องโภชนาการแล้ว ก็จะส่งผลให้บุคคลนั้นมีร่างกายเจริญเติบโตเหมาะสมกับวัย แต่ในขณะเดียวกันถ้าบุคคลเหล่านั้นมีความเชื่อที่ผิดก็จะส่งผลทำให้ร่างกายอ่อนแอและไม่เจริญเติบโต

นอกจากนี้ครอบครัวยังเป็นสถาบันที่มีอิทธิพลต่อ ความนึกคิด พฤติกรรมและความเชื่อทางด้านโภชนาการของเด็กและเยาวชนอีกด้วย ความเชื่อของครอบครัวจะมีอิทธิพลต่อเด็กตั้งแต่อยู่ในครรภ์ของมารดา จนกระทั่งถึงเสียชีวิต ถ้ามารดามีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการก็จะปฏิบัติตามความเชื่อเหล่านั้น ซึ่งนอกจากจะเป็นผลร้ายต่อมารดาแล้วยังเป็นผลร้ายต่อบุตรในครรภ์ ตลอดจนภายหลังจากคลอดจากครรภ์มารดาจนอายุ 6 ปีก่อนเข้าเรียนหรือแม้กระทั่งบุตรเข้าเรียนในชั้นประถมศึกษา รวมทั้งจบการศึกษาในระดับประถมศึกษาไปแล้ว ครอบครัวก็ยังถ่ายทอดเรื่องนี้อยู่เสมอทั้งทางตรงและทางอ้อมตลอดเวลา

การศึกษาเกี่ยวกับความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการพบว่า เพศหญิงมีความเชื่อที่ผิดมากกว่าเพศชาย โดยเฉพาะในกลุ่มนักศึกษาครู ดังที่ปัญญา สมบูรณ์ศิลป์ ได้ศึกษาความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักศึกษาประกาศนียบัตรชั้นสูงในวิทยาลัยครูทั่วประเทศพบว่า นักศึกษาครูเพศหญิงมีความเชื่อที่ผิดมากกว่านักศึกษาครูเพศชาย นักศึกษาครูที่เกิดในเขตเทศบาลมีความเชื่อที่ผิดเช่นเดียวกับผู้ที่เกิดในชนบทและยังพบอีกว่านักศึกษาครูที่มีภูมิลำเนาในภาคเหนือมีความเชื่อที่ผิดมากกว่านักศึกษาครูที่มีภูมิลำเนาในภาคกลางและภาคใต้ (ปัญญา สมบูรณ์ศิลป์, 2523 : 126-127)

การที่นักศึกษาครูในภาคเหนือมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการอยู่มาก ทั้งนี้เพราะภาคเหนือเป็นภาคที่มีอาณาเขตกว้างขวางมากครอบคลุม 17 จังหวัด มีพื้นที่ทั้งหมด 120,000 ตารางกิโลเมตร ประชากรส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในชนบทคิดเป็นร้อยละ 23.3 ของประชากรในชนบททั้งประเทศ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ 2524 : อัดสำเนา) ส่วนใหญ่มีอาชีพทางเกษตรกรรมและมีฐานะค่อนข้างยากจน มีรายได้เฉลี่ย 2,326 บาท : คน : ปี (สำนักงานเศรษฐกิจการเกษตร 2520 : 25) นอกจากนี้ความยากจนยังมีความรุนแรงกว่าภาคตะวันออกเฉียงเหนือในบางจุด (วารสาร เศรษฐกิจและสังคม, 2522 : 3) และด้านการศึกษายังพบว่าประชาชนส่วนใหญ่มีการศึกษาค่อนข้างต่ำ ประกอบกับสถานที่ตั้งของภาคเหนืออยู่ห่างไกลทะเล ซึ่งทำให้ขาดสารอาหารบางอย่างได้รวมทั้งวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีและความเชื่อยังมีส่วนทำให้บริโภคนิสัยแตกต่างกันออกไป ดังที่ เบลูจายอดคดำเนิน ได้ศึกษาความเชื่อและบริโภคนิสัยของประชาชนในภาคเหนือ พบว่าในระหว่างตั้งครรภ์ไม่ค่อยมีการระมัดระวังเรื่องอาหาร แต่ภายหลังคลอดบุตรจึงถือเสมือนว่าเจ็บป่วย มีการระมัดระวังเรื่องอาหารบางชนิดที่เชื่อว่าจะทำให้เกิดเป็นพิษแก่ร่างกาย (เบลูจายอดคดำเนิน, 2519 : 6) ดังจะเห็นได้ว่าความเชื่อและนิสัยในการบริโภคของคนภาคเหนือนั้นยังไม่ถูกต้อง จึงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดภาวะของการขาดสารอาหารได้ และภาวะของการขาดสารอาหารนั้นมีผลต่อสุขภาพของบุคคลทุกเพศทุกวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยเด็ก เมื่อขาดสารอาหารจะมีความรุนแรงมากกว่าวัยอื่น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นารา ไทยกกล้า และคณะ ที่ได้สำรวจภาวะของการขาดสารอาหารของประชาชนในบางท้องถิ่น ของภาคเหนือ พบว่า โรคขาดสารอาหารจะปรากฏอาการเด่นชัดในเด็ก (นารา ไทยกกล้า, 2524 : 152)

ด้วยเหตุที่ภาคเหนือมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการอยู่มากดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ประกอบกับผู้วิจัย เป็นผู้ที่รับผิดชอบการศึกษาในภาคเหนือจึงใคร่ศึกษาว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในภาคเหนือ ซึ่งสถานศึกษาได้ให้การศึกษาเรื่องอาหารและโภชนาการเป็นเวลานานถึง 6 ปีนั้น ยังมีความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการมากน้อยเพียงใดและอยู่ในระดับใด ผลการวิจัยดังกล่าวอาจนำไปใช้เป็นแนวทางในการแก้ไข ปรับปรุง และพัฒนาหลักสูตรกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตเกี่ยวกับสุขภาพในระดับประถมศึกษา เพื่อให้สอดคล้องกับการจัดการศึกษาของท้องถิ่นอื่นจะช่วยพัฒนาเยาวชนของชาติให้มีความเชื่อเกี่ยวกับโภชนาการที่ถูกต้องต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตการศึกษา 8
2. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เขตการศึกษา 8 โดยจำแนกตามเพศและสถานที่ตั้งของโรงเรียน (ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล)

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8 ประกอบด้วย จังหวัด เชียงใหม่ เชียงราย พะเยา แพร่ แม่ฮ่องสอน ลำปาง และลำพูน ในปีการศึกษา 2530
2. การสุ่มตัวอย่างประชากร ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างประชากรแบบแยกประเภท (multistage sampling) โดยแยกประเภทโรงเรียนในเขตเทศบาล และนอกเขตเทศบาลตามสัดส่วนของแต่ละจังหวัด แต่ละโรงเรียน โดยใช้ตัวอย่างประชากรในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8 จำนวนทั้งสิ้น 753 คน (จากตารางสุ่มตัวอย่างของทาโร ยามาเน 1970 : 887 อ้างจาก ประคอง กรรณสูตร, 2528 : 336)
3. เรื่องโภชนาการ ที่ใช้ในการศึกษาค้นครั้งนี้ศึกษาเฉพาะเรื่องประเภทของอาหารเท่านั้น ไม่ได้รวมถึงขบวนการเปลี่ยนแปลงของสารอาหารด้วย

4. การศึกษาครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการเท่านั้น

5. ตัวแปรที่ใช้ศึกษา

5.1 ตัวแปรอิสระ (independent variable) ได้แก่ เพศ และสถานที่ตั้งของโรงเรียน (ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล)

5.2 ตัวแปรตาม (dependent variable) ได้แก่ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการ

6. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามความเชื่อที่ผิด ทางด้านโภชนาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นครอบคลุมเนื้อหาในเรื่องอาหารและโภชนาการ ในกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งอยู่ในหน่วยที่ 1 สิ่งมีชีวิต (กระทรวงศึกษาธิการ 2520 : 178, 193, 229-230) โดยบรรจุเนื้อหาเกี่ยวกับอาหาร โภชนาการ ข้อปฏิบัติการสร้างสุขนิสัยเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและอาหารที่บุคคลแต่ละวัยรับประทาน

ข้อตกลงเบื้องต้นของการวิจัย

1. ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามของตัวอย่างประชากร ถือว่าเป็นข้อมูลที่ผู้ตอบตอบตามความรู้ ความสามารถ ความจริงใจ และผู้ตอบทุกคนแสดงความรู้สึกริक्तเป็นของตนเอง

2. การตอบแบบสอบถามความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการในวัน เวลาที่ต่างกัน ไม่ทำให้ผลที่ได้แตกต่างกัน

3. เกณฑ์ในการตัดสินความเชื่อที่ผิด คือยอมให้นักเรียนมีความเชื่อที่ผิดน้อยที่สุดไม่เกินร้อยละ 20 นอกนั้นอยู่ในเกณฑ์ที่จะควรปรับปรุง

คำจำกัดความของคำที่ใช้ในการวิจัย

1. ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการ หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจและความคิดเห็นที่ผิดไปจากสภาพความจริงทางด้านโภชนาการตามความเข้าใจ หรือความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยได้จำแนกออกเป็น 6 ด้าน

1.1 ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการเกี่ยวกับอาหารโปรตีน

1.2 ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการเกี่ยวกับอาหารประเภท ผัก ผลไม้

- น้ำตาล
- 1.3 ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการเกี่ยวกับอาหารประเภท ข้าว แป้ง
 - 1.4 ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการเกี่ยวกับอาหารทั่วไป
 - 1.5 ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการเกี่ยวกับการเป็นยาของอาหาร
 - 1.6 ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการเกี่ยวกับอาหารหญิงแม่ลูกอ่อน และหญิงมีครรภ์
2. นักเรียน หมายถึง นักเรียนเพศชาย และนักเรียนเพศหญิง ที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8
3. โรงเรียนในเขตเทศบาล หมายถึง โรงเรียนที่อยู่ในพื้นที่ซึ่งยกฐานะเป็นเทศบาลตามพระราชบัญญัติเทศบาล พุทธศักราช 2496
4. โรงเรียนนอกเขตเทศบาล หมายถึง โรงเรียนที่อยู่นอกพื้นที่ที่ซึ่งยกฐานะเป็นเทศบาล ตามพระราชบัญญัติเทศบาล พุทธศักราช 2496
5. เขตการศึกษา 8 หมายถึง พื้นที่การแบ่งเขตการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ประกอบด้วยจังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย น่าน พะเยา แพร่ แม่ฮ่องสอน ลำปาง ลำพูน