



## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สุขภาพที่ดี เป็นสมบัติอันล้ำค่าของชีวิตมนุษย์ มนุษย์ทุกคนย่อมปรารถนาที่จะมีชีวิตอยู่ด้วยความสุข มีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและอันตรายทั้งปวง แต่การที่บุคคลจะมีสุขภาพที่ดีได้นั้น ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของคนเป็นสำคัญ โดยบุคคลจะต้องเป็นผู้รับผิดชอบขวนขวาย ทุ่มเทบำรุงรักษาสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ รวมทั้งเสาะแสวงหาแนวทางที่เหมาะสม มาปฏิบัติเพื่อให้มีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขทั้งภายในครอบครัว และภายในสังคม การค้นหาแนวทางปฏิบัติตน เพื่อการดำรงชีพอยู่ด้วยการมีสุขภาพดีนั้น เป็นเรื่องที่มีความสำคัญมากที่สุด แม้ว่าในปัจจุบันนี้วิทยาการทางด้าน การแพทย์ และการสาธารณสุขจะก้าวหน้าไปมาก และมีส่วนสำคัญที่ทำให้สภาวะสุขภาพอนามัยของประชาชนโดยทั่วไปดีขึ้นแต่ก็ยังมีบุคคลอีกเป็นจำนวนมากที่ยังต้องเจ็บป่วยด้วยโรคที่ป้องกันได้ และมีสภาวะสุขภาพทรุดโทรมก่อนวัยอันสมควร สาเหตุนั้นก็เนื่องมาจากการมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง เพราะหลักเบื้องต้นในการที่จะดำรงชีพด้วยการมีสุขภาพดีนั้นเป็นเรื่องของการปฏิบัติตนเป็นสำคัญ มนุษย์ทุกคนจะได้วิบัติประโยชน์อย่างมากภายใต้พยายามสร้างสุขนิสัยที่ดีให้เกิดขึ้นกับตนเอง เนื่องจากสุขนิสัยที่ดีจะเป็นรากฐานของการเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย (กองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ, 2521)ตามสถานการณ์ที่เป็นอยู่ในปัจจุบันของปัญหาสุขภาพ และแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของปัญหาสุขภาพในอนาคต ได้ชี้ให้เห็นว่า พฤติกรรมสุขภาพเป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่งของปัญหาและการแก้ไขปัญหานี้ไม่ว่าจะเป็น โรคติดต่อ โรคไม่ติดต่อหรืออุบัติเหตุต่าง ๆ ปัญหาสุขภาพ หรือปัญหาสาธารณสุขในอนาคตจะถูกกำหนดด้วยการกระทำ หรือพฤติกรรมสุขภาพของบุคคล ชุมชนและสังคมอย่างชัดเจน และในกระบวนการแก้ไขปัญหาดังกล่าวให้ได้ผล ก็ต้องใช้ความพยายามของแต่ละบุคคล หรือ การมีส่วนร่วมของสังคมอย่างจริงจังจึงจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นได้ การเปลี่ยนพฤติกรรมอนามัยของบุคคล ครอบครัวและชุมชน เป็นเรื่องที่ยากจะยุ่งยาก ซับซ้อน เพราะพฤติกรรมของคนเรานั้นเกิดจากกระบวนการ

การเรียนรู้ ซึ่งสะสมต่อเนื่องกันมาตั้งแต่วัยเด็ก อีกประการหนึ่ง พฤติกรรมของคนนั้น จะถูกหล่อหลอมควบคุมด้วยสิ่งแวดล้อม ดังนั้นการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพแก่บุคคลให้เหมาะสม จึงเป็นสิ่งจำเป็นยิ่ง

การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมนั้น ควรที่เริ่มกันมาตั้งแต่เด็กเพราะเด็กเป็นวัยที่ง่ายต่อการเรียนรู้ คำพังเพย ที่ว่า "นัย่อนคัดงาย นมแก่คัดยาก" เด็กเปรียบเสมือนผ้าขาวบริสุทธิ์ที่ผู้ใหญ่จะแต่งแต้มสีอะไรลงไปก็ได้ จะทำให้ผ้าขาวบริสุทธิ์ กลายเป็นผ้าที่มีลวดลายสวยงามวิจิตรก็ได้ หรือจะทำให้ผ้านั้น กลายเป็นผ้าที่เลอะเทอะ มัวหมองอย่างไรก็ได้เช่นกัน ดังนั้นการที่เด็กจะเป็นผู้ที่มีความสมบูรณ์พร้อมกันไปทั้งทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา รวมไปถึงการเป็นผู้ใหญ่ที่ดี เป็นทรัพยากรบุคคล ที่มีค่าของสังคม อันจะมีผลสะท้อนไปถึง การทำงาน เศรษฐกิจ สังคม ของประเทศชาติให้ดีขึ้นด้วยนั้น เด็กจะต้องได้รับการพัฒนาในเรื่องของพฤติกรรมอนามัยที่อย่างสม่ำเสมอ

ผู้ที่มีบทบาท และอิทธิพลในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพให้กับเด็กได้ดีที่สุดนั้น ก็คือครอบครัว เพราะครอบครัวเป็นสังคมปฐมภูมิ ที่มีความใกล้ชิดมีความผูกพัน การนับถือ เชื่อฟัง ซื่อสัตย์และกันอยู่เป็นพื้นฐาน (ศิริพร ชัมภลชิต, 2530) องค์ประกอบที่เป็นการเรียนรู้ จากครอบครัว และสิ่งแวดล้อมภายในครอบครัวเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่จะพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพให้กับบุคคล เด็กสามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัวภายในครอบครัวได้จาก บุคคล สิ่งของ สภาพแวดล้อม บรรยากาศ เหตุการณ์ และปฏิสัมพันธ์ในระหว่างสมาชิกภายในครอบครัว กล่าวได้ว่า ครอบครัวเป็นหัวใจหรือเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ขั้นพื้นฐานตามพัฒนาการด้านต่าง ๆ และพฤติกรรมสุขภาพของแต่ละบุคคล (ธนวรรณ อัมสมบูรณ์, 2532) ซึ่งบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับเด็กมากที่สุดภายในครอบครัวก็คือ พ่อ แม่ หรือผู้ปกครอง ดังนั้นจึงจำเป็นต้องอาศัยการอบรมสั่งสอนให้เข้าใจ เด็กควรได้รับการอบรมเลี้ยงดูเอาใจใส่ให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง รอดพ้นจากโรคภัยไข้เจ็บ มีพัฒนาการไปตามธรรมชาติของเด็ก โดย พ่อ แม่หรือผู้ปกครองจะต้องเข้าใจบทบาทของตนเองในการอบรมเลี้ยงดู และพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องให้กับเด็ก เพื่อให้เด็กได้เกิดการเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบดูแลสุขภาพของตนเอง พัฒนาทัศนคติไปในทางที่ถูกต้อง มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่สมบูรณ์เป็นพลังที่สำคัญของประเทศชาติต่อไป

อย่างไรก็ตามในสภาพที่เป็นจริงในปัจจุบัน ยังมีเด็กไทยเป็นจำนวนมากที่ถูกปล่อย  
 ให้เติบโตตามยถากรรม การช่วยเหลือสนับสนุนของรัฐและพ่อแม่ในการเลี้ยงดู อบรมเกี่ยวกับ  
 สุขอนามัย เสื้อผ้า เครื่องนุ่มห่ม ยังไม่เพียงพอและถูกต้อง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากปัจจัยต่าง ๆ  
 ที่เกี่ยวข้องเช่น ฐานะทางเศรษฐกิจ สังคม ชนบทรวมเนียบประเพณี วัฒนธรรมและการศึกษา  
 ของผู้ปกครอง จึงทำให้เด็กมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง เกิดปัญหาทางสุขภาพขึ้น ซึ่งปัญหา  
 สุขภาพที่เกิดกับเด็กส่วนใหญ่นั้นก็เป็นปัญหาที่สามารถป้องกันได้ เช่น พิษณุ โรคผิวหนังที่เกิดขึ้น  
 จากความสกปรก และการติดเชื้อ จากรายงานผลการปฏิบัติงานอนามัยโรงเรียนของพยาบาล  
 หรือเจ้าหน้าที่ที่ไม่ใช่แพทย์ของกองอนามัยโรงเรียน กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุขประจำ  
 ปีการศึกษา 2532 ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า จากการตรวจสอบสุขภาพนักเรียน โรงเรียน  
 ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 159,662 คน พบโรค ร้อยละ 65.93 ซึ่งโรค  
 ที่พบได้แก่ โรคพิษณุ เป็นอันดับหนึ่ง รองลงมาตามลำดับได้แก่ เหา ไข้หวัด โรคขาดอาหาร  
 โรคผิวหนัง (กองอนามัยโรงเรียน กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข, 2532)

จากรายงานภาวะสุขภาพนักเรียน ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ดังกล่าว  
 จะเห็นได้ว่า นักเรียนจำนวนมาก ยังมีปัญหาสุขภาพซึ่งมีผลกระทบต่อร่างกาย และจิตใจของ  
 นักเรียน และยังเป็นอุปสรรคต่อการศึกษาเล่าเรียนอีกด้วย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากขาดการดูแล  
 เอาใจต่อสุขภาพ และขาดการส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้อง เหมาะสม เนื่องจากเด็กนักเรียน  
 ประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มากจากครอบครัวที่อยู่ในชุมชนแออัด ฐานะยากจน  
 พ่อแม่หรือผู้ปกครอง มีการศึกษาน้อย ทำให้ไม่มีเวลาสนใจ เอาใจใส่ในเรื่องสุขภาพ และ  
 การเรียนของเด็ก นักเรียนส่วนใหญ่ขาดปัจจัยในการเรียนทุกด้าน เช่น อาหารกลางวัน  
 เครื่องแต่งกาย เครื่องเขียน แบบเรียน และยังขาดความพร้อมในการเรียนอีกด้วย  
 (สำนักการศึกษากรุงเทพมหานคร, 2528)

จากหลักการ และเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่า บทบาทของพ่อแม่ หรือ  
 ผู้ปกครองในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในกับเด็กนั้นเป็นสิ่งสำคัญ และจำเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้น  
 จึงสนใจที่จะศึกษาบทบาทของผู้ปกครอง ในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพให้กับเด็กนักเรียน ชั้น  
 ประถมศึกษาปีที่ 1 ของโรงเรียน ในสังกัดกรุงเทพมหานคร ทั้งนี้เนื่องจากว่าเด็กในช่วงวัยนี้  
 เป็นวัยของการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมจากบ้านมาสู่โรงเรียน เด็กยังรู้จักสังคมภายนอกน้อย  
 กิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ยังต้องพึ่งพา พ่อแม่หรือผู้ปกครอง เด็กยังมีความรู้สึกผูกพัน

ใกล้ชิดกับพ่อแม่ หรือ ผู้ปกครอง ห่วงใยบทบาทของพ่อแม่ ผู้ปกครองในการพัฒนาพฤติกรรม สุขภาพให้กับเด็กในวัยนี้จึงมีความสำคัญมาก เพราะเป็นการวางรากฐานการพัฒนาเพื่อให้เด็ก เจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งการวิจัยนี้จะเป็น ประโยชน์ ช่วยให้เห็นบทบาทของผู้ปกครองที่มีบทบาทเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ ให้แก่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 เพียงใด ซึ่งจะนำไปใช้เป็นแนวทางในการกำหนดบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบของโรงเรียนในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพให้กับนักเรียนเพื่อเป็นการส่งเสริม พฤติกรรมของเยาวชน อันจะนำไปสู่การสร้างความสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างโรงเรียนและบ้าน ในการดำเนินนโยบายให้สอดคล้องกัน ตลอดจนเป็นการกระตุ้นให้ ผู้ปกครอง ผู้บริหาร และ บุคลากรที่เกี่ยวข้อง ได้เห็นถึงความสำคัญในการให้การสนับสนุน และ ร่วมมือ ในการพัฒนา พฤติกรรมสุขภาพให้กับเด็กและ เยาวชน เพื่อให้เป็นบุคคลที่มีสุขภาพกายและจิตที่สมบูรณ์แข็งแรง เติบโต เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าของสังคม และประเทศชาติต่อไป

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาบทบาทของผู้ปกครองในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อเปรียบเทียบบทบาทในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ของผู้ปกครองที่มี ระดับการศึกษา และรายได้ต่างกัน

#### สมมติฐานของการวิจัย

1. ผู้ปกครองที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีบทบาทในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน แตกต่างกัน
2. ผู้ปกครองที่มีรายได้ต่างกันมีบทบาท ในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน แตกต่างกัน

#### ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้ปกครองของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2534 จำนวน 450 คน

2. ในการเปรียบเทียบบทบาทของผู้ปกครองนักเรียน ในการพัฒนาพฤติกรรม สุขภาพให้แก่ เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 นั้น ผู้วิจัยจะเลือกศึกษาเฉพาะตัวแปร ด้าน การศึกษา และรายได้ของผู้ปกครองเท่านั้น

3. การศึกษาบทบาทของผู้ปกครองในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพให้แก่เด็กนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 1 ของงานวิจัยนี้ จะศึกษา 3 บทบาทดังนี้ คือ

3.1 บทบาทในฐานะเป็นผู้อบรมและฝึกฝน

3.2 บทบาทในฐานะเป็นแบบอย่างที่ดีให้เด็กได้เลียนแบบ

3.3 บทบาทในฐานะเป็นผู้จัดสถานการณ์และสภาพแวดล้อมเพื่อให้เด็กได้เรียนรู้

จากประสบการณ์

4. บทบาทของผู้ปกครองแบ่งเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้

4.1 สุขภาพส่วนบุคคล

4.2 การป้องกันอุบัติเหตุ

4.3 การออกกำลังกาย และการพักผ่อน

4.4 อาหารและโภชนาการ

4.5 สุขภาพสิ่งแวดล้อม

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. แบบสอบถาม ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เชื่อถือได้ เพราะผ่านการตรวจสอบจาก ผู้ทรงคุณวุฒิ และได้นำไปทดลองใช้แล้ว

2. การตอบแบบสอบถามถือว่าผู้ปกครองตอบแบบสอบถามด้วยความเต็มใจ และ ตามความเป็นจริง

คำจำกัดความ

1. ผู้ปกครอง หมายถึง บิดา มารดา ญาติผู้ใหญ่ หรือ ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กซึ่ง อาจเป็นหญิงหรือชายก็ได้ มีฐานะเป็นผู้รับผิดชอบเลี้ยงดูและอยู่บ้านเดียวกับเด็ก

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษา หมายถึง นักเรียนที่กำลังเรียนอยู่ในชั้นประถมศึกษา ปีที่ 1 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2534

3. สุขภาพ (Health) หมายถึง ภาวะที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ รวมทั้งการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ดี มิได้มีความหมายแต่เฉพาะปราศจากโรค หรือ ความพิการเท่านั้น

4. พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การกระทำหรือการแสดงออกเกี่ยวกับสุขภาพทั้ง ทางด้านความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ ทั้งที่สังเกตได้ และ สังเกตไม่ได้ แต่จะสามารถวัด ได้ว่าเกิดขึ้น

5. บทบาทในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพของเด็ก หมายถึง การปฏิบัติหน้าที่ของ ผู้ปกครองในการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพต่อเด็ก ซึ่งมีดังต่อไปนี้

5.1 บทบาทในฐานะเป็นผู้อบรม และ ฝึกฝน หมายถึง การปฏิบัติหน้าที่ ของ ผู้ปกครองเกี่ยวกับการให้ความรู้ ให้ความแนะนำ และฝึกหัดในเรื่องพฤติกรรมสุขภาพให้แก่ เด็ก

5.2 บทบาทในฐานะเป็นแบบอย่างที่ดี หมายถึง การปฏิบัติตนที่ถูกต้องของ ผู้ปกครองในเรื่องพฤติกรรมสุขภาพเพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เด็ก

5.3 บทบาทในฐานะเป็นผู้จัดสถานการณ์และสภาพแวดล้อม เพื่อให้เด็กได้ เรียนรู้จากประสบการณ์ หมายถึง การปฏิบัติหน้าที่ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการจัดสถานการณ์ ต่างๆ ทางด้านการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพตลอดจนการจัดสภาพแวดล้อมที่ดี และปลอดภัยภายในบ้านเพื่อให้เด็กได้เกิดประสบการณ์และได้ฝึกการปรับตัวในทางที่ดีในเรื่องพฤติกรรมสุขภาพ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย