

บทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาสุขภาพจิต มีแนวโน้มที่ความรุนแรงขึ้น ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงในสถานการณ์ระดับโลกและระดับประเทศตามกระแสโลกาภิวัตน์ รวมถึงความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลกระทบต่อวิถีการดำรงชีวิตของคนไทย ซึ่งต้องอยู่ภายใต้แรงกดดัน และความพยายามที่จะต้องปรับตัวเพื่อความอยู่รอด ทำให้เกิดการแข่งขันสูง ภาวะความโดดเดี่ยวและการพึ่งพาตนเองมีสูงขึ้น ซึ่งกรมสุขภาพจิต ได้กล่าวว่า ภาวะที่คนเราไม่สามารถปรับตัวตามสถานการณ์ (Cultural lag) ได้ จะส่งผลต่อสภาวะทางด้านสุขภาพจิต ซึ่งแม้ว่าจะไม่มีดัชนีชี้วัดภาวะสุขภาพจิตอย่างแท้จริง แต่ความเป็นจริงในปัจจุบัน คือ ความเครียดซึ่งเป็นภาวะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมีแนวโน้มสูงขึ้น และผลกระทบที่ตามมา คือ ไม่สามารถจัดการกับความรับผิดชอบ หรือภาระหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพเท่าที่ควร ทั้งในสถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา และสถาบันทางสังคมอื่นๆ ทำให้เกิดปัญหาตามมาอย่างมากมาย ปัญหาสุขภาพจิตจึงสูงขึ้น โดยเฉพาะความเครียดเป็นสาเหตุที่ทำให้ประชาชนใช้วิธีการที่ไม่ถูกต้องในการแก้ปัญหาของตนเอง⁽¹⁾

จากการศึกษาทางระบาดวิทยาเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตของประเทศไทย พบว่าโรคจิตซึ่งเป็นโรคที่สำคัญและมีความรุนแรงที่มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของบุคคลมากที่สุด มีประมาณ ร้อยละ 0.17 คน / ประชากรแสนคน ในปี 2536 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 0.25 คน / ประชากรแสนคน ในปี 2537 โรควิตกกังวล ปี 2536 พบ 706.65 คน / ประชากรแสนคน เพิ่มขึ้นเป็น 835.74 คน / ประชากรแสนคน ในปี 2537 นอกจากนี้สภาพปัญหาด้านการติดยาเสพติด ในปี 2536 พบ 79.74 คน / ประชากรแสนคน เพิ่มขึ้นเป็น 115.50 คน / ประชากรแสนคน ในปี 2537 อัตราการฆ่าตัวตาย 28.85 คน / ประชากรแสนคน เพิ่มขึ้นเป็น 45.02 คน / ประชากรแสนคน ในปี 2537 หากไม่ได้รับการป้องกันแก้ไข ก็มีโอกาสมากก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตที่รุนแรงตามมา⁽¹⁾

นอกจากนี้จากการสำรวจผลกระทบทางสังคมเนื่องจากภาวะวิกฤติเศรษฐกิจของครอบครัว ระหว่างเดือนกรกฎาคม - สิงหาคม พ. ศ. 2541 โดยสถาบันวิจัยประชากรและ

สังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่า สมาชิกครอบครัวต้องทำงานหนักขึ้นไม่มีเวลาให้กันถึงร้อยละ 50.7 ร้อยละ 32.8 สมาชิกครอบครัวทะเลาะวิวาทกันมากขึ้น ร้อยละ 13.5 มีภาระมากขึ้น ร้อยละ 11.6 สมาชิกบางคนดื่มสุรามากขึ้น ร้อยละ 5.6 เทียบเท่ามากขึ้น ร้อยละ 1.6 มีการทำร้ายร่างกายกันระหว่างสมาชิก และร้อยละ 1.2 มีเด็กหนีออกจากบ้าน นี่คือนิสัยที่แสดงให้เห็นถึงผลกระทบทางสังคมที่ส่งผลให้เกิดปัญหาสังคมติดตามมามากมาย⁽²⁾

การปรับตัวเป็นกิจกรรมที่สำคัญของชีวิต ซึ่งการปรับตัวของแต่ละบุคคลจะมีลักษณะอย่างไรนั้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของบุคคลนั้นและสภาพแวดล้อมที่บุคคลนั้นกำลังเผชิญอยู่ การดำเนินชีวิตของคนเราย่อมมีอุปสรรคมาขัดขวาง จึงทำให้เกิดความเครียดเพิ่มขึ้น จึงต้องพยายามที่จะปลดปล่อยความเครียดเหล่านั้นออกไป เพื่อรักษาสุขภาพความสมดุลของชีวิตไว้⁽³⁾

จากการศึกษาของ Rosenstock (1974) พบว่า การให้บุคคลรับรู้ถึงภาวะเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย จะมีแนวโน้มให้บุคคลมีพฤติกรรมด้านสุขภาพอนามัยที่เหมาะสม อันเนื่องมาจากความรู้เรื่องสุขภาพนั้น⁽⁴⁾ ซึ่งตรงกับความคิดเห็นของ Etzveiler and Robb (1972) ที่กล่าวว่าพฤติกรรมสุขภาพที่ดีต้องมีความรู้ ความเข้าใจเป็นพื้นฐานสำคัญ ในการก่อให้เกิดความเชื่อด้านสุขภาพ และจากความเชื่อนี้จะเป็นแรงกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมการปฏิบัติขึ้น⁽⁵⁾

วิกฤติการณ์หรือปัญหายุ่งยากในการปรับตัวจึงเกิดขึ้นได้ทุกขณะ โดยเฉพาะวัยรุ่นซึ่งประสบปัญหาและเผชิญวิกฤติการณ์ในการปรับตัวมากที่สุด และวัยรุ่นเรียกได้ว่าเป็นโอกาสสุดท้ายหรือเกือบสุดท้ายของชีวิตสำหรับการแก้ไขปรับปรุงแบบพฤติกรรมปรับตัวให้เข้ารูปเข้ารอย เพื่อเป็นรากฐานที่ดีและมั่นคงของบุคลิกภาพ⁽⁶⁾

วัยรุ่นจึงเป็นวัยแห่งปัญหา การที่เด็กวัยรุ่นต้องอาศัยการปรับตัวตามสภาพแวดล้อมและเพื่อความสำเร็จของชีวิต ซึ่งช่วงวัยรุ่นเป็นวัยกำลังศึกษาเล่าเรียน ถ้าสามารถปรับตัวเองได้แล้ว และสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมได้อย่างมีความสุข แสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี⁽⁷⁾ หากไม่สามารถปรับตัวเข้ากับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ ก็มักจะแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาออกมา เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาการเรียน ปัญหาทางเพศ ปัญหาทางอารมณ์และพฤติกรรม ปัญหาติดยาเสพติด ปัญหาการฆ่าตัวตาย⁽⁸⁾

ชิรวัดณ์ นิเจเนตร กล่าวว่า มีจำนวนวัยรุ่นไม่น้อยในสถานศึกษาต่างๆ มีลักษณะบกพร่องทางสุขภาพจิตในรูปแบบต่างๆ วัยรุ่นบางประเภทมีเรื่องอึดอัดคับข้องใจ จึงแสดงออกมาในรูปของความก้าวร้าว หาเหตุทะเลาะวิวาท บางกลุ่มอาจจะมีความเครียดในเรื่องต่างๆ มากเกินไป จนเกิดความผิดปกติทางกาย หรือมีอาการเฉื่อยชา ซึมเศร้าและขาดแรงจูงใจที่จะพัฒนาตนเองให้มีความก้าวหน้าในชีวิต ซึ่งความเครียดสามารถนำไปสู่ความผิดปกติทางจิตที่รุนแรงได้⁽⁹⁾

นักเรียนระดับมัธยมศึกษา เป็นวัยรุ่นกลุ่มใหญ่ที่สุดในระบบการศึกษาที่อยู่ในสังคมเช่นเดียวกับคนวัยอื่นๆ ดังนั้นจึงได้รับผลกระทบจากสภาพการเปลี่ยนแปลงทางสังคมด้วย โดยเฉพาะเป็นช่วงวัยที่สำคัญช่วงหนึ่งของชีวิตเพราะเป็นวัยที่เชื่อมต่อระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม จนเกิดความสับสนในความเป็นเด็กและผู้ใหญ่⁽¹⁰⁾ ลักษณะเด่นๆของการเปลี่ยนแปลง ได้แก่ ความไม่คงที่ อารมณ์จะเปลี่ยนแปลงและอ่อนไหวอยู่เสมอตามสิ่งเร้าและสิ่งแวดล้อม เช่น อารมณ์โกรธ รัก เกือบเคียดแค้น คับข้องใจ วิตกกังวล หัวเราะ ร้องไห้ สิ่งเหล่านี้มาจากการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์และการทำงานของต่อมไร้ท่อต่างๆ ทำให้เกิดการปรับตัวไม่ได้ หรือปรับตัวไม่ทัน และมีความรู้สึกคับข้องใจ คิดว่าตนเองมีปัญหายู่เสมอ⁽¹¹⁾ จึงมีผู้กล่าวว่า เป็นวัย "วัยวิกฤติการ"(Critical – period) บ้าง หรือ "วัยแห่งพายุพายุแควม" (Storm & stress) บ้าง⁽¹²⁾

ดังนั้น หากนักเรียนมัธยมศึกษาซึ่งเป็นทรัพยากรที่สำคัญของประเทศเกิดปัญหาสุขภาพจิตขึ้น และไม่ได้รับการแก้ไขอย่างทันท่วงทีอย่างถูกต้องและจริงจัง ย่อมส่งผลกระทบต่อการพัฒนาสังคมและประเทศชาติต่อไปในอนาคต

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาหาข้อเท็จจริงเกี่ยวกับเจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นและการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาที่ได้จะเป็นประโยชน์ต่อการให้ความช่วยเหลือและส่งเสริมสุขภาพจิตวัยรุ่นให้สามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข อันจะเป็นแนวทางในการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตและลดการเจ็บป่วยทางจิตลงได้ อีกทั้งส่งผลให้สังคมและประเทศชาติมีบุคลากรที่มีคุณภาพ เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป

คำถามการวิจัย

1. เจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นและการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร
2. เจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นและการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์กันอย่างไร
3. เจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นและการปรับตัว กับปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์กันอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อศึกษาเจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นและการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร

วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่น กับการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่น และการปรับตัว กับปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร

สมมติฐานในการวิจัย

1. เจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นกับการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์กัน
2. เจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นและการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์ กับปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม

ขอบเขตของการวิจัย

เป็นการศึกษาเฉพาะนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานครเท่านั้น

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามของประชากรตัวอย่าง ผู้วิจัยถือว่าเป็นความจริง เชื่อถือได้
2. นำหนักคะแนนในแต่ละข้อของแบบสอบถามส่วนที่ 2 และ ส่วนที่ 3 ถือว่ามีน้ำหนักคะแนนเท่ากัน และการตอบแบบสอบถามที่ scale เท่ากัน จะถือว่ามีระดับคะแนนเท่ากัน

ข้อจำกัดของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเฉพาะนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนในสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานครเท่านั้น ไม่สามารถเป็นตัวแทนของนักเรียนมัธยมศึกษาในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายสังกัดอื่น ในกรุงเทพมหานคร และนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนทั่วประเทศได้

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

เจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่น หมายถึง ลักษณะทางจิตใจ ความรู้สึก ความคิดเห็น ความเชื่อ และความพร้อมของนักเรียนที่จะแสดงออกต่อปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดขึ้น

ปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่น หมายถึง ความผิดปกติของจิตใจ หรือความไม่สมดุลของความรู้สึกนึกคิด อารมณ์ พฤติกรรม ของของนักเรียนที่ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้ ได้แก่ ปัญหาการปรับตัว ปัญหาความประพฤติและพฤติกรรมเกเร ปัญหาการติดยาเสพติด ปัญหาการฆ่าตัวตาย ในการศึกษาครั้งนี้ศึกษาเฉพาะปัญหาการปรับตัวเท่านั้น

สุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปรับตัว ปรับใจ ให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง โดยแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม ต่อตนเอง ผู้อื่น สังคม และมีสภาพชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุข

การปรับตัว หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกของนักเรียนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ต่างๆ ที่เปลี่ยนแปลงและอยู่ได้อย่างมีความสุข ซึ่งประกอบด้วย การปรับตัว 4 ด้าน ได้แก่

- การปรับตัวด้านการเรียน
- การปรับตัวด้านสังคม
- การปรับตัวด้านอารมณ์
- การปรับตัวด้านเพศ

การปรับตัวด้านการเรียน หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตัวด้านการเรียน โดยแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม ได้แก่ ความสนใจเอาใจใส่ในการเรียน การแก้ปัญหาการเรียนที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียนเอง เพื่อให้นักเรียนสามารถเรียนได้อย่างมีความสุข

การปรับตัวด้านสังคม หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตัวด้านสังคม โดยแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม ได้แก่ การคบเพื่อน การเข้ากลุ่มกับเพื่อน การร่วมกิจกรรมในโรงเรียน เพื่อให้นักเรียนสามารถอยู่ในสังคมและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างเป็นสุข

การปรับตัวด้านอารมณ์ หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตัวด้านอารมณ์ โดยแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ตนเอง และแสดงอารมณ์ออกมาในทางที่เหมาะสม

การปรับตัวด้านเพศ หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกของนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตัวด้านเพศ ซึ่งเป็นไปตามความต้องการจากแรงผลักดันในจิตใจและความต้องการจากแรงผลักดันภายนอก เพื่อลดความคับข้องใจ โดยแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น การคบเพื่อนต่างเพศ การวางตัว การสนองความต้องการทางเพศ เพื่อให้นักเรียนสามารถเกิดความสุขของจิตใจและมีความสุข

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย หมายถึง นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ชั้นปีที่ 4, ปีที่ 5 และปีที่ 6 ในโรงเรียนชาย โรงเรียนหญิงและโรงเรียนสหศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เขตกรุงเทพมหานคร

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. นำผลการศึกษาเจตคติต่อปัญหาสุขภาพจิตวัยรุ่นและปัญหาการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย เสนอต่อผู้บริหารกรมสุขภาพจิตและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทราบเพื่อวางแผน ปรับปรุงแก้ไขเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาต่อไป
2. นำผลการศึกษามาใช้วางแผนในการประสานงาน และสร้างเครือข่ายกับผู้ที่เกี่ยวข้องทุกระดับ เช่นบุคลากรทางสาธารณสุข ครู ผู้นำชุมชน ผู้ปกครอง เพื่อร่วมมือในการส่งเสริมให้นักเรียนมีการปรับตัวที่ดีและมีสุขภาพจิตดี
3. นำผลการศึกษาเป็นแนวทางในการดำเนินงานโครงการส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนในโรงเรียน

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ศึกษาค้นคว้าเอกสาร ตำรา และรายงานการวิจัยต่างๆ
2. เขียนและนำเสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์
3. เตรียมแบบสอบถาม ทดสอบคุณภาพแบบสอบถามและปรับปรุงแก้ไข
4. เก็บรวบรวมข้อมูล
5. วิเคราะห์ข้อมูล
6. เขียนรายงาน นำเสนอวิทยานิพนธ์และจัดพิมพ์

ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิจัย

1. จัดทำวิทยานิพนธ์โดยปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษา และอาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
2. เสนอและสอบปากเปล่าวิทยานิพนธ์กับคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ของภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม
3. เสนอวิทยานิพนธ์ต่อคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ของคณะแพทยศาสตร์
4. เสนอวิทยานิพนธ์ต่อคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ของบัณฑิตวิทยาลัย

กรอบแนวคิดในการวิจัย

