

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาเป็นกระบวนการที่มุ่งพัฒนาคนให้เป็นมนุษย์ที่มีคุณภาพมีความสามารถเต็มตามศักยภาพ มีพัฒนาการที่สมดุลทั้งปัญญา จิตใจ ร่างกาย และสังคม เพื่อเสริมสร้างการพัฒนาและความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ กระบวนการศึกษาจึงมีผู้เรียนเป็นเป้าหมายสูงสุดของการพัฒนา มีความสำคัญต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์นี้

ทวิสิทธิ์ ลิทธิกร ได้กล่าวว่าการพัฒนาคนให้มีคุณภาพเป็นเรื่องสำคัญยิ่งในการพัฒนาประเทศ เมื่อคนมีคุณภาพจะสามารถพัฒนาชีวิต พัฒนาอาชีพ พัฒนาเศรษฐกิจและสังคมเพื่อนำไปสู่การพัฒนาประเทศได้ในที่สุด ในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพนั้น การพัฒนาสุขภาพมีความสำคัญไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าการพัฒนาในด้านอื่น การพัฒนาสุขภาพจะรวมถึงการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ

ละม้ายมาศ ศรีทนต์ ได้กล่าวไว้ว่าปัญหาสุขภาพจิตเป็นเรื่องที่ทั่วโลกกำลังเผชิญ และกำลังให้ความสนใจอยู่ เพราะเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่งต่อความเป็นอยู่ของประชาชน และความมั่นคงของชาติ ในสมัยปัจจุบันสภาพแวดล้อมมีความเปลี่ยนแปลง ในด้านต่างๆ อย่างรวดเร็ว เป็นการยากที่ประชาชนจะปรับตัว ให้เข้ากับเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ได้ทันท่วงที จึงมักมีปัญหาต่างๆ เกิดขึ้นหลายต่อหลายอย่าง โดยเฉพาะปัญหาด้านจิตใจ เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล ความหวาดระแวง และโรคจิตหรือพฤติกรรม เช่น พฤติกรรมเบี่ยงเบน ความก้าวร้าว

ในประเทศไทยเราในขณะนี้ ต้องเผชิญกับปัญหาเหล่านี้ไม่น้อย เป็นต้นว่า ปัญหาอันธพาล ปัญหาเด็กเกเร ปัญหาคนป่วยเป็นโรคจิต ตลอดจนการกระทบกระทั่งกันระหว่างพ่อแม่กับลูก ครูกับนักเรียน สภาพสังคมวัฒนธรรม ที่เปลี่ยนแปลงจากสังคมเกษตรเป็นสังคมอุตสาหกรรม สถาบันครอบครัวแบบขยายเปลี่ยนเป็นครอบครัวเดี่ยว การรับเอาวัฒนธรรมต่างประเทศเข้ามา โดยไม่มีการศึกษาถึงข้อดีข้อเสีย สภาพเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไปค่าครองชีพสูงขึ้น ปัญหาหนี้สิน การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้คนในสังคมเกิดแรงกดดัน ครูซึ่งเป็นคนที่อยู่ในสังคมเช่นเดียวกับบุคคลอื่น จะเกิดแรงกดดันขึ้นด้วย และต้องปรับสภาพจิตใจ ให้เข้ากับสภาพการเปลี่ยนแปลงของสังคมนี้ หากปรับสภาพจิตใจไม่ได้ จะมีผลทำให้เกิดการเบี่ยงเบนของสุขภาพจิตและส่งผลต่อการสอนของครู ซึ่งมีผลต่อการเรียนของนักเรียนได้ในการจัดการศึกษา ครูเป็นผู้มีบทบาท และทำหน้าที่ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ซึ่งหมายถึงผู้เรียนหรือนักเรียนให้มีคุณภาพ อาจกล่าวได้ว่า สุขภาพจิตของครูมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักเรียนโดยตรง ถ้าหากครูมีสุขภาพจิตดี จะช่วยสนับสนุนให้นักเรียนเป็นผู้มีสุขภาพจิตดีได้และหากครูมีสุขภาพจิตเสีย จะทำให้นักเรียนมีสุขภาพจิตเสียไปด้วย

เอนกกุล กริแสง ได้กล่าวถึงพฤติกรรมของครูที่มีปัญหาสุขภาพจิตว่า จะแสดงอารมณ์หงุดหงิด ฉุนเฉียว โกรธง่าย ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ ขอบเขตเยาะเย้ยถากถาง ประชดประชันเด็ก ใช้วิธีการลงโทษแบบวิตถาร พฤติกรรมดังกล่าวจะทำให้เด็กเกิดความเครียดทางอารมณ์ และมีความเสื่อมทางสุขภาพจิตตามมาได้

โดยเฉพาะ มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ที่เป็นสถาบันที่ให้ความรู้และทักษะด้านวิชาชีพแก่เยาวชนที่มีอายุระหว่าง 18-23 ปี ซึ่งเป็นวัยที่สามารถรับเอาวัฒนธรรมใหม่ๆ ได้

ง่าย โดยไม่ได้ศึกษาข้อดีข้อเสีย ทำให้ครูต้องปรับสภาพจิตใจเพื่อรับการเปลี่ยนแปลง ซึ่งทำให้เกิดการสะสมความเครียด และความวิตกกังวล ส่งผลให้เกิดปัญหาต่อสุขภาพจิต ช่วงอายุ และประสบการณ์ในการสอน มีผลต่อสภาวะสุขภาพจิตของครู สถานภาพการสมรสในด้านหย่า หม้าย และแยกกันอยู่ ส่งผลให้บุคคลเกิดความเครียดมากที่สุด อาการของความเครียด เช่น โกรธ วิตกกังวล มีการเปลี่ยนแปลงด้านความคิดและสติปัญญา รู้สึกสับสน ซึมเศร้า กลัว รู้สึกผิด นอนไม่หลับ แยกตัวเองออกจากผู้อื่น ภาระหนี้สิน ทำให้มีรายได้ไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายประจำเดือน สภาพเช่นนี้ทำให้ครู-อาจารย์เกิดความเครียดและส่งผลต่อการเรียนการสอนได้ และด้วยสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบันที่มีค่าครองชีพเพิ่มสูงขึ้น ทำให้รายได้ของอาจารย์ไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้น ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตได้ โดยที่ผ่านมายังมิได้มีการศึกษาวิจัยความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิตของอาจารย์คณะครูศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร ซึ่งอาจจะประสบปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพจิตได้เช่นกัน

ดังนั้น ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นบุคลากรในมหาวิทยาลัยฯ คนหนึ่งจึงมีความสนใจที่จะศึกษาค้นคว้าความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิตของอาจารย์คณะครูศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร ซึ่งเป็นสถาบันที่ให้การศึกษากว่า ๖๐ ปี ทำให้ทราบถึงสุขภาพจิตของอาจารย์ อันจะเป็นประโยชน์ต่อการบริหารงานบุคลากร การจัดสวัสดิการ การสร้างขวัญและกำลังใจให้กับอาจารย์ ส่งผลต่อประสิทธิภาพการเรียนการสอนของอาจารย์และนักศึกษาต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.2.1 เพื่อศึกษาสุขภาพจิตของอาจารย์คณะครูศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร

1.2.2 เพื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิตของอาจารย์คณะครูศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร ที่มีเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน และประสบการณ์ในการสอนฯ ต่างกัน

1.2.3 เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะของปัจจัยที่ผู้ตอบแบบสอบถามเห็นว่าส่งผลต่อสุขภาพจิต และวิธีป้องกันและการลดความตึงเครียดของสุขภาพจิตของอาจารย์ คณะครูศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร

1.3 สมมติฐานของการวิจัย

1.3.1 อาจารย์ที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิต แตกต่างกัน

1.3.2 อาจารย์ที่มีอายุต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิต แตกต่างกัน

1.3.3 อาจารย์ที่มีสถานภาพต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิต แตกต่างกัน

1.3.4 อาจารย์ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิต แตกต่างกัน

1.3.5 อาจารย์ที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิต แตกต่างกัน

1.3.6 อาจารย์ที่มีประสบการณ์ในการสอนฯ ต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิต แตกต่างกัน

1.4 ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้ดังนี้

1.4.1 ขอบเขตด้านประชากร

1. กลุ่มประชากร ได้แก่ อาจารย์ที่ทำการสอนในคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร จำนวนทั้งสิ้น 41 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อาจารย์ที่ทำการสอนในคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร จำนวน 36 คน

1.4.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

ได้แก่ ความคิดเห็นของอาจารย์คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร เกี่ยวกับสุขภาพจิตใน 9 ด้าน ได้แก่

1. ด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย
2. ด้านการย่ำคิดย่ำทำ
3. ด้านความรู้สึกที่ไม่ชอบติดต่อกับบุคคลอื่น
4. ด้านความซึมเศร้า
5. ด้านความวิตกกังวล
6. ด้านความโกรธ ก้าวร้าว ทำลาย
7. ด้านความกลัวโดยปราศจากเหตุผล
8. ด้านความหวาดระแวง
9. ด้านโรคจิต

1.4.3 ขอบเขตด้านพื้นที่

ได้แก่ คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.5.1 ทำให้ทราบความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิตของอาจารย์คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร

1.5.2 ทำให้ทราบผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพจิตของอาจารย์คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มทร.พระนคร ที่มีเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน และประสบการณ์ในการสอนต่างกัน

1.5.3 ทำให้สามารถนำผลการวิจัยไปเป็นแนวทางแก้ไขในการจัดสวัสดิการในการสร้างขวัญและกำลังใจให้กับอาจารย์ได้อย่างตรงจุด และสามารถเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนการสอนของคณาจารย์และนักศึกษาต่อไป

1.6 คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

อาจารย์ (Teacher) หมายถึง อาจารย์ที่ทำการสอนในคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ทัศนคติ (Attitude) หมายถึง การแสดงออกถึงความชอบหรือไม่ชอบต่อบุคคล สถานที่ สิ่งของ หรือเหตุการณ์สิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทัศนคติสามารถสร้างขึ้นจากประสบการณ์ในอดีตและปัจจุบันของบุคคลหนึ่งๆ สามารถตรวจวัดและเปลี่ยนแปลงได้ ส่งผลต่ออารมณ์และพฤติกรรมของบุคคลนั้นด้วย

สุขภาพจิต (Mental Health) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการปรับตัวให้อยู่ในสังคม และสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข โดยไม่มีความขัดแย้งใดๆ ในจิตใจ

ความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย (Somatization) หมายถึง สิ่งต่างๆ ที่สะท้อน ให้เห็น ปัญหาหรือความทุกข์ เนื่องมาจากการรับรู้เกี่ยวกับการทำงานที่ผิดปกติของร่างกายจะแสดงอาการต่างๆ เช่น ปวดหลัง ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ เป็นลม หรือเวียน

การย้ำคิดย้ำทำ (Obsessive - Compulsive) หมายถึง พฤติกรรมอันเนื่องมาจากแรงผลักดันด้านความคิดให้เกิดการกระทำซ้ำๆ ซึ่งรบกวนผู้ป่วย เป็นอาการที่ไม่ต้องการให้เกิดขึ้น แต่หลีกเลี่ยงไม่ได้ พฤติกรรมเหล่านี้ทำให้ต้องสูญเสียความสามารถในด้านสติปัญญา

ความรู้สึกที่ไม่ชอบติดต่อกับบุคคลอื่น (Interpersonal Sensitivity) หมายถึง ความรู้สึกบกพร่องหรือมีปมด้อยเมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่น การลดค่านิยมของตัวเอง ความอึดอัด และความไม่สบายใจในระหว่างการมีปฏิริยาโต้ตอบด้านสังคมกับคนอื่น รู้สึกเป็นทุกข์ที่จะติดต่อกับคนอื่น

ความซึมเศร้า (Depression) หมายถึง อาการเศร้า หดความสนใจในกิจกรรมต่างๆ ไม่มีแรงจูงใจ เสียพลัง สิ้นหวัง ท้อแท้ คิดฆ่าตัวตาย อาการเหล่านี้มีผลถึงการสูญเสียทางสติปัญญา

ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง ความกระวนกระวาย นั่งไม่ติดที่ รู้สึกกลัว ประหม่า และความตึงเครียด อาจมีอาการทางร่างกายร่วมด้วย ได้แก่ อาการสั่น

ความโกรธ ก้าวร้าว ทำลาย (Hostility) หมายถึง ความคิด อารมณ์ หรือการกระทำ ซึ่งเป็นลักษณะของความรู้สึกโกรธแค้น ขุนเคือง รวมทั้งความรู้สึกก้าวร้าว ทำลาย ความรู้สึกโต้แย้ง และควบคุมอารมณ์ไม่ได้

ความกลัวโดยปราศจากเหตุผล (Phobia) หมายถึง การกลัวเกินความเป็นจริง ทำให้ต้องหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านี้

ความหวาดระแวง (Paranoid) หมายถึง ความคิดที่หวาดระแวง ไม่ไว้วางใจคนอื่น การกล่าวโทษคนอื่น ความไม่เป็นมิตร ความระแวงสงสัย เอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง หลงผิด สูญเสีย การควบคุมตัวเอง ความคิดมักเฝือสูงคิดว่าตัวเองเป็นใหญ่

โรคจิต (Psychoticism) หมายถึง ลักษณะที่สังเกตจากพฤติกรรมแบบโรคจิต ซึ่งมีตั้งแต่อาการที่ยังไม่แสดงชัดเจน ถึงอาการที่แสดงออกมาอย่างชัดเจน ได้แก่ ถดถอย แยกตัวเอง หนีสังคม หูแว่ว คิดว่าตัวเองถูกควบคุม

คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร (Industrial Education of Rajamangala University of Technology Phra Nakhon) หมายถึง สถาบันอุดมศึกษาด้านวิชาชีพและเทคโนโลยี มีวัตถุประสงค์ให้การศึกษา ส่งเสริมวิชาการและวิชาชีพชั้นสูงที่เน้นการปฏิบัติ ทำการสอน ทำการวิจัย ผลิตครูวิชาชีพ ให้บริการทางวิชาการในด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแก่สังคม ทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม และอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม โดยให้สำเร็จอาชีวศึกษามีโอกาสในการศึกษาต่อด้านวิชาชีพเฉพาะทางระดับปริญญาเป็นหลัก

เพศ (Sex) หมายถึง เพศของผู้ตอบแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 เพศ คือ 1. เพศชาย และ 2. เพศหญิง

อายุ (Age) หมายถึง อายุของผู้ตอบแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 7 ช่วง คือ 1. ต่ำกว่า 30 ปี 2. 30 - 35 ปี 3. 36 - 40 ปี 4. 41 - 45 ปี 5. 46 - 50 ปี 6. 51 - 55 ปี และ 7. 56 - 60 ปี

สถานภาพ (Marital Status) หมายถึง สถานภาพการสมรสของผู้ตอบแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 สถานภาพ คือ 1. โสด, 2. สมรส 3. หม้าย และ 4. หย่าร้าง

ระดับการศึกษา (Education Level) หมายถึงระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 ช่วง คือ 1. ปริญญาตรี 2. ปริญญาโท 3. ปริญญาเอก และ 4. สูงกว่าปริญญาเอก

รายได้ต่อเดือน (Income per Month) หมายถึง รายได้ของผู้ตอบแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 6 ระดับ คือ 1. ต่ำกว่า 15,000 บาท 2. 15,000 - 20,000 บาท 3. 20,001 - 30,000 บาท 4. 30,001 - 40,000 บาท 5. 40,001 - 50,000 บาท และ 6. มากกว่า 50,000 บาท

ประสบการณ์ในการสอน (Teaching Experiences) หมายถึง ประสบการณ์ในการสอนของผู้ตอบแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 6 ระดับ คือ 1. ต่ำกว่า 5 ปี 2. ตั้งแต่ 5 - 10 ปี 3. ตั้งแต่ 11 - 15 ปี 4. ตั้งแต่ 16 - 20 ปี 5. ตั้งแต่ 21 - 25 ปี และ 6. ตั้งแต่ 25 ปีขึ้นไป