



ความเป็นมา และความสำคัญของปัญหา

ในขณะที่โลกกำลังเจริญรุ่งเรืองในทางวัตถุ อันเป็นผลเนื่องมาจากความเจริญทางเทคโนโลยี เรากำลังประสบปัญหาเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ ซึ่งนับวันแต่จะมีอิทธิพลต่อชีวิตมากขึ้น เสียงหนวกหู (noise pollution) เป็นปัญหาสิ่งแวดล้อมที่สำคัญปัญหาหนึ่ง ทั้งนี้เพราะภาวะแวดล้อมที่มีเสียงหนวกหูสูง มีผลกระทบกระเทือนต่อสุขภาพทางกายและจิตใจ พอสรุปได้ดังนี้

1. ผลทางกาย (Physiological effect)¹ เสียงหนวกหูมีผลโดยตรงต่อประสาทหู ซึ่งอาจทำให้หูพิการอย่างรุนแรงในทันที หรือเพิ่มขึ้นทีละน้อย นอกจากนี้เสียงหนวกหูยังทำให้ร่างกายขาดความสมดุลในการปฏิบัติหน้าที่ เช่น ทำให้หัวใจเต้นแรง การหายใจเปลี่ยนแปลง การไหลเวียนของโลหิตเพิ่มขึ้น ซึ่งทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนตามมาได้

2. ผลทางค่านจิตใจ (Psychological effect)² เสียงหนวกหู มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ รู้สึกเหนื่อยอ่อนเพลียกว่าธรรมดา ประสาทเครียด อารมณ์หวนไหวง่าย อาจทำให้กลายเป็นโรคจิต หรือโรคประสาทได้ง่าย

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

¹ A.E. Arguelles, and Others, Physiology Effects of Noise. (New York-London : Plenum Press, 1970), pp. 341 - 344.

² มุกดา กฤษณานนท์, "อันตรายจากเสียง," แพทยสภาสาร, 9 (กันยายน, 2517), 626.

3. ผลต่อประสิทธิภาพการทำงาน¹ เสียงรบกวนทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลง เกิดความผิดพลาดในการทำงาน และเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย

ฉะนั้นบุคคลที่อยู่ในสภาวะแวดล้อมที่มีเสียงรบกวนเช่นนี้ เป็นเวลานานย่อมได้รับผลกระทบกระเทือนจากอิทธิพลของเสียงรบกวนแน่นอน ครูเป็นบุคคลากรที่สำคัญกลุ่มหนึ่งของสังคม ซึ่งมีเป็นจำนวนมากที่ทำงานเป็นระยะเวลาอันยาวนานในสภาวะแวดล้อมที่มีเสียงรบกวนนี้ เพราะจากการสำรวจระดับเสียงในโรงเรียนต่าง ๆ ที่ติดกับถนนใหญ่ มีการจราจรคับคั่ง 27 โรงเรียน ในกรุงเทพมหานคร ของกองอนามัยและสิ่งแวดล้อมกรุงเทพมหานคร² พบว่า มีระดับเสียงเกินระดับมาตรฐาน คือเกิน 55 เดซิเบลทั้งสิ้น ซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพได้ เสียงดังรบกวนเหล่านี้ อาจทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของครูต่ำลง และรบกวนสภาพจิตใจและอารมณ์ของครู การปรับตัวและการแก้ปัญหาของครู ได้รับความกระทบกระเทือนด้วย ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้สุขภาพจิตและร่างกายของครูเสียไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งสุขภาพจิตของครูนั้นถ้าเสียไปหรือไม่ดีแล้ว ย่อมมีผลกระทบกระเทือนต่อสุขภาพจิตและการเรียนของนักเรียน ทั้งนี้เพราะว่าครูที่มีสุขภาพจิตไม่ดี ย่อมหงุดหงิด เกรงครีคระเบียวินัย เอาจริงเอาจังต่อการทำงาน ซึ่งพฤติกรรมของครูดังกล่าวนี้ เฟรดเคอร์ (Flader)³ พบว่ามีผลต่อทัศนคติและการเรียนของนักเรียน โดยได้ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นครู 32 คน และนักเรียน 1200 คน ด้วยวิธีการถามความรู้สึก ความคิดเห็น และวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

¹สมาคมโสตศอนาสิกแพทย์แห่งประเทศไทย, อันตรายจากเสียงและการป้องกัน, (กรุงเทพมหานคร : 2519); หน้า 53.

²Greater London Council, "Measured Noise Levels and Standard S," Urban Design Bulletin 1 Traffic Noise Major Urban Roads, (March, 1970), 7.

³Harold W. Burnard, Mental Health in the Classroom, (New York: Mc Graw-Hill Book Company, 1970), p.151.

ของนักเรียนที่เรียนกับครู 2 ประเภท คือ เข้มงวดระเบียบวินัย ไม่ให้อิสระภาพ ชอบใช้อำนาจกับครูที่ไม่เข้มงวดระเบียบวินัยให้อิสระภาพ ชักจูงนักเรียนให้ร่วมทำกิจกรรมโดยสมัครใจ และมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ผลปรากฏว่านักเรียนที่เรียนกับครูประเภทหลังมีทัศนคติและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีกว่านักเรียนที่เรียนกับครูประเภทแรก

เมื่อมองความสำคัญและลักษณะงานของครูแล้ว งานครูเป็นงานที่ละเอียดอ่อน ในการสร้างสรรค์บุคลิกภาพ และถ่ายทอดวัฒนธรรม สุขภาพจิตของครูจึงเป็นสิ่งที่ต้องเอาใจใส่อย่างยิ่ง ดังเช่น เฟนตัน (Fenton)¹ กล่าวว่า

"...ลักษณะงานของครูนั้น เป็นผู้ถ่ายทอดค่านิยม วัฒนธรรมอย่างลึกซึ้งแก่เด็ก ความคุ้นเคยในโรงเรียน และความสัมพันธ์ของครูกับนักเรียน มีผลต่อความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจของเด็กแต่ละคน ฉะนั้นสังคมจึงต้องการครูที่มีสุขภาพอนามัยดี ทั้งทางร่างกายและประสาท หรืออาจกล่าวได้ว่า ต้องการครูที่มีสุขภาพจิตสมบูรณ์..."

ฉะนั้น จึงน่าที่จะศึกษาสุขภาพจิตของครูที่อยู่ในภาวะแวดล้อมที่มีเสี่ยง หมายความว่าเป็นอย่างไร ควรจะได้รับการช่วยเหลือหรือไม่ เพราะการช่วยเหลือให้ครูมีสุขภาพจิตดี เท่ากับเป็นการช่วยเหลือนักเรียนเป็นจำนวนมากให้มีสุขภาพจิตที่ดีด้วย ดังเช่น สมาคมการศึกษาแห่งชาติของ (National Education Association) ของสหรัฐอเมริกา ได้รายงานเรื่องสุขภาพจิตในโรงเรียน (Health in the School)

¹Norman Fenton, Mental Hygiene in School Practice, (California : Stanford University Press, 1951), p.266.

²Loc.cit.

"...ครูที่มีอารมณ์ โกรธจนเฉียว คุง่า เป็นอันตรายต่อสุขภาพจิตของนักเรียน และสามารถแพร่ระบาคอารมณ์นั้นมายังนักเรียนได้เหมือนวัณโรค การช่วยเหลือ ครูที่มีสุขภาพจิตไม่ดี จะทำให้นักเรียน ลดความปว่คราวทางจิตใจ..."

เมื่อสุขภาพจิตของครู มีความสำคัญต่อสุขภาพของนักเรียนเช่นนี้ ฉะนั้นถ้าเราทราบว่า สุขภาพจิตครู ในปัจจุบัน เป็นอย่างไร เสี่ยงหนว่กเหตุใ้สุขภาพจิตเสียหรือไม่ ซึ่งเราสามารถนำผลที่ได้มาช่วย ในการพิจารณาหาทางช่วยเหลือครู ให้มีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น อันเป็นทางช่วยเหลือนักเรียน ให้มีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น และลดความปว่คราวทางจิตใจ อีกด้วย เสี่ยงหนว่กเหตุกับสุขภาพจิตของครู จึงเป็นเรื่องที่นาคศึกษาถึง

ความมุ่งหมายในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย ดังนี้

1. เพื่อศึกษาถึงสุขภาพจิตของครู ที่ทำการสอนในโรงเรียนที่อยู่ในสภาวะแวดล้อมที่มีเสี่ยงหนว่กเหตุในคานต่างๆ ดังนี้
 - 1.1 ความก้าวร้าว
 - 1.2 ความต้องการสัมฤทธิผล
 - 1.3 ความกังวลใจ
 - 1.4 ความเคร่งเครียดของอารมณ์
 - 1.5 ปัญหาการปฏิบัติงาน
2. เพื่อศึกษาถึงสุขภาพจิตของครู ในโรงเรียนที่ทำการสอนอยู่ในสภาวะแวดล้อมที่มีเสี่ยงป่กตีในคานต่างๆ ตามขอ 1.1 ถึง 1.5
3. เปรียบเทียบสุขภาพจิตของครู ที่ทำการสอนในโรงเรียนที่อยู่ในสภาวะแวดล้อมทั้งสองประเภท คานต่างๆ ตามขอ 1.1 ถึง 1.5
4. หาความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพจิตครู กับ ความหนว่กเหตุของเสี่ยงเพศ อายุ จำนวนปีที่รับราชการ รายได้ คุนวุฒิ ตำแหน่ง และจำนวนปีที่ทำการสอนในโรงเรียน

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้ศึกษาสุขภาพจิตของครูด้านความก้าวร้าว ความต้องการสัมฤทธิ์ผล ความกังวลใจ อารมณ์ และปัญหาการปฏิบัติงาน โดยศึกษาจากครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 โรงเรียน คือ

1. โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย
2. โรงเรียนเทพศิรินทร์
3. โรงเรียนสายน้ำผึ้ง
4. โรงเรียนปทุมคงคา

รวมทั้งสิ้น 110 คน แยกเป็นครูชาย 40 คน และครูหญิง 70 คน

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. การวิจัยนี้ ถือว่า ครูทุกคนตอบแบบสอบถามด้วยความจริงใจ
2. การวิจัยนี้ ถือว่า ปัญหาส่วนตัวภูมิหลังของชีวิต เช่น ความยุ่งยากทางครอบครัว ปัญหาทางการเงิน หรือสังคมของครูในโรงเรียนทั้งสองประเภท ไม่แตกต่างกัน

ศูนย์วิทยุทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ความไม่สมบูรณ์ของการวิจัย

ผลการวิจัยนี้อาจเกิดความคลาดเคลื่อน ไม่สมบูรณ์ได้เนื่องจากสาเหตุอื่น ๆ ที่มีผลกระทบกระเทือนต่อสุขภาพจิตของครู ซึ่งเกี่ยวเนื่องถึงพฤติกรรม และการปฏิบัติงานของครู เช่น ความยุ่งยากทางครอบครัว และชีวิตสมรส เป็นต้น ซึ่งอาจทำให้ผลการวัดคลาดเคลื่อน และมีผลต่อการสรุปผลของการวิจัยได้



สมมติฐานการวิจัย

เนื่องจากครูในโรงเรียนที่มีเสียงหนวกหู ทำงานอยู่ในสภาวะแวดล้อมที่มีเสียงดัง รบกวนอยู่เป็นเวลานาน ย่อมได้รับเสียงรบกวนทั้งทางร่างกายและจิตใจ มากกว่าครูที่ทำการสอนอยู่ในโรงเรียนที่มีเสียงปกติ ซึ่งอาจมีผลต่อกระบวนการปรับตัว และลักษณะการแก้ปัญหา นอกจากสิ่งแวดล้อมภายนอกแล้ว ลักษณะการปรับตัว และการแก้ปัญหาของผู้ที่มีเพศ อายุ จำนวนปีที่รับราชการ จำนวนปีที่ทำการสอนในโรงเรียน คุณวุฒิ รายได้ และตำแหน่งราชการ ต่างกันย่อมจะแตกต่างกันซึ่งลักษณะการปรับตัวนี้แสดงถึงสุขภาพจิตที่ดีหรือไม่ดี การปรับตัวและแก้ปัญหอย่างเหมาะสมแสดงถึงสุขภาพจิตที่ดี ฉะนั้นในการวิจัยนี้จึงตั้งสมมติฐานไว้ดังต่อไปนี้

1. สุขภาพจิตของครู ด้านความก้าวร้าว ความต้องการสัมฤทธิ์ผล ความกังวลใจ อารมณ์ และปัญหาการปฏิบัติงาน ของครูที่อยู่ในโรงเรียนที่มีเสียงหนวกหู และมีเสียงปกติ แตกต่างกัน

2. สุขภาพจิตของครูด้านต่างๆ คือ ความก้าวร้าว ความต้องการสัมฤทธิ์ผล ความกังวลใจ อารมณ์ ปัญหาการปฏิบัติงาน จะแตกต่างกันตามลักษณะต่อไปนี้

2.1 เพศ

2.2 อายุ

2.3 จำนวนปีที่รับราชการ

2.4 จำนวนปีที่ทำการสอนในโรงเรียน

2.5 คุณวุฒิ

2.6 รายได้

2.7 ตำแหน่งราชการ

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

สุขภาพจิต หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ต่างๆ ใคอย่างเหมาะสม สามารถดำรงชีวิตใคอย่างสุขใจ และราบรื่น มีความกังวลใจน้อย มีอารมณ์มั่นคง มีความเข้าใจและยอมรับตนเอง

สุขภาพจิตของครู หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวของครู เพื่อให้การปฏิบัติงานในวิชาชีพเป็นไปโดยสุขใจ และราบรื่น มีความวิตกกังวลใจน้อย มีอารมณ์มั่นคง กล่าวคือสามารถปรับให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของโรงเรียน สามารถเข้ากับนักเรียน เพื่อนครู และผู้บริหาร โรงเรียน ตลอดจนชุมชนที่ครูอาศัยอยู่ได้

ความก้าวร้าว หมายถึง พฤติกรรมที่ใช้ป้องกันตัวในทางคุกคามรุนแรงต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด อันเนื่องมาจากการปรับตัวไม่เข้า โดยแสดงออกทางคำพูด ความคิด หรือ การใช้กำลัง เขาทำลาย การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวนี้ แสดงออกมาได้หลายแบบ เช่น ขอบคำเหน็ดื้อน ทำลายสิ่งของ ใช้กำลังเข่าทำร้ายผู้อื่น หรือ ขอบอ่านข่าวเกี่ยวกับ ฆาตกรรม เป็นต้น

ความตองการสัมฤทธิ์ผล หมายถึง ความปรารถนาที่จะให้ตนเองประสบความสำเร็จในสิ่งต่างๆ โดยบุคคลจะตั้งเป้าหมายที่จะบรรลุไว้สูงต่ำ ต่างกัน ถ้าพฤติกรรมใคประสบความสำเร็จ จะตั้งเป้าหมายไว้สูง แต่ถาลมเหลว เป้าหมายจะลดลงมาเพื่อให้ตนเองประสบความสำเร็จ

ความกังวลใจ หมายถึง สภาวะของจิตใจที่มีความตึงเครียด หวาดระแวง และชลาคลัว บางครั้งหาสาเหตุไม่ไค ซึ่งมักจะแสดงพฤติกรรมออกมาดังนี้คือ ตื่นเต้น ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ไค ประหม่าชลาคลัว เกรงเครียด เอาจริงเอาจัง อารมณ์อ่อนไหว ซื่อายไม่กล้าแสดงออก ชอบคิดมาก จิตใจวุ่นวาย

บรรยากาศในชั้นเรียน หมายถึง สภาพการณ์ต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการเรียน การสอน ทั้งภายนอกและภายในชั้นเรียน ไคแก่ ปกครองชั้น หรือ การควบคุมชั้นของครู ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน ระเบียบวินัย หลักสูตรการสอน การรายงาน กิจกรรมต่างๆในชั้นเรียน ขนาดของชั้นเรียน และรวมถึงสภาพอาคาร เรียนทั้งภายในและภายนอก ที่เป็นสิ่งแวดล้อมของชั้นเรียน

การปฏิบัติงานของครูในโรงเรียน หมายถึง งานภาระการสอน งานพิเศษอื่นๆที่ครูปฏิบัติในโรงเรียน เช่น งานประจำชั้น งานธุรการ งานห้องสมุด

งานวิชาการ งานสหนาการ งานโภชนาการ งานของชุมชนต่าง ๆ งานสอนพิเศษ เป็นต้น และรวมถึงความรู้สึกต่อการปฏิบัติงานของครู และสิ่งอำนวยความสะดวกสบายในการปฏิบัติงานของครู

ตำแหน่งราชการ หมายถึง ชั้นตำแหน่งราชการของครูตามระบบ พ.ช.

จำนวนปีที่รับราชการ หมายถึง จำนวนปีที่รับราชการมาจนถึงปัจจุบัน

จำนวนปีที่ทำการสอนในโรงเรียน หมายถึง จำนวนปีที่ทำการสอนในโรงเรียนแห่งนั้นมาจนถึงปัจจุบัน

เสียง (Sound) หมายถึง พลังงานที่เกิดขึ้นจากการสั่นสะเทือนที่เหมาะสม ของวัตถุซึ่งจะส่งพลังงานผ่านตัวกลางจนถึงหูคน โดยจะทำให้เกิดความรู้สึกขึ้น

เสียงรบกวน (Noise) หมายถึง เสียงที่ไม่พึงปรารถนา เช่น เสียงดังที่เกิดจากการจราจร โรงงานอุตสาหกรรม หรือแม้กระทั่งเสียงดนตรี ถ้าเราไม่ต้องการ

ระดับเสียง (Sound Pressure Level = SPL) ระดับเสียง มีหน่วยเป็นเดซิเบล (Decibel - dB) ค่าของระดับเสียง หาได้จากสูตร

$$SPL = 20 \times \log \frac{P}{P_0}$$

เมื่อ P = ค่าความดันเสียงที่วัดได้

P_0 = ค่าความดันเสียงที่เป็นค่าเปรียบเทียบ

$$= 0.0002 \text{ dyne/cm}^2$$